

Regis Mesquita

NASCER VÁRIAS VEZES

As leis que regem a vida e a natureza humana



CaminhoNobre.com

Regis Mesquita



NASCER VÁRIAS VEZES

As leis que regem a vida
e a natureza humana

Copyright © Regis Mesquita, 2012

Regis Mesquita - Campinas, SP

Rua Barão de Jaguará, 655 sala 605 - CEP: 13015-001

regismesquita@hotmail.com

www.nascervariasvezes.com

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Mesquita, Regis

Nascer várias vezes : as leis que regem a vida e a natureza humana /
Regis Mesquita. -- Campinas, SP : Ed. do Autor, 2012.

ISBN: 978-85-914196-0-9

1. Espiritualidade 2. Reencarnação 3. Reencarnação - Estudo de
casos 4. Regressão (Psicologia) 5. Terapias de vidas passadas 6.
Vida espiritual 7. Vidas passadas - Terapia de regressão I. Título.

12-09348

CDD-615.852

Índices para catálogo sistemático:

1. Vidas passadas : Regressão : Terapias psíquicas

615.852



INTRODUÇÃO

Este livro descreve a vida dos espíritos que encarnam no planeta Terra. A essência do ser humano é o seu espírito. Apesar de o corpo nascer e morrer várias vezes, o espírito se mantém e continua. As encarnações do espírito são regidas por leis e regras que organizam a vida espiritual, da qual a vida encarnada é uma pequena extensão. Conhecer e entender estas leis e regras é um passo importante para a evolução e a superação de problemas pessoais.

Nas suas pregações Jesus costumeiramente usava de pequenas estórias, as parábolas, para transmitir os seus ensinamentos. O Novo Testamento possui 44 parábolas que fascinam quem as lê. Elas são extremamente didáticas e servem como um poderoso incentivo para a aprendizagem. Usei desse bom exemplo quando comecei a escrever este livro. Desde o início decidi que este livro teria as estórias como elemento central e que elas seriam baseadas na minha experiência clínica com inúmeros pacientes. As estórias que você lerá ilustrarão e tornarão mais claras as explicações sobre a vida do espírito que encarna no planeta Terra.

Eu me formei em psicologia e me especializei em psicologia Junguiana. Meu interesse pela espiritualidade me atraiu para além da psicologia. Estudei Terapia de Regressão e fiquei encantado com as possibilidades de cura que esta terapia possibilitava alcançar. Especializei-me neste conjunto de técnicas e comecei a utilizá-las em meu consultório. Depois de realizar milhares de regressões e ser testemunha das melhoras de meus pacientes, tenho a certeza de que o espírito nasce várias vezes em diversos corpos diferentes.

Hoje, muitos anos depois da primeira regressão, possuo muitas histórias para lhes contar. Todavia, tive o cuidado de transformar histórias em estórias. Ou seja, o que conto são estórias baseadas em muitas histórias; as

informações dos pacientes foram mudadas porque eu não me sentiria bem expondo em detalhes a vida de uma pessoa, mesmo que mantido o sigilo e realizadas algumas mudanças pontuais. Assim sendo, para escrever as estórias misturei informações de vários pacientes e de outras fontes. Todas as estórias foram escritas para tornar mais didáticos os ensinamentos espirituais. O objetivo é discutir as várias vezes em que nascemos e as consequências disto em nossas vidas. É um livro de estórias, não me preocupei em momento algum em descrever técnicas terapêuticas.

A primeira estória que escrevi foi sobre o Téo, um menino que sofria com depressão. Várias pessoas, adultos e crianças, leram a estória do Téo e se entusiasmaram com ela. Pediram-me mais exemplos, mais informações. Por que uma encarnação anterior pode causar problemas na encarnação (vida) atual das pessoas? Como os sofrimentos surgem? É verdade que nós mesmos criamos a maior parte de nossos sofrimentos? O que acontece com o espírito depois que se morre? Uma pessoa maldosa é justificada depois da morte? A vida da pessoa é influenciada pelo que acontece com o feto dentro do útero da mãe? Quais os benefícios que nós conseguimos por ter evoluído? A evolução espiritual é aproveitada em várias encarnações ou não? Por que algumas pessoas boas sofrem muito? Existem doenças que são originadas em experiências de encarnação passada? O corpo que possuímos é aleatório ou é programado no plano espiritual? Qual a melhor forma de melhorar e ajudar meu espírito a evoluir? O amor entre duas pessoas tem algo a ver com a reencarnação? As perguntas eram muitas e de todos os tipos. Pacientemente fui coletando as perguntas e escrevendo novos textos com estórias que serviam para ilustrar e simplificar a realidade da vida espiritual de cada um de nós. Esses textos foram lidos e discutidos com várias pessoas. Foram aperfeiçoados, organizados e... eu tinha o livro praticamente escrito. Nas duas primeiras estórias, Téo e Rosângela, é feito um apanhado geral da relação entre o corpo e o espírito, nos capítulos seguintes os temas são aprofundados e diversificados.

Este é um livro de estórias, que são usadas para atingir um objetivo: entender melhor a vida do ser humano sob a perspectiva espiritual. Lembro-me de que estava dando uma palestra e alguém me perguntou: “é verdade que nós temos várias vidas?” Eu respondi: “não, não é verdade. Nós temos uma única vida. Uma única vida com várias encarnações. Por isso nós nascemos várias vezes”. Naquele dia escolhi o nome do livro que

estava escrevendo: nascer várias vezes. Se pensarmos como espíritos que somos e que permanece, apesar de vários nascimentos e mortes, a vida é única. A vida é uma continuidade. Para quem pensa pela lógica do corpo, do ser encarnado que acaba a cada morte, as vidas são várias, pois os corpos são vários. Neste livro é realçado o mais importante: a vida do espírito que continua, mesmo que cada um dos corpos que utilizamos acabe com a decomposição pós-morte. **Todas as informações são colocadas de acordo com a perspectiva do espírito que continua e que vive encarnado ou vive no plano espiritual.**

Tenho uma grande motivação para escrever este livro: ser útil às pessoas. Tenho o desejo de incentivar os que lerem este livro a se esforçarem um pouco mais para atingir um estágio mais evoluído e mais benéfico. Gostaria que pessoas que estão tomando caminhos ruins possam “abrir os olhos” e redirecionar suas vidas. Quero ajudar muitas pessoas a se interessarem pelo estudo e a prática da arte da evolução espiritual e do cultivo da Presença de Deus.

Neste livro descrevo o que aprendi. Foi feito, com carinho, para ajudar as pessoas que mais amo no mundo: a minha família e meus amigos. Tive todo cuidado de passar informações sadias, verdadeiras e didáticas. Coloquei neste livro o melhor de mim. Coloquei o melhor das minhas experiências pessoais relacionadas à busca da Presença de Deus. Coloquei o melhor que aprendi nos cursos que promovo, nos quais tenho o desafio de ensinar os participantes. Coloquei o melhor da minha experiência como terapeuta, experiência acumulada graças ao trabalho que realizo muitas horas por dia, nestas décadas após ter me formado e me especializado. Tenho um benefício que poucas pessoas possuem: acompanhar e observar os resultados *práticos* das escolhas que as pessoas realizam em várias encarnações. É esta experiência que transmito a vocês. **A experiência de acompanhar espíritos em suas diversas encarnações me ensinou muito.** Espero, sinceramente, que este livro possa ajudar você, sua família e seus amigos.

Entrar no lar das pessoas, transmitindo informações tão importantes, é uma responsabilidade muito grande. Assim como, ler um livro que traz muitas informações, é uma responsabilidade muito grande do leitor. Sugiro aos meus leitores mais cuidadosos que prestem muita atenção na leitura e que leiam este livro pelo menos três vezes. A cada leitura vocês descobrirão detalhes e informações que passaram despercebidas. A cada

leitura poderão aprender mais e entender melhor como é a vida na Terra quando avaliada pela ótica do plano espiritual. Num mundo onde todos clamam pela pressa, eu os convido a serem cuidadosos. Num mundo onde ser sistemático é um defeito, eu os convido a serem sistemáticos e detalhistas. Eu os convido a refletirem sobre as estórias deste livro. É o estudo sincero e dedicado que lhes trará os melhores frutos. Aproveitem bastante, tenho certeza de que poderão renovar suas atitudes e suas escolhas.

Através do site www.nascervariasvezes.com vocês poderão se informar sobre as experiências de transformações pessoais que este livro irá desencadear. Pretendo colocar no site os depoimentos que, eventualmente, alguns leitores enviarem. Neste site também encontrarão informações sobre cursos, palestras, outros textos e muito mais.

A origem deste livro foi o desejo de ensinar a minha família, a quem tenho a responsabilidade da educação formal e espiritual. Ser simples e objetivo é fundamental. Ter a solidez de uma rocha e a profundidade daquilo que pude aprender em algumas décadas é essencial. Por isso somente toco nos assuntos dos quais tenho certeza e com os quais posso transmitir bons e saudáveis ensinamentos. Aqueles em que nutro dúvidas foram propositalmente deixados de lado.

Eu sempre digo para meus filhos: “vocês não são meus filhos, vocês estão vivendo momentaneamente como meus filhos. Eu os aceito e agradeço a Deus por tê-los ao meu lado e sob os meus cuidados. Mas, não se iludam. O que estão tendo hoje é uma parcela muito pequena da vida de vocês, por isto aproveitem para viver o que é importante para sempre, aquilo que será importante em todas as encarnações que tiverem”. O que é importante em todas as encarnações é o que contribui para a evolução do espírito. É com este objetivo em mente que os convido a lerem este livro.



TÉO, A DEPRESSÃO ORIGINADA EM OUTRAS ENCARNAÇÕES

Téo era um menino de 10 anos de idade. Tímido e retraído, só se envolvia com os colegas se algum adulto o incentivasse. Sua personalidade introvertida era motivo de preocupação para os pais, mas o que eles não esperavam é que aquela introversão fosse, em grande parte, fruto de um profundo sofrimento.

Um dia ele chorava escondido na sala de aula, sem motivo aparente algum. A professora percebendo o choro aproximou-se e conversou com ele, ela chegou à conclusão de que aquela tristeza era fruto de uma depressão. Ela também havia sofrido com um problema semelhante e sabia que crianças podem ter os mesmos sintomas. Para animar o Téo ela disse que ele ia melhorar e que um bom remédio para ele se livrar daquele sofrimento era fazer terapia.

Na escola os pais receberam a informação de que deveriam buscar um profissional para avaliar o seu filho. Eles se assustaram com a orientação, pois até aquele momento acreditavam que o Téo era apenas muito tímido e gostava de ficar e brincar sozinho. Os pais enxergavam os traços de personalidade do filho, mas não reconheciam que esses traços eram agravados pelo sofrimento. A escola é muito importante para ajudar e alertar para eventuais problemas dos filhos. Quando a relação da escola com os pais é de confiança mútua é bem mais fácil o diálogo e a reflexão sobre a vida e as dificuldades das crianças. Esta confiança contribuiu para que o tratamento do filho iniciasse rapidamente.

Em casa, conversaram com o filho, Téo se abriu e revelou seu mal estar por perceber que só ele ficava triste enquanto as outras crianças

brincavam. Tentava ficar feliz, mas não conseguia, ou seja, havia algo que dominava sua mente. Por mais que a situação fosse feliz ele não conseguia se sentir feliz. Esta é a principal característica da depressão: o descasamento entre a realidade e o humor da pessoa.

Em *algum momento* esse descasamento entre a realidade e o humor teve início. Há a possibilidade do início do problema ter acontecido há pouco tempo ou há muito tempo. Como Téo tinha 10 anos, a origem do seu problema pode ter tido início nos dez anos anteriores, no nascimento, na vida intrauterina, na concepção, ou em encarnações passadas. Como veremos, no caso do Téo, fatos acontecidos em encarnações passadas foram fundamentais para o sofrimento que ele desenvolveu.

Com a terapia da regressão foi possível descobrir quais eram os problemas e resolvê-los. A própria *depressão* já era uma forma de lembrança de encarnações passadas. Ou seja, ele já se lembrava de uma parte de suas encarnações passadas, que era a tristeza, que é um sentimento. O resto ele esqueceu. Os pensamentos, as sensações e as situações que aconteceram, tudo isso ele esqueceu. Mas não esqueceu o sentimento. Por algum motivo esses sentimentos se mantiveram na sua mente e dominaram suas reações.

Téo sofria sem saber o motivo, pois o motivo estava guardado no seu inconsciente. Cabia à terapia conseguir o acesso a essas informações e, mais do que isso, reorganizar sua mente de modo a permitir que ele atingisse a cura. Ter uma vida normal era o objetivo. Basicamente, a melhora seria ele se sentir feliz em uma situação feliz e triste quando as situações fossem tristes. É importante enfatizar que o tratamento terapêutico precoce evita que o sofrimento se prolongue por muitos anos e permite que a criança mais rapidamente possa ter uma vida normal.

A essência do ser humano é o seu espírito. Apesar de o corpo nascer e morrer várias vezes o espírito se mantém e continua. Isto significa que nós não temos muitas vidas. Nós temos uma só vida, que é a vida do espírito. O que temos são encarnações diferentes. Quando o corpo morre o nosso espírito sai do corpo. Posteriormente ele reencarna em um novo corpo, mas o espírito é o mesmo e leva para a nova etapa da vida uma quantidade muito grande de informações, vivências e experiências. Desta forma o nascimento não é o começo. A morte não é o fim. A vida do espírito continua sempre.

O bebê que nasce não é uma “página em branco”. Ele é um corpo infantil com uma mente infantil, habitado por um espírito que possui muitas vivências. Todos nós possuímos um espírito antigo que já viveu muitas encarnações. Temos mais sabedoria e mais influência do passado do que a maior parte das pessoas desconfia.

Após a fecundação, a formação do corpo e da mente sofre grande influência do espírito que se acopla ao corpo. A influência dos conteúdos do espírito é fundamental para o corpo que está se formando. É mais fundamental ainda para a mente que está se desenvolvendo. A vida é continuidade.

O que nós vivemos em uma encarnação pode influenciar as encarnações seguintes. É o que estava acontecendo com o Téo.

A função básica da terapia é fazer com que as memórias de encarnações passadas e desta encarnação deixem de atrapalhar *no presente*. Se a mãe leva seu filho a um parque de diversões é esperado que ele fique muito feliz. No caso do Téo o passado atrapalhava muito e ele se sentia triste, mesmo sendo uma situação feliz. **Fazer esse passado parar de atrapalhar é a função da terapia.**

Uma pessoa como o Téo pode ser ajudada de várias formas. A professora com seu carinho e dedicação pode ajudar. Seu pai e sua mãe com o apoio e todo suporte de segurança podem ajudar. Os amigos, os avós, os tios, todos podem ajudar. A medicina com seus recursos também pode ajudar. A terapia, buscando as origens do problema e descondicionando a mente, pode ajudar e muito.

Através das regressões (um método terapêutico que nos permite lembrar e *revivenciar* eventos de encarnações anteriores e desta também) aprendemos muito sobre como é a relação entre o espírito e o corpo, sobre a importância de outras encarnações na vida atual, sobre como se formam boa parte dos nossos sofrimentos e muitas outras informações. As histórias das reencarnações do Téo vão nos ajudar a entender as relações que existem entre a encarnação atual e as encarnações passadas.

A primeira encarnação que o Téo revivenciou na terapia foi esta: “Eu estou sozinho. Tem muita gente. Todos estão fugindo desesperados. Eu

ando de um lado para o outro. Estou procurando alguém. Eu perdi alguém. Não consigo encontrar...” Téó começou a chorar muito forte e continuou falando o que ia aparecendo em sua mente. “Meu filho, onde está ele? Minha mulher, onde está?... Está todo mundo correndo desesperado. Está ficando escuro como se fosse noite. Eu começo a tossir, minha perna fica bamba e eu desmaio... Eu acordo em um lugar estranho. Observo que algumas pessoas que moravam perto de mim estão chorando. Pergunto sobre minha família. Eles me dizem que todos os que não estão ali morreram. Minha família morreu. Estou sozinho, sem ninguém. Só sobrou eu. Eu saio para andar e sinto minha perna pesada. Ela pesa muito. Eu tenho fome. Todos tem fome. Eu saio com outros para buscar comida. Por onde andamos encontramos as cinzas do vulcão. Não há o que comer”. Téó chora tão forte que mal consegue falar. “Minhas pernas estão pesadas, igual ao que eu sempre sinto. Minhas pernas estão pesadas e não consigo mexê-las. Meu Deus, eu perdi toda a minha família. Toda ela, e agora eu não consigo andar direito. Eu vou morrer... Não tem o que fazer... Eu sei, eu vou morrer...” Ele chora compulsivamente.

Durante quase uma hora o Téó revivenciou essa encarnação em que ele foi um agricultor feliz que teve a sua vida modificada por uma tragédia. Um dia, de repente, o vulcão começou a despejar magma, gases e cinzas. Foi tudo tão rápido que ele não conseguiu voltar para casa e proteger sua família.

Esta era a origem da tristeza que ele sentia na encarnação atual, como Téó: a qualquer momento uma tragédia poderia levar embora sua mãe, seu pai e seu irmão. Ele poderia ficar sem ninguém e sofrer muito. A tristeza que ele sentia era parte do trauma criado naquela outra encarnação, na qual perdeu toda a sua família de repente. **O trauma continuava tão forte que estava dominando seus sentimentos atuais.** Por isso, a tristeza persistia mesmo vivendo ele em uma família feliz e tendo momentos bons, o que deveria gerar felicidade.

O corpo do agricultor morreu, mas o trauma ficou gravado fortemente no espírito. A perda do corpo não foi o suficiente para destruir o trauma. O medo de perder a quem amava passou de uma encarnação em que realmente aconteceu a tragédia e chegou até a encarnação como Téó. A vida do espírito continua e o Téó estava sofrendo por algo que aconteceu em outra encarnação. Assim como podemos sofrer por algo que aconteceu

quando tínhamos, por exemplo, 8 anos, sofremos por algo que aconteceu em épocas anteriores à nossa encarnação atual.

Outra encarnação que o Téo revivenciou foi a seguinte: ele caminhava por uma cidade grande. Era uma criança que ia de casa em casa pedindo comida. Seus pais haviam abandonado os filhos e ido embora da cidade. Desde então, ele andava sozinho pelos bairros. Uma mulher sempre lhe dava comida e conversava com ele. Aquela mulher era como uma mãe, carinhosa e amiga. Ele gostava muito dela porque era a única pessoa que se interessava por ele. Um dia ele chegou na casa dela e a encontrou fechada. A família havia se mudado. Ele ficou triste, muito triste. Primeiro a mãe e o pai haviam abandonado os filhos. Agora a mulher que cuidava dele tinha ido embora da cidade. Uma tristeza enorme tomou conta dele. Naquele mesmo dia ele saiu andando, andando e não parou mais. Também foi embora da cidade e decidiu virar andarilho. Sua vida era andar de uma cidade para outra pedindo comida para as pessoas. Vivia sem amigos e sem família. Quando acontecia de conhecer alguém de quem gostava, ele fugia na mesma hora. Viveu assim: andando de uma cidade para outra, sempre sozinho, sem ninguém. *O medo de gostar de alguém e ser novamente abandonado o fazia fugir sempre.*

No final da sessão, Téo percebeu que era assim que ele fazia com os amigos da escola. Quanto mais ele ficava amigo mais a tristeza aumentava e então ele fugia para brincar sozinho. Fugir era a maneira que ele continuou usando para diminuir a tristeza. Uma forma estranha de agir, mas que estava gravada em sua mente, por isso ele repetia sempre a mesma atitude. Para ele, gostar de alguém era perigoso e gerava tristeza. O melhor para evitar a separação dolorosa era afastar-se tão logo surgisse a amizade e o companheirismo.

O menino andarilho havia perdido o pai e a mãe, havia perdido a mulher que lhe dava comida e carinho. Em outra encarnação havia perdido toda a sua família com a erupção do vulcão. Era como se a mente do Téo dissesse: para que gostar de alguém, se você vai perdê-la?

Para todos os alunos ser amigo e brincar junto era motivo de alegria. Para o Téo era diferente. Sem ele nem saber o porquê, ser amigo das pessoas desencadeava uma tristeza muito grande. Durante as sessões ele começou a entender melhor o que acontecia dentro da sua mente. Outras técnicas terapêuticas também foram usadas para ajudá-lo a agir diferente e ser diferente. E, por fim, o terapeuta orientou-o a enfrentar a tristeza que

aumentava por ser amigo de alguém, ou seja, deveria esforçar-se para ficar junto das pessoas.

Várias sessões de terapia aconteceram e o Téo foi melhorando aos poucos. Na escola começou a agir diferente, a professora notou que em vários momentos ele se desligava da tristeza e se comportava como uma criança normal. Em casa também começou a agir de outra maneira. Começou a se aproximar mais do pai e da mãe, procurava ficar perto e não recusava carinho.

A mudança de Téo ficou mais clara quando ele contou, eufórico, para o terapeuta, que havia passado alguns dias felizes. Era uma boa notícia, que significava que o trauma da perda e o condicionamento mental surgido em função dos problemas anteriores estavam mais fracos. Nós esquecemos as outras encarnações quando nascemos, pois assim elas influenciam menos nossa encarnação atual. Mas, existem partes destas encarnações passadas que são tão fortes que continuam influenciando nossa encarnação atual, apesar do esquecimento. É o que acontecia com o Téo. Uma encarnação estava influenciando negativamente a outra. A luta da terapia era contra isto. A luta da terapia era tornar a atual encarnação diferente, esta deveria ser a encarnação em que o Téo ia ficar livre do trauma da perda. Lutávamos para ele evoluir e ser feliz.

Outra encarnação revivida pelo Téo foi a seguinte: ele se reconheceu como sendo um vaqueiro que estava tirando o leite de uma vaca. O homem conversava animado com outro vaqueiro quando veio uma pessoa aos gritos de desespero. Eles saíram correndo e encontraram uma vaca agonizando. Uma cobra a havia picado. Eles eram muito pobres e a morte daquela vaca poderia significar fome. Uma tristeza enorme apoderou-se daquele homem. Uma tristeza tão grande que nos dias seguintes ele não levantou da cama. Seus filhos, esposa e amigos acreditaram que ele estava morrendo. Todos choravam pela casa. Vendo a situação, o vaqueiro fez um grande esforço e se levantou. Em poucos dias a vida de todos voltou ao normal, menos a vida do vaqueiro, pois sua alegria havia ido embora. Ele viveu muitos e muitos anos junto com seus filhos e sua esposa. Ele viu seus netos nascerem, viu sua esposa cuidar dos bisnetos. Todos estavam felizes, menos o vaqueiro que sofria de tristeza, sem nem saber o porquê era um homem triste.

Téo era um menino pequeno, mas seu espírito era antigo. Várias encarnações suas estavam sendo revividas e cada uma delas revelava quem

ele era de verdade e o que ele fez em suas diversas experiências. Observe o que aconteceu nesta última encarnação relatada: uma vaca morre e o vaqueiro foi dominado pela tristeza de a qualquer momento perder tudo de novo. O vaqueiro perdeu a vaca e começou a viver a tristeza de perder a família também. Essa tristeza estava passando de uma encarnação para outra. É uma encarnação influenciando uma outra encarnação. Ou seja, virou uma confusão de sentimentos. Uma confusão tão grande que o vaqueiro não conseguiu aproveitar a alegria de ficar velho vivendo junto a uma ótima família. É o mesmo que acontecia com o Téo. Ele tinha uma família muito boa e somente aos 10 anos estava começando a aprender a viver feliz com eles.

Téo percebeu claramente que a vida sempre continua. Mais do que perceber, ele *experimentou* a continuidade. Uma encarnação se sucede a outra e a influencia. Esta influência ocorre no que é negativo e também no que é positivo. As qualidades que desenvolvemos também podem influenciar as outras encarnações e nos ajudar a viver melhor.

Os momentos mais importantes para a formação da mente de qualquer pessoa são os momentos da concepção, gestação e nascimento. São nesses momentos que grande parte dos condicionamentos de encarnações passadas começa a influenciar a mente das pessoas. Ou seja, nestes momentos os conteúdos de encarnações passadas encontram facilidades para “entrar” e se fazerem presentes na encarnação atual.

No caso desta criança era importante entender como a tristeza tomou conta da encarnação atual do Téo. A pergunta básica é esta: O que será que aconteceu no útero de sua mãe ou depois que ele nasceu, quando ele ainda era bebê?

A *revivência* que demonstrou o que havia acontecido nesse período da vida do Téo foi a seguinte: ele começou a sentir a cabeça rodando e um forte aperto no peito. Parecia que ele estava num redemoinho. Ele se sentia confuso e temeroso. O suor escorria pelo rosto. Téo começou a relembrar um momento em que era um pequeno bebê dentro do útero da mãe. “Há algo errado. A mamãe acordou no meio da noite com muita dor. Tem

sangue... meu Deus, minha mãe sangrou. Ela está com medo de perder o bebê. Ela está com medo de eu morrer. Eu vou morrer?... Eu vou morrer?...” Sua mãe sangrou muito e achou que iria perder o filho. Felizmente ela foi à ginecologista e a médica cuidou dela. Meses depois o bebê nasceu com boa saúde física. Mas, o medo da morte havia marcado novamente a mente do bebê. Naquele momento começou a se formar a depressão. As tristezas de outras encarnações reapareceram para lhe assombrar a vida. Na regressão Téo reviu seus primeiros meses de vida encarnada. Ele era um lindo e triste bebê cercado de carinho e amor, sempre com medo. Tinha medo de que ele ou um dos pais morressem. Tinha muito medo de ser abandonado pelos pais, como foi abandonado na encarnação em que se tornou um andarilho. Antes de um ano de idade o medo foi para o inconsciente, e a tristeza se manteve sob a forma de depressão.

O que marcou profundamente a infância de Téo foi o momento, dentro do útero da mãe, em que ele quase perdeu a vida. Foram necessárias várias sessões para descondicionar sua mente da experiência traumática vivida no útero. Trabalhar com as memórias traumáticas foi fundamental para *liberar* a mente da tristeza, do medo e do sofrimento acumulados em várias encarnações. Esse era o elo entre a tristeza atual do Téo e as tristezas de outras encarnações. Desfeito o elo, o condicionamento acabou. A tristeza e o medo de perder as pessoas que amava foram ficando cada vez mais fracos. Téo estava pronto para ser uma criança que superou traumas e condicionamentos e se tornar uma criança feliz.

Além das regressões descritas aqui, outras aconteceram. Em cada uma das encarnações ele viveu em lugares e épocas diferentes. Ele foi filho, foi pai, foi mulher, mãe, irmão, cunhado. Teve várias profissões, como vaqueiro, soldado, agricultor, padre. Seu corpo foi bonito, foi feio, magro, gordo, alto, etc. Em algumas encarnações teve saúde até o fim da vida, em outras sofreu com doenças. Ele viveu muitas experiências diferentes. Sempre o mesmo espírito, mas em situações diferentes a cada encarnação.

Téo aprendeu que uma encarnação sempre sofre interferência de outras encarnações anteriores. Afinal, a vida do espírito é única e sempre continua, com momentos em que há encarnação e momentos em que o espírito volta para o plano espiritual. Quando o espírito reencarna não recomeça do zero. Ele recomeça com as influências positivas e negativas do que aconteceu em encarnações passadas.

O espírito do Téo encarnou várias outras vezes. O espírito do Téo viveu várias vezes no planeta Terra, com vários corpos diferentes. E, é óbvio, cada um dos corpos anteriores morreu, libertando o espírito para voltar ao plano espiritual.

Observe bem: o modo popular de se referir ao espírito de cada pessoa é colocá-lo como posse da encarnação atual, ou seja, o espírito do Téo, o espírito do João, etc. É uma figura de linguagem imprecisa, pois na realidade é o espírito que possui um corpo. Portanto, o correto seria dizer: o espírito que atualmente reencarna como Téo... Por simplicidade escolhi usar a forma popular, o espírito do Téo.)

Quem só acredita na vida encarnada teima que a morte é o fim de tudo. O conhecido escritor ateu Irvin Yalom orienta seus pacientes com a ideia de que depois da morte não terão nenhuma consciência, portanto não estarão em lugar algum. Esta ausência de vida, que alguns chamam poeticamente de sono eterno, gera alívio em algumas pessoas. Na realidade, quando alguém morre não é o fim da existência. A existência do espírito não depende da crença das pessoas. O espírito continua, pois há muito a aprender e a evoluir. Foi assim que Deus, esta força superior, organizou a vida humana. Não há sono eterno, e as centenas de milhares de *provas* da reencarnação deixam poucas dúvidas da total veracidade da continuidade da vida humana para além do corpo que hoje usamos, temporariamente.

A vida de cada um é determinada em *grande parte* pelas escolhas feitas. É o livre arbítrio. Somos os responsáveis por nós mesmos. Não controlamos tudo, mas controlamos uma parte importante, o que é o bastante para determinar nosso destino enquanto espíritos. Aqueles que passaram pela experiência edificante de reviver várias encarnações *sabem* que possuem muitos recursos e que podem confiar mais em si mesmos. Esta confiança pode ser notada nesta fala: “Eu fui muita coisa. Passei fome e comi comidas muito gostosas. Fui homem e fui mulher. Fui pai e fui filho. Fui bonito e fui feio. Fui rico e fui pobre. Nasci em muitos

lugares. Quanta coisa! Eu entendo por que você falou que meu espírito era bem vivido. Agora eu posso confiar mais em mim”.

Nós somos espíritos com muitas encarnações, passamos por muitas experiências, fizemos boas escolhas e escolhas ruins. Aprendemos, sofremos, fizemos pessoas sofrerem, nos arrependemos, ajudamos, atrapalhamos, etc. Em nosso espírito estão registrados os resultados dessas escolhas e opções.

Se em outras encarnações você superou problemas complicadíssimos, por que desta vez você não conseguiria superá-los? Nascendo várias vezes as pessoas vão aprendendo e amadurecendo. Em cada encarnação elas devem se esforçar para evoluir e aprender bastante. Portanto, desta vez você estará mais bem preparado para enfrentar as dificuldades se usar o que já aprendeu em outras encarnações; será mais fácil superar as dificuldades se utilizar o que já desenvolveu.

Foi o que observei em milhares de regressões em meus pacientes. Quanto mais aprendemos e evoluímos, mais preparados estamos para enfrentar positivamente os desafios que a vida nos impõe. Evoluir e amadurecer é, portanto, a maneira mais eficiente de conquistar a paz e o bem estar.

Téo superou um grande problema espiritual. O maior problema não era a depressão em si, que era uma *consequência* dos traumas e condicionamentos de outras encarnações. A parte mais importante foi permitir ao espírito do Téo superar os traumas e condicionamentos e ajudá-lo a aproveitar melhor a encarnação atual e as próximas. Evoluir é fundamental para viver melhor, porque é uma das leis da existência humana.

Nascer várias vezes para evoluir é isto que todos nós fazemos. Cada um deve seguir seu próprio caminho, enfrentar suas dificuldades e usufruir o que já evoluiu. Esta é a vida humana. E a vida humana é apenas é uma parte da vida mais longa e mais complexa do espírito.

LEI DA EFETIVIDADE: todas as habilidades e qualidades desenvolvidas favorecem o enfrentamento das dificuldades da vida e aumentam o usufruto das boas oportunidades. No lado oposto, os defeitos, condicionamentos e imaturidades, dificultam a resolução positiva dos problemas, desviando o indivíduo de boas escolhas e boas soluções. Onde não há evolução é onde o próprio indivíduo atua para aumentar seu sofrimento e o sofrimento alheio.



ROSÂNGELA E O MEDO DA AUTODESTRUÇÃO

Rosângela, com 21 anos, estava no auge de sua beleza. Loira, olhos azuis e com um corpo lindo que chamava a atenção de todos. Alegre, gostava de sair com seus amigos e viajar.

Só havia uma coisa em que era diferente das suas amigas: não conseguia usufruir da sua sexualidade. Saía à noite e trocava alguns beijos com os rapazes. Apesar do desejo, não conseguia ir além dos beijos. Namorou sério duas vezes, nas duas vezes terminou com medo das intimidades sexuais. Manteve relação sexual com os dois namorados, mas não sentia prazer. Sentia muita culpa e ficava angustiada porque não tinha prazer no ato sexual. Terminou os namoros antes que os namorados terminassem o relacionamento com ela.

Rosângela era uma moça comum para os dias atuais. Aos 14 anos deu seu primeiro beijo. Queria ter algo a mais, mas adiava por se considerar nova e por não ter ninguém muito especial. Ela se imaginava como uma mulher que teria muito prazer com o sexo, mas faltava encontrar o homem certo. Aos 17 anos teve sua primeira grande paixão correspondida. Com muito romantismo, preparou-se para ter a primeira relação sexual. Foi uma catástrofe, para ela. Ao invés de prazer surgiu o medo, a ansiedade e a angústia.

O namorado conversou com ela e eles chegaram juntos à conclusão de que sua reação era pela insegurança da primeira vez. Nas outras vezes, piorou. Várias vezes ela chorava durante a penetração. Os meses passaram e ela começou a ter medo de ficar a sós com o namorado. Acabou terminando com ele.

Com o segundo namoro aconteceu o mesmo. Aos poucos o rapaz conquistou o coração dela e deixou-a segura de seu amor. Ela se permitiu experimentar novamente o ato sexual. A partir do dia em que tentaram a penetração ela ficou ansiosa e nervosa, e passou a fugir de qualquer situação que facilitasse os carinhos. O medo e a angústia novamente a dominaram. Terminou o namoro. “Não sou uma mulher normal. Se ele me traísse como poderia reclamar”? Este era o pensamento da Rosângela.

Em uma sessão de regressão as lembranças apareceram fortemente, sob a forma de sentimentos e sensações corporais. Ela chorava e sentia dor, “parece a dor de um parto”, disse. O choro era compulsivo e a dor localizada no ventre. Depois de vários minutos apareceram as primeiras imagens. Ela estava trabalhando no campo quando chegou um homem a cavalo e a segurou. Ela, uma menina, teve muito medo. Tentou fugir, mas estava bem presa, o homem a violentou. Ela sentiu medo e raiva. Ao voltar machucada para casa a mãe a levou rapidamente para dentro para ninguém mais saber do acontecido. Deu banho nela, escondeu as roupas rasgadas e curou suas feridas. A mãe estava desesperada, pois temia pela filha se alguém descobrisse. A mãe orientou-a a não comentar com ninguém o que aconteceu.

Alguns dias após o primeiro estupro ocorreu o segundo estupro, realizado pelo mesmo homem. Ela voltou para casa machucada e com as roupas rasgadas. A mãe conseguiu esconder a situação de novo. Foi então que ela escutou da mãe as palavras: “minha filha, deixa ele fazer tudo o que quiser”. Ela se sentiu sozinha, abandonada. Uma tristeza muito grande a dominou naquele mesmo instante.

No outro dia ela começou a delirar de febre. Não havia mais vontade de viver. As dores começaram a aparecer pelo corpo, eram dores que se pareciam com a dor do parto. Ela não reagiu, ela não queria reagir. Depois de alguns dias com febre muito alta, com o corpo fragilizado e sem vontade de viver, a situação se agravou até que ela morreu.

“Eu me suicidei, não poderia passar por tudo de novo”. Estas foram as últimas palavras ditas naquela sessão de regressão. 50 minutos de regressão e mais 20 minutos com a utilização de outras técnicas terapêuticas. Rosângela levantou cansada e foi para casa.

“Por que eu disse que eu me suicidei? Eu fiquei doente e não me suicidei. Não entendi o que disse”. Na sessão seguinte a Rosângela estava nitidamente incomodada com a última frase da sessão anterior. Nesta

sessão não foi usada a técnica da regressão, haviam outras prioridades terapêuticas. No momento adequado voltaríamos a buscar as origens das forças que agiam dentro dela.

Em uma outra sessão, buscando as origens dos seus problemas, ficou claro o porquê do pensamento de suicídio ter aparecido em sua mente. Ela revivenciou uma encarnação em que voltava para casa e um homem a violenta. Ela gritou e se debateu, mas o homem conseguiu controlar e consumir a penetração. Voltou para casa machucada e humilhada. Observou que algumas pessoas entraram para dentro de suas casas quando ela passou. Ninguém a socorreu. Ninguém a ajudou. Ela chegou em casa com a roupa rasgada, machucada e confusa. Sua mãe saiu correndo, chorando. Foi a avó quem a levou para um lugar onde ela se lavou e trocou de roupa. A avó diz: “minha filha, seja forte. Isto é só o começo”. A avó a abraçou fortemente, chorou com ela e repetiu que ela teria que ter muita força frente aos sofrimentos da vida. Ela não entendeu bem o que a avó estava dizendo até que o pai e os tios entraram em casa aos gritos. Eles bateram nela sem piedade, enquanto demonstravam muita raiva xingando-a. A avó interferiu e apanhou também. Ela foi expulsa de casa e da cidade. Com 14 anos, saiu andando pela estrada sozinha, morrendo de medo. Afastou-se do mundo que conhecia e entrou em uma vida que não estava preparada para viver. Em volta dela portas fechadas; atrás das portas pessoas cruéis em sua incapacidade e falta de vontade de ajudá-la.

Durante as 4 sessões seguintes ela relatou com detalhes todas as crueldades a que foi submetida e fez a catarse dos sentimentos e emoções. Espancamentos, estupros, sadismo, fome, miséria, doença, dor... tudo em uma só vida.

O ser humano é diverso (possui do mais belo ao mais sombrio dentro de si), e nas relações sociais costuma revelar o que é eliciado, incentivado. Ou seja, esta encarnação foi o encontro da pessoa frágil e desamparada com algumas pessoas supostamente normais, que para com ela demonstraram o que há de pior no ser humano.

Foi assim até quando ela encontrou um homem piedoso que ajudava as pessoas e que inicialmente cuidou muito bem dela, mas que após alguns

meses começou a dizer que o demônio dentro dela o estava tentando. O homem começou a ter fantasias sexuais e a acusou de estar tomada pelo demônio. Com a ajuda de outros homens, ele a trancafiou e a torturou. Depois de semanas sendo torturada, ela conseguiu fugir quando o homem apareceu à noite e a soltou para violentá-la. Depois que ele dormiu, ela aproveitou para fugir.

Foi uma vida terrível, na qual a morte foi um alívio. O maior e pior sentimento foi o *desamparo*. Não foi o estupro constante, que se tornou uma rotina em sua vida. Não foi a violência física. Não foram a prisão e as torturas. Não foi o filho a quem um dia deu a luz e que tiraram dela. Não foi a fome e nem a miséria. Não foi o medo. Foi o desamparo, a sensação de não ter ninguém e não ter saída.

Uma encarnação influenciou decisivamente na outra. “Eu me suicidei, não poderia passar por tudo de novo”. Tudo de novo significava a repetição da encarnação em que a violência foi uma rotina. O sentimento de desamparo e o estupro foram os motivos dela avaliar uma encarnação sob a perspectiva da outra. O desânimo demonstrou que não valia a pena lutar. Não havia saída. Suas falas na regressão repetiam estes argumentos e sensações (“não vale a pena lutar”, “não há saída”). O impacto emocional de ouvir sua mãe aconselhando-a para se entregar ao estupro e o terror da sua vida se repetir em uma sucessão de desgraças provocaram no seu corpo uma reação maciça que gerou a febre e o delírio. Havia dentro dela o desejo da morte; não houve reação, não houve luta para viver. Houve um forte desejo da morte que era considerada a única saída possível para evitar que todo sofrimento se repetisse. Ela quis morrer e conseguiu morrer.

As experiências com a regressão a “vidas passadas” revelam que a violência física e sexual contra mulheres eram **extremamente comuns**. Tão comuns que a estratégia de algumas famílias era casar as filhas com 11 ou 12 anos. Caso a mulher fosse estuprada ela poderia dizer que o filho era do marido. Foi o que aconteceu com a Rosângela em uma encarnação em que foi homem. Muito jovem ele se casou e rapidamente a esposa engravidou. O filho que nasceu não se parecia com ele. Certo de que era fruto de outro homem, ele o rejeitou. Apesar de morarem juntos, ele simplesmente desconsiderava a presença do primogênito. Outros filhos vieram e ele os amou. O filho, que julgava ser a prova da infidelidade da esposa, cresceu e partiu para tentar a sorte em outro local. Nunca mais

ninguém soube nada daquele jovem. No início o pai sentiu um profundo alívio. Depois, iniciou-se o tormento do pai. Aos poucos começou a ingerir bebida alcoólica em excesso, ficou violento, infeliz e triste. O álcool era a sua forma de se esconder da vida. Nunca associou o alcoolismo e o tormento interno ao fato do filho ter ido embora de casa. A verdade é que todos os dias eram dias de tristeza, de irritação, de insatisfação, que somente o álcool conseguia anestesiar. Morreu atormentado e infeliz. A avaliação que a Rosângela fez desta encarnação foi: “ele fez o mesmo. Ele fez o mesmo. Ele também foi cruel. O menino não teve culpa. Ele não teve culpa. A mãe também foi violentada. O menino não teve culpa...” Rosângela chorou profundamente.

Saber que ela também praticou a violência do desprezo e do desamparo foi uma experiência transformadora para a Rosângela.

“Como pode a cultura em que vivemos nos dominar deste jeito... a ponto de destruir a vida de pessoas inocentes sem a menor dúvida de que estão fazendo o correto”.

A cultura é o caldo de vida onde nos desenvolvemos, através dela aprendemos e cultivamos comportamentos, valores e atitudes. Ou seja, uma grande parte do que fazemos, sentimos e pensamos é condicionada pela cultura. Houve uma época em que era aceito e incentivado abandonar uma menina que sofreu violência sexual. Hoje uma mulher que sofre uma violência sexual provavelmente terá o amparo da família. A cultura mudou e mudou a reação das pessoas para esse mesmo problema. Você já pensou o que pessoas que viverão daqui a 100 anos irão falar de nós? O que pensarão de nós, que agimos segundo a cultura da época em que vivemos?

Passado o espanto inicial, Rosângela percebeu que o abandono do filho foi fatal para destruir o pai e transformar a vida dele em um tormento. O filho partiu, como em *outra* encarnação o pai havia partido sem apoio e sem amparo, rumo a uma vida desgraçada. Antigas memórias e condicionamentos foram reavivados, pois a situação do filho que partiu era muito parecida com a situação da menina que havia partido em encarnação anterior. Esses condicionamentos começaram a agir com muita intensidade e geraram confusão mental, angústia, desejo de autodestruição e a compulsão pela bebida. A dor do abandono e a culpa pela crueldade se fizeram dominantes em sua mente inconsciente, contaminando

completamente suas escolhas e atitudes. Um pai atormentado pelo que fez ao filho, atormentado não pela sua consciência, mas pelo inconsciente por onde entraram em ação forças psíquicas poderosas. O pai poderia ter escolhido perdoar o filho pelo que *não* havia feito, assim não teria sofrido muito, mas considerou a raiva e o desprezo uma solução melhor. Todavia, raiva e desprezo *já* são uma solução melhor.

As diversas encarnações se entrelaçam e se influenciam. Mesmo sendo homem, a dor do desamparo estava inscrito em seu espírito. Uma dor bastante forte para lhe destruir a vida. Uma encarnação após a outra, o sentimento de desamparo foi aparecendo e se fortalecendo a ponto de ser o sentimento mais importante, ditando e organizando o destino daquele espírito, hoje encarnado como Rosângela.

Em outra sessão Rosângela questionou: “eu entendo o trauma que há dentro de mim, entendo o desamparo que existe nas minhas encarnações. Só não sinto este desamparo na minha vida atual. Será que ele está tão escondidinho assim”? Nem sempre é fácil identificar a ação dos sentimentos e dos condicionamentos de uma outra encarnação. Primeiro porque podem ser inconscientes. Segundo porque estes condicionamentos e sentimentos influenciam a vida da pessoa em conjunto com outros fatores. Ou seja, raramente eles aparecem de forma clara e precisa. Posteriormente, na terapia, ela identificou o desamparo em sua atual encarnação.

Rosângela sentia várias mudanças em sua vida, mas a parte sexual não havia mudado o suficiente. Ela estava mais madura, mais dinâmica e mais determinada. “Eu amadureci muito e me sinto capaz de enfrentar bem melhor a vida. Está valendo a pena enfrentar meu passado”.

As pessoas devem entender que existe o passado que repercute no presente e o passado que está no passado. O passado que necessita ser descondicionado é o passado que está no presente e domina o presente, portanto não é passado, é presente.

É a este passado que a Rosângela se refere, o passado que domina o presente. Ele era tão forte que influenciava até momentos simples como apresentar um trabalho na faculdade. O passado (que repercute no

presente) estava deixando de controlar a sua mente, isto gerou muitas facilidades para enfrentar as dificuldades da vida cotidiana.

As mudanças que acontecem *além* do objetivo central da terapia são importantes porque solidificam e dão força para as pessoas enfrentarem o desafio principal, no caso da Rosângela, a dificuldade sexual. É muito mais fácil uma pessoa confiante e com boa autoestima enfrentar seus desafios. Boa parte dos problemas de autoestima deriva da confusão provocada por conflitos do passado influenciando o presente. Assim, a situação problemática *se repete sempre* e há *pouco espaço para o aprendizado*. Quando existem algumas mudanças internas, o espaço e as possibilidades de transformação aumentam significativamente. Ou seja, no processo terapêutico uma mudança facilita outras mudanças.

Rosângela aprendeu que havia continuidade em sua vida. Desde seu comportamento na faculdade até as escolhas de amigas e os valores que cultivava, nada existia nela sem que houvesse uma influência positiva ou negativa de suas encarnações passadas.

O apego e a dependência excessiva do pai começaram a ficar bem evidentes como traços centrais de sua personalidade. Ela se lembrou de que quando era criança, ficava preocupada em ser uma boa filha para que o pai gostasse dela, pois morria de medo de ser abandonada. Procurava agradar todo mundo compulsivamente. Cada amiga que a desiludia ela chorava muito como se fosse o “fim do mundo”, porque pensava que ninguém mais gostaria de ser sua amiga. Numa sessão ela disse: “eu sou o medo do desamparo em pessoa. Ele é tão próximo de mim que nem o percebia. Eu sempre morri de medo do meu pai ir embora de casa. Minha mãe me contou que eu chorava muito quando alguém cantava a música do boi da cara preta ou de bicho papão que leva embora a criança...” O desamparo mostrava sua face e sua força na encarnação como Rosângela. Ela era uma filha amada de uma família unida e harmônica. Vivia uma vida de amor e amparo, mas nem essa enorme solidez e segurança emocional da família conseguiram romper com os condicionamentos do passado.

Uma outra encarnação revelou algo inovador. Ela foi uma mulher cujo marido a tratava com o mesmo desprezo que todos na cidade sentiam pelas mulheres. Esse desprezo pelas mulheres era cultivado inclusive pelas próprias mulheres. A mulher era um ser inferior, quase que um estorvo necessário para cuidar dos filhos e da casa. “Meu marido conversa comigo

como se eu fosse uma empregada que tivesse algumas regalias econômicas. Eu sinto raiva de ser tratada assim. Quem ele pensa que é? Tenho ódio dele. Eu cuido das crianças, cuido da casa e ele só reclama e me desmerece”. Se não fosse pelos filhos já teria tomado alguma atitude. “Eu não quero viver assim para sempre. Eu quero alguém que me ame, que me trate bem. Eu quero ser cuidada. Não quero continuar ameaçada... isto não é vida. Eu quero liberdade, quero ser amada. Amada de verdade”.

Ela não aceitava o desprezo do marido. Outras pessoas a tratavam com educação, porque era rica e membro de uma família importante. Um dia percebeu que um homem olhava para ela com um interesse diferente. Carente, ficou encantada por alguém ousar encará-la com desejo. Ela confundiu tudo: sentiu-se amada por aquele estranho. Durante meses esperava o momento das compras para sair de casa e trocar olhares cada vez mais explícitos com o estranho. O fato do estranho desafiar as regras e o costume era entendido como prova de amor como jamais teve, pois aquele homem era alguém que arriscava a própria vida por ela. Ela não sabia que o sujeito era um galanteador que tinha o maior prazer em perverter mulheres bem casadas. Iludida por si própria e apaixonada, ela foi aos poucos permitindo a aproximação do estranho. Acabou tornando-se amante dele, foram momentos de sexo intenso que ela confundiu com o amor. Ela o amava, para ele ela era o troféu de sua virilidade. Durante alguns meses ela o “amou” loucamente. O amante resolveu que era chegada a hora de começar a exibir seu troféu. Começou a contar para as pessoas que estava se relacionando com uma mulher casada.

O escândalo explodiu quando o marido descobriu. Desmoralizado publicamente, ele a espancou, violentou, ofertou-a para outros homens e, por fim, expulsou-a e deserudou seus filhos. O amante riu de sua situação. Graças à piedade de uma amiga conseguiu um trabalho de simples empregada em uma propriedade. Chorando ela disse: “eu desgracei a vida dos meus filhos. Como sou burra. Acabei com o futuro esplêndido deles. Acabei com o futuro deles...” Ela viveu desprezada, remoendo a culpa e o ódio de si. Nunca mais se interessou por nenhum outro homem. Todos os dias se crucificava dizendo para si mesma que uma “prostituta” como ela tinha que sofrer tudo o que estava sofrendo, mas os filhos não mereciam o mesmo destino.

“O homem que desgraçou minha vida continuou vivendo normalmente na cidade. Eu era um troféu para ele e uma lição para as outras mulheres.

Todas as mulheres deveriam se comportar se não teriam o mesmo fim. Eu sinto raiva dele e uma vontade enorme de me vingar”. A chance da vingança chegou quando seu filho ficou moço. O filho era um jovem bonito que poderia destruir a vida da filha de seu ex-amante. Durante anos ela o instruiu com livros de filosofia e poesia. Com muita dificuldade, conseguiu que ele aprendesse as artes de luta. Observando que seu filho era um homem bonito, culto e atlético decidiu que ele estava pronto para a vingança.

O rapaz cumpriu sua missão. Seduziu a filha do ex-amante, tornou-a sua amante e denunciou-a em público. A mocinha ficou desgraçada. E o seu filho, um pobre coitado, ficou marcado para morrer. Ele fugiu sem rumo e a mãe nunca mais soube nenhuma notícia dele. Ela perdeu seu filho. Os outros que ficaram começaram a sofrer ameaças também. Ela resolveu fugir com eles, com medo de vingança. Fugiu de uma vida pobre mas estável para uma aventura de sofrimento para ela e os filhos. Mais uma vez se sentia culpada. Havia piorado a vida dos filhos. Sua vingança terminou com a sua destruição. Ela adoeceu, a filha se prostituiu, um filho se embbedou e o outro desapareceu. Ela morreu considerando-se uma desgraçada que havia destruído a vida das pessoas.

Depois de muito choro e muito sofrimento Rosângela começou a perceber o quanto se sentia culpada por transar com o namorado. A relação sexual indicava o início de um grande risco. Para seu inconsciente era o risco de viver uma vida que a levaria a ruína. Sexo, culpa e destruição estavam interligados. Amar alguém era um risco.

A sua mente estava acostumada com o histórico de vidas em que o *final* foi catastrófico. Ela estava condicionada a sentir seu futuro sob um ponto de vista muito negativo. Na infância não havia esse risco. O risco iniciava junto com uma vida sexual ativa. Ser mulher sexualmente ativa e decidir por si mesma eram situações que geravam o perigo. Não conseguir manter relação sexual a distanciava dos homens. Era uma forma de adiar ao máximo o início da sequência de acontecimentos que terminariam por destruí-la.

Continuar a ser “criança”, este era seu desejo. Ter autonomia pessoal e sexual era uma forma de perda da proteção familiar e de desamparo. Sua mente estava totalmente condicionada, e o condicionamento possuía tanta força que não bastava ter uma ótima família e uma vida equilibrada. Ela estava traumatizada com o passado.

Várias sessões foram necessárias para renovar a sua mente, descondicionando-a. Ao final do tratamento ela era uma mulher normal, que tinha prazer sexual com o novo namorado. Suas encarnações anteriores não a dominavam mais. Ela recuperou a autoestima e a segurança, e seguiu para um futuro em paz e repleto de realizações. O passado foi para o passado, e o presente passou a ser analisado com os “olhos do presente”.

Nascer várias vezes para evoluir, este é o grande propósito. E a grande vantagem é que ao evoluir a vida fica melhor. A Rosângela pôde caminhar rumo a uma vida mais equilibrada. Como mulher pôde viver a sua sexualidade e como cidadã pôde desenvolver-se profissionalmente. Os traumas acabaram e ela retomou o seu livre-arbítrio; ela estava livre para decidir de que forma usaria sua sexualidade e quais valores morais iria cultivar.

Viver o presente é ter nova oportunidade de construir uma vida saudável e, se for sua escolha, espiritualmente evoluída. O presente é um instante. O passado é enorme, o futuro é enorme. Mas, é somente neste pequeníssimo espaço que estão todas as possibilidades humanas. Este é o presente: o momento da escolha, da realidade, da vida real. É o momento de fazer boas escolhas, melhor dizendo, é mais uma oportunidade de escolher fazer boas escolhas.

Se nas outras encarnações ela não pôde ou não soube *superar* os condicionamentos mentais, nesta encarnação a tarefa foi realizada. Uma das principais missões de sua vida estava completa, ela nasceu com preparo e recursos internos para superar seus desafios. É assim que são programadas as novas encarnações de todos os espíritos: segundo suas capacidades e necessidades são planejados os desafios a serem enfrentados na vida. Naturalmente, as pessoas podem enfrentá-los, podem se esconder, podem postergar, ou seja, podem ter várias atitudes que adiantarão ou atrasarão a resolução dos desafios/problemas. Rosângela estava preparada para ter um envolvimento afetivo sadio, pois enfrentou *positivamente* os seus problemas. Ela estava pronta para amar e enfrentar o desafio de uma vida a dois, ela estava mais madura e mais consciente de si e de suas

potencialidades. É uma vida mais satisfatória, que somente quem evolui e/ou segue sua missão de vida consegue atingir.

LEI DA CAPACIDADE – antes de nascer, a vida do espírito encarnante é planejada. De acordo com suas capacidades, habilidades e necessidades evolutivas é escolhida a missão de vida. Todos os seres humanos nascem com a capacidade, com o preparo e recursos internos para superar os desafios da missão de vida. Seria insensato propor condições e objetivos de vida que fossem impossíveis de serem realizados por um espírito encarnado. Isto significa que temos vários recursos inatos e que devemos desenvolvê-los a fim de vivermos melhor e cumprir nossos objetivos.



ANTÔNIO: MEMÓRIAS E CONDICIONAMENTOS ATUANDO SOBRE OUTRAS ENCARNAÇÕES

O filósofo Platão disse que nascimento é o início de sono e de esquecimento, já que a pessoa sai de uma situação de grande consciência no plano espiritual e entra em outra situação de pouca consciência ao nascer. A morte, segundo Platão, seria o oposto, seria o despertar e o recordar. A encarnação, para ele, é o momento de esquecimento e de diminuição da consciência. Acontece que a pessoa pode esquecer do passado, mas o passado não esquece dela. Quer dizer, sempre haverá partes do passado que estarão no presente, repercutindo na encarnação atual da pessoa. Se uma encarnação se sucede à outra é natural que uma influencie a outra. Nossa infância também influencia nossa vida adulta. De várias formas e com diferentes intensidades o passado influencia a vida *presente* do ser humano. Somos uma continuidade e partes do passado continuam a agir no presente. Portanto, é necessário refletir: *quando é que memórias e condicionamentos de uma encarnação atuam negativamente em outra encarnação posterior?*

São duas as situações mais comuns, que podem aparecer juntas ou separadas. Primeiro: quando o tema de uma encarnação coincide com o tema de outra encarnação. Na estória que vocês leram do Téo, o tema era a tristeza que surgia sempre que havia o receio de perda de familiares queridos. Na estória da Rosângela o tema era o desamparo, que perpassou várias encarnações, e que emergia sempre que havia o despertar sexual. Segundo: quando a encarnação parece estar **inacabada ou incompleta** e há

tentativa do espírito de dar continuidade à história da encarnação passada em uma encarnação futura. É o que aconteceu na vida do Antônio, que narrarei agora. Ele era um homem de negócios com muito sucesso financeiro e pouco escrúpulo. Rico, poderoso e confiante, até que os filhos ficaram adultos e foram trabalhar com ele em suas empresas. Inicialmente desconfiava de todas as atitudes dos filhos. Depois sua desconfiança evoluiu para a raiva. Em poucos anos tomou uma série de atitudes que geraram muitos prejuízos e o fizeram perder uma parte do seu patrimônio. O homem de sucesso era agora um fracasso. Percebendo a irracionalidade das atitudes do marido, a esposa o levou para fazer terapia. “Parece que o meu marido quer acabar com tudo só para não deixar dinheiro para nossos filhos”, disse a esposa do Antônio.

Em uma sessão ele se deitou na poltrona e seguiu a orientação do terapeuta. As primeiras imagens que apareceram em sua mente eram de situações em que imperava a raiva, muita raiva. Ele repetia: “meu irmão vai ficar com tudo. Desgraçado! Vai ficar com tudo. Vai ficar com a minha mulher, meus filhos, tudo, tudo”. Repetia compulsivamente essa fala. A raiva era enorme. A revivência daquela encarnação revelou que ele havia trabalhado muito e naquele momento, próximo à morte, estava perdendo tudo. Acreditava que estava sendo derrotado e se sentia destroçado e humilhado. Estava no fim da vida e não tinha forças e nem condição física para reagir. Sobrava a raiva e o desejo de vingança. Antes de morrer chegou a uma conclusão: “o mundo é selvagem, se você não destruir, o outro te destrói. Olha o meu irmão se aproveitando para se apossar do que é meu. Se eu não tivesse tido pena dele e o tivesse deixado partir quando perdeu tudo o que tinha, não estaria sendo derrotado agora”. Junto com essa avaliação apareceu um enorme desejo de vingança, um desejo de “continuar” a luta depois da morte. “Não, essa história não acabou. Eu vou dar a volta por cima, vou ter tudo de volta e ser melhor do que ele”. Numa encarnação passada o espírito do Antônio decidiu que aquele momento de derrota seria um momento da luta e não o fim de uma batalha. Essa avaliação feita nos últimos instantes antes da morte dirigiu sua encarnação seguinte, como Antônio.

*A percepção da realidade pelo ser humano é sempre
distorcida, pois a realidade é interpretada e
complementada pela mente segundo os conteúdos que já*

estão ativos dentro dela. O humano sábio jamais confia plenamente em sua percepção.

O homem que se sentia derrotado morreu. Acreditava ter deixado tudo para o irmão, o que era considerado uma grande derrota. Essa era a sua *percepção* da realidade até o momento da regressão. Na regressão procuramos a realidade completa (total), que se mostrou bem diferente da percepção inicial. A estória completa é esta: o irmão foi à falência e ele o ajudou a reiniciar nos negócios. Pouco depois o irmão se casou com uma mulher muito rica, o que fez dele o homem mais rico e poderoso do lugar. Obediente ao sogro, fez muitas coisas ruins. Ganancioso, apossou-se de bens e propriedades de simples camponeses, destruiu famílias e humilhou pessoas. Tal pessoa ruim reapareceu no momento da morte para fazer o que? O homem que estava morrendo supôs que fosse para se apossar de tudo e destruir sua família. Morreu acreditando nisso. *A realidade foi diferente*: ao saber do sofrimento e da morte iminente de um membro da sua família, o irmão perverso correu para se despedir e jurar que protegeria a esposa viúva e os filhos. Ao se aproximar do irmão moribundo não conseguiu fazer a promessa, pois esse ficou muito nervoso e agitado. O moribundo morreu com a certeza de que lutou e que o irmão se apropriou de tudo. Morreu como derrotado. Morreu sem saber e continuou sem saber que o irmão cuidou de sua família e não se apossou dos bens deles.

A morte é o momento na vida em que tudo fica *inacabado*. Para alguns espíritos, porém, há um desejo e uma fixação em “continuar” a encarnação que acabou. A fixação pode ser tão grande e tão forte que eles *persistem nas mesmas avaliações*, mesmo renascendo em situações muito diferentes. É o caso do Antônio, que mesmo reencarnando em uma situação muito diferente tentou continuar sua encarnação anterior, no sentido de “recuperar o que perdeu e deixar de ser o perdedor”. Para ele, a velhice e os filhos adultos significaram a certeza de perder tudo novamente e se sentir “derrotado” no final. Esse era um padrão muito forte de percepção da realidade que se *repetia* e dominava suas ações e pensamentos. Esta é uma das principais formas pelas quais uma encarnação passada influencia uma encarnação posterior: o desejo, a intenção e a fixação em continuar com dramas de existências anteriores. As ações do Antônio eram conscientes, porém as *motivações* que dominavam e determinavam suas

ações eram inconscientes. Somente se tornaram claras e deixaram de dominar sua mente quando fez o tratamento através das regressões.

O ser humano possui influências do inconsciente que interferem, e algumas vezes determinam, como ele irá agir, sentir ou pensar. Podemos ter consciência de nossas ações, mas jamais teremos plena consciência de todas as motivações que nos induzem a ter aquela ação. Esta é uma das limitações da vida humana.

A morte afrouxa os vínculos do espírito. Por exemplo, afrouxa o vínculo com o corpo que perdeu a vida e com os bens materiais, dos quais ele tinha a posse temporária (toda propriedade é na realidade posse temporária). Na imensa maioria das vezes estes fortes vínculos se rompem e o espírito segue para outros lugares. Algumas vezes, porém, o espírito se mantém nas proximidades do ambiente onde esteve encarnado. Nestas condições ele pode ver e escutar muitas coisas. Todavia, estão quase sempre muito confusos e perturbados para perceberem ou entenderem corretamente a realidade dos acontecimentos que sucedem à própria morte. Foi exatamente o que aconteceu nesse caso. Apesar de observar que após a sua morte o irmão protegeu sua família e garantiu o futuro de seus filhos, ele *não* conseguiu processar essa informação que lhe garantiria paz e tranquilidade. Sua perturbação era tão grande que o único pensamento que conseguia ter originava-se no desejo de vingança. A fixação na ideia da derrota e a confusão mental o impediam de perceber que a realidade da vida da família após a sua morte era completamente diferente do que estava imaginando.

As motivações para o espírito ficar próximo ao plano material logo após a morte do corpo são todas negativas, pois o caminho natural do espírito é se afastar, distanciar. Portanto, a escolha da proximidade corresponde a um uso intensivo dos recursos negativos que um espírito cultivou ao longo do tempo. Este uso maciço de negatividades geralmente gera confusão mental, percepção fantasiosa da realidade e um grande número de sentimentos negativos. É um mergulho no “fundo do poço” que cobrará um grande

esforço para o espírito se reerguer. (Este raciocínio não vale para os espíritos mais evoluídos.)

Durante as regressões Antônio percebeu a realidade benéfica das atitudes do irmão e se aliviou da raiva. Surgiu em sua mente um misto de culpa, ódio por si e vergonha. Por outro lado, os sentimentos nobres, como o desejo de respeitar os outros, estavam se fortalecendo no interior Antônio. Ele passou a se questionar: “o que eu fiz todos estes anos com as pessoas?” *O fortalecimento dos sentimentos nobres em seu interior fizeram-no reavaliar a própria vida.*

Observe bem: a mudança radical ocorre quando os sentimentos nobres ganham força e, conseqüentemente, geram a mudança do pensar.

O conflito surgido em uma encarnação continuou em outra encarnação. O espírito do Antônio tentou resolver o problema de uma encarnação em outra. A pergunta a ser respondida é: como essa encarnação passada se tornou tão forte na vida do Antônio a ponto de dominá-la em aspectos tão essenciais?

Antônio nasceu em uma família cujo pai era boêmio. Constantemente o pai não voltava para a casa. Sua mãe ficava preocupada e raivosa. Aos poucos a situação financeira da família foi ficando pior. Ao ficar grávida de mais um filho, grávida de Antônio, sua mãe ficou preocupadíssima com mais uma boca para alimentar e sofrer no mundo. Esta sensação de fraqueza da mãe contaminou o bebê que se formava dentro dela. A reação do bebê foi reativar a raiva e se recusar a se sentir derrotado: “desta vez ninguém vai me derrotar, sou eu que vou derrotar as pessoas. Eu vou vencer”. Essa frase foi seu guia por longos anos.

Quando menino escutava as outras crianças chamando-o de filho do bêbado, tudo o que sentia era raiva e desejo de vingança. Na escola era o mais pobre entre os pobres. Tinha a certeza de que era discriminado pelas professoras, e para provar seu valor e “jogar na cara delas” ele estudava muito. Foi sua sorte: usou o sentimento errado para motivar-se a tomar a atitude correta: estudar muito. Do útero à velhice a vida era uma luta entre

quem ganha e quem perde. Mesmo com os filhos era uma luta. À medida que eles cresciam e Antônio ia ficando mais velho, o sentimento de que os filhos o estavam superando gerava muito desconforto. Ele não conseguia aceitar que estava trabalhando arduamente para acumular bens que ficariam para seus filhos, sobrando para ele a velhice e a morte. Isso era uma derrota intolerável. Esta irracionalidade fez com que ele tomasse muitas atitudes erradas. Muitas dessas atitudes geraram grandes prejuízos financeiros, outras geraram grandes desavenças familiares.

O que faz um homem que sempre utilizou a raiva como motivação para trabalhar e acumular bens quando a raiva desaparece? Há um vazio enorme. Este vazio, se bem trabalhado, é uma ótima oportunidade para cultivar a gratidão, o respeito e a benevolência. Acima de tudo é uma oportunidade de arrependimento e de busca de reparação. Mais uma vez o exemplo de um irmão veio salvá-lo. “Eu tenho um irmão nesta vida e sempre o achei um frouxo e um fraco. Ele é bom, é caridoso, ajuda os pobres, tudo o que eu sempre odiei. Mas, olhando bem dá para perceber outras coisas. Hoje ele é mais rico que eu (fato que era muito importante para o Antônio). Ele ama a esposa dele e eu só tenho uma companheira. Ele sempre curtiu os filhos dele e eu sempre fiquei distante. Ele vive muito melhor do que eu. Sinto-me um estúpido por tê-lo considerado um fraco por toda a vida”. *O irmão cultivou a bondade, o respeito e a boa vontade. Os resultados dessa prática a longo prazo tendem a ser melhores do que cultivar a raiva.*

Antônio passou por um processo de reorganização mental para *aprender* a cultivar os sentimentos nobres. Em encarnações passadas desenvolveu a crença no poder e na força de valores negativos, sendo parcialmente favorecido por essas crenças. Porém, foram elas a causa da percepção deturpada da realidade, o que gerou problemas, desavenças, sofrimentos, perdas e decisões erradas. Antônio sabia agir a partir de valores e crenças negativas. Não sabia agir a partir de sentimentos, pensamentos e sensações nobres. Teve que aprender. Foi necessário, para mudar, voltar à origem do problema e reorganizar suas percepções e escolhas a partir daquele instante.

Agir a partir de sentimentos e pensamentos nobres não é apenas um ato de vontade. É necessário aprendizado e treino para conseguir usar diariamente o que é nobre.

O Antônio era um senhor de idade avançada. Muitos poderão se perguntar: depois de prejudicar tantas pessoas, de que vale mudar ao ficar velho? Outros afirmarão: esta “revolução pessoal” será útil por pouco tempo, pois ele está velho. São colocações típicas de pessoas que não entendem a continuidade da vida. Essa “revolução pessoal” será útil muitos anos na encarnação atual, muitos anos em outras encarnações e muito mais anos quando estiver no plano espiritual. Assim como os problemas e os condicionamentos podem passar de uma encarnação para a outra, os ganhos e os aprendizados também podem passar. Decididamente esqueça que você é uma pessoa limitada a esta experiência encarnatória. Outra vantagem é que a transformação de uma pessoa é uma grande oportunidade de mobilizar várias outras pessoas para suas próprias transformações interiores. Foi o que aconteceu com a esposa do Antônio, que, embalada pelos bons exemplos que começaram a se originar no marido, também reformulou seus valores e crenças.

O ser humano pode ter idade avançada e estar no final da vida do corpo. Porém, o espírito ainda terá uma longa jornada. Nunca é tarde, portanto, para a mudança positiva.

Um espírito pode se fixar em determinados fatos, crenças e condicionamentos de “vidas” passadas e tentar dar *continuidade* a estas situações em uma nova oportunidade encarnatória. Desta forma parte do passado continua a atuar no presente. O passado também pode ser reestimulado por experiências do presente, como no caso do Téo e da Rosângela. Todavia, é importante perceber que no caso da tentativa de dar continuidade a situações passadas também existe o reestímulo. Estas são as duas principais formas do passado de outras encarnações influenciarem a encarnação atual.

LEI DAS MÚLTIPLAS MOTIVAÇÕES – todos os sentimentos, sensações e pensamentos (conscientes e inconscientes) são motivadores, servem para direcionar a vida humana rumo a determinadas experiências. Alguns são condicionados, outros são estimulados pelo corpo ou pela cultura e tem aqueles que são diariamente cultivados. Eles são diversos em sua origem, conteúdo e força. São conflitantes entre si e expressam desde o melhor do

ser humano até o seu pior. Todos agem como motivadores, gerando motivações variadas e conflituosas entre si. Ao ser humano cabe esforçar-se para cultivar o que é nobre a fim de libertar-se de tudo o que é condicionado, e de quase tudo que é estimulado pelo corpo ou pelo ambiente. Ao cultivar o que é nobre o ser humano aprende a ser menos reativo aos estímulos do corpo, da cultura e do meio ambiente. A prioridade passa a ser a manutenção dos sentimentos e pensamentos nobres.



VALE A PENA MUDAR, MESMO QUE SEJA NA VELHICE

Vale a pena mudar, mesmo que seja na velhice. Uma das parábolas de Jesus se encaixa muito bem nesta avaliação.

“O reino dos céus, com efeito, é comparável a um senhor de casa que saiu de manhã muito cedo, a fim de contratar operários para sua vinha. Combinou com os operários o salário de uma moeda de prata por dia e enviou-os à sua vinha. Tendo saído pela terceira hora, viu outros postados na praça, sem trabalho, e lhes disse: ‘Ide, vós também, à minha vinha, e eu vos darei o que for justo’. Eles foram. Tendo saído de novo pela sexta hora, depois pela nona, fez a mesma coisa. Pela undécima hora, saiu de novo, encontrou outros que ali estavam e lhes disse: ‘Por que ficastes aí o dia inteiro sem trabalho?’ ‘É porque, disseram eles, ninguém nos contratou’. Ele disse-lhes: ‘Ide também vós para a minha vinha’. Tendo chegado a tarde, o dono da vinha disse ao seu administrador: ‘Chama os operários, e entrega a cada um deles o seu salário, começando pelos últimos para acabar pelos primeiros’. Vieram os da undécima hora e receberam uma moeda de prata. Vindo por sua vez os primeiros, pensaram que iam receber mais; mas receberam, também eles, uma moeda de prata cada um. Ao recebê-la, murmuravam contra o senhor de casa: ‘Estes que chegaram por último, diziam, só trabalharam uma hora, e tu os tratas como a nós, que suportamos o peso do dia e do calor intenso’. Mas ele replicou a um deles: ‘Meu amigo, não estou te prejudicando. Não fizeste contrato comigo à base de uma moeda de

prata? Toma o que é teu e vai embora. Eu quero dar a este último tanto quanto a ti. Não me é lícito fazer o que quero do que é meu?

(Mateus 20,1–15)¹

O desejo de Deus é que todos decidam espontaneamente cultivar o que é nobre, mesmo que seja no “final do dia” ou no final da encarnação. Aqueles que evoluírem rápido e os que evoluírem devagar chegarão ao mesmo “local” e terão as mesmas “recepções”.

Quem evolui rápido se poupa de sofrimentos, diminui o que terá a reparar e desfruta por mais tempo os benefícios que são próprios da evolução do espírito. Todos os espíritos muito evoluídos são unânimes em nos informar que existe um profundo deleite em se aproximar de Deus.

Quem se acostumou a cultivar os sentimentos, pensamentos e sensações nobres também relata um aumento do grau de satisfação com a vida e com a própria existência. Em outras palavras, *vive melhor quem evolui e cultiva o que é nobre*, independentemente da idade.

Algumas pessoas perguntam: se alguém teve uma vida em que prejudicou muitas pessoas e só mudou no final, é justo que ela receba os mesmos benefícios de outras que desde sempre foram justas e boas?

É justo. Este, aliás, é o caso da imensa maioria das pessoas que estão lendo este livro. Nunca fiz o tratamento de um único paciente que não tenha tido *grandes* erros em encarnações passadas.

Somos todos os frutos da misericórdia divina e da oportunidade de sempre recomeçar.

A misericórdia divina é verdadeira. Se Deus agisse conosco da mesma forma que gostaríamos que Ele agisse com os outros, todos nós teríamos uma vida com muito mais sofrimentos do que temos hoje. Porque você pode ter certeza, se não fosse a misericórdia de Deus você mereceria uma vida muito pior do que a que você tem hoje. Todos nós estamos encarnados na Terra porque nossa evolução tem se dado a passos lentos. Já tivemos muitas oportunidades e várias vezes as desperdiçamos por termos escolhido o orgulho, a violência, a raiva, o ódio, a guerra, a inveja, o

abandono, o egoísmo, a fuga da realidade, o preconceito, a vaidade, etc. Apesar de nossas escolhas limitadas e ruins, Deus é misericordioso. Deus sempre nos oferece as condições *necessárias* para que possamos escolher e cultivar o que é nobre. Ele oferece boas condições para os espíritos encarnados superarem traumas e condicionamentos, dentro dos limites e possibilidades de cada um.

Sob o ponto de vista do espírito, ele evolui ou não. Ele evolui em determinados pontos e não evolui em outros. Naquilo que ele não evoluir será onde surgirão os maiores sofrimentos. Onde ele evoluir será onde cultivará o que é nobre, ampliará a consciência e saberá se proteger. Ou seja, *onde há evolução há proporcionalmente menos sofrimento e maior desfrute.*

Um espírito que prejudicou muita gente, como é o caso do Antônio, ao evoluir e passar a cultivar o que é nobre receberá o seu “salário”, como disse Jesus. Mas, porém, terá a necessidade da *reparação*, que é uma das Leis de Deus. Um espírito dinâmico, trabalhador e perspicaz como o de Antônio, se somado à gratidão, ao respeito, à benevolência e à caridade poderá ajudar muitas pessoas. Inclusive e principalmente poderá ajudar aqueles a quem prejudicou. Sob o ponto de vista das Leis de Deus, Antônio terá que fazer um esforço muito grande de reparação, pois sua evolução somente será completa com a reparação (podemos comparar a *reparação* a um processo de “*limpeza*” da mente).

A evolução se inicia com a emersão de conteúdos nobres, mas este processo somente se completa com a reparação. Evolução sem reparação é como um atleta que despreza uma de suas pernas. Em algum momento ele terá que encarar a necessidade da outra perna que é a reparação. Ao evoluir e reparar o espírito pode atingir um estado muito importante que é a redenção.

Aqueles que demorarem mais para evoluir terão mais a reparar. É natural do espírito que *realmente* evoluiu buscar a reparação. Eles sentem esta necessidade dentro de si e sabem da importância deste ato. Já os que tiverem mudanças muito localizadas se recusarão à reparação, pois ainda serão presas de várias imaturidades e más escolhas. Foi o que aconteceu com Verena, que ganhou dinheiro prejudicando outras pessoas. Ela

recusou-se a abrir mão do dinheiro quando lhe foi oferecida essa oportunidade pelo plano espiritual. Ainda estava muito presa à vaidade e à necessidade de comodidades. Assim, ela recusou-se a renovar sua vida e cultivou o que não era importante. Não rompeu com os padrões que a levavam a ter atitudes erradas, apenas aprendeu a controlar seu desejo e evitou atividades imorais. Ela não mudou profundamente, não reparou e continuou a cultivar o que a fazia sofrer. O sofrimento se perpetuou, pois ela decidiu a mudar somente naquilo que não influenciasse as partes da sua vida que julgava serem intocáveis. Ela, por exemplo, tolerava sentir-se culpada, mas não tolerava devolver o dinheiro que ganhou indevidamente. A reparação gera incômodos e desafios que são absolutamente necessários para consolidar a transformação. Seja em que idade for, o espírito será muito beneficiado com a evolução. Esta evolução fica completa e é ampliada com a reparação e a redenção.

LEI DA REPARAÇÃO E DA REDENÇÃO – o início da transformação pessoal se dá com o arrependimento e/ou a substituição de tudo (valores, pensamentos, sensações e sentimentos) o que é *menos* nobre por outros *verdadeiramente* nobres. Quando o ser humano se liberta dos condicionamentos e dos bloqueios, quando ele vibra o que é nobre, o processo de reparação torna-se muito importante para aprofundar e ampliar a transformação. É a reparação que complementa o processo de “limpeza” interior que é fundamental para a livre manifestação do espírito na vida da pessoa e para sua sintonização com vibrações mais elevadas. Portanto, é absolutamente necessária a reparação dos erros e desvios passados. Sem esta etapa é praticamente impossível manter e ampliar a transformação pessoal. Enquanto não houver a “limpeza” haverá um contrafluxo que direcionará o ser humano para distante da nobreza. O ser livre, que reparou os erros, em vibração nobre, atinge a redenção. Na redenção o espírito, com sua sabedoria pessoal e transpessoal, administra a consciência mantendo-a sempre repleta de vibrações e conteúdos nobres.

[1](#) Novo Testamento TEB (Tradução Ecumênica da Bíblia), Edições Loyola, pag. 77



JÚLIA: OS BENEFÍCIOS DA EVOLUÇÃO TAMBÉM CONTINUAM

Quando Julia começou a estudar, a professora percebeu que estava diante de uma líder nata. Em torno dela se aglutinava a maior parte dos alunos da classe. Além de líder, era atenciosa, disciplinada e desejosa de ajudar os amigos. O tempo passou, Júlia cresceu e se tornou uma empresária de sucesso. Era uma boa mãe, boa esposa e diretora de uma entidade assistencial. Conseguia realizar muitas atividades com eficiência e tranquilidade. Quando perguntada sobre qual era o segredo para fazer tantas coisas bem feitas, ela dizia que seguia sua intuição. Ela fazia questão de “escutar” sua intuição para então tomar as decisões.

Com o passar dos anos sua intuição se desenvolveu tanto que ela começou a enfrentar alguns problemas. O primeiro dos problemas eram as imagens que apareciam em sua mente e que pareciam ser de outros tempos. O que inicialmente era um evento raro tornou-se eventual, e então as imagens começaram a aparecer rotineiramente. Ela conversou com um amigo sobre o que estava acontecendo e ele recomendou que ela pintasse as imagens e escrevesse sobre elas. Durante algum tempo pintou e escreveu sobre as tais imagens. Acreditava que uma das hipóteses prováveis sobre essas imagens era serem frutos de uma “vida passada”.

Em uma viagem, por um país que não conhecia, aconteceu algo muito interessante. De dentro do carro, ao avistar uma colina do interior desse país, sentiu uma angústia enorme no peito e vontade de chorar. Com os olhos marejados de lágrima ela pediu para o marido estacionar o carro. Desceu e pediu para ficar alguns minutos quieta. Uma sensação estranha

de arrepio correu todo o seu corpo. Ela então percebeu que “conhecia” aquela região. Foi uma experiência emocionante.

Ao voltar para o Brasil procurou um terapeuta, pois acreditava que havia chegado o momento de entender o porquê das imagens brotarem na sua mente. Nas primeiras sessões teve contato com uma encarnação na qual se viu como uma menina que vê seu pai falecer. Orientada pela mãe ela sofreu a dor da perda, mas não a dor da raiva, nem a dor do apego ou a dor da insubordinação às Leis de Deus. A mãe lhe ensinou que ela poderia e deveria cultivar a gratidão pelo pai que teve por um breve período e que tão bem cuidou delas. Junto da mãe viveu uma vida humilde, mas feliz. Sua mãe casou novamente e teve outros filhos. Ela ajudou a cuidar dos irmãos e continuou a cultivar a gratidão e agradecimento pelas coisas boas que tinha. Sua mãe sempre dizia: “isso vai ser muito importante quando os problemas da vida vierem e você se sentir desamparada”. O momento de muita provação chegou. A guerra desestruturou a vida de todas as pessoas. Ela teve que fugir às pressas, deixando para trás um rastro de destruição de vidas e de bens materiais.

*Cultivar o que é nobre ajuda a tornar menos sofridas as
provações da vida. O cultivo do que é nobre também
facilita a resolução dos problemas, permitindo que o
sofrimento tenha uma finalização mais adequada.*

Junto com alguns conhecidos ela teve que recomeçar a vida. Todos haviam perdido uma quantidade enorme de parentes e todos os bens materiais. Havia também o medo e toda a sorte de violências que acontecem nesses momentos de caos e desordem. Muitos desenvolveram doenças. Outros, dominados pelo ódio, descontavam suas insatisfações nos que sobreviveram. Ela se manteve digna, apoiando-se na gratidão e no agradecimento. Em pouco tempo assumiu a liderança do grupo. Aprendeu a resolver os problemas e a administrar os conflitos que surgiam.

Quando começava a fraquejar ela se lembrava do seu pai e da sua mãe. Lembrava da frase de sua mãe: “isso vai ser muito importante quando os problemas da vida vierem e você se sentir desamparada”. Quanto mais desamparada, mais ela agradecia a Deus pela mãe maravilhosa que teve e que lhe ensinou o segredo para viver uma situação terrível de modo digno, sem raiva no coração e com muito menos sofrimento. Após alguns anos de

instabilidade causada pela guerra a situação começou a se normalizar. Ela organizou uma nova família e viveu outra vez em harmonia. A sua volta observou que os vizinhos que haviam cultivado a raiva e o rancor continuaram a sofrer, apesar da guerra haver terminado. Mais uma vez ela agradeceu à mãe pela sabedoria de seus ensinamentos. A saudade dos irmãos, do pai e da mãe continuou. Mas, uma nova vida floresceu e trouxe muitas alegrias. Repare bem como o cultivo de sentimentos, sensações e pensamentos nobres diminuem o sofrimento e facilitam o recomeçar contínuo da vida. Este recomeçar é sempre importante, mesmo quando a vida se desenrola em situações muito boas.

A gratidão e o agradecimento são duas das principais formas de cultivo do que é nobre, pois não permitem que o esquecimento dissolva os benefícios do que é bom. Portanto, tanto a gratidão como o agradecimento são formas poderosas de elevar o nível vibracional, criando dessintonia com o que é negativo.

Chegou o dia em que o ciclo daquela encarnação foi finalizado. O desencarne, motivado por uma doença, aconteceu e ela se entregou a essa nova experiência. Entregou-se grata e ciente de que uma etapa da vida maior, a vida do espírito, estava terminando.

Ao nascer novamente como Júlia, o espírito da criança já demonstrava algumas das características que havia conquistado em uma das encarnações anteriores. O desfrute da condição de disciplina, perseverança e gratidão continuava a produzir efeitos em outra encarnação. Este fato é muito comum, todos temos grandes vantagens por haveremos desenvolvido qualidades em outros momentos da vida do espírito. Apenas não prestamos atenção e não ligamos fatores positivos atuais a qualidades anteriormente desenvolvidas. Todavia, as habilidades e maturidades que desenvolvemos fazem parte do potencial do espírito, e não necessariamente serão usadas em uma vida encarnada. Ou seja, a vida encarnada é uma limitação da vida do espírito, nesta limitação aproveitamos uma parte dos conteúdos bons ou ruins do espírito e a maior parte fica latente. *Muitas habilidades que nosso espírito antigo possui estão “adormecidas”, pois não foram incentivadas, dinamizadas, desenvolvidas, eliciadas ou potencializadas em nenhum momento da nova*

encarnação, desde a concepção até o momento presente. Um dos mais importantes esforços que devemos fazer durante a encarnação é aprender a usar e estimular estes recursos “adormecidos”. No caso da Júlia, seja por uma propensão genética ou por experiências intrauterinas ou por experiências infantis precoces, as qualidades desenvolvidas anteriormente atuaram fortemente em sua vida encarnada; gerando benefícios bastante claros e objetivos.

Na vida encarnada, apenas uma parte da vida do espírito se manifesta. Grande parte dos conteúdos do espírito fica sem ação na encarnação; este é um mecanismo que permite ao ser encarnado viver novas experiências com menor quantidade de padrões condicionados ou predeterminados a lhe influenciar a mente. O renascer é uma nova oportunidade, facilitada pela restrição a parte dos conteúdos do espírito.

Muitas pessoas, se tivessem a percepção exata da continuidade da vida, teriam uma perspectiva bem diferente de suas escolhas. Os benefícios da evolução podem ser usufruídos de encarnação em encarnação, muito diferente do dinheiro e do poder que findam tão logo acabe uma encarnação. Mais do que isto, as pessoas cuja atenção se dirige para o dinheiro, status, vaidade, orgulho e poder cultivam vícios e reforçam sentimentos inferiores que as transtornarão em encarnações futuras e no plano espiritual.

Alguns homens públicos servem como exemplos claros do cultivo de grandes vícios em suas encarnações. Um destes homens públicos é o Rei Herodes, personagem bíblico da época de Jesus. Ele se envolveu em corrupção, violência, destruição de inúmeras famílias e muitas outras maldades que são cometidas por quem alimenta vícios e desvios de caráter durante a vida. Ao perceber que estava no finalzinho da sua existência terrestre tomou a seguinte decisão: mandou assassinar vários seres humanos. Ele, uma pessoa atormentada e transtornada, queria ter a certeza de que haveria alguém chorando no dia de sua morte. Os soldados, obedientes e cumpridores dos seus deveres, assassinaram inocentes para cumprir as ordens do seu rei. Não sabemos qual foi a encarnação posterior desse rei e dos soldados que cumpriram a ordem. Sabemos que ela

aconteceu. Em que condições aconteceu? Será que o ex-rei, um espírito comum, igual aos outros e responsável por seus atos, teve outra oportunidade de ter poder, se não soube controlar seus impulsos malévolos? Que tipo de sofrimentos seu espírito atormentado criou para si próprio ao nascer novamente? Quais os tipos de sofrimentos que seu espírito atormentado criou para si quando no plano espiritual? Supomos que foram muitos sofrimentos, enormes e duradouros; afinal, foram cultivados muitos vícios, muitos condicionamentos negativos, muitos valores distorcidos, muitas vivências destruidoras. O resultado é sofrimento para ele e para outros. O maior sofrimento comumente acontece no plano espiritual quando o espírito deve se adaptar à nova situação, sem poder, sem mando, com a ação restrita e focada principalmente sobre si próprio, frágil e perturbado. O comum é que espíritos dessa natureza judiem muito de si, por anos, por décadas e até séculos (lembre que o tempo para o espírito tem outra perspectiva).

Quais os sofrimentos que você, que está lendo esta frase, cria para você mesmo? O ser humano consegue criar ou aumentar os próprios sofrimentos. Assim como consegue diminuir ou, em alguns casos, evitá-los. O cultivo de sentimentos e pensamentos nobres tem o poder de diminuir os sofrimentos e, ao mesmo tempo, facilitar a superação, pois desenvolve habilidades e recursos para enfrentar os desafios que a vida nos oferece.

Esta é uma frase importante para reflexão: quais os tipos de sofrimentos o espírito atormentado daquele ex-rei criou para si próprio ao nascer novamente? Que tipo de sofrimentos você, que lê este livro, cria para si próprio? As histórias relatadas neste livro demonstram que há uma continuidade entre todas as encarnações, e também há continuidade no tempo em que espírito esteve no plano espiritual. Condicionamentos anteriores favorecem sofrimentos no presente. Isto significa que a grande maioria dos problemas que enfrentamos são criados por nós mesmos. Foi o que você viu acontecer com o Antônio, com o Téo e com a Rosângela. Quando cultivamos maus pensamentos, maus sentimentos, más avaliações e más intenções criamos sofrimentos para nós mesmos. (Aqui cabe uma explicação - um mau pensamento pode ser acompanhado de bons

sentimentos, como é comum acontecer com pessoas que se iludem e fantasiam uma realidade que não existe). Nós podemos criar ou aumentar os problemas e os sofrimentos. Nós temos este poder. Como temos também o poder de diminuir o sofrimento. Quando cultivamos sentimentos e pensamentos nobres os sofrimentos diminuem e são mais facilmente suplantados, foi o que observamos na estória da Júlia. Os pensamentos e sentimentos nobres favorecem o desenvolvimento de habilidades, recursos e maturidade para enfrentar os novos desafios da vida. Uma pessoa madura, com muitas qualidades, enfrenta os problemas com mais sabedoria, mais coragem, mais facilidades e, portanto, menos sofrimento.

LEI DE CONSERVAÇÃO – Deus deu ao homem plenas condições de conservar a própria vida e atuar sobre o planeta e sobre a sociedade transformando-os. O ser humano, portanto, é dotado das habilidades necessárias para escolher e agir. O que caracteriza a vida encarnada é o nível de consciência, que deve se tornar progressivamente maior, permitindo a realização de obras pessoais e coletivas cada vez mais eficientes e equilibradas. Por outro lado, o maior nível de consciência também permite obras ruins e perversas de maior impacto, o que torna o ser humano cada vez mais responsável por si e pelo planeta (e seus habitantes). A lei de conservação revela uma força inata que busca preservação da vida, inicialmente pessoal, depois grupal e, por fim, de todos os seres vivos.



MARCELO AUGUSTO E O SOFRIMENTO QUE CULTIVAMOS OU EVITAMOS PARA NÓS MESMOS

Marcelo Augusto era um bom pai, trabalhador e presente na vida dos filhos. Mesmo assim, quando acontecia algum problema em família ele tinha um desejo enorme de sair de casa e sumir da vida da mulher e dos filhos. Sua fantasia era que os filhos não gostavam dele e o abandonariam. Seus filhos tinham um, quatro e oito anos. Eram crianças pequenas, que o adoravam. Mas, a insegurança sempre reaparecia ao menor problema. Um dia ele ficou bravo com o filho mais velho e, impulsionado por uma angústia muito grande, trancou-se no quarto. Em pouco tempo, a vontade de ir embora era incontrolável. Saiu do quarto, pegou o carro e foi embora dizendo que nunca mais o veriam de novo. Ele dirigiu pela cidade e chegou a uma rodovia disposto a desaparecer de tudo e de todos. Um pensamento ficou reverberando na sua mente: “você vai começar tudo de novo? Tudo outra vez? Você vai fazer tudo igual de novo”? Aquele pensamento o chocou. Ele parou o carro na beira da estrada e tomou a decisão: “desta vez não vou desistir dos meus filhos”. Voltou para casa onde encontrou toda a família chorando. Depois dessa situação ele procurou a terapia.

A terapia revelou *várias* encarnações nas quais ele viveu grandes conflitos familiares. Por fim, apareceram informações de *uma* encarnação na qual, através de escolhas diferentes, viveu em paz junto à família. Também apareceram informações sobre o *preparo*, no plano espiritual, para poder lidar positivamente com a vida em família. Essas duas experiências (uma encarnada e a outra não) geraram recursos internos e

maturidade suficientes para ele enfrentar os dramas familiares de forma saudável e eficiente.

Os bons recursos que desenvolvemos em uma encarnação podem ser utilizados ou não em outra encarnação. Se forem estimulados, far-se-ão presentes, influenciando as ideias, as intuições, os sentimentos, as decisões e as sensações. Estes recursos são bloqueados quando as escolhas pessoais não os estimulam.

Marcelo Augusto possuía esses recursos armazenados em si mesmo e poderia utilizá-los ou não. Havia um propósito nesta encarnação: livrar-se de vários traumas e condicionamentos que insistiam em gerar *sofrimentos desnecessários e desproporcionais*. Ele estava dividido, de um lado estavam os traumas e condicionamentos remanescentes de encarnações anteriores nas quais imperaram os conflitos familiares. De outro lado estavam as habilidades, os sentimentos nobres e o preparo para lidar com os conflitos familiares; habilidades adquiridas no plano espiritual e em outra encarnação. Estes dois lados conviviam dentro dele e indicavam caminhos diferentes para a vida. Qual caminho ele seguiria? Tudo dependeria do uso que faria do seu livre arbítrio. Dependeria da livre escolha que ele fizesse ao longo de toda a encarnação.

Marcelo Augusto nasceu em uma boa família, tinha uma boa esposa e filhos amigos e amorosos. Ou seja, tinha uma condição facilitada para a escolha que lhe permitiria suplantiar os traumas e os condicionamentos passados, quando eles aparecessem. Ele tinha todos os recursos e condições para tomar *decisões diferentes* daquelas que haviam sido seu padrão de escolha na maioria das outras encarnações; tinha condições e facilidades para atingir resultados diferentes e benéficos. A decisão que tomou dentro do carro no acostamento da rodovia refletia esse *jogo de forças dentro de sua mente*: “desta vez não vou desistir dos meus filhos”.

Conflitos familiares são comuns, pois os espíritos que encarnam na Terra são bastante limitados. Para uma pessoa que *traz grandes traumas inscritos na alma estes conflitos ganham dimensões enormes*. A vida do Marcelo Augusto é um exemplo claro que demonstra como cada um de nós pode aumentar os próprios sofrimentos. É o que acontece quando situações corriqueiras e normais ganham status de tragédia e geram brigas,

separações e inimizades dentro das famílias. Marcelo Augusto teve uma discussão com o filho que o desobedeceu. Isso quase foi o estopim para que uma família perdesse o pai. Se ele tivesse partido, o sofrimento de todos seria enorme. Ou seja, muito sofrimento teria sido criado. Sofrimento que marcaria fortemente a vida do pai, da mãe e das três crianças. Ele tomou a decisão de ficar. Poupou a família e enfrentou seus traumas dentro de casa. Foi uma boa escolha. O sofrimento da família diminuiu, com a decisão tomada. A paz de espírito por estar poupando a família e a sensação de estar cumprindo sua missão como pai tornaram-se fortes aliados na sua decisão de “desta vez não vou desistir dos meus filhos”.

Os traumas geram áreas sensíveis e, portanto, reações desproporcionais ou reações “sem sentido”. Somente quando conhecemos a origem dos traumas é que podemos entender o motivo da reação ilógica.

Aceitar a realidade de sua insegurança e não projetar na família um drama que era seu, foram os primeiros e decisivos passos para solucionar um problema que o acompanhava há várias encarnações, o que correspondia a vários séculos. O padrão de repetição se rompeu. *O padrão onde antigos condicionamentos e antigos sofrimentos geram novos sofrimentos e novos traumas e tristezas foi rompido.* Mais uma “rodaviva” de sofrimentos que a regressão ajudou a superar. Ficando ao lado da família ele pôde se esforçar para escolher e cultivar o que é nobre.

Este é um dos mais belos benefícios do amadurecimento do espírito: a capacidade de, com a própria evolução, poupar muito sofrimento às pessoas que nos rodeiam. Chamamos este fenômeno de *ampliação dos benefícios* positivos (ou negativos, se a escolha for negativa). Um comerciante honesto e competente tende a gerar satisfação, paz e gratidão. Um comerciante que é desonesto gera muitos conflitos e sentimentos negativos, pois é muito comum pessoas lesadas sentirem raiva de quem as lesou, por exemplo. Os dois são espalhadores. Um espalha sofrimento e o outro espalha satisfação e paz. As pessoas podem muito bem escolher qual papel querem ter: espalhadoras de sofrimentos ou de paz. Marcelo Augusto resolveu sair da primeira posição para a segunda posição.

LEI DE SOCIEDADE - os humanos dependem um dos outros. A divisão de tarefas, por exemplo, poupa trabalho e garante mais eficiência. O marceneiro cuida de fazer móveis, o médico compra móvel e trata da família das pessoas, e assim por diante. O ser humano foi “projetado” por Deus para viver uma vida de troca intensa. A sociedade é a vida em grupo, repleta de trocas. As oportunidades de convívio social permitem o treino de habilidades, aprendizagem e desenvolvimento de conhecimentos, apoio e suporte mútuo; além do desenvolvimento de relações afetivas, comerciais, entre outras. É através da vida em sociedade que experimentamos, escolhemos, passamos por diversas situações diferentes e somos obrigados a nos transformar interiormente. Quem aproveita as oportunidades, evolui.



KÁTIA, EXISTEM VÁRIOS BENEFÍCIOS NO “ESQUECIMENTO”

O esquecimento é um benefício. É uma forma de diminuir a influência de nossos erros, más escolhas e más avaliações de encarnações passadas na encarnação presente. Imagine a seguinte situação: numa encarnação um homem chega a uma conclusão equivocada de que as mulheres destroem os homens. Será que ele, ao nascer novamente, vai sentir dentro de si essa desconfiança contra as mulheres? Pode ser que sim, pode ser que não. Tudo depende se esse problema de encarnações passadas conseguir uma forma de *entrar* e se *firmar* na encarnação atual. Esta entrada na encarnação presente foi o que pudemos observar na vida do Téo. Dentro do útero da sua mãe, o pequeno feto Téo, vivenciou o momento em que a mãe sangrou muito e achou que iria perder o filho. Esse foi o gatilho ou a “porta aberta” que fez com que o drama de outras encarnações entrasse na atual encarnação. Poderia ter sido diferente. O gatilho poderia não ter acontecido e o Téo poderia ter vivido feliz e curtido sua família. Nesse caso seu problema ficaria latente nesta encarnação e em outra ocasião futura, encarnado ou não, teria que ser resolvido.

No caso do Téo a força do condicionamento era tão grande que, quase certamente, o tema central das encarnações passadas conseguiria de uma forma ou de outra se fazer presente na encarnação atual. Nem sempre é assim, principalmente se a força do condicionamento for menor. Nestes casos, problemas e dificuldades de outrora podem não conseguir meios de se fazerem presentes em determinadas encarnações. *Esta barreira ajuda o espírito a viver a encarnação sem ser completamente dominado por*

experiências passadas. O que Deus procurou com este padrão de reencarnação foi facilitar a nossa evolução.

A encarnação é uma nova oportunidade de desenvolver habilidades, desenvolver recursos e fazer boas escolhas. A encarnação com menos influência do passado é uma nova oportunidade facilitada. As decisões e as experiências nesta nova encarnação servirão de contraponto às experiências de outras encarnações.

Um espírito com várias experiências nobres (positivas) e mais maduro encontra mais facilidade para lidar e resolver *futuramente* os traumas e condicionamentos que ficaram momentaneamente “sem ação” numa dada encarnação. Um bom exemplo desta possibilidade é a estória do Marcelo Augusto. Houve uma encarnação em que os condicionamentos relacionados aos conflitos familiares não estiveram ativos. Nesta encarnação ele conseguiu ter experiências positivas e satisfatórias com a vida familiar. Quando, na encarnação como Marcelo Augusto, retornaram os traumas e condicionamentos relacionados ao tema família, ele pôde enfrentá-los tendo dentro de si referências positivas. Essas referências positivas foram grandes facilitadoras da transformação profunda que o espírito do Marcelo Augusto necessitava. O maior benefício do “esquecimento” é este: reduzir a influência do passado sobre o presente e facilitar a evolução do espírito.

A redução da influência do passado é muito importante. Se todos os traumas e condicionamentos de outras encarnações nos influenciassem de uma só vez, haveria tantos problemas, tanta confusão e tantos sofrimentos que ninguém conseguiria viver razoavelmente para poder evoluir. O esquecimento é consequência de um filtro que permite que somente alguns daqueles traumas e condicionamentos influenciem a encarnação atual. Desta forma, a pessoa pode ter novas oportunidades de viver algumas situações sem o “peso de todo o passado” a lhe dirigir ou condicionar suas ações. Estas novas oportunidades podem gerar novas habilidades e novos recursos que facilitarão quando futuramente for o momento de enfrentar os traumas e encarnações que ficaram inertes nesta encarnação. Jesus, nos Evangelhos, nos convida para renascermos em vida. Ele nos convida a aproveitarmos a vida para cultivar o que é nobre e assim superar os

traumas e condicionamentos que funcionam como repetições que geram e/ou aumentam o sofrimento.

Deus, em sua infinita misericórdia, nos permite renascer protegidos da maior parte dos traumas e condicionamentos que nosso espírito carrega. Deus nos protege com uma intenção: facilitar a evolução e o amadurecimento do ser humano. No plano espiritual ou quando do renascimento a ideia é a mesma: cultivar o que é nobre e superar o que não é.

Observe bem: se todos os traumas e condicionamentos de outras encarnações nos influenciassem de uma só vez, haveria tantos problemas, tanta confusão e tantos sofrimentos que ninguém conseguiria viver razoavelmente para poder evoluir.

Kátia era uma mulher dedicada à caridade. Boa esposa, boa mãe e amiga sincera. Uma pessoa que “não merecia” sofrer, segundo a opinião do marido. Mas, sofria. Tinha pânico e constantemente não conseguia sair de casa. No tratamento com a terapia da regressão (terapia de vidas passadas) apareceram várias encarnações em que ela foi violenta com outros e outros foram violentos com ela. Houve, todavia, uma encarnação em que seguiu um caminho diferente. Nessa fase o espírito retornou à Terra no ventre de uma mãe biológica que se apaixonou e dessa paixão sobrou uma gravidez. Para fugir da pressão social e familiar, a criança que nasceu foi abandonada à beira de uma estrada. A criança foi achada por uma família que a adotou. Ela viveu feliz em uma fazenda, rodeada de uma família enorme com dezenas de membros. Na adolescência apaixonou-se e casou com um primo. Teve vários filhos e foi amada pelo marido. Morreu velha rodeada de amor, carinho e grata pela vida que havia tido. Essa encarnação foi um oásis em meio às estórias de violência e destruição. Na mente da Kátia os dois modelos estavam presentes e fortemente atuantes. Um modelo que a levava a buscar a violência e a agressividade como solução e outro modelo que a encaminhava para a paciência, a dedicação, a caridade e a bondade. Kátia havia escolhido um bom caminho, mas dentro de si o condicionamento da agressividade e da violência cobrava seu preço sob a forma da doença chamada síndrome do pânico. Nesta encarnação atual a

Kátia estava enfrentando o desafio de lidar com os traumas e violências guardados dentro de si. Todavia, graças ao benefício do esquecimento ela pôde ter uma única encarnação onde desenvolveu bons recursos que a estavam ajudando a enfrentar e superar os maus sentimentos e más escolhas que sua mente condicionada não parava de produzir no seu inconsciente. *Outros* traumas e condicionamentos que estavam inscritos no espírito da Kátia *não* se fizeram presentes na atual encarnação; facilitando o *foco* na resolução dos condicionamentos e traumas relacionados ao uso da agressividade e da violência. O objetivo, ou seja, a missão de Kátia nesta encarnação era resolver os condicionamentos agressivos e *não* outros condicionamentos; a vida humana é cuidadosamente planejada no plano espiritual. Esta condição protegida é adequada para resolver os problemas escolhidos para serem enfrentados e evoluir rumo a uma vida mais completa e mais equilibrada. Devemos, na verdade, agarrar “à unha” tais oportunidades e jamais deveríamos desperdiçá-las. Se desperdiçarmos, estaremos prorrogando o sofrimento e evitando bem aventuranças, o que é uma péssima escolha.

Os conteúdos do espírito são filtrados quando da encarnação, isto permite o foco nos objetivos traçados como a missão de vida. Nascemos com objetivos evolutivos bem determinados, e nascemos com boas condições para atingi-los. Este filtro favorece a realização da missão de vida.

Faz parte do encarnar o “esquecimento” de partes da vida do espírito. Quando há o desencarne, ou seja, quando o espírito retorna ao plano espiritual, não existe esquecimento, o que existe é um *distanciamento*. No plano espiritual o corpo físico e sua forma específica de sentir e se comportar já não existe. Existe um espírito e um perispírito que possuem suas próprias regras de funcionamento. Esta mudança de situação facilita o desapego, o distanciamento e a reavaliação das situações vividas. O desapego mais óbvio é o desapego de bens materiais. Outro desapego importantíssimo é o desapego às posições e papéis sociais. Exemplo: uma mãe morre e, no plano espiritual, pode experimentar que ela não é mãe daquele espírito encarnado como seu filho e sim que esse foi um papel que ela exerceu temporariamente. Todavia, nem sempre este processo é fácil.

Apegos de diversos tipos, assim como os condicionamentos, os traumas, as conclusões, as sensações e os sentimentos podem *resistir* fortemente, às vezes por várias encarnações, o que costumeiramente representa alguns séculos. A estória do Antônio deixa claro uma situação desse tipo, na qual o período no plano espiritual não foi suficiente para ele reavaliar as conclusões feitas ao morrer. Na estória do Téo aparecem várias encarnações, alguns séculos de existência, onde os mesmos traumas e condicionamentos não só resistiram a várias novas encarnações, mas, também, resistiram a muitos anos no plano espiritual. Os condicionamentos surgidos em uma encarnação também podem ser resolvidos no plano espiritual. No plano espiritual continuamos a viver, portanto, continuamos a evoluir. O espírito é sempre ajudado. As decisões são pessoais, mas há o esforço caridoso de espíritos evoluídos que ajudam na evolução de outros espíritos. A não evolução é a perpetuação dos sofrimentos, justamente o que os espíritos mais evoluídos, os espíritos mais caridosos e mais dispostos ao serviço, buscam minimizar.

No plano espiritual continuamos a viver, portanto, continuamos a evoluir. Sempre há oportunidades e ajuda para a evolução.

Algumas pessoas se apegam tanto a uma forma de ser que ganham o título de “cabeça dura”. Ninguém entende como podem persistir no erro por tanto tempo. Todos conhecem alguém assim. O que poucos sabem é que às vezes esse erro passa de encarnação a encarnação. Essas pessoas desenvolvem padrões negativos e autodestrutivos em várias encarnações, repetem esses ciclos destrutivos e nem sequer os percebem, apesar de normalmente perceberem os resultados.

Muitas pessoas bem formadas, com boas profissões e carreiras medíocres vivem este drama. Carlos era uma dessas pessoas. Trabalhava em uma boa empresa, tinha ótima formação profissional e ano após ano via os outros serem promovidos enquanto ele ficava na mesma função. Normalmente as pessoas que padecem dessa dificuldade não procuram terapia, o que é uma pena. O tratamento de problemas assim comumente gera ótimos resultados e a pessoa pode ter uma qualidade de vida muito melhor.

O que acontecia dentro do Carlos que dificultava sua evolução profissional? Essa era a pergunta a ser respondida. Ele, durante muitas e muitas encarnações, foi um especialista em passar despercebido. Em uma encarnação ele viveu em um lugar onde o chefe local era um sujeito paranoico que costumava destruir e matar quem ousasse ter algum destaque. Em outra encarnação nasceu deficiente físico, razão pela qual não foi para a guerra, o que o poupou de morrer precocemente junto com os irmãos que foram lutar. Em outra encarnação foi uma mulher que por não ter atributos físicos se sentia mais segura. Revivenciou uma sequência de encarnações em que o fato de ficar “invisível” era uma garantia. Na encarnação atual mantinha a mesma atitude e o resultado era que nenhum chefe o notava ou valorizava. A mesma estratégia condicionada em outras encarnações era repetida de novo. O ambiente empresarial incentivava as pessoas a aparecerem, participarem e mostrarem suas ideias. Mesmo assim ele mantinha o padrão repetitivo. Não tinha a menor percepção do mal que fazia para si mesmo, até porque se descrevia como “super participativo”. Com a terapia Carlos descobriu dentro de si as forças que o dominavam e impediam seu crescimento profissional. Ao mudar a atitude, o pensamento e a vibração, conseguiu garantir para si a primeira promoção depois de 10 anos de empresa. Ele conseguiu descondicionar sua mente e com isto demonstrar o seu potencial profissional. O antigo “cabeça dura” abriu a mente para outras possibilidades e descobriu como superar suas dificuldades que atravessavam várias encarnações, por mais de cinco séculos de vida.

O que está registrado na mente é sempre presente, pois esta é atualizada a cada segundo. Para se manter atuante e influenciar os comportamentos, sentimentos e ideias do indivíduo, todo conteúdo psíquico deve ser atualizado.

Sem o conhecimento das suas encarnações passadas e o tratamento dos condicionamentos, Carlos poderia ter melhorado, mas certamente demandaria mais tempo e não teria o benefício de identificar e superar clara e profundamente o problema central. *Sem atuar sobre as origens dos problemas é sempre mais difícil identificá-los e solucioná-los em sua **totalidade**.* Nas origens estão condicionamentos muito bem enraizados e que são sustentados por decisões, crenças, sensações e sentimentos que

continuam atuando, mesmo que nossa consciência já tenha mudado. Ser uma mulher sem atrativos físicos foi uma garantia em uma época em que ela estava sujeita a muita violência. Já o Carlos queria ser belo e formoso. Porém, nas situações em que o flerte se tornava forte e recíproco Carlos fugia da situação. Ele nem sabia por que fugia. Com a terapia da regressão descobriu que uma parte do seu inconsciente se sentia em risco. Ou seja, parte do seu inconsciente continuava funcionando como se ainda vivesse na mesma época em que a mulher nasceu e ele fosse do mesmo sexo dela. “Desmontar” este mecanismo, que C. G. Jung chamou de complexo, é uma parte extremamente importante, tanto da terapia, como da evolução de cada ser humano.

Carlos tinha uma queixa específica (ele era sempre preterido nas promoções) que era profundamente influenciada por eventos ocorridos em encarnações passadas. Queixas cujas origens estão relacionadas a encarnações anteriores são mais comuns do que se costuma imaginar. Existem outras possíveis origens para as queixas, tais como: genética, alimentar, estilo de vida, vida intrauterina, infância, personalidade da pessoa, etc. Normalmente, a formação de um problema é uma conjugação de vários destes fatores.

Uma grande vantagem de conhecer as encarnações passadas é que elas permitem uma visão muito mais ampla do espírito que está sofrendo e que busca solução para seus problemas. Este foi o caso da Cecília. Ela era dentista e não conseguia progredir na profissão. Ano após ano seu consultório só conseguia se manter e nada além. Já tinha ido a consultores empresariais, feito cursos, contratado decoradoras e utilizado de vários outros recursos sem atingir seu objetivo que era alcançar sucesso financeiro na profissão. Em suas regressões ela descobriu que no consultório dentário se sentia “presa, sufocada e angustiada”, e que sua vibração naquele espaço de trabalho era muito ruim, porque não o suportava e inconscientemente se boicotava como forma de se obrigar a mudar. Mais do que isto, descobriu o prazer com a vida no campo. Plantas, flores e natureza nunca haviam feito parte de sua encarnação atual. Para ela foi uma surpresa, pois nem de hotel fazenda ela gostava. Com o desabrochar de sua vocação, facilitada pelas regressões, começou a ter consciência de sua angústia e da necessidade de trabalhar com algo que lhe desse “liberdade”. Durante anos ignorou sua vocação e necessidades internas, por isso sofria. Posteriormente *ampliou* a consciência,

amadureceu e tornou consciente o que estava inconsciente. Ela mudou sua vida, virou uma produtora rural, feliz e com o sucesso financeiro que procurava.

O esquecimento quando é consequência da *não* entrada na encarnação atual de alguns traumas e condicionamentos de encarnações passadas é uma benção. Este esquecimento é verdadeiro, porque os conteúdos “esquecidos” não agem e não atuam sobre a mente da pessoa. Grande parte dos conteúdos da existência do espírito está nesta situação.

A vida encarnada é uma restrição onde apenas uma parte do conteúdo do espírito é dinamizado, ficando a maior parte “isolada”, dissociada.

Há um outro tipo de “esquecimento” muito diferente. Ele é composto por conteúdos que estão no inconsciente. Eles fazem parte da vida da pessoa e agem sobre ela a ponto de poderem dominar suas opções, decisões, atitudes, etc (como no caso da Cecília). Nestes casos não há esquecimento. Nossa consciência apenas *ignora* uma grande parte dos conteúdos que agem sobre a mente. A consciência é pequena e para evoluir é fundamental ampliá-la. A ampliação também é feita permitindo com que esses conteúdos que já existem e atuam no inconsciente venham até a consciência. Esse tipo de pseudoesquecimento deve acabar, sempre que possível.

Cecília ignorava as forças que dirigiam sua vida profissional. Por ignorar, suas ações eram equivocadas. Na sua mente havia conteúdos que agiam fortemente e que ela não sabia operacionalizar. Sofria, por ficar na ignorância. Quando tomou consciência ela “descobriu” algo que já existia, já atuava e que estava no inconsciente. Ela pôde evoluir ao tomar consciência. Este é um caminho necessário para a evolução: se conhecer melhor.

A ignorância não é um esquecimento verdadeiro. A ignorância é o não saber de partes de nós mesmos que estão presentes. *Somos parcialmente alienados de nós mesmos.* Com a evolução e o consequente aumento da consciência muitas destas partes podem ser reconhecidas.

LEI DA VOCAÇÃO – As vivências espirituais mostram que existem forças agindo e dirigindo nossas vidas, e que propiciam

rumo, energia e sentido. Entre estas forças estão incluídas as vocações. Elas atuam como facilitadores e direcionadores da vida, são potenciais que carregamos dentro do nosso ser, que merecem ser estimulados e desenvolvidos. As vocações são fundamentais para que cumpramos nossa missão de vida, pois existem habilidades já desenvolvidas em encarnações passadas que podem se expressar quando devidamente estimuladas e que estão diretamente relacionadas aos nossos objetivos evolutivos. Ou seja, as vocações são compostas por habilidades e potenciais que necessitam ser estimulados e desenvolvidos, e que são fundamentais para a vida de cada indivíduo.



JOÃO, VIVE MELHOR QUEM CULTIVA O QUE É NOBRE

Em 1956 morreu no interior de Minas Gerais um homem que renasceu em 1968, também no interior de Minas Gerais. A vida do homem renascido em 68 foi e é muito melhor graças ao esforço feito na encarnação anterior. Esta é a estória: o homem de 1968, chamado João, estudava, trabalhava e vivia em paz com os filhos e a esposa. Nasceu em uma família de classe média bem unida e harmônica, com muitos amigos. Ele tinha um bom emprego e era voluntário em uma entidade assistencial. Uma vida feliz e satisfeita. Nem sempre suas experiências encarnatórias foram assim. Em encarnações anteriores ele se afundou nas drogas e em vícios vários; também criou desavenças, fez pessoas sofrerem e praticou injustiças. Foram sucessões de encarnações mal aproveitadas e com muito sofrimento para si e para os próximos. A grande transformação aconteceu na encarnação que terminou em 1956. Com muito esforço e dedicação ele conseguiu uma boa vida para si e para seus familiares. Venceu as más tendências com o apoio e a orientação da família e da religião. Em 1956 teve um desencarne repentino que o distanciou das pessoas queridas. Já evoluído e bem orientado acerca da realidade do plano espiritual, ele suportou bem essa separação, com sentimentos nobres de gratidão e satisfação pela grande oportunidade que havia aproveitado. Em 1968 reencarnou. As más tendências já haviam sido suplantadas e ele pôde aproveitar melhor as novas oportunidades que a vida lhe oferecia. Grato e satisfeito resolveu ter na caridade uma parte importante de seu tempo. É muito fácil observar o quanto é melhor a vida repleta de sentimentos e atitudes nobres, e o quanto foram muito sofridas suas encarnações anteriores cheias de conflitos e vícios.

Preste bem a atenção: em uma próxima encarnação ele poderá nascer em ambientes bem piores do que o ambiente onde vive agora. Tudo dependerá das suas necessidades evolutivas. Todavia, independentemente do desafio que enfrentar ele estará mais bem preparado, mais evoluído e mais amadurecido, significando que o impacto interno (o sofrimento, se houver) será proporcionalmente menor.

É comum pessoas que nascem em situações mais bem estruturadas, com boas famílias e boas oportunidades, em outras encarnações nascerem em situações mais complicadas. Ou seja, se você nasceu em uma família de classe média super feliz em São Paulo, em outra encarnação poderá nascer em uma família de aidéticos no interior do Zâmbia. Observe bem: não estou afirmando que existe uma espécie de rodízio, digo é que *vidas diferentes facilitam a diversidade de experiências necessárias para o espírito evoluir em todos os aspectos*. Aqueles que evoluírem *nesta* encarnação enfrentarão as dificuldades das próximas encarnações com mais suavidade e eficiência. Grande parte dos sofrimentos depende da *forma* como lidamos com as situações, seja numa encarnação ou em outra. Não é difícil entender isto, basta observar todas as pessoas infelizes que habitam em edifícios de luxo e todas as pessoas felizes que habitam em barracos. São pessoas que vivem desafios diferentes, corpos diferentes e também espíritos que fizeram escolhas diferentes ao longo das encarnações. No planeta Terra, a vida econômica de classe média ou classe alta é composta por uma minoria da população. Desta forma, a maior probabilidade estatística é que uma pessoa renasça em uma família pobre ou miserável.

Não existe “merecimento” de uma pessoa nascer em uma classe social ou em outra. Existem necessidades evolutivas distintas, que são criteriosamente avaliadas pelos espíritos bem evoluídos. Ou seja, a encarnação de cada um de nós é bem programada.

Karl Muller e Ian Stevenson são dois grandes pesquisadores de lembranças espontâneas de “vida passada”. Pesquisando crianças eles chegaram às seguintes conclusões: “Karl Muller estimou que nos casos de crianças, 9% retornaram para a mesma família (Muller, 1970). Ian Stevenson estimou isso em 5 a 10 por cento dos casos. O Oriente e o

Ocidente pouco diferem a esse respeito”² Ou seja, na imensa maioria dos casos a criança renasceu fora do núcleo familiar da existência anterior. Isto significa alta probabilidade de variação de classe social, cultura familiar, meio ambiente, etc. Tenha claro que há muita variação de condições de vida, portanto, aproveitar as boas oportunidades é uma atitude inteligente e sensata.

Algum tempo atrás acompanhei o desencarne de duas mães que partiram deixando filhos pequenos. Uma situação particularmente difícil. Uma delas, que contou com o acompanhamento psicológico, faleceu em paz e com tranquilidade. A outra partiu revoltada, com ódio e raiva, sentindo-se derrotada e uma péssima mãe que abandona seus filhos. As duas situações eram idênticas. A forma de enfrentar o problema foi diferente e, naturalmente, os resultados foram muito diferentes. Uma aprendeu e evoluiu. A outra cultivou maus sentimentos e maus pensamentos. Tudo o que era de material elas deixaram para trás, na Terra. Mas, levaram junto com o espírito tudo o que cultivaram e que diz respeito à vida do espírito. Como diz o ditado: uma irá colher rosas e a outra irá se espinhar. A que gerou sabedoria e cultivou o que é nobre terá mais maturidade em vivências futuras, independentemente da estrutura familiar, classe social, religião, etc. Esta afirmação só é válida se a pessoa na encarnação futura aproveitar desta sabedoria.

O ser humano nasce com muitos e variados potenciais desenvolvidos antes do nascimento. É sábio estimular estes potenciais, para poder desfrutar de seus recursos e habilidades. Se não forem estimulados, tais potenciais permanecerão latentes esperando o momento de atuarem fortemente na vida da pessoa.

A certeza da continuidade da vida nos ajuda a tornar mais equilibrada nossa encarnação atual. Foi o que aconteceu com uma mulher, chamada Letícia, ao descobrir a suprema pobreza e sofrimento que experimentou em vários outros momentos em que habitou este planeta. A descoberta e a revivência destas encarnações lhe permitiram avaliar de forma mais clara e exata as suas atitudes na encarnação atual. Para ela, ter mais de 30 pares de sapatos era uma insignificância, fruto apenas do fato de gostar de sapatos. Ela, como todas as suas amigas, possuía uma quantidade de

sapatos que culturalmente é aceito e até incentivado. Ao descobrir os verdadeiros valores e referências espirituais conseguiu “abrir os olhos” e se descolar da cultura dominante, que a incentivava a consumir em demasia. “Abrir os olhos” foi o primeiro passo para atingir um equilíbrio maior e mais importante: deixar de cultivar e perpetuar uma insatisfação latente. Ela disse: “meu Deus, eu passei todo este tempo insatisfeita com o que eu tinha. Eu pensava que simplesmente gostava de comprar sapatos e roupas. Gostava sim, pois nunca estava satisfeita com o que tinha”. Observando a continuidade da vida ela percebeu uma insatisfação constante que conduzia as suas atitudes e pensamentos nesta encarnação. O resultado prático dessa insatisfação constante foi a facilitação da sua total adesão à ideologia do consumo.

A ideologia do consumo cultiva a insatisfação, vendendo a ilusão do bem estar, pois alivia momentaneamente a insatisfação. No caso de Letícia, era a compra de sapatos, roupas, bolsas e outros acessórios femininos, logo considerados *insuficientes* para a sua satisfação e usufruto. O equilíbrio foi atingido ao cultivar a *satisfação* e a *gratidão* pelo que tinha e valorizar tudo o que possuía, ao invés de desprezar, como sempre havia feito. O mesmo padrão de insatisfação também estava presente em suas relações interpessoais e consigo mesma; o que também teve que ser transformado. A “nova” Letícia desenvolveu várias posturas nobres, como a aceitação e a gratidão. Grata pela vida que tinha, grata pelas boas oportunidades e grata pela possibilidade de evoluir, modificou os valores que cultivava e suas necessidades físicas e emocionais tornaram mais simples. Letícia passou a viver uma encarnação mais equilibrada em que os sentimentos nobres eram realmente cultivados e priorizados, e os valores pessoais não eram mera repetição da cultura em que vivia. Mais uma vez você tem o exemplo de que a adesão aos valores da cultura do local onde vivemos *pode* nos levar a reproduzir desequilíbrios, injustiças e sermos coautores de violências e destruições ao cultivarmos maus costumes e maus pensamentos. A percepção da continuidade da vida e dos *verdadeiros e reais valores do espírito* pode contrabalançar as influências negativas que se originam da cultura e do modo de vida de uma determinada época.

Se a pessoa hiper valorizar as imagens mentais de si mesma, terá que gastar a maior parte do tempo protegendo

e tentando confirmar essas imagens. Criará uma grande pressão interna e encherá sua mente de pensamentos e sentimentos pouco nobres. Nesse ambiente os valores nobres podem até ser lembrados, mas serão pouco cultivados.

Insatisfações com a vida, como no caso da Letícia, são uma constante na maioria das pessoas e é muito bem explorada pela indústria do consumo. No caso da paciente Letícia, ela abria seu guarda roupa e, constantemente, não conseguia usufruir de nenhum dos muitos sapatos, roupas e acessórios que tinha à sua disposição; uma situação simples que revelava qual era o *foco* de suas atenções e os seus desejos. Constantemente desejava outros sapatos ou outros objetos quaisquer, para aplacar a sua insatisfação. Livrar-se momentaneamente da insatisfação e saciar o desejo tornava o ato de comprar muito prazeroso. Assim ela cultivava um padrão que oscilava entre a insatisfação e o alívio. Cultivava maus sentimentos e sua mente ficava focada nesses assuntos. Estava tendo uma encarnação pobre de bons aprendizados, pobre de bons sentimentos e pobre de experiências nobres. Ao mudar sua forma de reagir à frustração e buscar a satisfação no usufruto do que já possuía, Letícia abriu espaço em sua vida, em seu tempo e em sua mente para o cultivo da benevolência, da gratidão, da caridade e da amizade verdadeira. O foco e as prioridades da vida são o que determinam o que iremos cultivar *de fato*.

Aqueles que cultivam o que é nobre vivem melhor hoje e no amanhã. O que é nobre dinamiza a vida humana, gerando vibrações adequadas para o entendimento e superação das dificuldades que surgem na vida.

LEI DE CAUSA E EFEITO – toda ação possui reação. Uma ação desencadeia uma sequência de reações, que sofrerão influências de outras pessoas, da sociedade, da natureza e de outras variáveis. Não controlamos a sequência das reações que desencadeamos. Por isto, a prioridade do ser humano deve ser gerar boas ações, pois não terá controle das reações a esta ação. A longa cadeia de causa e efeito se espalha por toda a sociedade; quando repetidas por muitas pessoas diferentes se tornam ondas que se espalham tal qual

aquelas produzidas por uma pedra que cai em um lago. Se milhares de pedras caírem em um lago, existirão ondas em diferentes direções, tornando a superfície do lago “caótica”. Essa situação caótica torna difícil a percepção da longa cadeia de causa e efeito de cada uma das ações individuais, mas ela existe e é necessário entendê-la. A serenidade para agir segundo parâmetros nobres, ao invés de apenas reagir às ondas é uma das finalidades da existência encarnada do espírito.

[2](#) TenDam, Hans. *Panorama sobre a Reencarnação: uma investigação recente e sua relação com a TVP*. Vol. I (Summus Editorial, 1993), p. 140



AMÉLIA, A MORTE E O RENASCER PARA A VIDA

Todos nós já morremos várias vezes. Esta é a condição para ter nascido várias vezes. Na nossa cultura morrer é uma tragédia. É muito difícil ver partir um parente ou um amigo. A sensação de perda é enorme. Para a imensa maioria de nós a morte é a entrada em um “buraco negro”. Imagine a dificuldade que é trabalhar com pacientes que estão nos momentos finais da sua vida corporal e buscam uma compreensão do que está acontecendo consigo. São os momentos finais de uma encarnação, em um corpo adaptado a este planeta.

A morte é uma experiência exclusiva e única, em cada encarnação. Nenhum ser encarnado neste planeta teve essa experiência, nesta encarnação. Ou seja, a morte é conhecida do espírito e desconhecida do corpo encarnado.

É o momento em que tudo fica inacabado. É um filho que não terminou a faculdade, uma casa que ainda não foi quitada, um projeto que não foi completado. A morte deixa incompleto tudo o que estava em andamento na vida da pessoa. A morte é única; é única em cada encarnação. A morte é um ato solitário. Nascemos sozinhos, morremos sozinhos.

Conforta as pessoas saberem que a vida continua. Reexperimentar as várias encarnações dá uma firmeza e credibilidade muito maior. Um grande homem disse: “somos espíritos tendo mais uma experiência corpórea”. Amélia descobriu que estava com leucemia. Os outros membros de sua família que tiveram a mesma enfermidade não sobreviveram. O diagnóstico da doença foi como uma sentença de morte,

apesar dos médicos deixarem claro que era possível a cura. O abalo emocional foi a dica para que o médico a encaminhasse para a terapia. Durante cinco meses ela “regrediu para outras vidas”, descobrindo qualidades e eliminando traumas. Na encarnação atual, que continuava, ela reelaborou seus valores e sua forma de ser, além de ter descoberto novos níveis de consciência. Mesmo com a leucemia ela dizia que sentia seu corpo inundado por uma nova força de vida. Foi a primeira pessoa da sua família a sobreviver à doença. A sequência de encarnações, com suas respectivas mortes, geraram nela uma experiência única: o desapego ao que não é essencial à vida bem vivida sob o ponto de vista espiritual. Essa experiência constantemente leva a um rearranjo das *prioridades* de vida, a uma abertura para níveis diferentes de consciência e a melhora da vibração do ser. Nada mais normal estas pessoas valorizarem aquilo que se “leva para o outro lado da vida”, principalmente porque elas descobrem o incrível *bem-estar* que surge quando são feitas e mantidas as escolhas e experiências nobres. A mudança é muito profunda, talvez seja uma das mudanças mais profundas que as pessoas podem ter.

Você é maltratado no trabalho. Qual o real valor desta situação? Frente à grandeza da vida espiritual quase nenhuma importância possui. Qual a real importância daqueles colegas de faculdade que você morre de medo que riam da apresentação do seu trabalho? Nenhuma. Essas pessoas estão fadadas a saírem de sua vida, salvo raríssimas exceções. Qual a real importância de chegar a um lugar e causar ótima impressão por causa da roupa que você veste? Pequena, muito pequena, *se* você *cultivar* o que é *essencial* para o espírito. Se não cultivar o essencial, ficará dependente de máscaras sociais e do orgulho. As consequências do desejo de ser aceito e “reconhecido” são grandes e o tornam menos feliz. Além disso, a vida fica mais complicada e cara. *A percepção da realidade da vida espiritual causa um choque de valores e de prioridades*, o que pode libertar a pessoa do peso do orgulho, da insatisfação constante e da dependência do “reconhecimento” externo. Essa libertação reorganiza as prioridades e o foco de vida das pessoas. Mais satisfeitas por cultivarem o que é nobre, menos influenciadas pelas necessidades advindas do orgulho e do reconhecimento externo, as pessoas tornam-se mais capazes de evitarem os erros repetitivos, seja erro pessoal ou erro culturalmente induzido.

Cultivar o que é nobre é um grande facilitador da mudança interna, o que significa reavaliar as crenças mentais e simplificar as inúmeras pseudonecessidades que o ser humano acredita necessitar.

É preciso ter clareza de que esta mudança é muito profunda, é muito maior do que apenas pensar diferente. É uma vida diferente que nasce no interior das pessoas. Elas percebem a realidade de modo diferente. Elas sentem diferente. Elas experimentaram a vida espiritual em sua grandeza e sentido. Elas ampliam e atingem níveis diferentes de consciência. Elas não sabem apenas da “boca para fora”, nem repetem palavras bonitas que se tornam vazias por não terem referência no interior da pessoa. Elas sabem e experimentam com todo o seu corpo e espírito. É uma experiência, e a experiência é *muito maior* do que uma mera ideia. Elas alcançam mais facilmente a paz e a satisfação. Jesus disse “na verdade, na verdade te digo que aquele que não nascer de novo, não pode ver o reino de Deus” (João 3,3). Estas palavras de Jesus se referem ao fenômeno que estou descrevendo aqui.

A percepção e a vivência da vida espiritual ampliam todos os limites da existência encarnada, indicam caminhos, redefinem prioridades e abrem a consciência para muitas e boas experiências.

LEI DE TRANSMISSÃO – tudo no Universo está em movimento, inclusive as vibrações. O ser humano é um emissor e um receptor de vibrações. Quando o ser humano cultiva o que é nobre e acaba com traumas, bloqueios e condicionamentos, sua consciência se amplia atingindo níveis diferentes e mais elevados. A ampliação da consciência permite que o ser humano capte e retransmita vibrações mais adequadas ao próprio desenvolvimento. As vibrações são partes importantes da experiência humana, ajudam a manter a vitalidade e influenciam fortemente na qualidade de vida. A ampliação da consciência e o cultivo do que é nobre permite ao ser humano vivenciar o fenômeno que Jesus Cristo descreveu como “o poço que nunca seca”. Quanto mais retransmite vibrações mais

elevadas, mais se sintoniza/capacita para recebê-las; é o chamado Fluxo de Deus. As vibrações elevadas (sutis) geram paz, realização interna, serenidade, e muito mais. Mas, o principal é que as vibrações dinamizam conteúdos e forças que estão presentes e que precisam ser despertados – tal como a primavera desperta as plantas depois de um longo inverno.



LOURDES, DEUS NOS PUNE OU NÓS NOS PUNIMOS?

A maioria das pessoas acredita que Deus nos pune. Na maior parte das vezes Deus não precisa ter este trabalho, pois nós mesmos nos punimos. Nossos defeitos e imaturidades são o bastante para gerar sofrimentos em nós mesmos e nos outros. Isto acontece sempre. Nossas imaturidades e condicionamentos negativos agem profundamente sobre nós, gerando e amplificando o sofrimento. O que foi cultivado no passado, nas outras encarnações, no útero e na infância, continua a atuar, dificultando ou facilitando a vida no presente.

Lourdes era uma mulher madura, com 45 anos bem vividos. Bem casada, bons filhos, boa vida financeira, boa profissão. A saúde era irregular. Intercalava fases saudáveis e outras com doenças várias. Ao contrário da maioria das pessoas que procuram exclusivamente os médicos, Lourdes entendeu que sua mente poderia estar *produzindo* doenças no seu corpo. Decidiu, portanto, buscar ajuda na terapia da regressão.

Ela, um espírito antigo, já havia nascido várias vezes. A lembrança de uma dessas encarnações foi fundamental para compreender a origem dos seus problemas atuais. Lourdes relembrou uma encarnação na qual foi um homem orgulhoso que teve um filho doente mental. Naquela época ter um filho doente mental era motivo de vergonha para todas as famílias. Aquele homem não aceitava de jeito nenhum ter “sangue ruim”. Culpava a esposa pelo ocorrido e se recusava a ter contato com a criança. Ele mais do que se recusava a ter contato com a criança, ele exigia que a criança ficasse afastada dos olhos e ouvidos de todos para que a vergonha da família não fosse revelada. Durante toda aquela encarnação ele cultivou a raiva, a

mágoa e o orgulho. Alívio veio quando o filho, já com 20 e poucos anos, faleceu. Ficou muito feliz, muito satisfeito. Durante os anos de revolta sua personalidade se moldou como um homem frio, sem compaixão e acusador. Os outros filhos saudáveis cresceram e se afastaram. Sua esposa faleceu e ele envelheceu. Para seu desgosto ficou vivo durante muitos anos na condição de idoso, doente, solitário e mal tratado. Os filhos colocaram empregados para cuidar dele, empregados que sempre foram tratados rispidamente por ele. Foi um velho doente, rabugento, agressivo e mal educado. Continuou por muitos anos cultivando a raiva de todos que o assistiam. Viveu longos 90 anos, dos quais 30 foram vividos na condição de doente. Trinta longos anos doente, sendo mal tratado e maltratado. Mesmo esse sofrimento não foi o bastante para aprender a humildade e a abrandar o coração.

Algumas vezes o sofrimento só serve para aumentar os desvios de personalidade e de caráter das pessoas, razão pela qual os espíritos mais evoluídos às vezes encaminham os espíritos menos evoluídos para uma encarnação muito melhor do que aquela que a pessoa faria jus pelas suas atitudes enquanto encarnado. Deus e seus espíritos de luz não buscam vingança e sim propiciar as condições adequadas para as pessoas evoluírem.

Foi o que aconteceu neste caso, o homem orgulhoso e cheio de raiva nasceu em uma nova encarnação rodeado de amor. Nasceu mulher, amada pelos pais e pelos irmãos. Sentir o amor no fundo alma foi como receber uma chibatada no coração; lembre que a própria pessoa se pune com suas imaturidades e condicionamentos. Já no ventre da mãe veio o primeiro choque. O amor deixou o pequeno bebê transtornado. Sentindo que era desejado e muito amado, o espírito encarnado no bebê decidiu que: “o amor só duraria enquanto ela tivesse saúde, assim que adoecesse a verdade da maldade daquelas pessoas (o pai e a mãe) apareceria”. Essa decisão foi fruto das suas imaturidades e dos seus condicionamentos. Ou seja, mesmo em uma ótima situação sua mente gerou negatividade e conflito, e, portanto, gerou sofrimento.

Ela nasceu saudável e muito amada. Teve uma infância feliz, rodeada de amor, carinho, compreensão, aceitação e companheirismo. Teve tudo de

bom, mas sua mente e seu espírito não conseguiram aproveitar o suficiente e geraram desconfiança onde poderia haver aceitação, geraram raiva onde poderia haver paz e geraram doenças onde poderia haver saúde.

A mente humana é geradora. Ela pode gerar sofrimento onde há alegria e pode gerar alegria em meio ao sofrimento. Pode gerar ódio onde há amor e apoio mútuo e também amor e apoio mútuo onde o ódio domina.

Lourdes ficou na seguinte situação: o amor que recebia demonstrava o quanto escolheu mal suas emoções e seus pensamentos na encarnação passada. Isso gerou culpa. A raiva pelos outros se transformou em raiva contra si própria. Por outro lado havia a certeza de que se ficasse doente a família iria desprezá-la e ela voltaria a ser maltratada e abandonada. “Não foi isto que aconteceu na encarnação passada? Meus filhos não me abandonaram assim que adoeci? Alguém quis saber de mim? Meus funcionários se aproveitaram de mim. Os amigos que eu tinha sumiram. Mesmo sendo rico passei fome, pois me negavam comida”. Observe bem: a maior parte deste drama se desenrolou no inconsciente da Lourdes, sem que ela percebesse. Sua mente passou a trabalhar com duas forças procurando a doença e criando sofrimento para si. A culpa e a raiva de si própria por um lado e por outro lado o desejo de demonstrar que ela seria novamente abandonada, uma forma de tentar diminuir a culpa e o orgulho ferido. Dessa forma a doença seria uma espécie de “hora da verdade” e purgatório da culpa. A cada doença que “aparecia” (na verdade, a cada doença que ela produzia) Lourdes sentia o amor e o apoio da família. Todavia, seu lado neurótico, condicionado pelo passado, argumentava que o abandono não aconteceu porque não era uma doença suficientemente grave e degradante. A mente de Lourdes estava exigindo que o corpo adoecesse seriamente.

Todo o desejo pela doença acontecia no inconsciente, sem que ela própria soubesse do seu interesse mórbido. Lourdes sentia uma culpa enorme que, acreditava ela, era consequência do fato de trazer muitas preocupações para os familiares. A culpa consciente era a “ponta do iceberg” de uma culpa bem maior que se originou em uma parte da vida do espírito quando ele decidiu cultivar pensamentos nada nobres e sentimentos mesquinhos por causa de um filho deficiente. Lourdes não

conseguia se desvincular daquelas escolhas na nova oportunidade encarnatória que estava tendo. Por isso estava sofrendo, *estava produzindo seu próprio sofrimento*.

Ao tomar consciência do drama interior que a estava adoecendo, Lourdes pôde realizar o processo terapêutico mais importante: livrar-se dos condicionamentos do passado para poder evoluir no presente e, assim, parar de produzir seu próprio sofrimento.

O pesquisador Hans Tendam descreve assim este processo: “quando retrocedemos durante a terapia, vamos a coisas do passado que interferem agora. Na terapia, a única razão para retroceder ao nosso terceiro ano de vida (por exemplo) é que algo da criança de três anos está agora dentro de nós, fixado numa experiência traumática com todos os concomitantes sentimentos e pensamentos. Carregamos conosco o passado problemático como sombras não-resolvidas e restos não-digeridos. Uma regressão terapêutica assimila tal episódio ao discerni-lo, revivê-lo e integrá-lo, e assim libertando-se dele. Ele não mais nos persegue.”

O pesquisador continua: “todos nós carregamos uma grande porção do passado conosco... nem tudo está vivo agora. Somente uma parte de nosso passado está conectada com a nossa personalidade presente que pensa, sente, pretende e age hoje... Pacientes nos visitam por coisas que carregam: problemas de ontem, do mês passado ou de anos atrás, mas presentes agora... Não queremos simplesmente levantar os conteúdos inconscientes para o consciente, mas desejamos liberação, limpeza e catarse”.³ Ou seja, saber qual é o real problema que nos aflige é apenas uma pequena parte da transformação e da cura. As partes mais importantes e curativas da transformação do indivíduo são a reorganização mental de pensamentos, sensações e sentimentos e a evolução do espírito encarnado. A transformação permite que façamos escolhas nobres, para não criar e nem aumentar nosso sofrimento.

Ter a vida presente condicionada e dirigida por um passado, que geralmente é inconsciente, é um grande sofrimento para as pessoas. Elas sofrem justamente onde não evoluíram o suficiente. Esta é a principal razão pela qual o esforço contínuo de melhora é tão importante: as áreas em que evoluímos são aquelas em que conseguimos os melhores resultados. As áreas nas quais não evoluímos

*são aquelas onde encontramos os maiores desafios,
justamente por estarmos menos preparados.*

É assim que, por exemplo, um paciente com síndrome do pânico, mas com uma grande capacidade de tolerar a frustração, sofre menos e tem maior probabilidade de cura que um outro paciente com o mesmo problema, mas que não tem nenhuma tolerância à frustração. Esta tolerância à frustração está, costumeiramente, relacionada a qualidades desenvolvidas em outras encarnações e, é lógico, à educação familiar na encarnação presente.

A consciência dos benefícios da evolução espiritual no humano, passando de encarnação em encarnação, é um dos grandes motivos para nos dedicarmos a melhorar e evoluir. E a certeza de que criamos o sofrimento justamente aonde não evoluímos é uma boa forma de nos estimular a progredir. *Deus pode nos punir, porém, nós nos punimos mais e com muito mais frequência.*

LEI DA MISERICÓRDIA DIVINA – Deus conhece as limitações e as imaturidades de cada ser humano. Sabe que sem a Sua ajuda a evolução humana se dará extremamente lenta e os sofrimentos se multiplicarão. Por isto, Ele sempre ajuda e comumente concede condições de vida melhores do que os humanos mereceriam por suas ações pretéritas. Ou seja, a misericórdia divina visa facilitar um novo recomeço, que são novas oportunidades facilitadas para a escolha do que é nobre e da reparação; objetivo é a redenção/evolução.

³ TenDam, Hans. *Cura Profunda: a metodologia da Terapia de Vida Passada* (Summus Editorial, 1989), p. 14



A JUSTIÇA DE DEUS NÃO É IGUAL À JUSTIÇA ESPERADA PELOS HUMANOS

Algumas pessoas que estão lendo este livro talvez se assustem com certas informações que contradizem o discurso comum das religiões. “Fulano foi ruim, vai ter a penalidade que merece porque ninguém escapa da justiça de Deus. Vai arder no fogo do inferno.” Este é o discurso comum.

Por não termos um planeta justo, as pessoas acreditam que após a morte haverá a justiça que falta na terra. Sim, haverá justiça. Mas a justiça de Deus, não a justiça dos homens.

A justiça que os homens esperam de Deus é uma justiça vingativa e implacável. Eles pensam que será assim: se uma pessoa fez maldades e conseguiu viver impunemente, ao morrer ela será justificada. Ou seja, o sofrimento dela será enorme porque Deus cuidará para que seja assim. O que a maioria das pessoas não aceita é que Deus é o Deus do perdão e da misericórdia. Ele cuida de abrandar, sempre que possível, as penalidades e os sofrimentos que nós mesmos nos impusemos. Normalmente Deus não precisa nos punir, pois nós mesmos nos punimos. *Deus cuida deste espírito que se pune e se maltrata.* Ele busca aliviar as dores através da ajuda caridosa, da orientação, da emanção de boas vibrações, etc. Todos nós já tivemos encarnações nas quais fomos os vitimizadores, ou seja, os que agiram e criaram as vítimas.

Todos nós já fizemos coisas terríveis e fomos muito beneficiados pelo amor de Deus, o que nos resgatou para que voltássemos para um caminho melhor. Todos nós já desfrutamos do perdão de Deus que insiste em nos ajudar e amparar mesmo que escolhamos as piores opções. Deus é assim!

Uma pessoa muito evoluída me contou do sofrimento do espírito de um dos mais importantes empresários que nosso país teve. Esse ex-empresário foi um homem dominado pela vaidade, orgulho e sede de poder. Ajudou a conduzir nosso país por caminhos ruins, usou e abusou do poder em benefício próprio. Morreu idoso e “renasceu” no plano espiritual completamente confuso, prisioneiro das ilusões, rodeado de espíritos malignos que junto a ele encontraram acolhida na vida terrestre. Ele sofre barbaridade no plano espiritual, e não é porque Deus o pune. A vida dele continua sem o poder, sem os recursos pessoais e rodeado pelo que há de pior. Deus o ajuda, mas o sofrimento, alheamento, egoísmo e baixa vibração são tão grandes que as legiões do bem não têm conseguido progressos. Situações assim podem durar décadas e até séculos. A vida desse espírito continua e Deus em sua infinita misericórdia não desiste de ajudá-lo e ampará-lo. O espírito escolhe, o espírito cultiva e colhe. Somente eventualmente Deus age para punir. E sempre Deus age disposto a perdoar.

Todos nós já fomos vitimizadores. Fizemos as outras pessoas sofrerem, porque escolhemos mal os pensamentos, os sentimentos, as emoções, as sensações e as crenças a serem cultivadas. Pense bem: em nosso país, o Brasil, quantas pessoas pagam corretamente os impostos? Nossa sociedade aceita este erro, como um dia nossa sociedade aceitou a escravidão e, como vimos em casos relatados aqui no livro, aceitava a expulsão de uma filha que havia sido abusada sexualmente. Nossa cultura atual aceita, em menor grau, dar propina para um policial para não ser multado por excesso de velocidade. Houve culturas em que era valorizado positivamente um guerreiro que massacrava mulheres e crianças indefesas. Certamente, em todos estes exemplos as pessoas cultivaram o que era negativo e vitimaram alguém, não só atrasando seu próprio progresso espiritual, como também sofrendo muito, pois chegou o dia e a hora em que sofreram na “pele” as injustiças que praticaram. Guerreiros que massacraram viram

suas famílias serem massacradas. Feitores e senhores de escravos renasceram como escravos. Políticos orgulhosos renasceram como humildes lavradores. Ou seja, a vida do espírito é longa e as situações mudam radicalmente.

O melhor é lutar para que haja justiça na sociedade, pois assim aumentamos a probabilidade de, em todas as nossas encarnações, termos uma vida segura e mais propícia ao desenvolvimento. Definitivamente, o sofrimento não é a melhor condição para o progresso espiritual. O sofrimento é muito necessário para as pessoas que se aferram em não progredir.

Várias pessoas que desfrutaram de uma vida razoável foram terríveis na encarnação passada. Sob o prisma da justiça terrena isto é inconcebível. Mas, sob o prisma do *planejamento* do mundo espiritual é plenamente possível. E digo mais: é relativamente comum. O espírito que teve ações ruins, quando desencarna, normalmente passa por um longo processo *educativo* no plano espiritual (também chamado período “entre vidas”). Neste momento de grande aprendizado, o espírito muitas vezes sofre barbaramente e tem que se esforçar muito para conseguir o mínimo de equilíbrio para facilitar uma nova e boa oportunidade em um novo corpo. Ou seja, no momento em que está no plano espiritual (período entre vidas) o espírito também pode evoluir e também pode passar por processos de transformação.

Para reencarnar há preparo e há planejamento. Não é aleatório que um espírito nasça em determinada família que vive em determinadas condições. É planejado. Nessa família e com o corpo que terá haverá boas oportunidades para evoluir e enfrentar as dificuldades que são necessárias para aquele espírito. Assim é que na favela existem espíritos muito evoluídos e entre os mais abonados existem espíritos muito pouco evoluídos. Também existem aqueles que poderiam estar fazendo o bem e praticando a caridade e que, frente à riqueza e ao poder, resolvem cultivar a vaidade, a ganância e o egoísmo. Todos os tipos de espíritos são encontrados em todos os ambientes e meios sociais, que sempre são escolhidos segundo as principais necessidades evolutivas do espírito. Em cada ambiente um desafio diferente. Em cada ambiente o convite para que

o espírito siga as Leis de Deus e não as regras da cultura que o rodeia, que são produzidas pelos humanos, portanto, cheias de imperfeições.

A regra é que se o espírito não evoluir ele sofre mais, porque ele gera sofrimento para si. Se no plano espiritual ele evoluir rápido, ele sofre menos. Todavia, as escolhas ruins geraram “débitos” que devem ser pagos. A evolução não quita estes débitos, somente a reparação, ou seja, o serviço, a caridade, a ajuda ao próximo e outras atitudes beneméritas são capazes de quitar os débitos. *Esta reparação/quitação é condição básica para que o espírito consolide e aprofunde sua evolução.*

LEI DA LIMITAÇÃO HUMANA – o ser humano possui limitações óbvias. Seus ouvidos ouvem faixas vibracionais limitadas, seus olhos enxergam o que estão preparados e treinados para captar, sua consciência é limitada pelo inconsciente e pela suas imaturidades, seu corpo possui limites claros de força, velocidade e temperatura, etc. Porém, para cada limitação, Deus proporcionou formas de superação. Em sociedade as pessoas podem se unir e superar limites, a ciência e a tecnologia também proporcionam opções para irmos além. As mais importantes superações estão ligadas ao espírito e à consciência. A expansão da consciência e a plena manifestação do espírito provocam a emersão de conhecimentos, habilidades e recursos capazes de elevar a vida humana a outro patamar existencial.



A ACEITAÇÃO DE SI MESMO É IMPORTANTE PARA A EVOLUÇÃO ESPIRITUAL

A Bíblia Sagrada ensina o homem a amar *a Deus* sobre todas as coisas. Esta é a prioridade número um. É o que fizeram todos os espíritos que conseguiram evoluir rapidamente. Estes sofreram menos e usufruíram os benefícios da evolução. Amar é um sentimento gostoso, é um bem estar incrível. A boa vontade torna as pessoas alegres e dinâmicas. A benevolência permite que a pessoa não se desgaste com pensamentos de raiva e rancor, mas ocupe sua mente com o que é nobre, gerando paz e alegria. Assim, todos os sentimentos e pensamentos nobres produzem resultados incríveis na qualidade de vida das pessoas. O que nos cabe perguntar é: por que as pessoas largam o que é bom e se apegam ao que as faz sofrer? A resposta é: a ilusão e a ignorância. Aquele pai (na estória de Lourdes) que teve o filho doente sentiu o seu orgulho ferido, porque naquela época era vergonhoso ter um filho deficiente. Ele optou por defender seu orgulho. *Poderia ter optado por praticar o amor.* O resultado seria outro.

Nos tempos passados, como hoje, a maior parte das pessoas escolhem o que é mais importante para a cultura e menos importante para Deus. O resultado é o sofrimento.

Deus nos criou e Ele sabe o que pedir para nós. Se Ele pediu para que praticássemos o amor e a caridade é porque ele nos projetou para vivermos bem, amando.

Escolher outro caminho leva a um sofrimento muitas vezes pior. É o que podemos observar na vida do espírito que poderia amar seu filho doente e escolheu odiá-lo. Foi uma péssima escolha, com muitos maus resultados.

Esta mesma péssima escolha é feita hoje por milhões de pessoas que, na falta de outra opção pessoal, vão ao shopping gastar seu tempo e dinheiro. Elas *priorizam* a defesa do orgulho, da vaidade e se apegam a símbolos de status e de poder. Certamente esta não é a escolha que vai elevar espiritualmente as pessoas. Milhões estão perdendo grandes oportunidades de evolução, cultivando o que não é nobre.

A propaganda e o discurso ideológico dominante buscam iludir as pessoas, reforçando os aspectos supostamente positivos de opções de vida que não são nobres. As pessoas, incentivadas, fazem escolhas. Não são escolhas sem consequências e muito menos sem importância. Não há inocência, ninguém é inocente.

Vivemos esta encarnação, depois haverá a morte, haverá o tempo no plano espiritual e haverá outro nascer. Este outro renascer talvez seja em situações pouco propícias para a evolução mais tranquila e confortável. Talvez seja com o sofrimento redobrado para aqueles que cultivaram más escolhas nesta encarnação. *Não pense que suas escolhas são neutras. Não há isto no plano de Deus.* Não se iludam: o orgulho em uma cultura pode ser colocar uma filha para fora de casa. Esses pais fizeram o mesmo que a maioria dos indivíduos faria naquele contexto histórico. Com certeza eles receberam o *apoio* e o *incentivo* pela decisão tomada, que no contexto cultural daquela época era visto como uma atitude muito positiva.

A escolha desequilibrada na era do consumismo e do narcisismo é, principalmente, ter necessidades em demasia para se sentir feliz. É cultivar uma *mente insatisfeita e negativa*, e para ter algum *alívio* buscar a vaidade, o exibicionismo e o individualismo. Uma pessoa compra várias calças para quê? Para deixar dentro de casa? Ou para se exhibir? É isto que esta pessoa decidiu cultivar. O esforço, a atenção e as prioridades estão nesta direção. As decisões e os valores seguem o mesmo rumo. Ao vestir uma calça com a finalidade de se exhibir estará criada a necessidade de um sapato e de uma blusa que “mantenham o nível”. Ela deve estar preparada

para se exibir e “fazer bonito”; e o “fazer bonito” é sempre determinado pelo grupo social. É muito esforço mental, muito dinheiro e muito tempo gasto no cultivo de produtos de consumo. O exibicionismo gera necessidades para a vida das pessoas. Quase todas estas necessidades *não* correspondem às necessidades evolutivas dos espíritos. São, portanto, o cultivo de maus pensamentos, maus sentimentos e más sensações, mesmo que em determinados momentos venham embalados em discursos recheados de palavras bonitas.

O desequilíbrio na era do narcisismo é o cultivo de uma mente insatisfeita, reativa e negativa. Esta mente deseja e fantasia para tentar aliviar sua tensão interna, o que a faz optar por atitudes que reforçam a vaidade, o exibicionismo, o egoísmo e o individualismo.

Não existe nenhum problema em você se “vestir bem”. Não existe nenhum problema em se “cuidar” ou se “valorizar”. O problema é que junto a estas palavras bonitas e sensatas existe um convite à insatisfação. Existe um convite a se adaptar ao que vem de fora e se submeter à pressão do grupo social que diz *o que* vestir e *como* agir. Existe o cultivo de uma *mente negativa e reativa* que entope e atordoa a mente das pessoas com pressões e acusações. Uma pessoa satisfeita e que cultiva o que é nobre emana boas vibrações. Nestas pessoas o “vestir bem” e o se “cuidar” fica em terceiro plano. Há pouquíssimo dispêndio de tempo, energia e dinheiro nestas opções. Há satisfação consigo próprio, portanto, há menos pressão interna para se exibir e se adequar ao que é valorizado socialmente.

O cultivo e priorização do que é nobre gera satisfação, autoaceitação e boas vibrações. Portanto, há menos pressão interna para se exibir e se adequar ao que é valorizado socialmente.

A verdadeira segurança, aquela que nunca acaba, vem do cultivo do que é nobre. A falsa segurança se origina na tentativa de criar uma imagem baseada no consumo e no narcisismo, pois cria pessoas vazias, insatisfeitas, com a mente negativa, mas com a bolsa ou um carro de tal

marca (por exemplo). *O ter serve como um sinal de que a pessoa é “alguém” (sentimento de pertencimento); sem o ter há sofrimento e falta de amor próprio. O ter é um vício; como a pessoa não é satisfeita consigo mesma, ela procura muletas que a façam sentir-se melhor. Como disse uma senhora: “eu me sinto muito bem ao usar uma Fendi, a original, não a falsificada”. O que esta pessoa expressa claramente é o que a maioria das pessoas sente e a forma pela qual a maioria das pessoas age. Algumas são mais radicais, outras menos; algumas têm mais dinheiro, outras menos; algumas são verdadeiras, outras são dissimuladas. Esta pessoa é clara e objetiva, ela se sente bem por usar uma bolsa “especial”. Sem a bolsa especial vem o mal estar e o inconformismo em ser “uma qualquer”. Estas pessoas insatisfeitas acreditam piamente que estão se valorizando ao comprar uma bolsa ou um carro de tal marca. Elas não reconhecem a mente reativa e negativa que é a propulsora de sua satisfação momentânea. Não reconhecem que sua própria mente as negativiza o tempo inteiro, por isto precisam das muletas para lhes aliviar a insatisfação/pressão.*

A mente que negativiza o tempo inteiro é a grande responsável pelo aumento do número de depressivos, abuso de drogas, anoréxicos, síndrome do pânico e tantos outros males que estão cada vez mais comuns.

Há um círculo vicioso em funcionamento: primeiro uma mente negativa que gera insatisfação, depois, como um viciado, as pessoas procuram o que alivia o sofrimento. Este alívio é confundido com satisfação. É o mesmo que acontece com as pessoas que andam um dia inteiro com um sapato apertado que machuca o pé e, ao final do dia, quando descalçam o sapato, sentem uma satisfação momentânea, que na realidade é o alívio de uma situação ruim. O pé está machucado, mas a sensação momentânea é equivalente à satisfação. Este alívio, que a maioria confunde com satisfação, é conseguido quando estas pessoas de mente reativas e negativas conseguem momentaneamente se adequar a algum modelo externo que ela copia para si mesma. É por isto que elas não se bastam para se sentirem “valorizadas”.

Para quem cultiva o que é nobre o “ser” é suficiente. Tornar-se diferente do que se é deve ser relegado para a terceira prioridade (a prioridade é usufruir o que se é e o que se tem). Grandes mestres, em todos os tempos,

descrevem que uma das principais sensações e certezas que desenvolveram é de que eles são aceitos e bem vindos. Portanto, o tipo de aceitação que nos interessa em nossa evolução espiritual *não* é ato de outra pessoa que nos aceita. *É um ato interno de comunhão com a vida, é o resultado do cultivo do que é nobre.* Este é o melhor caminho para ter autoaceitação. O outro caminho, porém, ainda é o mais escolhido. Isto significa que o ter, o poder, o orgulho, a vaidade e outros sentimentos servem para dar às pessoas um *senso do que elas são (imagem)*. As muletas externas e os apegos lhes dão uma ilusão de importância. É o sentimento claramente expresso pela senhora que se sente bem ao usar a bolsa “especial”. A bolsa a faz especial, ela se sente participe de um grupo especial e é mais fácil ser aceita por este grupo. Enquanto isto sua mente desdiz tudo, pois a mente sabe que ela não se aceita, por isto precisa de muletas que lhe gerem segurança. Estas pessoas procuram nas máscaras sociais (nas imagens) e nos valores culturais o que deveriam se proporcionar através do cultivo do que é nobre e da satisfação da Presença de Deus. A mudança de foco é que faz mestres, como Osho, escreverem: “Deus está fluindo em direção a você, mas você jamais está em casa... você nunca está presente”.⁴

Pois bem, as pessoas presas ao narcisismo, buscam o caminho de orgulho, vaidades e *necessidades*; elas estão cultivando e vão colher. Hoje, a cultura incentiva muito tais atitudes, como um dia incentivou outras atitudes que hoje nossa cultura questiona e até abomina.

O conhecimento das mudanças históricas pode e deve servir como incentivo para que cada pessoa aprenda a não identificar-se tão fortemente com a cultura e nem agir sem refletir sobre as formas pelas quais pode estar colaborando para preservar maus comportamentos, más ideias e valores nada nobres.

Cada um de nós já sofreu muito em consequência de padrões culturais aceitos, porém ruins. O sofrimento nesta e em outras encarnações é recorrente. Uma pessoa foi a um serviço de saúde que não estava bem estruturado para prestar pronto atendimento. A demora no atendimento foi fundamental para a sequela que se originou da doença. É normal e socialmente aceito o atraso nos serviços de saúde. A desorganização é

aceita e até ampliada pela conduta de alguns profissionais. O que estes profissionais menos dedicados estão cultivando? A preguiça, a ganância, a insatisfação e o desamor. Poderiam escolher cultivar algo melhor, mas não escolhem. Se decidissem pelo pólo nobre da vida humana teriam alegria de atuar com dinamismo e prestar um ótimo atendimento, e ao final do dia sairiam realizados, satisfeitos e vitalizados (estimulariam a intuição e a manifestação de habilidades internas pouco ou nada usadas). Estariam se preparando para enfrentar o desafio atual nas suas profissões e os desafios futuros que serão muitos e diversos. Mas, para agirem diferente devem *aceitar quem são*, aceitar a vida que possuem e aceitar as regras do seu trabalho; devem parar de estimular a própria insatisfação, começar a cultivar a gratidão e outros sentimentos nobres. Este deve ser o foco em qualquer profissão e em qualquer emprego.

Hoje, questionamos aqueles que expulsaram de casa suas filhas vítimas de violências. Gerações futuras irão questionar nossas atitudes e escolhas. *Essas gerações futuras seremos nós mesmos*. Viveremos outras encarnações e com vários sofrimentos decorrentes das escolhas que estamos fazendo no presente. Iremos pagar um preço, positivo ou negativo, pelas decisões e por aquilo que estamos cultivando hoje em dia. Serão benefícios ou sofrimentos ampliados ou diminuídos de acordo com os recursos que tivermos cultivado, independentemente do tipo e do estilo de vida que teremos nas encarnações futuras.

As gerações futuras seremos nós mesmos, vivendo em novos corpos e usufruindo dos benefícios do que evoluímos, e das dificuldades ampliadas onde não evoluímos. Iremos colher o que a sociedade atual está plantando. Somos os responsáveis pelo nosso futuro, sempre.

Voltando ao exemplo das roupas: alguns homens e mulheres buscam se vestir “bem”, sem exagero e sem consumismo. Estes gastam pouco tempo, dinheiro e atenção com o assunto roupa, vaidade e orgulho. Se por acaso não for possível se vestirem “bem”, esse fato *não* será motivo de sofrimento ou incômodo. Eles se *aceitam*, e esta autoaceitação gera muita satisfação, o que torna pouco importante todos os atos que visam criar uma imagem. Esta forma de viver abre espaço na mente para que elas possam, se assim desejarem, dedicar-se à prática da caridade, do bem

comum, da justiça e da busca pela evolução espiritual. Observando a vida das pessoas, encarnação após encarnação, posso garantir-lhes que esta opção é a que traz os melhores resultados.

Os desafios não deixam de ser grandes para quem faz boas escolhas. O que muda é a capacidade interna de lidar com os problemas e a maior probabilidade de resolução positiva e mais rápida dos mesmos.

A atitude prioritária para a evolução espiritual é a aceitação de nós mesmos. Em inúmeras encarnações desenvolvemos várias habilidades e recursos. Ao olharmos “para fora” não identificamos e nem usamos os recursos que já temos. Ou seja, desperdiçamos o que temos e sonhamos com o que não temos. *O cultivo do que é nobre nos “obriga” a perceber e a usar nossas qualidades.* Enfrentar as dificuldades torna-se mais simples. A vida melhora, melhora muito.

Se o ser humano aceitar-se como é, nas suas qualidades e limitações, e usar das suas habilidades e nobreza, terá uma vida muito melhor.

LEI DAS MÚLTIPLAS FUNÇÕES – tudo no Universo possui pelo menos dois recursos/funções distintos. Do mais simples ao mais complexo, as relações entre as partes se estruturam de modo a haver múltiplos serviços e cooperação. Assim é que a zebra colabora com a natureza comendo o capim e repondo adubo, além de se preparar como alimento para outros animais. Para cumprir suas funções é necessário ter recursos e habilidades internas; estes não são negados por Deus. A prioridade de todo ser vivo, particularmente do humano, é usar das habilidades já existentes para melhor desempenhar suas múltiplas funções junto à natureza, à sociedade e a si mesmo.



A EVOLUÇÃO SOCIAL FACILITA A EVOLUÇÃO DO ESPÍRITO

A evolução social é de suma importância para *facilitar* a evolução dos espíritos encarnados. Rosângela viveu muitas encarnações nas quais a violência contra a mulher era uma constante. Eram sociedades que negavam os direitos humanos básicos. A consequência: a mulher sofria violência e ainda corria o risco de ser expulsa de casa. Em um ambiente como esse é relativamente mais difícil evoluir. Além de mais difícil para evoluir é bem mais desagradável para viver. Imagino quantos senhores de escravos nasceram depois como escravos. Quantos homens que violentaram mulheres nasceram novamente como mulheres. Na cura da Rosângela foi fundamental ela descobrir-se como alguém que, quando teve a oportunidade, também usou e abusou da violência e fez outras pessoas sofrerem. Saber que várias vezes optamos por ser violentos e injustos nos ajuda a, nesta encarnação, buscar uma escolha diferente.

Buscar um mundo com justiça social e respeito aos direitos fundamentais da pessoa é essencial para que possamos evoluir em ambiente mais propício. Esta é uma das lições que podemos aprender quando observamos a vida de um espírito a partir do conhecimento de diversas encarnações diferentes. A responsabilidade pessoal e o livre arbítrio são sempre muito importantes. O meio social, porém, pode atuar como um facilitador ou um dificultador. Todos nós sabemos que crianças criadas em ambientes de harmonia e respeito têm maior probabilidade de se tornarem adultos educados e trabalhadores. Ou seja, o ambiente pode facilitar ou dificultar o surgimento de sentimentos e pensamentos nobres.

Todas as culturas possuem a capacidade de facilitar alguns comportamentos e pensamentos. Assim como também dificultam determinados comportamentos e pensamentos. Uma cultura equilibrada realiza este processo de estímulo/desestímulo de forma mais justa.

Atualmente, no Brasil, existe um movimento para que terras nas quais seja encontrado trabalho escravo ou análogo a escravidão sejam *expropriadas*. Sim, ainda hoje há trabalho escravo no Brasil. Você pode dizer: “o que eu tenho a ver com isto? Eu tenho a minha profissão e meus bens. Isto não me diz respeito”. Pode ser que nesta encarnação seja diferente. Mas quem garante que em uma próxima encarnação você ou alguém que você ama não será vítima desse tipo de crime? Imagine, também, a quantidade de violência física e psicológica a que são submetidas essas pessoas, desestruturando suas vidas e gerando um alto potencial de violência nesta encarnação e em outras. Dramas humanos como estes ajudam a perpetuar a violência. E, um dia, eles “batem à porta” de nossas casas e nos atingem. A maior parte das pessoas que sofrem com a violência da injustiça responde às situações de violência com uma dose maciça de negatividade, raiva, ódio, compulsão à agressividade e outras coisas ruins. Ficam, muitas vezes, absortas nessas negatividades por décadas ou séculos. Observando as regressões dos pacientes pude perceber que uma das melhores formas de romper com esta situação é através de leis justas e aplicadas com critério. Pessoas que foram vítimas de violência e que consideraram que a justiça foi realizada (segundo o costume de cada lugar e época) superaram muito mais rápido o trauma e as negatividades. Somos todos ligados uns aos outros muito mais do que podemos imaginar.

Boas leis e boa justiça são algumas das principais formas de gerar bons pensamentos, sentimentos e boas vibrações na sociedade.

Uma sociedade evoluída pressupõe ótimos recursos de *acolhimento e ajuda mútua*. A solução dos dramas pessoais *não precisa* ser apenas fruto do esforço individual de cada um. A ajuda externa deve vir sob a forma de acolhimento e caridade, que é uma forma elevada de proteção e de perdão.

Aplica-se à pessoa que abandonou sua família e hoje vive nas ruas e que recebe um prato de comida em uma noite de frio. Aplica-se a cada um de nós que podemos enfrentar situações difíceis devido às nossas imaturidades e fraquezas. Este acolhimento permite a criação de um senso de proteção e a possibilidade de um novo recomeço, o que é, repito, uma das mais importantes necessidades de todos nós, espíritos em evolução. Todos nós somos muito imperfeitos. Erramos constantemente. Constantemente precisamos de uma segunda chance, necessitamos de orientação, ajuda e amparo. Necessitamos novas oportunidades de mudança para termos melhores resultados em nossa vida. A encarnação é uma nova oportunidade. E onde há acolhimento e caridade as oportunidades se ampliam.

Observe a vida da Rosângela: manter relação sexual com a certeza de que não será nem moralmente e nem fisicamente destruída é uma garantia enorme e muito importante. Na encarnação atual, a Rosângela pode *realmente* ter liberdade para fazer uso do seu livre arbítrio; ela pode decidir por si mesma se terá ou não atividade sexual, quando terá e com quem terá relações sexuais. É uma decisão pessoal que depende dos valores que cada um escolhe para guiar a própria vida. A decisão é respeitada, o que significa uma vida melhor; este respeito demorou milhares de anos para ser conquistado. E mesmo que alguém queira agredir a mulher por ter liberdade de escolha sexual, existem leis que a protegem e garantem seus direitos de cidadã (esta é, com falhas, a realidade do Brasil). A Rosângela teve neste benefício social uma garantia de fundamental importância para ajudar na superação, *nesta encarnação*, de seus traumas sexuais e ter uma melhor qualidade vida, nesta e em outras encarnações.

Mas a evolução social ainda não alcançou todas as culturas do planeta. Em alguns lugares as mulheres ainda se submetem a situações terríveis e injustas, pois possuem pouquíssimos direitos e para exercê-los o preço a ser pago é enorme. Em alguns países, por exemplo, as mulheres conseguiram o direito de se separarem do marido, mas vivem com medo da perda da guarda dos filhos e do desprezo até da própria família. Em todas as nações a justiça depende dos interesses dos mais poderosos, mas em alguns países a justiça é especialmente subserviente. A educação ainda não alcançou todas as crianças e o sonho de um mundo sem analfabetos

ainda está longe. Mas, as melhoras são claras e cada vez mais espíritos possuem a possibilidade da instrução e da justiça equilibrada.

Observe bem: estudo não é garantia de evolução, é apenas um facilitador para os que resolverem buscar este caminho.

As sociedades em que os direitos humanos fundamentais são respeitados permitem que as pessoas recomecem a vida. Com isto, traumas e condicionamentos podem ser mais facilmente resolvidos nas mesmas encarnações em que são criados.

Um bom exemplo é a estória da Maria, que amou muito um homem perturbado e para manter o casamento submeteu-se a orgias sexuais que lhe feriam a alma. Quando não aguentou mais o tipo de vida que levava saiu do casamento emocionalmente destrocada. Em outros momentos da história da humanidade Maria não teria quase nenhuma opção; submeter-se às perversidades do marido seria um mal menor. Vivendo no Brasil, no final do século 20, ela pôde recomeçar a vida. Montou um comércio com o apoio do pai e da mãe (isto é acolhimento e ajuda mútua). Reencontrou amigos e fez novas amizades. Ela era respeitada por essas pessoas. Isto foi de fundamental importância para facilitar o enorme esforço de superação de todos os traumas e lembranças negativas derivadas de sua experiência conjugal. Maria sofreu seus traumas e os superou na mesma encarnação. Ela se poupou de muito sofrimento.

Como terapeuta sou testemunha de que tratar pacientes que possuem bons ambientes sociais e famílias equilibradas é bem mais fácil. Um ambiente social mais favorável é mais *provável* de ser encontrado em uma sociedade democrática (normalmente mais estável) que respeita as liberdades individuais e os direitos humanos.

As sociedades democráticas são sociedades nas quais os conflitos podem aparecer, podem ser encarados de frente e podem ser resolvidos positivamente. Ou seja, são sociedades que permitem e facilitam às pessoas recomeçarem a vida e seguirem suas vocações. São

sociedades em que as pessoas são mais facilmente aceitas e respeitadas em suas individualidades e em seus desafios.

Exemplo: é muito bonito ver, nas escolas, crianças “normais” brincando e estudando junto com crianças “diferentes” que possuem dificuldades físicas e intelectuais. Como pai, agradeço todos os dias a Deus pela oportunidade (que eu não tive) dos meus filhos estudarem e estarem junto a estas pessoas “diferentes” para que possam aprender na prática o respeito, a tolerância, o carinho e a amizade para com todos. Esta situação é uma oportunidade a mais para os espíritos das crianças evoluírem, se eles souberem aproveitar a oportunidade. Observe bem: onde havia segregação, hoje há o compartilhar. Todos na escola estão aprendendo a lidar com este compartilhar, é um exercício de aprendizado que somente acontece se as pessoas envolvidas usarem do que há de mais nobre no ser humano. *É ou não é uma ótima oportunidade de evolução para todos?*

Estes são apenas alguns exemplos de como a evolução social gera desafios que facilitam a evolução dos espíritos. Todavia, a responsabilidade continua sendo pessoal. As pessoas podem aproveitar ou não desta facilidade/opportunidade.

LEI DE PRESERVAÇÃO DO EQUILÍBRIO – uma das maiores dificuldades de quem faz dieta é que o corpo entende a dieta como um risco e reage aumentando a fome e diminuindo o gasto calórico. Ou seja, existe no corpo humano e no universo uma reação de preservação e manutenção do que existe. O equilíbrio existente, mesmo que precário, é “defendido”. Assim, cada ação do ser humano corresponde a um processo de adaptação da natureza, da sociedade ou do grupo ao qual faz parte. Qualquer ação transformadora, do ser humano ou não, provoca uma reação das forças (ou de parte delas) que compõem o equilíbrio existente e que estão sendo “ameaçadas”. Esta lei funciona como um sistema de freio no processo de transformação contínuo da vida e do Universo. Em uma sociedade democrática, teoricamente, deve existir um maior equilíbrio entre as forças transformadoras e preservadoras, de tal modo que a transformação não é estancada, ou seja, é contínua e com menos propensão a grandes rupturas. O

mesmo ocorre em todos os grupos equilibrados; famílias, casais ou grupos de amigos podem ser muito beneficiados quando há equilíbrio entre as forças transformadoras e preservadoras.



JUCA, FORÇA PARA RESOLVER OS PROBLEMAS NESTA ENCARNAÇÃO

Juca sofria de síndrome do pânico. Durante anos tomou remédios, mas as crises voltavam assim que diminuía a dosagem dos medicamentos. Ele avaliava que a doença atrapalhava o seu progresso profissional. Mais importante do que isso, segundo a sua avaliação, não havia aprendido a ser uma pessoa melhor. Entre as várias encarnações que “conheceu” durante a terapia estava uma em que se entregou ao vício das drogas. Nessa encarnação anterior ele tomava compulsivamente um coquetel de drogas que produzia convulsões em seu corpo. Eram convulsões dolorosas, mas ele não conseguia restringir o uso do coquetel. Durante os meses finais dessa encarnação ele tomou diariamente estas drogas, sempre tendo convulsões. Aquela experiência marcou outras encarnações, antes de influenciar decididamente sua vida no presente.

No período intrauterino sua mãe adoeceu e teve que tomar alguns remédios “fortes”. Ela ficou muito preocupada com a saúde do bebê em seu útero. O efeito dos remédios chegou até o feto, como também chegaram até ele as preocupações da mãe. Esses dois fatores foram fundamentais para trazer do “esquecimento e do distanciamento” e inserir no centro da encarnação que se iniciava todas as memórias relacionadas às experiências com as drogas. Outro fator importante teve início nesse momento: ali recomeçou a saga de sempre culpar os outros; ele culpava a mãe por ter tomado remédios que colocaram “em risco” sua vida. Durante encarnações sucessivas ele aprendeu e cultivou a “arte” de culpar e exigir dos outros os comportamentos que ele queria. O trabalho terapêutico se estruturou em cima de solucionar quatro aspectos: o somático/corporal da revivência das sensações das drogas expressas na síndrome do pânico, o

mental de culpar os outros, o emocional dos maus sentimentos e o comportamento autodestrutivo. A solução destes quatro aspectos foi fundamental para a cura definitiva da síndrome do pânico.

Observe: o que poderia surgir de bom de uma pessoa que culpa os outros e parte para autodestruição? Este padrão sobreviveu por várias encarnações ou vários séculos gerando *sofrimentos inúteis*, pois não havia nenhum aprendizado na “dor” que ele sofria. O resultado não era um aprendizado evolutivo e sim um reforço do condicionamento do mesmo comportamento, da mesma forma de pensar, da mesma forma de gerir as emoções e as sensações corporais. Naturalmente, esta forma repetitiva de ser e agir gerava mais e mais sofrimentos. No momento em que esse padrão repetitivo se *rompeu* surgiu a primeira oportunidade, em várias encarnações, para o Juca retomar a evolução e o amadurecimento espiritual e, também, caminhar rumo à cura da sua doença.

A dor e o sofrimento são, na maioria das vezes, sofrimentos inúteis, pois o indivíduo não os utiliza como base para uma mudança interior. É comum que a dor e o sofrimento reforcem os mesmos comportamentos, as mesmas formas de pensar, e as mesmas formas de gerir as emoções e as sensações corporais.

Uma das mais importantes consequências do fato de nascermos várias vezes é a certeza de que vale a pena enfrentar os desafios desta encarnação com *escolhas nobres e saudáveis*. No caso do Juca, o descondicionamento de seu corpo e de sua mente rompeu com um padrão que o dominava nesta encarnação e o dominou em várias outras encarnações passadas. Colocar um ponto final em um sofrimento *repetitivo e condicionado* é um passo muito importante para a melhora da qualidade de vida do espírito, esteja ele encarnado ou não. As pessoas que adquirem plena consciência da continuidade da vida sabem que os desafios enfrentados de forma nobre nesta encarnação, por mais difíceis que sejam, são a base para o amadurecimento e a evolução espiritual, o que gera muitos benefícios nesta encarnação e nas próximas. Juca, ao tomar conhecimento das várias encarnações nas quais seus problemas se repetiam tomou uma decisão: “vale a pena lutar! Vale a pena enfrentar o desafio de serem diferentes!”. Todas as pessoas que estão sofrendo *merecem* saber que podem enfrentar o

desafio interior de serem diferentes. Podem superar os condicionamentos e aprender a enfrentar de maneira nobre os desafios que são inerentes à nossa condição de espírito temporariamente encarnado na face do planeta Terra.

Nunca se esqueçam: se estão passando por um desafio é porque já possuem recursos internos para enfrentá-lo. Ter condição de realizar o que é planejado como missão de vida é o mínimo exigido de nós antes de renascermos.

Algumas vezes as pessoas se desanimam de resolver os próprios problemas e melhorar naquilo que é realmente importante para o seu espírito. A consciência e a certeza de que a luta vale para a vida atual e para muitas encarnações futuras, reforça em nós a disciplina e a perseverança. A boa luta, a luta para uma boa direção, produz resultados profundos que repercutem por muito tempo na vida do espírito.

A vida que a maior parte dos brasileiros, e dos humanos em geral, possui é muito melhor do que aquelas que tiveram em encarnações acontecidas séculos ou milênios atrás. Aqueles que adquirem o conhecimento de todas as situações *muito difíceis* que enfrentaram tendem a se questionar sobre o porquê de reclamarem *tanto* do momento de vida atual. Você pode não acreditar, mas este período em que nascemos é uma das melhores épocas para se encarnar. Espero que no futuro seja ainda melhor. Nos dias atuais encontramos muitas pessoas que vivem situações horríveis. Só que a proporção de pessoas vivendo tais situações horríveis diminuiu muito. As regressões a “vidas passadas” me ensinaram e estudos científicos confirmam que há milênios atrás a imensa maioria das pessoas sofriam de graves carências nutricionais, por exemplo. Houve uma regressão de um paciente em que ele sentia uma enorme compulsão para comer uma espécie de terra. Ele comia, comia, comia. A explicação que vinha em sua mente era que o cérebro criou aquela necessidade por causa da deficiência de nutrientes. Aquela era uma reação da mente em busca de nutrientes que lhe permitissem sobreviver. Outra pessoa reviveu uma encarnação em uma região onde havia muitos deficientes visuais fruto de deficiências nutricionais. É comum histórias de filhos sem mãe, pois estas comumente morriam no parto. Crianças deficientes eram frequentemente abandonadas à própria sorte em meio a mata por pais que tinham enorme dificuldade de

alimentarem e defenderem a si próprios e aos filhos sadios e normais. Grande parte da humanidade vivia no limite entre a vida e a morte, sendo muito comum grupos sociais inteiros serem dizimados por doenças ou guerras. Crianças de 4 ou 5 anos começavam a trabalhar em serviços muito pesados que chegavam ao absurdo de deformarem seus corpos. Dores e doenças comumente não tinham nenhum remédio e pouquíssimo alívio. Para outros tipos de dores e doenças existia uma fitoterapia de eficiência muito limitada.

A violência bruta era usada rotineiramente para resolução de problemas. Em artigo publicado na revista científica *Nature* (número 478) o psicólogo da Universidade de Harvard Steven Pinker analisa dados obtidos pela arqueologia forense e pela etnografia demográfica que sugerem que aproximadamente 15% das pessoas em sociedades tradicionais, onde não existe o Estado organizado, morrem violentamente. Este número é cinco vezes maior que as mortes ocorridas no século XX, contando todos os genocídios, guerras e fomes juntos. (Decline of violence: taming of devil within us, Steven Pinker, *Nature* 478, 309-311 (20 October 2011)).

Pelos exemplos dados você pode entender que o mundo há milênios ou séculos atrás era mais violento e mais sofrido.

O espírito que somos enfrentou situações muito duras e injustas, mesmo assim ele sobreviveu e evoluiu. Em meio a tantas desgraças a maioria aprendeu a amar, a ter satisfação, a proteger seus filhos e famílias, a servir ao próximo, a brincar e a sorrir. Em meio a tantas desgraças muitos foram bastante felizes e cultivaram a bondade.

Os que, desde o início, cultivaram o que era importante para o espírito conseguiram passar por tudo com menos sofrimento e mais aprendizado, evoluindo sempre.

O mundo atual é fruto de nossas evoluções coletivas e das nossas imaturidades coletivas. As situações individuais são frutos das escolhas pessoais que ajudam a criar um coletivo; este coletivo, por sua vez, reverbera na vida de cada indivíduo. Hoje é melhor de se viver do que foi ontem, no passado, quando pensamos em probabilidade de sofrimentos. Se é melhor, é porque a média das escolhas de cada indivíduo tem sido melhor. A vida mais segura e com mais recursos serve ou deveria servir

como um grande incentivo para que as pessoas evoluam com mais facilidade. Aqueles que aproveitarem a boa oportunidade e evoluírem estarão se preparando para muitas outras encarnações com maiores facilidades. Estas facilidades decorrem do fato de que espíritos mais evoluídos possuem melhores recursos internos para lidar eficientemente com os problemas e com as situações boas ou ruins.

Os esforços dos espíritos mais evoluídos devem estar direcionados, prioritariamente, para melhorar a sociedade, suas leis e seus valores. É natural de um espírito que cultiva o que é nobre intervir positivamente na sociedade.

A sociedade mais equilibrada e evoluída possibilita melhores oportunidades de reencarnação em situações positivas.

O meio ambiente razoavelmente equilibrado, que está sendo destruído, é importante para a geração atual e, principalmente, para as gerações futuras. O que você tem com isso? Você, seu espírito, fará parte da geração futura. Este é um bom exemplo para que você entenda que há continuidade e que os ganhos ou perdas da sociedade serão de vital importância para o seu futuro, quando estiver em outro corpo e em nova experiência encarnada.

No plano espiritual, também há uma continuidade. Inclusive continuidade de evolução dos espíritos. Se você somar todas as experiências encarnadas, juntas, elas são muito *mais breves* que o período desencarnado. É no plano espiritual que está a experiência principal do espírito. O que vivemos aqui, encarnados, é uma *pequena e importante* parte da vida completa, mas não é a principal. Isto significa que quando nascemos temos a oportunidade de realizar uma missão. O plano espiritual prepara a missão, organiza e estrutura. E lá vamos nós, rumo a um novo útero para começar uma nova experiência.

O ciclo que se repete inicia com a concepção, gestação, nascimento, infância, adolescência, fase adulta e velhice, podendo a encarnação ser interrompida a qualquer momento. Esta é a experiência encarnada do espírito. Sob o ponto de vista do espírito, quando desencarnado, todas as encarnações correspondem a um espaço de tempo relativamente pequeno,

se comparados a imensidão da vida espiritual. Algumas pessoas questionam sobre o sofrimento e a morte de Jesus: por que ele teve que aguentar tanto sofrimento? Sem entrar em discussão Teológica, quero realçar que aquele sofrimento foi uma fração de “segundos” na vida do maior de todos os mestres que encarnaram no planeta Terra. Foi uma etapa necessária e importante para Ele cumprir sua missão, da mesma forma que todos nós temos as nossas missões. Um bom exemplo de muito sofrimento, sob a perspectiva do espírito desencarnado, ocorre quando um ser humano se entrega ao cultivo da maldade e, uma vez desencarnado, pode demorar séculos para se recompor, sofrendo e tendo que ser “reeducado”. Este é o verdadeiro inferno: o que nós criamos em nós, o que nós mesmos cultivamos e que nos faz sofrer. A misericórdia de Deus é grande e Ele permite que este espírito tenha condição e auxílio para retomar o seu caminho rumo à evolução; se o espírito assim escolher, já que o livre-arbítrio é sagrado.

O que cultivamos, nós colhemos. Esta é a regra. Portanto, uma pessoa que cultiva a vaidade irá colher os frutos da vaidade e terá os sofrimentos e os benefícios derivados desta escolha. Se uma pessoa cultiva a ganância terá escolhido no que prestará atenção, valorizará, investirá seu tempo e, por fim, como responderá frente aos eventos da vida. A menor possibilidade de perda pode induzir a pessoa dedicada à ganância a se consumir no ódio e decidir por novas escolhas negativas. Isto será cultivado e daí haverá os frutos. Não se iludam, não há neutralidade, o que cultivamos em nosso interior é o que colhemos no nosso interior. (Atenção: não controlamos todas as variáveis da vida, portanto o que plantamos na vida pode ser diferente do que colheremos exteriormente).

Como um espírito desencarnado observa sua própria vida? Ele tem a consciência de uma única vida com muito tempo no plano espiritual, entremeada por momentos de experiências encarnadas. A percepção do humano de que o sofrimento na vida encarnada é duradouro é uma *ilusão* de quem se esquece de contabilizar o tempo que ele vive desencarnado. Outro problema desta ilusão é a pessoa se “esquecer” de que a condição encarnada, pelo seu planejamento, é um *facilitador* da superação dos condicionamentos, traumas e imaturidades que geram e amplificam o sofrimento. Ou seja, todo planejamento do plano espiritual antes de encarnarmos se refere a oferecer *facilidades e potencialidades* para que possamos enfrentar e resolver as questões centrais da encarnação. O

sofrimento humano, por mais que pareça ser duradouro, deve ser resolvido na própria encarnação, através do aproveitamento/desenvolvimento de qualidades aproveitáveis ao espírito. Imagine dois homens que descobrem estar com o Mal de Parkinson. Um se conforta nos bons sentimentos e no aprendizado dos melhores valores espirituais. O outro se entrega aos dissabores, rancores e desgosto. Lembrando que a vida continua e que o que cultivamos é o que levamos embora, qual vai ter um melhor desencarne e um melhor reinício no plano espiritual? O primeiro, com certeza. O ganho que ele teve no final da vida refletirá em melhor qualidade de vida do espírito e servirá em várias outras encarnações.

A consciência da reencarnação é importante porque oferece a direção dos esforços evolutivos a serem realizados.

Luciana era uma senhora que descobriu estar com câncer. Sua vida havia sido marcada por rivalidade com uma parente. Ela descobriu que estava com câncer, provavelmente iria morrer e a parente continuaria com saúde. Ela se sentiu derrotada, a outra venceu e ela perdeu. Ela iria morrer derrotada. Esse era um segredo que guardava cuidadosamente. Um dia não aguentou e contou para a filha. Seu desejo mais íntimo era que a filha continuasse a rivalidade e que no final a filha derrotasse sua inimiga. A filha, espírito evoluído, percebeu o dilema da mãe e o sofrimento que se ampliava devido ao pensamento de derrota e de desarmonia. A filha fez o que era o mais importante para proporcionar uma oportunidade de superação: levou a mãe ao psicólogo. Pense bem: ela estava sendo tratada do seu corpo doente pelo médico. Qual era o benefício? Mais uma década de vida? Ou mais um ano de vida no corpo humano? O que é isto frente à enormidade da vida do espírito? O que estava cultivando era o que iria colher, por muito tempo. É muito sério, para o futuro do espírito, envolver-se em pensamentos, sentimentos e sensações de desarmonia, destruição, ódio, agressividade. A filha optou pelo mais importante. Optou pelo recurso apropriado para ajudá-la a romper com aquele padrão negativo fortíssimo que já existia e que estava se fortalecendo. Na *escala de prioridade espiritual* faz todo sentido buscar uma ajuda para que a mãe possa ter uma vida encarnada ou desencarnada com superação e evolução. Foi o que aconteceu. Através do tratamento psicológico Luciana pode se

desvincular da rivalidade e sintonizar-se com o que há de essencial. Certamente o desencarne foi de melhor qualidade e o retorno ao plano espiritual foi de um espírito que havia aprendido muito e estava pronto para novas aprendizagens. Muito sofrimento para Luciana foi poupado, por anos, décadas; quem sabe, séculos.

*Vale a pena investir nossos esforços na evolução espiritual.
Este é o caminho que Deus criou. Ele sabe bem o que fazer,
tem mais capacidade que nós, mais conhecimento e está
mais bem preparado.*

Você vai seguir a quem? Seu próprio orgulho, como estava fazendo a Luciana? São duas possibilidades, seguir ou não o caminho de Deus. O bom senso nos indica que os melhores resultados acontecerão se seguirmos quem está mais bem preparado para nos orientar. Ele planejou a encarnação de cada um dos humanos com recursos internos que lhes *permitem* enfrentar positivamente os desafios da vida. Portanto, o melhor que temos a fazer é resolver nossos problemas nesta mesma encarnação para usufruir dos ganhos e aprendizados nesta e nas encarnações vindouras.

LEI DA EMANAÇÃO CONTÍNUA – o ser humano, como qualquer ser vivo, emana continuamente vibrações de qualidades diversas. Estas vibrações são formas de trocas, comunicação e ação sobre o ambiente. O indivíduo humano emana exatamente o que ele é, não o que ele quer mostrar. Portanto, só podemos influenciar as vibrações mudando nossa forma de ser, pensar, sentir e agir (conjuntamente, de preferência). Se a pessoa for agressiva, mas começar a ter pensamentos de paz, estes pensamentos poderão ajudar a diminuir a agressividade, e mudar a qualidade da vibração. Para aprofundar esta transformação ele deve ter sentimentos não agressivos, agir pacífico, etc. Quanto mais profunda a mudança, maior o impacto sobre as vibrações. Vibramos o que somos e não o que queremos ser. Por ser real e agir sobre o ambiente, as vibrações eliciam respostas de outras pessoas, sendo responsáveis por parte do comportamento que outras pessoas apresentam frente aquele

que emana a vibração (se a vibração de um indivíduo estimula as outras pessoas, elas respondem a este estímulo/vibração). Ou seja, a vibração da pessoa influenciará as pessoas a sua volta, “afastando” algumas e “atraindo” outras, eliciando comportamentos e dificultando outros. As vibrações são uma das formas de comunicação não verbal usadas pelos seres vivos.



A EVOLUÇÃO DEVE ACONTECER EM VÁRIAS ÁREAS DA VIDA E NO PLANO ESPIRITUAL

Um homem honesto foi enganado por um desonesto. Um ficou rico e o outro pobre. Você se pergunta: há justiça em tal situação? A resposta é: a pessoa honesta não foi enganada por ser honesta. Ela foi enganada por não ter se cuidado e não ter aprendido a se proteger dos desonestos. São qualidades distintas, e ambas devem ser desenvolvidas.

Desenvolver qualidades distintas e diversas é fundamental para que haja equilíbrio na vida da pessoa e justiça na sociedade. O desenvolvimento de uma qualidade não deve ser vista como suficiente para dar conta de todas as necessidades evolutivas do ser humano.

Quando há o desencarne, para onde não se leva posses materiais e onde títulos não têm qualquer importância, os valores cultivados é que produzirão frutos. Nós criamos a maior parte do nosso sofrimento e da nossa satisfação através das escolhas e das prioridades definidas. O ser humano é diverso, dentro dele há áreas evoluídas e outras atrasadas. Aproveitamos o que evoluímos e sofremos onde nos atrasamos. A tendência é que o honesto tenha cultivado melhores recursos que o desonesto, mas nem sempre é assim. Existem diferentes qualidades e características que podem conviver dentro do mesmo indivíduo. Diferentes combinações de sentimentos, pensamentos, crenças, valores, intuições e sensações são possíveis. Existem os que são honestos,

orgulhosos e racistas, por exemplo. Existem os que são honestos, preguiçosos e relapsos. Existem os que são desonestos, dinâmicos, bons pais e que praticam a caridade. Infinitudes de combinações são possíveis. Estamos falando de seres humanos, e cada um é um.

Cada um é responsável por si e, especialmente no plano espiritual, colherá exatamente o que cultivou, dentro dos limites do que cultivou e com as contradições do que cultivou.

As dificuldades enfrentadas devem servir como *reflexão* sobre quais as qualidades/habilidades necessárias para resolver os problemas da vida com mais eficiência. A vida do ser humano deve evoluir do difícil para o fácil, do complexo para o simples e do imaturo para o maduro. A fala é uma conquista difícil e lenta para uma criança, mas, ao adquirir esta habilidade, usufruímos dela cotidianamente e falar torna-se muito simples. Uma pessoa, por exemplo, preguiçosa, torna difícil a realização de atos rotineiros. Com esta característica gera sofrimento para si e para os outros. Esta pessoa pode ser honesta, o que gerará positivities; mas a preguiça gerará desavenças e problemas. Cada pessoa é composta de áreas evoluídas e outras não evoluídas. A percepção de si mesmo é fundamental para a pessoa determinar quais são as qualidades nobres que precisa desenvolver. Sabendo qual o seu problema ou dificuldade, o indivíduo pode desenvolver a qualidade/habilidade oposta ou complementar.

As habilidades pessoais são de vários tipos e níveis. Enquanto algumas pessoas precisam controlar a ganância, outras precisam aprender a lidar com o dinheiro e saber negociar. A capacidade de negociar e lidar com o dinheiro envolve o aprimoramento de várias qualidades como autovalorização, capacidade de estabelecer limites, melhora da comunicação, etc. Essas habilidades serão úteis na parte financeira, como serão úteis em outras áreas da vida. Assim, uma habilidade adquirida facilita a conquista de outras. Este é o ideal, que algo positivo gere outro algo positivo. Quanto mais nobre for a habilidade adquirida, maior força evolutiva ela terá, ou seja, mais ajudará na conquista de habilidades e qualidades ainda não desenvolvidas em sua plenitude. O oposto também é verdadeiro: quanto mais involuída for uma área da vida do indivíduo mais ela dificultará a evolução de outras áreas.

Todas as formas de vidas são planejadas para se transformarem constantemente. Isto é verdade tanto na genética, como no corpo e na “consciência/reações” de cada ser vivo, e do ser humano em particular. Este é o sentido da vida do espírito: transformar-se sempre, para que haja sempre oportunidades de transformar más escolhas, maus pensamentos, maus sentimentos e vibrações densas por escolhas nobres, sentimentos nobres, pensamentos nobres e vibrações sutis.

O esforço evolutivo é a função básica do espírito, tanto encarnado, como desencarnado.

Alguns pensadores costumam desvalorizar os aprendizados ocorridos no plano espiritual. Observe a informação de um palestrante:

uma menina nasceu com uma séria doença na cabeça como consequência de uma ação acontecida em outra encarnação. Ou seja, ela criou um Karma para si ao assassinar uma pessoa com uma paulada na cabeça. A doença na cabeça seria o fruto deste Karma.

Esta informação é uma generalização, pois se este fato é possível, *não* é o mais comum de acontecer. Não é o que costuma aparecer nas regressões. Uma pessoa que morre afogada em uma encarnação, talvez renasça com medo de água e com dificuldade de aprender a nadar. Talvez renasça sem medo algum de água. Acredito que várias pessoas e teorias religiosas desvalorizam o período “entre-vidas”, o período em que o espírito está no plano espiritual e onde é realizado o planejamento de vida. Lembre sempre que a encarnação é a parte menor na vida do espírito. Ou seja, é relativamente pouco tempo que ele tem “na carne” frente ao longo tempo que ele tem no plano espiritual. Nada mais natural que grande parte do aprendizado, grande parte da evolução aconteça quando desencarnado. É preciso ter em mente que o espírito que reencarna é “diferente” daquele que desencarnou. No plano espiritual ele tem uma *vida real* de experiências, vivências e aprendizados. *A experiência do espírito enquanto desencarnado é tão ou mais importante que a experiência dele encarnado.*

O espírito que reencarna é diferente do espírito que desencarnou, pois a vida no plano espiritual também é repleta de experiências e de oportunidades evolutivas. A vida no plano espiritual não é apenas muito mais longa que os períodos encarnados, é também onde acontecem as maiores evoluções e transformações do espírito.

Um determinado problema *não* solucionado no plano espiritual pode *não* influenciar a encarnação seguinte. Para entrar e influenciar a vida encarnada, este problema precisa estar previsto no planejamento de vida do espírito que reencarna e/ou conseguir um estímulo. Na estória do Téo, o estímulo aconteceu quando sua mãe sangrou na gravidez e teve medo de perder o bebê, naquele momento a tristeza manifestada em outras encarnações começou a influenciar o novo corpo e a mente que se formava. Assim sendo, as teorias que só levam em conta os momentos encarnados, como se não houvesse o plano espiritual, o planejamento de vida e nem a limitação da encarnação, podem confundir as pessoas e dificultar o contato delas com a verdade.

A evolução do espírito se dá quando o espírito está encarnado ou desencarnado, e deve acontecer nas diferentes áreas da vida.

Alisson era um jovem de 15 anos, com dificuldades de socialização. Era tímido e retraído. Em uma regressão ele se “viu” morando onde hoje é o Líbano. Era o irmão mais velho de uma numerosa família da qual uma parcela se converteu ao cristianismo. Os que permaneceram na religião tradicional dividiram-se entre os que aceitaram a conversão dos familiares e aqueles que não aceitaram. Os que não aceitaram fizeram de tudo para reverter a situação, fato que gerou a prisão de alguns dos novos cristãos e, por fim, a imigração de grande parte da família para o Brasil (onde poderiam ser cristãos sem serem perseguidos). Ele, que não havia se convertido, ficou no Líbano, raivoso com os que partiram e cultivando um orgulho religioso que o fez ligar-se, cada vez mais, à sua fé. Era nessa fé que ele encontrava consolo, justificativa para seus atos de perseguição aos convertidos e alimentava sua raiva pela separação da família. Segundo o seu julgamento o culpado da separação da família não foi ele e sim “os

malditos cristãos que acabaram com a paz de todos”. Assim viveu, assim morreu. Durante mais de 70 anos, depois do falecimento, esteve envolto nas fantasias de raiva, orgulho e vingança. Demorou décadas para aceitar a ajuda de espíritos evoluídos e de membros da família que também já estavam desencarnados. Durante décadas teve uma vida horrível como espírito. “Um dia” seu orgulho perdeu força e ele descobriu que havia agido completamente errado e cultivado valores, crenças e sentimentos que lhe fizeram muito mal, e prejudicaram a sua evolução espiritual. Quase um século se passou entre o desencarne, a aceitação da realidade espiritual, o preparo para uma nova encarnação e, finalmente, a nova encarnação como Alisson. Foram décadas de sofrimentos criados por ele próprio e sofridos por ele mesmo. O espírito que nasceu era mais evoluído e mais preparado que o espírito que morreu no Líbano. O mesmo acontece com a maioria dos espíritos que renascem na Terra. Observe bem: o homem libanês era trabalhador, dedicado à família, honesto, orgulhoso e repleto de valores negativos. *Ele sofreu exatamente naquilo em que não evoluiu.*

Se na vida encarnada é fácil prejudicar o próximo com nossas escolhas, na vida desencarnada é mais difícil. É possível, mas é mais complexo. O mais comum é a ação pessoal ter reflexo *preponderantemente* na própria pessoa. O caso do Alisson é significativo. Enquanto encarnado, como o irmão mais velho, pôde azucrinar a vida daqueles que haviam se convertido ao cristianismo, mas, uma vez morto, atuou quase que exclusivamente sobre si mesmo. Existe a possibilidade da obsessão, quando espíritos desencarnados (nós somos os espíritos encarnados) atuam sobre os vivos a fim de, entre outras coisas, influenciar nas decisões destes. É bastante comum pessoas terem obsessores, mas, frente a imensa quantidade de espíritos, os obsessores constituem a *minoría* dos espíritos.

O momento da morte é um grande *rito de passagem*, que ajuda a “demonstrar” para o espírito que ele está voltando para a “outra realidade”. As descrições para o fenômeno da morte são as mais variadas; um espírito pode senti-la, por exemplo, como um “chacoalhão” que o faz despertar na realidade espiritual. A morte é o revés de um parto, como escreveu o poeta Chico Buarque. É um momento de suma importância e que, muitas vezes, define as condições espirituais daqueles que voltam à condição de desencarnado. Bons espíritos podem se causar grande dano por não aceitá-la. Isto é comum em boas pessoas que são excessivamente

apegadas a bens ou a pessoas. De novo, onde não há evolução é onde é mais provável surgir o sofrimento.

João Paulo tinha dores de cabeça constantes. Em uma encarnação anterior foi um bom pai, cioso dos seus deveres, que morreu vítima de um infarto fulminante. A morte foi uma separação brusca e muito dolorosa, já que o futuro de seus filhos estava em risco com a morte precoce do mantenedor da família. Ele não aceitou a realidade da morte que incluía o desapego e o distanciamento. Essa situação difícil gerou naquele homem, já no plano espiritual, o desejo de dominar e administrar a vida dos membros da família que continuaram encarnados. Seu poder e sua força de atuação sobre a família era infinitamente menor; afinal, estava desencarnado. Não atingindo seu objetivo, o sofrimento *ampliou* consideravelmente. A família continuou a vida, independentemente dele, tomando as decisões segundo o livre-arbítrio de cada membro. Tudo isso significava um sofrimento que se instalava no ex-pai sob a forma de culpa, raiva, desgosto e muitas outras vibrações ruins surgidas em função das suas imaturidades. O ponto em que as *imaturidades se transformaram em sofrimento* foi quando ele se revoltou com a realidade (a morte) e resolveu tentar manter a posição de pai, mantenedor, chefe de família, que de fato não era mais. O seu afastamento progressivo da família aconteceu por uma profunda insatisfação com as ações e decisões dos filhos e esposa. Ele se afastou, vibrou e cultivou a raiva, o rancor, a mágoa e a culpa por muitos e longos anos. Foram necessárias décadas para ele absorver positivamente a morte prematura. Ao abrir espaço em sua mente para cultivar os sentimentos, e as vibrações mais nobres e os valores mais justos, conseguiu aceitar o direito de escolha dos familiares e superar o sofrimento que havia se originado na morte ocorrida muitos anos antes. Estando de volta ao caminho da evolução, depois de décadas, foi preparado para a reencarnação. Este exemplo mostra claramente a importância das Teorias filosóficas e religiosas levarem em consideração o período em que o espírito está desencarnado. O cultivo das vibrações e dos pensamentos nobres é importante tanto para o encarnado quanto para o desencarnado. A evolução e o amadurecimento do espírito continuam sempre, portanto, sempre haverá boas opções para o espírito.

O espírito reencarnado como João Paulo, foi na outra encarnação um ótimo pai, dedicado, trabalhador, amigo, cheio de boa vontade e amor para com os familiares. Seu planejamento de vida previa o desenvolvimento de

outra qualidade: o desapego e o respeito ao livre arbítrio daqueles que ele amava e queria proteger. A morte foi um “choque” que criou a seguinte situação: desapego ou sofrimento. Ele optou por manter o apego. A Lei de Deus é clara: sofremos onde não evoluímos. Assim aconteceu com o ex-pai, ele sofreu até o momento em que abriu mão do apego e começou a “limpar o coração” dos sentimentos e ideias ruins que tinha cultivado. A capacidade de desapegar foi desenvolvida somente no plano espiritual e se somou a várias outras qualidades que ele já possuía.

Todas as pessoas que nascem na Terra possuem plenas possibilidades de escolherem o bom caminho. Mesmo aqueles que decidem virar os piores bandidos. Todos nós poderíamos ser muito melhores do que somos. Poderíamos aproveitar melhor os bons recursos que desenvolvemos anteriormente e que estão latentes em nossa mente. Nós esquecemos muitas coisas ao reencarnar, inclusive de boa parte do muito de positivo que há em nós.

Cultivar este positivo “adormecido” em nossa mente faz com que ele desabroche e se revele com uma intensidade que pode assustar a muitos. Isto significa que ao nos apegarmos aos valores e formas de pensamento da sociedade em que vivemos, ao cultivarmos o que não é nobre e reforçarmos nossas imaturidades, nós inibimos aquilo que tornaria nossas vidas muito mais fáceis, evoluídas e amadurecidas.

Nós desperdiçamos experiências acumuladas durante séculos e vivemos como se não houvesse grandes recursos dentro de nós. Buscamos fora, e o que encontramos na sociedade não é o melhor que cada um tem dentro de si.

Encontramos fora o que cada um faz para se proteger e as ações pouco evoluídas que as pessoas realizam acreditando que necessitam destas ações para sobreviver ou para “viver bem”.

Abandonamos os bons exemplos que estão dentro de nós para nos reduzirmos aos desejos, medos e inseguranças de

outras pessoas que também se reduziram e formaram a maior parte da cultura.

Portanto, evoluir em todas as áreas da existência é muito importante. Para tanto devemos aproveitar o que já evoluímos para dar este “passo adiante” e para gerar uma vida mais equilibrada e com menos sofrimentos.

LEI DO APRENDIZADO FOCADO – todo aprendizado deve ter um foco específico que, se bem utilizado, facilitará outros aprendizados. O indivíduo pode cultivar a capacidade de superar o medo; após aprender a superar o medo, poderá usá-lo para facilitar outros aprendizados. Da mesma forma, o que não desenvolvemos serve como dificultador em outros momentos. Saber focar o que se quer aprender permite que este aprendizado se aprofunde, condição básica para que ele adquira maior amplitude e potência na vida da pessoa. O foco do aprendizado “espiritual” deve ser aquilo que a realidade apresenta na vida de cada um. Portanto, o foco está no real, no presente, no que está realmente acontecendo. Neste real está “descrito” o que é necessário aprender, e no real existem várias forças que facilitam a aprendizagem. Ou seja, o presente é um momento muito adequado para a aprendizagem focada. Quaisquer outros aprendizados podem acontecer, mas será o foco descrito pela realidade que terá potenciais que facilitarão a aprendizagem.



ESTIMULANDO O APRENDIZADO DO PASSADO A AGIR NO PRESENTE

Qual a importância da marca de uma calça para um espírito que vive há milênios e que já teve muitas encarnações? Deveria ser nenhuma. Você concorda com esta afirmação? Por que então milhões de pessoas correm atrás destes objetos de desejo? Por que correm atrás destes objetos de desejo mesmo tendo dentro de si as informações, colhidas nesta e em outras encarnações, que demonstram que estes desejos pouco ou nada constroem? Com certeza elas já experimentaram em outras encarnações e descobriram que este caminho (da necessidade de status, orgulho e aceitação social) não é o melhor e nem é necessário. Sabemos que muitos *não* aprenderam a lição, por isto repetem os mesmos erros. Outros aprenderam, mas devido às suas imaturidades acabam se desviando do bom caminho e desprezam os ensinamentos que os ajudariam, nesta encarnação, a não repetir o mesmo erro. Temos vários bons aprendizados dentro de nós, precisamos aprender a usá-los.

Somos seres com muitas experiências e, mesmo que não as lembremos conscientemente e em detalhes, podemos ter em nós os frutos em forma de decisões, crenças, habilidades, gostos, intuições, vibrações, sensações e sentimentos.

Algumas pessoas aprendem a usar estas informações conscientemente, outras as usam intuitivamente. Mas, a maioria as desprezam, pois inicialmente são *sutis e passam despercebidas*. Aqueles que não prestarem atenção e que não as levarem em consideração não terão a satisfação de

aprender mais facilmente. Os que desprezarem estas informações terão como os únicos elementos disponíveis a experiência social e cultural de uma sociedade. Há, portanto, a necessidade de um equilíbrio entre a percepção da realidade externa e a percepção da realidade interna da pessoa. A educação normalmente incentiva e privilegia a percepção da realidade externa, e despreza a percepção do que emana do interior da pessoa. O resultado é a dependência do que é externo, daí a extrema necessidade de aceitação social, de status e do orgulho – que é a forma da pessoa construir sua identidade e sentir que pertence a algum grupo específico.

Marina era uma mulher que tinha grande vaidade e apego a bens materiais. Ela queria estar na moda, precisava ser reconhecida como alguém “especial” e necessitava sentir-se desejada. Seus sonhos sempre realçavam o oposto do que buscava, mostravam a futilidade de suas escolhas e o sofrimento que viria posteriormente. Os sonhos avisaram, ela concordou com as informações que vinham durante o sono e mesmo assim *manteve* as mesmas escolhas. Depois de muitos anos, um câncer desmontou seu castelo de vaidades e inutilizou seu foco direcionado para o exterior. O que ela cultivou não servia para a nova realidade. Ela já havia feito estas escolhas muitas vezes em várias encarnações, sempre priorizando a vaidade e o reconhecimento externo/aceitação social. O conhecimento interno, representado pelos sonhos, não foi forte o bastante para competir com os benefícios sociais da vaidade e do reconhecimento externo. Ela se encantou e se deixou dominar pela *ordem de prioridades* que a sociedade lhe estimulava e ela (vazia, por estar distante das suas próprias experiências passadas/internas) aceitava. A vida da Marina é a vida da maior parte das pessoas que gastam tempo, energia e dinheiro em vaidades e consumismo, tentando atingir um ideal socialmente condicionado. Estas pessoas quase sempre adiam ou se distanciam de seus recursos internos e de uma vida intensa e recheada de satisfação de quem segue as *prioridades definidas por Deus*. São escolhas que todos fazemos diariamente: o que vamos cultivar? O que vamos deixar de lado ou para depois?

Possuímos um grande manancial de recursos formados com muito custo ao longo de milhares de anos. São experiências e vivências originadas nas muitas encarnações que já

tivemos. Este manancial de recursos fica à disposição do ser que renasce. Fica em estado latente e deve ser estimulado ao longo da vida. Assim, durante a vida, à medida que estimulamos as habilidades/conhecimentos latentes, elas começam a ser ativadas em nosso corpo e mente, aos poucos.

Nós podemos aprender a usar e a aproveitar grande parte desse manancial interno mais eficientemente. São muitos os recursos disponíveis para quem quer aprender a usá-los. A terapia é uma das opções disponíveis. Leituras e a participação em alguns tipos de cursos são outras das muitas opções, além de estarmos atentos às nossas intuições e sentimentos nobres. Podemos nos educar a perceber nossos conflitos internos e nossas tendências, podemos aprender a “dialogar” com a mente. Existem muitos recursos diferentes e úteis.

Um dos investimentos mais importantes que fiz na vida foi a participação em cursos que me ajudaram a determinar melhor o meu caminho profissional. Eu estava profundamente dividido entre algumas opções profissionais. Com a ajuda dos cursos determinei melhor minhas prioridades e minhas potencialidades. Segui a carreira em que estou hoje, para qual tenho vocação. Seguir a própria vocação é fundamental para conseguir que conteúdos internos construtivos ajudem-nos em nosso caminhar profissional, facilitando o trabalho e tornando-o mais eficiente. Sinto-me, muitas vezes, abençoado por ter tantas oportunidades de ajudar as pessoas que me procuram.

Seguir nossa vocação e cumprir nossa missão é um passo importantíssimo para dinamizar os conteúdos internos aprendidos em tantas encarnações.

Ana Julia tinha uma empresa que estava em dificuldade financeira. Aconselhada por uma amiga buscou a consultoria de um psicólogo. O perfil de sua empresa era diverso do seu próprio perfil. Aliás, ela sempre caminhava sem “olhar para si” e sem entender quais eram suas potencialidades e seu perfil. Esta oportunidade que ela se ofereceu serviu para realinhar os produtos de sua empresa e a forma de atender aos consumidores, dentro das novas prioridades da sua própria vida. Assim

conseguiu encontrar um caminho como empresária bem sucedida. Algo especial passou a ajudá-la: suas intuições surgiram fortes e frequentes. “Antes eu tinha a sensação de que não sabia nada, agora eu tenho a sensação que sei muito mais do que eu imaginava”. Ela abriu a porta para que de seu interior saíssem conhecimentos muito úteis para o seu trabalho empresarial. Esta porta permitiu em sua mente a emersão de ideias, soluções, avaliações e intuições que tornavam o ato de administrar mais simples e eficiente. Algumas vezes, percebemos esta força e sabedoria interior em momentos de grande stress. Existe um ditado que diz: “temos sabedorias que não sabemos que temos até que precisamos dela”. Dália era profundamente dependente do marido para tudo, até que o mesmo teve um infarto e ela começou a fazer tudo o que ela não sabia que tinha capacidade. Disse que em sua mente “aparecia” tudo o que devia fazer. O grande desafio é conseguir usar esta sabedoria no cotidiano e não apenas em situações de grande necessidade/stress.

Como você pode observar não são somente conteúdos negativos que “invadem” nossa consciência para condicionar nossa encarnação atual. *Conteúdos positivos também podem invadir nossa mente e nos ajudar.* Não há nada de místico nisto. São identidades. Identidades entre fatores que cultivamos ou não. Se uma pessoa cultiva a vaidade e o orgulho, memórias de encarnações passadas relacionadas a esse tema poderão ser ativadas. Se a pessoa cultiva a benevolência ou a compaixão, memórias relacionadas a esses temas poderão ser ativadas. (Lembre que estas memórias aparecem como facilidades, habilidades, intuições, decisões semiconscientes, etc. Muito eventualmente aparecem como lembranças de fatos de outras encarnações.) Todavia, é necessário prestar atenção a um detalhe. *Os conteúdos nobres necessitam de uma maior atenção e focalização para que sejam percebidos.* Não imagine que eles sejam mais fracos, não é verdade. É que a maior parte das pessoas aprendeu e se treinou para perceber e se defender do negativo. Desta forma, quando o que é nobre e positivo aparece as pessoas *não* costumam identificá-lo e nem memorizá-lo. Este é um sério problema educacional e os pais devem estar muito atentos. Mais de 80% dos diálogos entre pais e filhos são para tratar de problemas, de desavenças ou de futilidades. Os pais também ensinam os filhos, através da prática pessoal deles, a se lembrarem de quem fez o mal ou se lembrarem do negativo e se esquecerem de quem fez o bem e do que é nobre. Os exemplos do cultivo do negativo e o desprezo do que é nobre e

positivo são inúmeros. Quando os conteúdos nobres emergem na consciência das pessoas encontram indivíduos que são quase analfabetos em perceberem e em aproveitarem estes conteúdos. A educação de nossas crianças deve levar este fato em consideração. Ensiná-las a perceberem, valorizarem e memorizarem o que é nobre é uma das mais importantes funções dos pais.

A mente reativa, que reage ao meio externo, prioriza a defesa, portanto é treinada para perceber e priorizar o que é negativo ou pouco evoluído. O que é nobre necessita fluir; assim, as defesas e bloqueios limitam a expressão do que é nobre, tornando-o sutil. Este fluir da mente é que permite a emersão dos conteúdos positivos e nobres, de encarnações passadas, que estão latentes na mente.

O carinho, por exemplo, pessoas recalcadas têm mais dificuldades de serem carinhosas. Quando superam traumas e dores da infância, tornam-se mais abertas, carinhosas e “próximas”. Popularmente as pessoas dizem para os recalcados: “não encana, deixa rolar”. Os recalcados tentam se controlar para se defenderem da dor interna, fazem isto se fechando emocionalmente. Eles não fluem. Para que nosso interior tenha o caminho aberto para fluir é necessário romper com nossos traumas, condicionamentos e bloqueios internos. Ao mesmo tempo é necessário experimentar e aprender as *regras* do fluir, da emersão do nobre e de conteúdos internos especiais. Isto significa mais ganhos internos e menos dependência do que é externo, menos necessidade de aceitação social e menos desejos de reconhecimento.

Os conteúdos positivos e construtivos são incrivelmente poderosos, principalmente quando são conteúdos nobres. Aqueles que aprendem a usá-los aproveitam muito melhor as oportunidades que aparecem no dia a dia. Cada ser humano é um espírito antigo, apenas parcialmente restrito em seu acesso a experiências anteriores. Em nossa experiência encarnada necessitamos de alguns desses recursos, que, se cultivados, desabrocham ao longo da encarnação. Se não forem cultivados, não desabrocham. Neste caso, ficamos sem acesso a eles. Ficamos sem bons recursos que tivemos muito trabalho para desenvolver anteriormente e que agora poderíamos aproveitar mais uma vez.

Observação: todo conteúdo nobre é positivo. Mas, nem todo conteúdo positivo é nobre. O seguinte exemplo mostra como uma ideia positiva pode levar a pessoa para longe da nobreza de sentimentos: “vou estudar, vou fazer uma faculdade”. A pessoa tomou a decisão de fazer uma faculdade o que é bom. Suponhamos que sua motivação interna está alicerçada no orgulho e na vontade de se mostrar superior a outras pessoas. A escolha é positiva, mas a motivação não é. Existem, portanto, muitos conteúdos positivos que não são nobres.

Josué era um homem que sofria com o mau humor. Isso o deixava sempre irritado e sempre de má vontade com as atividades que tinha que cumprir. Através da terapia ele mudou seu humor. Passou a cultivar a boa vontade e a benevolência: “é impressionante, quando estou com boa vontade parece que há solução para tudo na minha mente. As ideias aparecem, surgem do nada. Tenho a sensação de que quanto mais me empenho com satisfação mais tenho ideias e as coisas parecem que ficam mais simples”. Quantas pessoas têm a mesma percepção? Muitas, quase todas que cultivam a boa vontade, a benevolência e *aprenderam* a usar os recursos internos que estavam desestimulados. A benevolência, a boa vontade e a gratidão são grandes potencializadoras deste fenômeno no qual conteúdos evoluídos de outras encarnações e desta encarnação *afloram* na consciência das pessoas. Certamente não afloram na forma de “histórias de vidas passadas”, mas na forma de habilidades, ideias, sensações, intuições, decisões semiconscientes, etc. É o que observamos na estória do Josué. Se ele tinha um problema e agia com benevolência e boa vontade, conseguia retirar da sua mente soluções e ideias que tornavam mais simples a resolução do problema. Fique atento: através da terapia o Josué aprendeu a identificar e usar estes conteúdos eficientemente, ou seja, só boa vontade e benevolência não bastam; apesar destas duas qualidades serem uma porta aberta para a emersão dos conteúdos internos.

*A utilização de aprendizados desta e de outras encarnações
é uma habilidade que se conquista com o tempo,
principalmente através do aumento da sensibilidade para o
que é nobre e da diminuição da necessidade de defesa do
ego.*

Algumas pessoas aprendem sozinhas, outras contam com a ajuda da terapia, de cursos, da leitura de livros, etc.

A verdade é que as pessoas não precisam se restringir apenas ao conhecimento e à experiência da atual encarnação.

É importante lembrar que não somos espíritos “abandonados” na Terra. Temos o apoio dos espíritos de luz. Temos também o benefício do que os místicos chamaram de Fluxo de Deus e os evangélicos chamam de Espírito Santo. Deus não nos ignora, Deus oferta apoio, orientação e vibração. Estimular este contato é fundamental. Novamente, o cultivo do que é nobre é o mínimo necessário para facilitar este contato. *A diminuição da defesa do ego e o desapego também são grandes facilitadores.* A atenção e a valorização daquilo que emerge na mente é muito importante. Outro elemento fundamental é a coragem, pois quando a “voz de Deus” começa a sussurrar para a consciência é comum haver um *grande impacto* na pessoa. A coragem é fundamental para permitir e manter a continuidade deste Fluxo.

A revelação, a inspiração e a intuição quando não tem origem em nossos recursos internos, são frutos da ação das Leis de Deus. São oportunidades que acontecem para aqueles que permitem e não bloqueiam o fluxo. É uma experiência qualitativamente diferente e intensa.

Graças às Leis de Deus, o ser humano que nasce está preparado para cumprir o planejamento da vida. Ele possui condições genéticas e intelectuais, possui os recursos que desenvolveu ao longo das encarnações, possui orientação e apoio do plano espiritual e possui as oportunidades que Deus sempre nos coloca à disposição. O caminho é individual, somos os responsáveis por nós e pelo uso do livre arbítrio, mas não estamos isolados. Portanto, é sabedoria usar de todos os recursos para facilitar nossa evolução.

Sabedoria é usar todos os recursos disponíveis para facilitar a evolução e tornar a vida humana mais eficiente.

LEI DE INTERCÂMBIO – O ser humano é formado por corpo, espírito e perispírito, está imerso (mas, não restrito) no plano material, que por sua vez é uma minúscula manifestação do(s) plano(s) espiritual(is). O(s) plano(s) espiritual(is) é a completude, os demais planos são manifestações deste, sendo que todos estão interligados. A influência recíproca que todos exercem sobre todos é parte da forma como Deus organizou o Real. As vibrações são formas importantes de intercâmbio entre as partes. Todos e tudo processam e/ou transmitem vibrações, que possuem a capacidade de interagir e influenciar. Boa parte da influência dos espíritos sobre os encarnados (e vice versa) se dá através das vibrações. A interação recíproca entre todos os componentes do Universo gera uma troca constante que permite a constante renovação da realidade.



QUANDO NASCEMOS ESTAMOS PREPARADOS PARA A VIDA QUE TEREMOS

Lembrem-se que há uma continuidade. A vida do espírito é longa e entremeada de pequenas etapas diferentes, ou seja, encarnadas. Uma vida longa gera muitas memórias e experiências diversas. Ao encarnar grande parte das memórias produzidas ao longo de milhares de anos de vida do espírito ficam isoladas, dissociadas da experiência encarnada, portanto sem nenhuma ou quase nenhuma ação. Outra parte das memórias do espírito é gravada no inconsciente (ou no “esquecimento”, se preferirem este termo). O que sabemos hoje é que este “esquecimento” não é total e que de modo claro ou sutil estas memórias exercem uma grande influência sobre a vida encarnada. *Muito mais da metade das escolhas das pessoas são influenciadas por experiências passadas.* Isto gera uma pergunta crucial: qual é o peso da genética e do meio ambiente na formação da personalidade, já que o bebê está longe de ser uma “página em branco”, como muitos pensavam?

Outras perguntas importantes são: qual o tipo de preparo que acontece quando o espírito vai encarnar? O nascimento é aleatório? O corpo em que o espírito encarna é fruto do acaso? A resposta é que existe um preparo muito grande para o encarne de um espírito. Existe um preparo muito sério do corpo que vai se formar. Não se sabe exatamente como isto ocorre, mas a lógica nos informa que espíritos muito mais evoluídos estão muito melhor preparados para manipular e lidar com a vida do que nós, que estamos encarnados na Terra por sermos bastante limitados.

O corpo com o qual nascemos, nosso código genético e a nossa família não são frutos do acaso. O corpo é preparado

para facilitar ou dificultar determinados comportamentos.

Assim é que, *por exemplo*, um espírito de índole muito agressiva, propenso a agredir outras pessoas, *pode* nascer com um corpo com tendência à depressão. Esta tendência à depressão *pode* dificultar o uso da agressividade dirigida a outras pessoas. Tudo depende do planejamento que é feito no plano espiritual e dos objetivos de cada encarnação.

Lauro era um homem que sofria de síndrome do pânico. Teve uma vida normal até desenvolver esse sofrimento. Estudou, fez universidade, estágio e foi contratado para seu primeiro emprego. Competente, disciplinado e ambicioso, foi promovido várias vezes na empresa. Em alguns anos, tornou-se um dos gerentes da empresa. Nessa fase teve sua primeira crise de pânico. O corpo propenso ao pânico contrastava com uma personalidade muito ambiciosa e sedenta de poder. Era um equilíbrio precário, mas muito útil para um espírito que encarnou com a missão de aprender a lidar positivamente com o poder e desenvolver a capacidade de servir com humildade. O trabalho terapêutico foi muito bem sucedido, buscando facilitar o que era essencial: desenvolver a experiência do servir ao próximo e a percepção dos grandes benefícios desta opção. O pânico, uma forma de o corpo responder aos riscos de ter *mais* uma encarnação de uso desmedido do poder e da ganância, deixou de existir, pois o **principal** problema e causador do mesmo também deixou de existir.

O corpo do Lauro era o corpo necessário para ajudá-lo, nesta encarnação, a desenvolver uma série de qualidades que haviam sido relegadas em outras oportunidades. Este corpo facilitador da mudança foi uma casualidade? Não, não foi. Exemplos como estes são extremamente comuns. O corpo e sua genética servem como facilitadores ou dificultadores de determinados comportamentos e escolhas. Esta é, aliás, uma das grandes funções da experiência encarnada: facilitar a realização da missão de vida, ou seja, facilitar a concretização dos objetivos traçados antes de nascer.

Sob a perspectiva do espírito a encarnação é percebida como a entrada em uma fase de vida com possibilidades restritas; restritas pelo ambiente social e familiar, pela genética e pelo corpo em si, pela restrição às memórias e pelos vários condicionamentos. Esta restrição é parte do

planejamento para propiciar ao espírito as melhores condições para ele evoluir naquilo que é considerado prioritário.

Ou seja, o espírito não nasce para evoluir “tudo de uma vez”. *Ele nasce com prioridades e objetivos.* A isto damos o nome de **missão de vida**. O mundo espiritual, por ser comandado por espíritos de Luz, espíritos muito evoluídos, possui uma organização, um preparo e um cuidado muito maior do que se costuma imaginar. Este preparo pressupõe a capacidade de organizar a encarnação das pessoas que vão nascer.

Cada um nasce com sua(s) missão(ões). Nasçemos com o livre arbítrio de cumpri-la ou não. Alguns recursos estarão à disposição, quer o espírito encarnado use-os ou não. Outros recursos estarão tão fortemente inscritos em suas vidas que não há como não enfrentá-los. Este é o caso das situações derivadas da formação do corpo. Uma pessoa que nasce com problemas mentais, por exemplo, é obrigado a lidar com este desafio. Todavia, não podemos generalizar e acreditar que tudo está definido e que não há opção (escolha). *Mudanças pessoais profundas, como o caso do Lauro, promovem mudanças na condição corporal.* Pessoas que nascem com alguma predisposição genética podem jamais vir a desenvolver a doença dependendo do estilo de vida, alimentação e, principalmente, daquilo que cultivou ao longo da vida, da ampliação da consciência e da elevação da própria vibração.

O cultivo de pensamentos nobres, sentimentos nobres, sensações nobres, boas vibrações e, evidentemente, a abertura para vivências de caráter espiritual, promovem curas eventuais, melhoras constantes e evitam muito sofrimento, seja sob a forma de doenças ou não. Não evitam todos os sofrimentos, pois estamos encarnados e existem leis que regem esta dimensão e experiências que devem ser vividas. Entre estas experiências está o envelhecimento e o adoecimento. Tanto o adoecimento como o envelhecimento fazem parte das experiências necessárias para quem está encarnado e sob hipótese alguma podem ser considerados como uma derrota. A doença é necessária e pedagógica. O espírito mais evoluído, quando encarnado, também sofre com a doença; certamente será um sofrimento de menor intensidade já que o sofrimento físico não será *amplificado* pela mente. Mesmo em tal situação o espírito evoluído manterá a irradiação da bondade e da benevolência. Ele sabe que a doença

é um período transitório e, frente à vida do espírito, curta. Ele se foca no que é mais importante para a vida do espírito e relega para o segundo plano os dissabores advindos de uma avaliação humana restrita.

A evolução espiritual do ser encarnado permite que o sofrimento físico advindo de uma doença não seja amplificado pela mente e, muitas vezes, as vibrações elevadas que este espírito emana contribui para gerar respostas curativas do corpo.

Pense bem: o que é mais importante para uma pessoa que tem uma doença, por exemplo, um câncer: o médico ou a reforma íntima que possibilita a evolução do espírito? O médico é muito importante, mas não tão importante quanto a reforma interior. Por que tantas pessoas ficam restritas ao tratamento médico e relegam a reforma íntima/evolução para o último plano? Por falta de uma vivência intensa da verdadeira espiritualidade. As prioridades estão invertidas e são invertidas até o último suspiro. Milhões de pessoas morrem sentindo-se derrotadas, humilhadas, destruídas, abandonadas por Deus, sem autoestima, culpadas, sem sentido, deprimidas, etc. A minoria se abre para a vivência espiritual, ressignifica os valores, amplifica a consciência, supera traumas e bloqueios, busca a redenção e aproveita até o último momento para evoluir e para escolher o que é o essencial. Este é um momento extremamente propício para a evolução e para a percepção de toda a espiritualidade que a mantém viva, seja na carne ou fora dela.

O mundo espiritual existe. A espiritualidade existe. Se existe pode ser vivenciado, experienciado, intuído e presentificado através de alguns dos recursos que Deus nos ofertou. Muitos apenas falam sobre a espiritualidade, sobre Deus ou pedem para a espiritualidade e para Deus. A minoria se prepara para viver e experimentar a espiritualidade que está dentro de si, ao seu redor e à sua frente. Esta minoria tem nos momentos anteriores à morte uma grande oportunidade de evolução e de resolução de problemas nesta encarnação.

Algumas pessoas ficam profundamente angustiadas com a ideia de falecer e deixar filhos novos. Teriam paz se compreendessem verdadeiramente que os filhos são “velhas almas” com muitos recursos e experiências dentro deles. Teriam paz se soubessem que para muitos desses filhos é uma benção esta separação, pois possibilitará experiências necessárias para a evolução dos mesmos. *Não somos necessários*. Isto é difícil de aceitar para qualquer pai ou mãe que desencarna e deixa filhos, principalmente quando muito novos. Não é uma derrota deixá-los. É mais uma experiência na longa trajetória dos espíritos que, naqueles dias, estão vivendo como crianças. Eles superarão e caminharão. Essa experiência é muito mais facilmente processada por aqueles que vivem a espiritualidade, que experimentam e sentem essa espiritualidade e, principalmente, presentificam a Presença de Deus e de suas vibrações.

Muitos dos acontecimentos na vida das pessoas já estão programados e os recursos providos. Pais que morrem e deixam filhos pequenos *comumente* já estão programados, uma vez que estão inscritos no corpo das pessoas. Outras vezes, quando, por exemplo, uma pessoa morre por ter escolhido dirigir imprudentemente, *não* há programação. Os espíritos encarnados que ficarem na Terra saberão caminhar, talvez com algumas dificuldades, mas saberão caminhar sem aquele que partiu. Existem recursos, bons recursos à disposição de todos eles. É por isso que estão encarnados na Terra.

Os recursos que cada um possui à sua disposição são mais do que suficientes para a realização da missão de vida, quer tenham algumas facilidades ou algumas dificuldades na vida.

A consequência óbvia e imediata de sermos espíritos com muitas outras experiências é que temos recursos prontos para serem usados, desde que “despertados”. Uma das mais importantes tarefas de cada pessoa é despertar essa grande fonte de recursos que pode ajudar-lhes e facilitar a vida.

LEI DA HUMILDADE - todos os seres estão interligados, todos os humanos são úteis e podem influenciar a vida da família, da sua

sociedade, do seu país, do planeta, dos seres desencarnados; e, por emanar vibrações, podem influenciar toda a organização que Deus criou e que permite essa influência. Cada humano é importante; porém, nenhum ser humano é essencial. Deus organizou a realidade para que nenhum ser humano seja verdadeiramente dependente de outro, pois assim as possibilidades de cada um são sempre mantidas (exceção da gravidez, por enquanto). As relações de dependência advindas dos papéis que cada um exerce na vida são pouco importantes, quando comparadas com as múltiplas encarnações e com as necessidades de diversidade de experiências/aprendizados que o ser humano necessita. Não somos necessários, não somos o centro, nem somos especiais; a humildade indica um caminho que permite ao ser humano viver o que é real, e assim expandir a consciência, elevar as vibrações e amadurecer. A autoestima real é fruto dos benefícios da humildade e da expansão da consciência.



PROBLEMAS FÍSICOS, DOENÇAS, MUDANÇA DE VIBRAÇÃO E CURAS

Teoricamente, qualquer problema físico que a pessoa enfrente hoje pode ter sua origem em encarnações passadas ou na programação feita no plano espiritual, antes de nascer. Nem sempre, porém, isto é verdade. Alguns problemas são inerentemente derivados da experiência presente. Na maior parte das vezes é uma composição com vários ingredientes diferentes: conteúdos de encarnações passadas, programação no plano espiritual, meio ambiente, história intrauterina, experiências na encarnação presente, alimentação, estilo de vida, genética e outros. *Cada problema físico pode ter vários ou todos estes componentes, em diferentes graus de importância.*

Antigamente era comum uma mulher não ter filhos, adotar uma criança e depois conseguir engravidar. Qual o significado disto? Que, possivelmente, em muitos casos, haveria uma barreira psíquica impedindo a gravidez. Hoje, mesmo com tantos tratamentos essas barreiras continuam sendo significativas? Sim, continua sendo muito importante conciliar o conhecimento médico com o conhecimento terapêutico que busca superar os traumas, bloqueios e condicionamentos mentais e, principalmente, busca mudar o padrão vibracional da pessoa. Isto quer dizer que médico e terapeuta devem trabalhar em harmonia.

Vou citar dois exemplos: Berenice veio ao consultório porque não engravidava. Queria saber se a regressão poderia ajudar. Ao ser questionada sobre os exames médicos, ela relatou que estava em menopausa precoce há vários anos. Ou seja, a capacidade reprodutiva do corpo foi atingida profundamente. Se tivesse procurado a terapia anos antes, *talvez* a regressão pudesse ter ajudado seu corpo a entrar em

equilíbrio e não adoecer. Ela *demorou* a buscar ajuda. Este é um dos maiores problemas que enfrentamos: a demora dos pacientes em buscar ajuda para que a mente deixe de ter efeitos negativos sobre o corpo. O terapeuta informou-lhe que a superação de traumas, bloqueios e condicionamentos não teriam os efeitos esperados por ela sobre o próprio corpo. Ela desejava aumentar a probabilidade de engravidar com seus próprios óvulos, porém as consequências físicas da menopausa precoce afastavam quaisquer possibilidades nesse sentido. Ela desistiu de usar a regressão para a superação dos seus problemas. Observe bem: ela tinha a opção de tratar o que poderia ser uma das principais causas de seu problema. Se a origem desse problema estiver na influência de forças relacionadas ao seu passado é possível resolvê-lo nesta encarnação, independentemente de engravidar ou não. Sempre que possível devemos resolver os problemas na encarnação atual. Todavia, ela não poderia ter a ilusão de que a terapia conseguiria um milagre de fazer renascer sua capacidade de engravidar com seus próprios óvulos que, segundo laudos médicos, era zero.

A demora em buscar ajuda terapêutica aumenta o estrago que os condicionamentos, bloqueios e traumas causam na vida e no corpo das pessoas.

A terapia de regressão deve ser sempre séria e responsável. Quando lidamos com questões corporais e de cura física é preciso ter claro que os elementos de encarnações passadas e do passado recente das pessoas são alguns dos ingredientes no processo de adoecimento do corpo. Seu peso pode ser de 90%, como pode ser de 5%. A verdade é que poucas vezes sabemos com certeza qual o peso desta variável no adoecimento do corpo. É por isso que o tratamento médico deve ser realizado. Também é por isso que muitos tratamentos médicos são ineficazes ou apenas parcialmente eficazes. O paciente, por sua vez, jamais deve perder de vista que a *parte nobre* do trabalho terapêutico é ajudá-lo a resolver problemas que se arrastam há várias encarnações ou há vários anos, problemas que perpetuam sofrimentos e dificultam a evolução do espírito encarnado. Qualquer ganho físico deve ser visto como secundário e não essencial, apesar de ser muito bom ter esse ganho físico.

Os benefícios da cura física restringem-se há alguns anos, enquanto que o amadurecimento e evolução do espírito ressoam por milhares de anos. Portanto, a cura física mais adequada é aquela que vem acompanhada pela evolução do espírito e pela melhora da vibração da pessoa.

Antonieta era uma mulher de 31 anos, que queria engravidar e não conseguia. Existiam alguns pequenos problemas de ordem médica que dificultavam a concepção. Muitas outras mulheres em situação análoga engravidaram uma ou mais vezes. Consciente de que sua mente poderia estar atrapalhando não tardou a procurar ajuda. Fez o tratamento, os conteúdos do passado que estavam atrapalhando o presente foram resolvidos. Ela engravidou. Muitas vezes, a resolução de “problemas do passado” são importantes para conquistas no presente. Muito provavelmente a regressão conseguiu ajudar essa mulher a realizar o sonho da maternidade. No âmbito da regressão a avaliação é esta: ela fez um tratamento, superou bloqueios, superou traumas e condicionamentos, e reorganizou outros elementos mentais que atuam fortemente sobre o corpo. A mente da Antonieta estava pronta para enfrentar novos desafios. Seu espírito estava mais maduro e livre de vários condicionamentos que geravam bloqueio e *boicotavam* os seus desejos e necessidades. Este vetor deixou de influenciar negativamente o corpo. Talvez tenha sido o diferencial entre ela engravidar ou não. Este exemplo demonstra que a mente influencia o corpo e que a mente é formada por conteúdos que estão presentes muito antes de haver um corpo formado.

Dentro do seu limite de atuação, a regressão pode ser muito útil em inúmeros problemas físicos.

O corpo não é formado e organizado aleatoriamente. Ou seja, o corpo é um todo interligado e organizado segundo as necessidades evolutivas de cada encarnação. As experiências do espírito vão ajudar a moldar o corpo desde a sua formação até o resto da vida encarnada. Outra influência decisiva sobre a formação e organização do corpo é a missão de vida: muitas das doenças nada mais são do que decisões relacionadas à missão de vida da pessoa.

Deus ofereceu vários tipos de remédios para aliviar o sofrimento das pessoas. A regressão é um deles. Não há desprezo pelo conhecimento médico. Há complementação e novas oportunidades de melhoras.

O uso da regressão é uma forma *a mais* para demonstrar que o corpo que cada um possui também é influenciado pela continuidade da vida do espírito. E não são poucos os exemplos de pessoas que tiveram alívio e mesmo uma grande transformação na vida quando, impulsionadas pelo sofrimento, procuraram a regressão e se livraram de um passado que condicionava o corpo no presente. O passado condiciona muitos comportamentos, crenças, sentimentos, sensações e o próprio funcionamento do corpo.

Dores de cabeça, dificuldades sexuais, dores em geral, doenças constantes, desconforto físico, cansaço constante, falta de energia, e muitos outros problemas físicos podem ser eventualmente resolvidos ou comumente melhorados com o descondicionamento dos aspectos do corpo que se comportam como uma continuidade de um passado que teima em agir no presente. O descondicionamento possibilita o fim ou a diminuição das influências negativas da mente sobre o corpo. A imensa maioria das memórias, dos traumas e a própria organização da personalidade estão profundamente “ancorados” no corpo. Tais influências mentais negativas ou positivas podem ser responsáveis por desencadear desde um mero mal-estar até facilitar o desenvolvimento de tumores. A compreensão da influência da mente, das vibrações e do perispírito sobre o funcionamento cotidiano do corpo ainda depende de estudos científicos mais profundos. Porém, é óbvio que o equilíbrio entre os muitos milhares de compostos que organizam o corpo humano depende da forma como a mente e o espírito influenciam cada minúscula parte do corpo e cada uma de suas funções.

O equilíbrio entre os muitos milhares de compostos que compõem o ser humano pode ser mudado por influência da mente, das vibrações e/ou do perispírito; este é um dos mecanismos através dos quais a mente influencia o funcionamento do corpo.

Estudos diversos têm demonstrado a importância do estado mental para o funcionamento do corpo. Um desses estudos científicos analisou a

relação entre a prática de meditação, o efeito positivo desta meditação sobre o cérebro e a quantidade de anticorpos no corpo. O resultado: quanto maior o efeito positivo da meditação sobre o cérebro dos pesquisados, mais elevada ficava a quantidade de anticorpos no corpo (J.K.T. Davidson, J.Kabat-Zinn ET AL., “Alternations in brain and immune function produced by mindfulness meditation”, *Psychosomatic Medicine* 65 (2003); 564-570.) Observe bem: até a quantidade de anticorpos responde à influência do estado mental. A ciência já observou muito claramente os profundos efeitos da mente sobre o corpo, principalmente quando os estímulos emanados pela mente são *contínuos ou recorrentes*. Pesquisadores do stress têm “descoberto” reiteradamente a correlação entre o grau de stress e a tendência a ficar doente. O grande desafio tem sido quais técnicas usar para melhorar o funcionamento mental das pessoas e assim atingir a cura. Muitas técnicas interessantes têm sido desenvolvidas e/ou aperfeiçoadas. Uma dessas técnicas é a regressão. Imagine o impacto dentro do organismo humano de traumas que acompanham as pessoas desde a concepção! São grandes impactos, que podem gerar patologias, cansaços, dificuldades as mais diversas. Estes tipos de estressores podem se tornar *o diferencial entre a sobrevivência ou não de uma pessoa que está em tratamento*. A influência da mente na eficiência dos tratamentos médicos é avaliada em inúmeros estudos, feitos nas melhores universidades do mundo. Um deles, da Universidade de Stanford, mostrou que o grupo de doentes cardíacos graves que fez treinamento de relaxamento *reduziu* o stress e a depressão, e *melhorou* seu estado físico geral. Os outros cardiopatas graves do grupo controle, que *não* foram treinados no relaxamento, tiveram seus sintomas *piorados* no mesmo período que durou o treinamento dos outros submetidos ao relaxamento (Luskin, F.; Reitz, M. et al. “A controlled pilot study of stress management training in elderly patients with congestive heart failure”, *Preventive Cardiology* 5, nº 4 (2002): 168-172.)

A mente influencia poderosamente o corpo e seu adoecer ou curar; melhorar o estado mental ajuda a mobilizar o corpo para produzir a cura. Superação de traumas, bloqueios e condicionamentos, assim como a evolução do ser humano, são fundamentais para uma vida equilibrada e um corpo energizado e saudável.

Nunca é demais repetir que a cura de doenças não deve ser o objetivo central do tratamento com a regressão, quando avaliamos a vida segundo os parâmetros de tempo do espírito. Pense bem: o que são 40 anos com diabetes para um espírito que já viveu muitos milhares de anos e viverá outros milhares? Muitas vezes o mais importante desafio que um espírito encarnado em um corpo com diabetes possui é o desenvolvimento da disciplina da atenção constante e do cuidado com o próprio corpo e consigo mesmo. Iza era uma mulher que sofria por não conseguir controlar a diabetes. Ela descobriu o desgosto que tinha com o próprio corpo, que teve origem em uma encarnação em que morreu se sentindo culpada por não ter controlado seus impulsos sexuais. Este desgosto era um condicionamento forte o bastante para impedi-la de cuidar do corpo. Cuidar do corpo é uma tarefa de todos nós, mas, com certeza, ganha uma dimensão diferente em pessoas que padecem de doenças, como o diabetes.

Quando nossos entes queridos adoecem queremos uma cura rápida, para poupá-los do sofrimento. Ficamos ansiosos, nervosos e angustiados. Nosso sofrimento com o sofrimento deles é fruto da não aceitação das leis da vida e de Deus. Não aceitamos que a prioridade é o espírito, simplesmente porque a maioria não sabe o que é priorizar o espírito. A doença para muitos é uma benção, pois possibilita oportunidades que não teriam se estivessem sãos. Isabela se dizia abençoada por uma doença motora, consequência de um atropelamento. Ela era uma moça que se livrou do vício da cocaína e abandonou uma vida completamente desregrada após sofrer o acidente. A doença para todos é uma oportunidade, pois propicia novas experiências e vivências. *Nem sempre é desejável para o espírito que o corpo se cure.* Algumas vezes é desejável que isto ocorra. Outras vezes, para a cura acontecer, há a necessidade da evolução do espírito. A doença é sempre um “incentivador” para a pessoa realizar a reforma interior e enfrentar seus traumas, condicionamentos, escolhas e prioridades que se firmaram em experiências passadas e se repetem no presente. Havendo cura ou não, para a evolução do ser humano é desejável e muito importante desmontar os traumas, bloqueios e condicionamentos que ajudaram a gerar e a manter as doenças. Para o espírito que continua é a parte que realmente importa. É a parte mais importante, mais nobre e mais duradoura. A cura ou a melhora da doença não deve ser a única busca daqueles que são conscientes da vida espiritual. Se agirem assim perderão o que realmente importa e terão maior dificuldade em evoluir.

A prioridade é a evolução do espírito. O corpo e a vida encarnada são secundários. Por isto, a cura pode ser considerada como prioridade para o corpo, mas não para o espírito. Para este a doença é fator estimulante da evolução e da ampliação da consciência.

Tão importante quanto a melhora física e mental é a mudança de vibração do ser humano. Daniel não queria estar no mundo, sentia-se um estranho encarnado na Terra. Ele não se identificava com nada. Possuía várias pequenas doenças que o atormentavam. Em uma regressão “viu-se” dentro do útero querendo “sair correndo”. Quis fugir desesperadamente porque percebeu que sua vibração de raiva estava dificultando a formação do seu corpo. Ele pensava: “que ódio! Está tudo ficando uma merda”. Sua vibração profundamente destrutiva estava agindo sobre a formação do seu corpo. Naquele momento criou tamanha aversão à sua vida e ao seu corpo que literalmente não conseguia sentir-se plenamente vivo. “Eu sobrevivo”, era assim que ele descrevia seu tédio de cada dia. A vibração do Daniel dificultava o contato com a “realidade”, mantendo-o alienado e seu corpo desvitalizado. Essa condição de vida foi fundamental para o surgimento das várias pequenas doenças que o atormentavam. A mudança do Daniel foi acompanhada da mudança em sua vibração, como acontece com a imensa maioria das pessoas que passam por transformações profundas. Com melhores vibrações Daniel foi distanciando-se do tédio e deixou de vivenciar as constantes doenças.

O objetivo da terapia de regressão é curar a “alma”, resolver e eliminar o que dificulta o progresso espiritual das pessoas. Evoluir espiritualmente é a meta. Se houver melhora física, como de fato existe a possibilidade, é um ganho a mais.

A terapia de regressão é, com certeza, uma chance a mais para o tratamento médico ser mais eficiente, pois uma força contrária à cura é eliminada.

A terapia da regressão é um instrumento importante, mas não o único, para reequilibrar a relação mente-corpo e diminuir a influência negativa da mente no adoecimento do corpo. Através dos resultados positivos da Terapia de Regressão podemos ter certeza de que a doença é um evento

que envolve corpo, mente, perispírito e espírito. *A cura, portanto, pode e deve envolver estas partes.*

Corpo, mente, perispírito e espírito estão unidos na encarnação. Todos contribuem para formar o fenômeno que chamamos de vida humana encarnada. A vida do espírito é longa e entremeada por momentos de vida encarnada. Na formação da vida humana o espírito se “restringe” a fim de habitar um corpo. O corpo é uma restrição, pois o espírito é muito maior e diverso do que ele se apresenta na encarnação. O corpo não é aleatório, mas o fruto do planejamento e da organização de espíritos mais evoluídos que possuem capacidades e habilidades além de nossa imaginação. A união do novo corpo com o espírito antigo é que vai gerar o ser único que somos cada um de nós. Ou seja, vai gerar a vida tal qual cada um de nós a tem.

Antenor era um senhor de idade avançada que foi levado pela filha para uma consulta. Em uma das sessões reviveu um trauma de sua infância há muito esquecido e há muito tempo *atuante* na sua mente. Era um trauma originado em um evento que envolvia seu pai e sua mãe. Durante décadas, sob efeito daquele trauma, emanou negatividades e cultivou o que não é necessário para o espírito. Ele se libertou do trauma e sua mente passou a vibrar baseada em pensamentos, sentimentos e sensações mais nobres. O medo, a raiva e o rancor cultivados por décadas deram lugar à paz e à compreensão. Antenor descreveu que estava voltando a sentir a beleza em sua vida. Ele sofria com um cansaço crônico do corpo, que sumiu nas semanas seguintes. O tratamento não é realizado visando atingir curas físicas. Todavia, devido à mobilização maciça e positiva da mente é possível que aconteçam melhoras no corpo das pessoas. Este, porém, não é o maior benefício. Os descondicionamentos e a libertação da mente irão agir beneficentemente durante muitas encarnações e ajudarão o espírito a cumprir sua função maior que é evoluir. O benefício espiritual não é apenas o mais importante, é também o mais duradouro. Exemplos como o do Antenor demonstram a importância da mente no adoecimento e na cura do corpo.

Os benefícios espirituais não são apenas os mais importantes, são também os mais duradouros.

Carmem era uma mulher que sempre havia lutado contra a obesidade. Aos trinta anos começou a perder a luta e engordar cada vez mais, tornando-se hipertensa. Havia dentro dela vários conteúdos, de encarnações passadas, contribuindo para ela se rejeitar e se punir. Uma das formas de punição era engordando. Ao resolver os problemas originados em outras encarnações ela pôde, com relativa facilidade, controlar a alimentação e conseguiu manter a rotina de exercícios físicos. O bem estar derivado do fato de, pela primeira vez, não ter sua vida condicionada por experiências passadas de culpa e vergonha transformou seu humor. Ela passou de uma mulher mal-humorada para uma mulher de “bem com a vida”. Ela disse: “se eu fosse assim na infância, não teria sofrido tanto na escola”. Carmem mudou sua vibração. Sem a culpa e sem a vergonha, uma nova qualidade de energia inundou seu ser. Livre do que a paralisava e livre para viver novas experiências, ela pôde melhorar o seu humor e enfrentar os desafios sem se boicotar. *Os condicionamentos não são apenas mentais, mas corporais e vibracionais também.*

O ser humano existe como corpo, mente, perispírito e espírito em vibração, sendo que todas estas partes se entrelaçam na saúde e na doença, na tristeza e na alegria.

LEI DE REPRODUÇÃO - os espíritos não possuem sexo e nem se reproduzem. Na encarnação, que corresponde a uma restrição da vida do espírito, nascem como homem ou mulher. Isto propicia experiências diversas e diferentes, com a missão de facilitar-lhes a evolução. Várias dessas experiências são dinamizadas pelas oportunidades reprodutivas, que vão desde a vivência da sexualidade e criação de vínculos afetivos, até a mudança de papéis sociais através do nascimento de crianças, o que permite a preservação da espécie e da cultura. A lei de reprodução não apenas favorece a preservação da espécie e da cultura, como também favorece a destruição destas, pela acumulação de mudanças progressivas no corpo e pelos diferentes níveis evolutivos dos espíritos encarnados. A vida encarnada é composta de concepção, gestação, nascimento, vida extrauterina e morte - a reprodução propicia a vivência de diversos papéis sociais, como filho(a), pai(mãe), irmão(ã), avô(ó), etc.



DEVEMOS APROVEITAR AS BOAS OPORTUNIDADES DA ATUAL ENCARNAÇÃO PARA EVOLUIR E AMADURECER

Nascer várias vezes é o caminho que Deus escolheu para cada um de nós. Esta consciência nos obriga a entender a vida dentro de uma temporalidade mais ampla. Quando pensamos na vida como tendo décadas é diferente de quando pensamos nela tendo milênios ou, quem sabe, milhões de anos. Sim, é muito provável que cada espírito encarnado na Terra tenha bem mais de mil anos. A maioria encarnou bem antes de Jesus ter vindo em missão à Terra. Muitos tiveram experiências na “Idade da Pedra”, quando a expectativa média de vida dos humanos não passava de 20 anos. Muitos encarnaram em épocas em que o humano dominava uma linguagem muito primária e tinha pouquíssimos instrumentos para auxiliar nas atividades cotidianas. Nós, humanos, nascemos em vários diferentes tipos de cultura, regiões, momentos históricos, classes sociais, profissões, etc. Já nascemos e vivemos em períodos de muita violência, em períodos de guerra, períodos de seca ou de pestes. Nascemos outras vezes em situações melhores. Mas, no cômputo geral, foram muito mais encarnações em situações difíceis do que em situações tranquilas. Você deve entender: uma das melhores encarnações em termos sociais que você já teve é esta. Hoje, na média, contamos com liberdade de pensamento, liberdade de crença e de expressão, democracia, justiça (que, apesar de falha, é infinitamente melhor que antes), educação, razoáveis recursos de

saúde, etc. Continuam existindo pessoas com sofrimentos enormes e continuam existindo pessoas que fazem muitas escolhas ruins. Todavia, posso afirmar: na média é muito melhor. As pessoas não valorizam os benefícios que possuem atualmente porque não conhecem a história e tendem a fantasiar o passado de modo lúdico e fantástico. Hoje, graças a Deus, é muito melhor para se viver, melhor para evoluir e aprender. Quem aproveitar a oportunidade estará agindo com sabedoria.

Quem desperdiçar esta ótima oportunidade talvez necessite do sofrimento para prestar atenção ao que é mais importante. Neste momento de dor terá o arrependimento e pensará: por que não aproveitei quando o caminho era mais fácil?

Os espíritos encarnados no planeta Terra já tiveram muitas encarnações ao longo de milhares de anos. Todos já passaram por muito sofrimento e por grandes dificuldades, não apenas uma vez, mas várias vezes. Aqueles que evoluíram e passam por novas dificuldades sofrem menos ou nada.

A imensa maioria dos que lerem este livro estarão vivendo uma das encarnações mais benéficas que tiveram até os dias de hoje. Vocês estão inseridos em um grande bloco de indivíduos que vivem em sociedades e participam grupos socioeconômicos que oferecem condições muito boas para os espíritos encarnados. A sociedade brasileira e a ocidental, mais especificamente, *permite o erro e facilita o recomeço*. Permite o “renascimento” em vida e a reorganização da vida com muito maior facilidade do que permitia nos tempos passados. Oferece condições razoáveis de cura, de educação e de trabalho. Permite a liberdade para as pessoas não reproduzirem os valores culturais inconsequentes. Permite que as pessoas procurem seu lugar no mundo, lutem por emprego e profissão que possam satisfazer-lhes a vocação.

O primeiro passo que este espírito encarnado em condições tão boas deve dar é reconhecer este benefício e aceitar-se.

Grande parte do sofrimento que há dentro do humano é em função das oportunidades desperdiçadas em outras encarnações; agora, nesta encarnação, ele é obrigado a enfrentar novamente os desafios da evolução.

O segundo passo é a gratidão. A gratidão é uma das portas abertas para os sentimentos nobres aparecerem e ganharem preponderância.

Observe bem: se uma pessoa enfrenta atualmente o desafio de uma depressão, ela pode ter remédios que aliviam o problema, terapia que pode encaminhar para a cura, informação, licença médica, respeito de grande parte da população, alimentação adequada, etc., certamente o seu sofrimento será reduzido.

A grande função desta redução do sofrimento é facilitar para que as pessoas façam boas escolhas, cultivem sentimentos e pensamentos nobres, se reformem interiormente e, se possível, sejam felizes.

Grande parte da população avança a passos lentos, pois escolhe cultivar o que não contribui para a evolução da alma. Desta forma, uma oportunidade esplêndida, como a que acontece agora, é muito mal aproveitada. Grande parte das facilidades é desperdiçada por pessoas que escolhem o que não é construtivo e não é o essencial. Pior ainda, muitos se comprometem com pesadas dívidas que deverão ser quitadas e reparadas algum dia.

Nosso espírito ainda estará vivo por milênios. As nossas escolhas repercutem no tempo. É por isto que vale a pena o esforço para melhorar. É por isto que vale a pena controlar os impulsos egoístas, mesquinhos, orgulhosos, entre outros.

Vale a pena superar nesta encarnação as dificuldades que hoje nos desafiam. Nós temos recursos e temos experiências. Somos espíritos antigos, repletos de potencialidades e condicionamentos. Superar o que é ruim e ampliar o que é bom: este é o caminho da evolução de cada espírito, que dura milhares de anos, pelo menos.

LEI DA AUTOACEITAÇÃO - você nasce com todos os recursos para cumprir sua missão de vida. Portanto, aprender a usar os recursos que já existem dentro de cada um é a maneira mais adequada para superar as dificuldades. A autoaceitação é a senha para ir além do “eu estou” e desabrochar o “eu sou”. Ou seja, para desabrochar nossos recursos inatos é necessário diminuir o desejo de ser o que não somos e diminuir a necessidade de sustentar máscaras sociais. Pois ambos, desejo e máscaras sociais, inibem a livre expressão daquilo que trazemos no interior da “alma”. Aceitar-se plenamente e usar os próprios recursos é o passo necessário para a evolução espiritual.



DEVEMOS AMPLIAR NOSSO LIVRE ARBÍTRIO

Um mosquito age segundo o que seu instinto manda, tendo pouquíssimo espaço para a variação de comportamento. Animais mais evoluídos, com cérebros mais desenvolvidos, como os cachorros, são capazes de aprender algumas coisas e têm mais oportunidades de variação do comportamento. O humano, que também é animal, possui muitas condições de aprendizagem, de variação de comportamento e melhor possibilidade de adaptação à realidade. Isto acontece porque o cérebro humano é mais desenvolvido, o que potencializou a consciência. A consciência é a base do livre arbítrio.

O livre arbítrio, a liberdade de escolha, não é igual para todo mundo. Ou seja, a liberdade de escolha varia segundo o grau de evolução da consciência de cada pessoa e, mais precisamente, segundo as áreas da vida em que a pessoa mais evoluiu.

A questão é: quem comanda esta consciência? Na estória do Téo vocês aprenderam que existem condicionamentos que podem dirigir a mente da pessoa independentemente da própria vontade. O Téo sentia tristeza mesmo quando estava em situações que poderia ser feliz. O livre arbítrio dele estava reduzido, pois sua mente estava condicionada a sentir tristeza, com isso ele havia perdido uma parte de sua capacidade de avaliar a realidade e de adaptar-se a ela. A regra é: quanto mais condicionamentos, menos liberdade a pessoa tem para decidir a respeito de si mesma.

A cultura de uma sociedade também pode dominar a consciência das pessoas. Vocês viram na estória da Rosângela que houve época em que uma mulher violentada era expulsa de casa. Por que seus parentes a expulsaram? Porque estavam condicionados a acreditar e a realizar o que a

cultura da época determinava. O pai que expulsou a filha não era pior e nem melhor que qualquer pai que vive nos dias atuais. Ele apenas agiu segundo os valores da época em que viveu. Sua mente estava condicionada e organizada para agir daquela forma. E o pai obedeceu ao que estava treinado.

O pai que expulsou a filha de casa teve seu livre arbítrio reduzido por sua adesão aos valores e crenças da época em que viveu. Romper com a cultura e com os valores que ele havia aceitado exigiria muita coragem. Se ele não expulsasse a filha, poderia ser motivo de chacota, poderia perder amigos, talvez toda a família fosse expulsa junto com a filha. Não fazer o que era culturalmente esperado talvez o fizesse perder seu sustento, talvez criasse muito embaraço para que outras mulheres da família conseguissem se casar. Ou seja, *a cultura gera punição para aqueles que não seguem o que ela preconiza*. O medo e o receio desta punição diminuem as possibilidades de escolha dos indivíduos.

Observe bem: a expulsão da filha foi uma escolha pessoal e a responsabilidade é do próprio pai, sendo que os valores culturais errados apenas atenuam sua “culpa”. Todas as pessoas têm condições de agir diferente e cultivar o que é nobre.

Há alguns anos atrás uma família muçulmana do oriente médio foi morar em um país ocidental. A filha se adaptou ao novo país e se apaixonou por um homem cristão. Ela sofreu pressão e violências da família para largar seu namorado. Como não largou, foi morta. Um membro da família, para evitar “a vergonha pública”, matou-a. A aceitação do amor entre os dois significaria uma completa reformulação nos valores e crenças daquela família. Com suas mentes completamente dominadas por valores culturais, os membros da família não conseguiram ter outro comportamento que não o repúdio pelo amor livre e verdadeiro da filha.

*Se os valores e crenças que cultivamos dominarem nossas mentes, iremos agir repetitivamente de acordo com eles.
Haverá pouco espaço para a aprendizagem, pouca flexibilidade e menor adesão à realidade.*

Os valores e crenças pessoais também podem se tornar condicionantes importantes. Vanderlei frequentava diariamente a academia de musculação porque queria ficar muito musculoso ou “malhado”, como gostava de dizer. O corpo malhado impressionava as meninas e era fundamental para ele se sentir seguro. Durante alguns meses, por causa do trabalho, não pôde ir a uma academia. Sem ir à academia sua musculatura diminuiu e ele sofreu com a mudança da sua imagem corporal. Esse sofrimento foi consequência do cultivo da vaidade, e demonstrava o quanto ele estava *dependente* de uma imagem corporal para se sentir feliz. O que cultivamos é o que colhemos. Se cultivamos nobreza em nosso interior, colhemos mais facilidades para lidar com os problemas da vida. Onde ele cultivou o que é nobre, colheu bons frutos: era um rapaz trabalhador, batalhador, bom filho e educado. Sofreu quando *não* conseguiu fazer aquilo que estava condicionado, sofreu exatamente onde cultivou o que *não* é nobre. Por não ter mais o corpo que julgava ideal, começou a ter vergonha de si e sentir-se inseguro. Não se aguentava de vontade de voltar a ter o corpo musculoso; seu objetivo era sentir-se *aliviado* da sensação negativa de ter um corpo normal. O condicionamento gerava dependência da imagem corporal, que gerava insatisfação, insegurança e vergonha de si. Frente a esse sofrimento, era forçado a voltar a ter o “corpo malhado”. Sua autoimagem era toda condicionada, gerando sofrimento e tendo menos espaço para o livre arbítrio.

A evolução ajuda a romper com as limitações e condicionamentos. Basicamente, os sentimentos, sensações, intuições e pensamentos nobres conseguem contrabalançar a influência de condicionamentos, valores e crenças pouco evoluídos.

Voltando ao exemplo da mulher expulsa de casa após sofrer violência: os parentes poderiam ter se utilizado do amor para diminuir a penalidade da situação. Muitos pais fizeram isso. Mandaram suas filhas para viverem na casa de algum parente que poderiam cuidar delas e educá-las. Outros tomavam a iniciativa de esconder a filha por algum período e depois arranjavam um casamento que encobrisse o “problema”. Ou seja, o sentimento de amor obrigava-os a uma “reflexão sobre o problema” tornando-o muito mais complexo do que simplesmente mandar alguém

embora e fingir que o problema acabou. Com o amor e a reflexão várias outras possibilidades de resolução do problema surgem. A variedade de soluções, percepções e esforços é o que aumenta o livre arbítrio.

Os condicionamentos reduzem as opções de decisão e ação da pessoa, às vezes, apenas a uma opção. Os pensamentos, sentimentos, sensações e intuições nobres abrem o leque de possibilidades de ação, comportamento e de decisão.

Uma das grandes funções dos sentimentos e pensamentos nobres é permitir a ampliação do livre arbítrio. Foi assim que aconteceu com Vanderlei, o rapaz vaidoso que citei anteriormente. Ao perceber o sofrimento ao qual estava se submetendo disse: “a gente pensa que não sofre, mas sofre sim. Agora aceito que sou inseguro. Minha vaidade é fruto da minha insegurança...”. Essa percepção só foi possível porque ele começou a diminuir seu egoísmo e aumentar a gratidão. Apesar de ser um bom filho, era um crítico feroz da vida que os pais tiveram e culpava a falta de iniciativa dos pais por não lhe darem uma vida com mais consumo e recursos financeiros. A não aceitação dos pais era um passo firme para a não aceitação de si mesmo, era a origem da insegurança e da vaidade. Ao praticar gratidão, ele pôde evoluir e compreender as escolhas dos pais. Satisfeito com os pais e satisfeito com a vida que tinha, pôde refazer suas escolhas e mudar suas necessidades. A consequência foi que diminuiu o sofrimento e a necessidade “louca” de voltar para a academia para ficar musculoso.

A evolução tem sempre a mesma consequência: aumento da capacidade de decidir e maior liberdade de escolha.

Eliete adorava “vestir-se bem” e fazer compras, prioridade comum nos dias de hoje. Para o progresso do seu tratamento foi importante descobrir quais os valores, crenças e condicionamentos que embasavam esse “gostar”. No seu inconsciente, fruto de outras encarnações e do início da encarnação atual, existia condicionado um pavor de ser julgada negativamente pelas pessoas. Ela simplesmente não tinha liberdade de escolha. Era “ficar bonita ou ficar bonita”. Sair da repetição do que é condicionado gera sofrimento para as pessoas. *A repetição de comportamentos*, mesmo quando supostamente positivos, é uma dica enorme de que ali possivelmente se encontra uma fraqueza, um trauma,

um sofrimento, uma dúvida, um medo ou outro limitador da vida humana. Um bom exemplo disto são as pessoas que têm medo de serem abandonadas. Elas tendem a serem, na média, mais atenciosas. São comportamentos compensatórios e evitativos. Ser sempre atenciosa diminui o risco de ser abandonada ou desprezada.

Preste bem atenção aos seus comportamentos e sentimentos repetitivos, mesmos os supostamente positivos. Eles podem mostrar áreas nas quais você age condicionado, sem liberdade ou com muito pouca liberdade de escolha. E o principal, podem revelar áreas conflituosas, traumáticas, confusas, etc.

LEI DO LIVRE ARBÍTRIO - O livre arbítrio de cada ser humano é variável segundo o grau de evolução e as condições de funcionamento da consciência. As cinco formas mais comuns de aumentar o livre arbítrio são: diminuir a força ou acabar com condicionamentos, traumas e bloqueios; cultivar o que é nobre; aumentar o grau de conhecimento intelectual; expandir a consciência; buscar a completude (evoluir em todas as áreas da vida). A regra é: o que é nobre amplia a liberdade, o que não é nobre limita-a. Espíritos mais evoluídos possuem mais sentimentos, sensações, intuições e pensamentos nobres, portanto mais livre arbítrio. O que é nobre dificulta a ação dos condicionamentos do passado, dos condicionamentos culturais e das crenças e valores que não são evoluídos, e que restringem as vidas das pessoas levando-as a repetirem atitudes, pensamentos, sentimentos e ações.



OS TRAUMAS DEVEM SER RESOLVIDOS NA MESMA ENCARNAÇÃO EM QUE SURGIRAM

Por que duas pessoas que passam por grandes decepções amorosas possuem reações diferentes? Por que uma se fecha totalmente para a vida afetiva e amorosa enquanto a outra logo retoma outro envolvimento afetivo? Muitos fatores estão envolvidos nessas duas decisões diferentes. Um deles é a capacidade de se desapegar do evento negativo, o famoso “sacudir a poeira e dar a volta por cima”. Se uma pessoa, na mesma encarnação, tiver numerosas desilusões amorosas todos concordarão que para ela é mais difícil “dar a volta por cima”. Sarah apaixonou-se perdidamente pelo namorado, que um dia lhe disse: “você é legal, mas eu não sinto mais o que eu sentia por você”. Ela chorou e depois de meses de sofrimento conheceu um novo amor. Namorou por um ano até que ele conheceu uma nova colega de trabalho e largou dela. O terceiro namorado a trocou por uma amiga. Namorou de novo e não deu certo. Namorou novamente e descobriu que era traída. Namorou, largou o emprego por ciúmes dele e descobriu que ele tinha outra namorada. Namorou sem gostar só porque o rapaz gostava dela, mas o rapaz não quis continuar com medo dela arranjar outro e se apaixonar. Todos, à exceção deste último, foram namoros com grande envolvimento afetivo e grandes desilusões. Por fim, namorou, noivou, marcou o casamento e o noivo desmarcou. Dos 17 anos aos 33 anos foram experiências negativas em sequência. O trauma do casamento desmarcado foi a gota d’água. Ela decidiu ficar sozinha, não aguentava mais “sacudir a poeira”. Muito sofrimento estava acumulado dentro de si. Quatro anos depois, aos 37

anos, procurou a terapia. Ela fez uma ótima escolha: queria resolver os traumas afetivos agora, nesta encarnação.

A sequência de traumas afetivos era tão forte que dominou a mente da Sarah. Sua forma de viver, de lidar com as pessoas, expectativas de vida, perspectiva profissional, sua relação com os pais, enfim, tudo estava contaminado pelas decisões, pensamentos e condicionamentos construídos em suas experiências afetivas frustradas. *Este era o início de um processo de sofrimento que poderia durar várias encarnações.* Resolvê-lo nesta vida foi como não deixar “lição de casa” para as próximas experiências encarnadas e para o plano espiritual.

Na terapia, para superar os traumas, foram usadas várias técnicas de estado alterado de consciência. A superação dos traumas ganha uma importância muito grande quando lembramos que muitas encarnações a Sarah teve e muitas outras ela terá. A prática que muitas pessoas e suas famílias adotam de esconder os problemas e não “mexer na ferida” é uma tática muito ruim, pois os traumas tendem a aumentar e a tornarem-se mais complexos com o passar dos anos, décadas e, agora você sabe, séculos.

Todo trauma tende a aumentar sua força, complexidade e abrangência com o tempo.

É fácil entender o que isto significa. Ao decidir não manter outros relacionamentos amorosos ela, conseqüentemente, decidiu não ter filhos (aumento de abrangência). A frustração de não ter sua família, marido e filhos gerava baixa autoestima, o que influenciava no seu desempenho e interesse profissional (estas “pequenas” frustrações cumulativas aumentam e potencializam o trauma no dia a dia). Cada dia de vida da pessoa serve como um reforçador do trauma, que aos poucos torna-se o *centro ordenador* da vida da pessoa. Muitas e muitas vezes esta ordenação segue por *várias* encarnações.

Uma tarefa essencial de todos os humanos é acabar ou diminuir a força e a abrangência dos traumas, e também de outros condicionamentos, que se repetem e estruturam a vida das pessoas.

Outra tarefa muito importante é não permitir que outros traumas e condicionamentos se formem na encarnação atual. E, se se formarem, que sejam resolvidos nesta mesma encarnação. Aceitação da realidade e o desapego são fundamentais para que eventos cotidianos não se transformem em traumas. Afinal, não são apenas grandes eventos que se transformam em traumas. Os eventos aos quais a *mente* das pessoas atribuem uma grande importância é que se transformam em traumáticos. Foi o que aconteceu, por exemplo, com o Alcides. Quando tinha 9 anos de idade um vizinho teve um sério problema de saúde. Seu pai e sua mãe socorreram-no e o levaram ao hospital. Ele e a irmã ficaram com a esposa do vizinho que era epilética. Eles tinham medo dela, por terem presenciado algumas crises. Apesar do medo, as duas crianças voltaram a dormir. A mente do Alcides registrou o episódio como uma falta de cuidado dos pais para com os filhos. Esta avaliação gerou raiva, rancor e, por fim, distanciamento. Um evento de baixa intensidade energética ganhou uma dimensão desproporcional e um significado irreal. Desta forma a noite na casa da vizinha epilética transformou-se em um trauma, que dominou parcialmente a mente do Alcides. Durante vários anos esse trauma foi o responsável pela tomada de decisões que determinou o destino da vida desse espírito encarnado. Pois onde poderia haver uma família unida, o rancor produzido pelo trauma gerou desarmonia e separação. O rompimento do trauma aconteceu com a observação cuidadosa da realidade, a catarse das emoções, a resignificação de suas crenças e a aceitação do direito dos pais de tomarem decisões segundo seus próprios valores. Aceitar as limitações dos pais, que sempre cuidaram e protegeram os filhos, fez com que Alcides pudesse desapegar-se de suas *exigências egoístas*. O espírito do Alcides amadureceu, o trauma acabou e o conflito familiar deixou de existir. É mais um exemplo de que o cultivo do que é nobre serve para libertar a mente de traumas e condicionamentos. Como disse uma vez um adolescente de 14 anos: “é como um detergente que aos poucos vai me limpando”. É exatamente isso. Alcides *não* levou seu trauma para o plano espiritual, deixou de cultivar negatividades e deixou de agir segundo essas negatividades. O que surgiu foi resolvido nesta “vida” e seu espírito evoluiu; e o amor e a proximidade dos pais voltaram a lhe alegrar a vida.

LEI DA EXPANSÃO DA CONSCIÊNCIA - a evolução do espírito pode ser equiparada à evolução da consciência. Mesmo vivendo de modo restrito durante a encarnação, o espírito necessita ampliar a consciência para facilitar sua vida, diminuir o sofrimento, elevar sua vibração e aproximar-se do Fluxo de Deus. Existe dentro de cada ser humano uma série de potencialidades e de recursos que estão à disposição para ajudar a enfrentar tudo o que é muito importante na vida. Muitos espíritos conseguiram ampliar a consciência e evoluir mais rapidamente ao aproveitarem esses recursos e potencialidades. Outros não aproveitaram e evoluíram bem mais devagar. Há uma “força” interna que se encarrega de dinamizar a mente rumo à expansão da consciência, desde que esta esteja sendo “incentivada” através de atos, pensamentos, sentimentos e treinamentos.



MORRER NÃO É RUIM PARA A MAIOR PARTE DAS PESSOAS

A morte é a única certeza da vida, diz o ditado. Esta verdade é tão poderosa que fazemos questão de esquecê-la. A morte é um momento extremamente importante e carregado de significados. É o fim, o ponto final de uma experiência encarnada. Há uma continuidade depois do falecimento, mas uma continuidade sob outras condições.

Naturalmente, existe uma variação muito grande de experiências do morrer. Existe desde o espírito que não tem consciência do desencarne até o espírito que se desliga da vida material terrena com serenidade e dela se afasta. As diferentes condições do pós-morte dependem de alguns fatores, os principais são citados a seguir:

- a) o momento e a forma pela qual a morte ocorre.
- b) do que foi cultivado (crenças, valores, sentimentos, etc.) durante os anos da encarnação.
- c) da cultura em que a pessoa viveu a encarnação.

Duas características da morte serão tratadas aqui. Primeiro: a morte é o momento em que deixamos tudo *inacabado*. Todos os projetos, ações, trabalho, expectativas, tudo é encerrado definitivamente quando a “última respiração termina”. Hildeu regrediu a uma encarnação em que foi um pai que morreu precocemente em um acidente banal. Culpou-se pela morte, pois não poderia mais cuidar dos filhos; estava definitivamente impedido de continuar a sua função de pai. Na encarnação atual possuía inconscientemente uma forte rejeição a si mesmo; rejeição que era expressa através de uma forte alergia. Observe bem: o evento da morte

acidental e prematura e o conseqüente distanciamento da família finalizaram o *papel de pai* que ele desempenhava enquanto encarnado. Todos os seus planos e responsabilidades ficaram inviabilizados. Sobrou apenas a rejeição a si mesmo, originada da culpa que sentiu pela morte prematura.

A morte é o fim que deixa em aberto as possibilidades da encarnação. Um comerciante morre e deixa negócios não concluídos, uma dona de casa morre e se frustra por não “ver os netos crescerem”, um homem morre e descobre que não realizou seu projeto de estudos. A morte é o ponto final da encarnação. É o ponto no qual o que não foi realizado até aquele momento tem que ser abandonado. Algumas vezes tomar consciência de tal realidade é profundamente dolorido para o espírito, como no caso do pai que citei anteriormente.

A morte é o momento em que tudo fica inacabado e os papéis sociais finalizam. É, portanto, importantíssimo o desapego para uma boa adaptação no pós-morte.

Segundo: a morte é sempre intensa. A morte é sempre uma experiência muito intensa e cheia de significados. Ela é de suma importância para determinar a história futura do espírito.

Deveríamos cuidar do morrer da mesma forma como cuidamos de um recém nascido: com toda atenção e com toda a preparação possível.

Roger Woolger descreve assim a importância do momento da morte: “a *consciência ampliada* que ocorre no momento da morte imprime com exagerada intensidade os últimos pensamentos, sentimentos ou sensações no veículo – quer o chamemos de alma, espírito, corpo sutil ou akasha – que é transmitido para uma vida futura”⁵ “A experiência de morte, traumática ou serena, é frequentemente a sede ou ponto de acumulação de todos os pensamentos, sentimentos e sensações negativos de uma determinada vida passada”⁶. Pode ser também o ponto de acumulação de positivities, que acontece com aquelas pessoas que cultivaram e tiveram como prioridade as positivities. Ou seja, se a pessoa privilegiou o

cultivo de sentimentos e valores nobres certamente eles terão prevalência sobre aquilo que não foi cultivado.

Na morte há a necessidade do desligamento do espírito de tudo o que ele construiu durante a encarnação. A natureza gerou condições propícias para que tal desligamento aconteça nesse momento. A morte é também uma situação especial de aprendizado. Sendo assim, a *ampliação da consciência* e a *intensidade da vivência* são vitais para que o processo de desligamento possa ser realizado eficientemente. A natureza (Deus) sabe que a maior parte dos espíritos encarnados não desenvolve a compreensão e vivem apegados a bens materiais e a valores pouco construtivos.

Na morte, a ampliação da consciência e a grande intensidade da experiência que a acompanha, permitem e facilitam o desapego e o distanciamento, que são duas experiências bem diferentes daquelas que foram cultivadas quando encarnados. Deus é sábio, e a natureza que ele desenvolveu demonstra esta sabedoria.

Deus misericordioso planejou a morte de modo a ajudar as pessoas que cultivaram o apego, sob a forma de vaidade, orgulho, “sede” de poder, ganância, etc., a se desapegarem abruptamente e perderem as referências terrenas que estavam acostumadas a valorizar. Um paciente se viu como um orgulhoso dono de fazendas que ao desencarnar teve que encarar a dura realidade de que no plano espiritual era apenas mais um. Certamente, a expansão da consciência e a intensidade da nova vivência foram grandes facilitadores para ele se adaptar à “nova” realidade.

Enquanto a encarnação é um momento de restrição do espírito, o retorno ao plano espiritual é um momento de expansão. Assim, o choque da morte é um grande propiciador da expansão necessária para uma boa readaptação ao plano espiritual.

Esta expansão pós-morte significa, entre outras coisas, menos identificação com o papel social que desempenhamos enquanto seres

encarnados. A identidade deve deslocar-se para a vida completa do espírito.

O processo do morrer e a readaptação à situação de espírito desencarnado podem ser amplamente facilitados quando sentimentos e pensamentos nobres são cultivados no dia a dia e quando há compreensão e aceitação deles. A morte e o nascimento são momentos especialmente importantes e propícios para usarmos todos os bons recursos que acumulamos ao longo da nossa história. *Os dois momentos são de transição e de definição.*

No pós-morte existe um primeiro momento de readaptação à “nova” realidade. Um momento que também é de transição. Esta readaptação pode durar de alguns minutos até alguns séculos ou mais. Para o espírito que desencarna torna-se importante perceber a encarnação terminada com “os olhos” de quem finalizou uma etapa. É um balanço de vida quase tão automático como quando finalizamos alguma atividade na nossa atual “vida na carne”. Se vamos viajar, ao voltarmos, as pessoas perguntam: gostaram? Nesse momento expressamos nossa avaliação da viagem, pois a mesma já terminou. Assim também acontece com o espírito que desencarna e possui um pouco de equilíbrio. Ele faz um balanço final, com conclusões, decisões e assimilações de experiências que irão marcar seu futuro intensamente.

Ao contrário da expectativa da maioria das pessoas, morrer não é ruim. A psicóloga Helen Wambach que investigou as encarnações passadas de 1100 pessoas, em um estudo, escreve: “...uma média de 49% conheceu sensações de calma e paz profunda e não encontrou dificuldades de aceitar a própria morte. Outros 30% experimentaram sentimentos muito positivos de alegria e libertação. 20%, em média, viram seu corpo depois de haverem morrido e flutuaram acima dele enquanto observavam a atividade que lhe ocorria em torno... Reiteradas vezes contaram que era agradabilíssimo morrer, e descreveram a sensação de libertação que experimentaram depois de haver deixado seus corpos”⁷. Estes números de satisfação no pós-morte são altíssimos, e são decorrentes do perfil de sua amostra. Servem, todavia, como um *indicativo* de que para *boa parte dos espíritos* os momentos imediatamente posteriores à morte *não* são de sofrimento.

Raymond Moody, pesquisou as experiências de quase morte (EQM) e publicou os resultados em seu livro *Vida Depois da Vida*. Ele pesquisou

pacientes que passaram pela situação ultra-radical de morte iminente. Os relatos dos pacientes, em sua maioria, não têm nada de assustador. O que essas pessoas costumam relatar é: sentimento de paz interior, sensação de flutuar acima do seu corpo físico, visão de 360 graus, ampliação de vários sentidos, sensação de viajar através de um túnel intensamente iluminado.

Morris Netherton diz: “se a morte é inexplicável, ela não deve, contudo, ser temida”. Para ele a morte é traumática, por ser sempre intensa. “É a segunda maior experiência estressante em nossa vida, sendo o nascimento a primeira”⁸. Pode parecer que há uma contradição. Todavia, esta contradição é aparente e é fruto da dupla natureza da morte. A morte é um momento de mudança intensa e de grande impacto energético e emocional. Sob este prisma ela se torna agonizante e stressante. Por outro lado é libertadora, o espírito está livre para outras experiências. O espírito pode voltar a expandir-se e retomar sua vida no plano espiritual. Não há perda real, há uma transformação profunda nas condições de vida. Toda transformação gera insegurança, ansiedade e medo. Do outro lado, no pós-morte, muitas vezes há alívio, apoio e compreensão. Lógico que também pode ser um momento terrível. Cada caso é um caso.

No geral, a morte não é ruim. Para vários é um momento muito difícil antes, durante e após a morte. Para todos é sempre intensa. É um momento não só traumático, mas igualmente um *momento protegido*. A mente entra em estado alterado, o que facilita a passagem de um “lado para o outro”. É comum o espírito que volta ao plano espiritual sentir que está iniciando uma nova fase de vida. Outros ficam confusos, perdidos, delirando uma realidade inexistente. Como tudo na vida, o resultado depende em grande parte do que foi cultivado.

A morte é um momento intenso, estressante e potencialmente traumático, mas é também um momento protegido. A principal destas proteções é a mente entrar em estado alterado de consciência, facilitando determinadas vivências pessoais, como o desapego.

A morte é uma experiência radical demais para ser comparada com a vida cotidiana. Vou compará-la a uma situação radical de sobrevivência: uma mulher nadou no escuro sabendo que os outros membros da sua família talvez estivessem mortos. Em meio ao pânico e sentindo a morte

muito próxima, uma “estranha tranquilidade” se apossou dela. Ela pouco sentia o corpo, apenas nadava, tranquila. Ela sentiu paz, uma paz profunda. Ela se desligou da realidade, era um vazio, uma completa falta de sentido. Ela não sabe como conseguiu sobreviver.

Já ouvi este mesmo tipo de relato de muitos pacientes ao descreverem suas mortes em outras encarnações. Em meio ao pânico, ao medo e à tensão aparece a paz, o distanciamento, o desligamento e a entrega. Estudos feitos com homens bomba, cujas bombas falharam e eles foram presos, descrevem as mesmas sensações. Eles iam para o suicídio sem medo, sentiam leveza e paz. Estavam em estado alterado de consciência.

A morte tem dois momentos quase simultâneos: o momento traumático e o momento de desligamento e de distanciamento. Este segundo momento parece acontecer com maior facilidade em pessoas que cultivaram o que é nobre e cultivaram o desapego.

Passada a morte em si, vem a abertura para a nova realidade, o pós-morte. Para alguns espíritos que não se entregam, não desligam ou que trazem acúmulos de negatividades, o pós-morte pode ser terrível. O sofrimento desses espíritos pode durar séculos. Todavia, da mesma forma que há cuidado com o nascimento, há muito cuidado com o espírito que desencarna. Definitivamente, não somos abandonados. Nem os piores espíritos são abandonados. Eles terão que evoluir, terão que superar provas, terão que pagar os seus débitos, mas terão apoio e amparo. Se forem espertos mudarão suas escolhas e aceitarão a ajuda. Caso não façam isso estarão prolongando o próprio sofrimento.

Há muito cuidado com o nascimento e há muito cuidado com todo o processo do morrer, que pode durar anos. O espírito que desencarna não fica abandonado. Ao contrário, há amparo e orientação; cabe ao espírito aproveitar ou não a oportunidade do amparo.

LEI DA FINITUDE DAS EXPERIÊNCIAS: todos os espíritos, dos mais simples aos mais evoluídos, seguem as mesmas leis expressas na forma como a natureza se organiza. Todos os planos da existência possuem seus próprios movimentos e ciclos, o que torna sempre finita todas as experiências vividas por todos os espíritos. A finitude é coerente com a função básica do espírito,

que é evoluir; portanto, tudo foi organizado para dificultar a acomodação e a repetição de pensamentos, sentimentos, sensações e vivências que espíritos pouco evoluídos tentam manter.

[5](#) Woolger, Roger J. *As Várias Vidas da Alma* (Editora Cultrix, 1987), p. 180

[6](#) Woolger, Roger J. *As Várias Vidas da Alma*, cit., p. 178

[7](#) Wambach, Hellen. *Recordando Vidas Passadas: depoimento de pessoas hipnotizadas* (Editora Pensamento, 1978), p. 119

[8](#) Netherton, Morris. *Vida Passada: uma abordagem psicoterápica* (Summus Editorial, 1997), p. 126



GERENCIE A PRÓPRIA VIDA PARA NÃO ESPALHAR SOFRIMENTO

A forma mais fácil de identificar um espalhador de sofrimento é através das escolhas claramente negativas. Por exemplo, um empregador que por ganância não paga corretamente os salários dos seus funcionários. Ele fará muitos funcionários sofrerem e estimulará o uso de sentimentos e pensamentos negativos. Ou seja, seus funcionários poderão ter raiva por terem sido pagos incorretamente. Este tipo de escolhas negativas são muito comuns, porém, existem outras formas importantes de espalhar o sofrimento.

A forma mais disseminada de espalhar sofrimento são aquelas que ocorrem repetidamente no dia a dia das pessoas. São derivadas da *falta de coerência das pessoas, que fazem escolhas e não as sustentam posteriormente.*

O ser humano encarnado não consegue fazer tudo. Somente uma pequena parte daquilo que ele gostaria de fazer é possível ser realizado. Por isto, é tão importante decidir quais são as prioridades. Se uma pessoa toma a decisão de casar e ter filhos, cuidar das crianças, aconteça o que acontecer, deve ser a consequência lógica da decisão tomada. Não cuidar dessas crianças, sob quaisquer pretextos, significará a criação de uma longa cadeia de sofrimentos. Uma cadeia de sofrimentos tão extensa que às vezes passará por várias gerações e várias encarnações.

Os espalhadores de sofrimento “incoerentes” agem no seu cotidiano, por isto atingem profundamente as pessoas que estão à sua volta. Eles usam o livre arbítrio para tomar decisões, porém em meio às consequências naturais de suas

ações querem continuar decidindo e indo atrás de outros e novos desejos e objetivos.

Lara desejou ter sua própria casa e casar com um marido que a amasse e a tratasse muito bem. Ela conseguiu o que queria. Tinha um bom marido, um bom apartamento e uma vida que poderia ser muito boa. Mas, não era. No dia a dia sua prioridade não era o bom marido. Primeiro vinham suas obrigações domésticas, depois a televisão e outras diversões eletrônicas. No tempo que sobrava, ela conversava sobre problemas e desgraças do mundo com o marido, com vizinhos ou amigos. Quando procurou o terapeuta ela não entendia o porquê do casamento estar acabando. Ela não entendia o motivo da distância entre os dois só aumentar. Ela, mesmo sendo uma boa pessoa, sendo positiva e tendo bons pensamentos, tornou-se uma espalhadora de sofrimento. Ela não foi coerente com sua escolha, pois uma vez tendo um bom marido sua atenção desviou-se dele para outras atividades.

A cadeia dos acontecimentos que criamos ou participamos atua fortemente e vai determinar a qualidade de vida de várias pessoas, por anos, décadas e até séculos, se pensarmos a influência sobre várias *gerações* e várias *encarnações*. Um divórcio gera feridas enormes nas pessoas envolvidas, que podem ser rapidamente cicatrizadas ou não. Existem famílias cuja separação do pai e da mãe degringola para a destruição, inclusive dos bens familiares. O casal Mirtes e Godofredo só desistiu da destruição quando perderam quase tudo. Então pararam, colocaram a “cabeça no lugar” e... descobriram que se amavam e queriam voltar a viver juntos. Viveram juntos, cheios de “feridas na alma” e com um filho que nos anos de destruição começou a fazer todas as escolhas erradas possíveis. Anos após o casal haver retomado o casamento, esse filho ainda fazia escolhas ruins, além dos vários filhos que colocou no mundo com algumas mulheres. A repercussão daqueles anos de autodestruição do casal está passando por várias gerações.

Observe bem: o filho é o responsável por seus atos. Porém, o desequilíbrio dos pais teve um efeito devastador sobre a vida do filho, também desequilibrado.

Não são somente as pessoas ruins que espalham o sofrimento. Esta é uma ilusão que cega a maior parte das pessoas e dificulta a mudança interna. Milhões de pessoas que se julgam “cumpridoras dos seus deveres” não entendem porque o sofrimento ronda suas casas e suas famílias. Túlio era um bom pai que sofria com a escolha da filha por um namorado que não gostava de trabalhar. Inicialmente acreditou que essa escolha tinha sua origem na imaturidade da juventude. A filha realmente era imatura, mas, o que a atraía para aquele namorado era algo muito valioso: a presença. O pai relatou: “minha vida foi trabalhar para oferecer uma boa vida para ela. E agora, com esse rapaz, ela não vai ter nada...” Túlio revelou sua forma de amar. Através do trabalho árduo cuidou financeiramente dos familiares e, por amor à família, ofereceu muitos benefícios e segurança para eles. Mas, foi também através desse trabalho árduo que se manteve distante fisicamente dos filhos. Talvez, o vagabundo, por ser vagabundo (na opinião do pai), tenha tempo para ficar com a namorada, talvez tenha tempo para escutá-la, para prestar atenção em suas opiniões e desejos. Talvez o vagabundo possa ensinar a esse pai que lhe faltou um pouco da “alma de vagabundo” para estar presente ao lado da filha. A responsabilidade da escolha é da filha, ela vai gerar seu futuro e seus desafios. O Túlio foi um bom pai. Todavia, por algum motivo, para a filha foi muito doloroso ter tido um pai ausente tão trabalhador. Por isto, ela prefere um namorado presente, mesmo que à custa de bens materiais. Faltou ao pai equilíbrio e coerência.

Tomar uma decisão e ser coerente com ela é a melhor forma de não tornar-se um espalhador de sofrimento. O pai acima queria oferecer uma boa vida para a filha. Qual vida é melhor do que aquela na qual há a presença dos pais, o diálogo e o compartilhar? A coerência nos conduz ao equilíbrio. Na vida do Túlio faltou gerar o equilíbrio entre o trabalho, a presença e o compartilhar.

A coerência nos ajuda a ampliar a vida e vencer nossos desafios evolutivos, pois ser coerente nos obriga a desenvolver várias qualidades e dinamizar diferentes áreas da vida. Se um pai ama sua família e por isto trabalha muito, ele também tem que compartilhar, participar, estar junto, envolver-se afetivamente, etc.

Ser *coerente* é o melhor caminho para não ser um espalhador de sofrimentos. Esta foi a escolha da Margarida, aos 24 anos, quando descobriu que a mãe estava seriamente doente. Ela decidiu: “eu vou tomar conta da minha mãe até ela morrer”. Com esta decisão ela abriu mão de muitas “coisas boas”, como, por exemplo, viagens, festas e passeios. Durante 3 anos viveu assim: do trabalho para casa, de casa para o trabalho, sempre cuidando da mãe. Aos 27 anos idade ela resolveu que teria que “viver mais”, inclusive para conhecer alguém que lhe permitisse realizar o sonho do casamento. Em um primeiro momento esta decisão gerou vários conflitos internos, tais como: “como vou deixar minha mãe?” ou “sinto-me culpada em passear”. Ela, então, decidiu procurar consultoria psicológica para ajudá-la a “desembaraçar” sua vida. Nas sessões detalhou a forma como sua mente se organizava e como percebia a realidade e suas possibilidades de ação. O passo seguinte foi saber quais eram as habilidades pessoais que teria que aprimorar para poder *ampliar sua vida* e com isso atingir o equilíbrio. Seu objetivo era claro: cuidar bem da mãe e conseguir retomar a vida social. Ela reorganizou sua vida e mudou suas posturas e ações a fim de atingir dois objetivos ao invés de apenas um. *Ampliar a vida* funciona assim: atingir mais objetivos, buscando ser coerente. O pai descrito anteriormente (Túlio) poderia ter sido bem sucedido profissionalmente e mais presente na vida da filha. Margarida, aos 27 anos, conseguiu seu intento de ampliar a vida e ser coerente. Cuidou da mãe e conheceu uma pessoa que tornou-se seu marido. Antes do desencarne, a mãe disse para a filha: “você é uma filha maravilhosa. Eu fico tranquila em saber que você construiu sua família”. Isto é espalhar paz: cuidar da mãe e a mãe morrer grata, sabendo que não foi um empecilho para a felicidade da filha. Com certeza sua mãe teve sentimentos e experiências nobres que a ajudaram no desencarne e também em várias outras encarnações. E Margarida pôde ter sua família, filhos e realizar-se enquanto mãe, mulher e filha.

Ser coerente é a melhor forma de ampliar a vida, atingir o equilíbrio e não espalhar o sofrimento.

LEI DA AMPLIAÇÃO DA VIDA - o ser humano necessita de múltiplos objetivos e metas que o obriguem a desenvolver habilidades e qualidades diferentes, que irão possibilitar o

equilíbrio e a ampliação da consciência. A ampliação da vida acontece com maior facilidade e eficiência se houver coerência. Ou seja, a coerência permite utilizar adequadamente os recursos que o ser humano já possui, não os desprezando e nem gerando conflitos desnecessários. Ser o que já é (Eu sou) facilita desenvolver o que está em potencial. Assim, o espírito deve desenvolver múltiplos recursos e habilidades que lhe permitam adaptar-se melhor à realidade, proteger-se e permanecer no Fluxo de Deus. Uma pessoa bondosa deve aprender a identificar a maldade, para poder defender-se; também deve aprender a observar a realidade para perceber as oportunidades de ajuda ao próximo, e assim por diante. Ampliando a vida, ela consegue agir com mais sabedoria e tornar-se mais completa.



A ORIGEM DO HOMO SAPIENS E A EVOLUÇÃO DO ESPÍRITO

Qual é o período de tempo que você costuma ter como referência? Dias? Semanas? Anos? Décadas? Uma criança tende a pensar em termos de dias ou meses. Um idoso geralmente pensa em décadas. Na aula de história, em nossas escolas, os professores descrevem séculos ou alguns poucos milênios. Mas, a origem do ser humano é muito mais antiga.

Vamos conversar um pouco sobre milhões de anos. Há 4 milhões de anos surgiu sobre a face da terra um ser que era um tipo diferente de primata e que deve ter sido a origem de onde surgiu a raça humana. Seu nome: Australopithecus afarensis (A. afarensis). Possivelmente desse A. afarensis surgiram vários outros tipos de Australopithecus. Seus nomes são Australopithecus boisei, Australopithecus aethiopicus, Australopithecus africanus, entre outros. O período que separa o A. afarensis desses outros Australopithecus é de pelo menos 1 *milhão* de anos.

Os primeiros “Homos” surgiram 2 *milhões* de anos após o surgimento do A. Afarensis e 1 *milhão* de anos após o surgimento dos outros Australopithecus. O primeiro “Homo”, era um homínídeo chamado Homo habilis. Dele, possivelmente, surgiu o Homo erectus e depois o Homo sapiens primitivo e, por fim, o Homo sapiens moderno (Homo sapiens sapiens). *Quatro milhões* de anos transcorreram e hoje estamos nós – os Homo sapiens sapiens - , encarnados no século 21 da era cristã. Quatro milhões de anos ou 40 mil séculos, uma enormidade (um tempo pequeno se compararmos com o tempo de “vida” do planeta Terra, 5 bilhões de anos ou 50 milhões de séculos).

Não existiu apenas uma linha de evolução de “Homos”. Sabemos de pelo menos uma linha paralela de evolução dos Homos. Refiro-me aqui ao Homo neanderthalensis, que se extinguiu há milhares de anos atrás e que viveu na mesma época que o Homo sapiens primitivo. Um evoluiu e o outro extinguiu. Sobrou o Homo sapiens moderno, sobrou somente nós.

Veja que interessante: há 4 milhões de anos atrás surge o A. afarensis. Entre 2 e 3 milhões de anos atrás, quando nossa genealogia era dominada pelos Australopithecus, a natureza no planeta Terra sofreu uma grande mudança. Na África, onde está a origem do humano, o clima tornou-se mais árido. O paleontólogo Donald Johanson escreveu assim em seu belo livro “O filho de Lucy”: “... essa repentina mudança no clima global poderia ter provocado um surto de extinção e especialização por meio da cadeia alimentar... também teria atingido os hominídeos primitivos, possivelmente detonando o aparecimento de Homo... O Homo surgiu na África há cerca de 2,5 milhões de anos, uma entre muitas espécies que lutavam para se adaptar às condições radicalmente alteradas”⁹.

O A. Afarensis e os outros Australopithecus se extinguiram. O Homo habilis continuou. “Em meio a toda essa massa... de vida existiria o nosso pequeno Homo (habilis), uma coisa nua de duas pernas e braços compridos, e um corpo não maior que o de uma criança de hoje (90 cm). Estranho pensei, que esta criaturinha... tenha pressagiado a vinda de um animal que inventaria aeroplanos, escreveria sinfonias”¹⁰.

Agora o mesmo autor se refere ao salto evolutivo que foi a transformação do Homo habilis em Homo erectus. “...o que entrou em ação, há dois milhões de anos, que nos mudou, nos tornou inexprimivelmente, e para sempre, diversos de outros animais”¹¹? “...algo estava acontecendo na dieta de Homo habilis que em breve explodiria em verdadeiros padrões de comportamento humanos”¹².

Pensar nossa genealogia em milhões de anos de evolução nos coloca sérias questões espirituais. O cérebro do Homo habilis era consideravelmente menor e com menos recursos que o nosso. Suas habilidades intelectuais e de linguagem eram muito restritas. Teriam estes hominídeos um espírito? Nossa saga de encarnação e reencarnação no planeta Terra começou naquele momento? Começou antes? Começou depois? Quando começou? Não sei as respostas e as regressões não nos dão boas pistas. Já tratei de pacientes que em estado alterado de

consciência descreveram situações que poderíamos supor serem de homens bem primitivos. Mas, de quando exatamente? Não sei, pois não há informação suficiente.

Acredito, por intuição, que aqueles Homo habilis já tinham espíritos. E os Australopithecus afarensis tinham espíritos? Não sei. Eu acredito que muitos humanos possuem espíritos mais jovens do que 4 milhões de anos. Quanto mais jovens eu não sei. Acredito que, na média, já tivemos *centenas* de encarnações ou mais, e que já evoluímos muito. Nosso nível de consciência, de percepção da realidade e de refinamento dos sentimentos e sensações mudaram muito. Evoluímos muito, muito mesmo.

Muitos dos seres humanos que habitam o planeta Terra possuem espíritos com mais de um milhão de anos e com centenas ou milhares de encarnações. À medida que ampliarmos nossa consciência “descobriremos” que os corpos celestiais do Universo se contam em trilhões e a vida espiritual se conta em centenas de milhares ou milhões de anos.

É razoável pensarmos que somos espíritos em evolução, estamos todos em marcha; buscamos ganhos de consciência, equilíbrios nos sentimentos, a clareza da mente e segurança em sociedades mais justas. Se olharmos para trás, através das regressões, veremos que nossos espíritos saíram de condições muito difíceis, de ignorância e pouco discernimento. Então, por raciocínio lógico, podemos considerar seriamente a possibilidade de que nós, nossos espíritos, estagiaram em corpos como daqueles nossos ancestrais.

Nosso espírito evoluiu, nosso corpo evoluiu. *Nossa capacidade de raciocínio, de linguagem e de relacionamento social mudou muito.* O poeta Pablo Neruda escreveu em um poema fantástico: “nós, os de então, já não somos mais os mesmos”. Ele escreveu pensando em décadas, mas poderia ter escrito pensando em milhares ou milhões de anos. Pois não somos hoje o que fomos então; não somos o que fomos a 50 mil anos atrás, 500 mil anos atrás ou um milhão de anos atrás. *Nós somos melhores, mais bem preparados, com mais recursos e, por isto mesmo, com mais responsabilidades.*

O Homo sapiens moderno não é eterno. Um dia, esta forma de corpo deverá desaparecer. Como desapareceram tantos outros antes de nós. Nós podemos influir na rapidez e na forma como esta transformação ocorrerá. Ela ocorrerá, ou melhor, ela *já* está ocorrendo. Somos testemunhas de décadas de uma mudança que normalmente se conta em milhares, centenas de milhares e milhões de anos.

Com a evolução dos espíritos que encarnam no orbe terrestre é necessário que o corpo possa dispor de novos recursos e faculdades mais refinados. É muito importante que o corpo humano possa cumprir sua função básica de veículo facilitador das experiências dos espíritos nele encarnado.

Algumas mudanças, porém, são tão visíveis que às vezes nem damos a devida importância. Atualmente os bebês nascem e abrem os olhos em um curto espaço de tempo. Este fato gerou a seguinte situação: uma semana depois de seu filho nascer, um pai escutou uma senhora de idade avançada lhe dizer: “quando seu filho abrir os olhos me avise que eu quero dar um presente para ele”. O pai disse que o bebê nasceu de olhos abertos, a senhora retrucou: “estas crianças de hoje são tão espertas...” Os bebês que nascem atualmente respondem à estimulação pós-parto com muita rapidez e vivacidade. As crianças surpreendem pela rapidez de aprendizagem, diversidade questionamentos e por estarem muito mais atentas ao mundo exterior. Ou seja, é o corpo humano mudando, não por influência climática, alimentar ou sanitária, mas sob influência dos espíritos que estão encarnando nesta época de transição espiritual. Espíritos com faixas vibratórias mais “sutis” influenciam de modo diverso o corpo que se forma. Influenciam de modo diverso a sociedade. Não é garantia de que a sociedade e o corpo vão ficar consideravelmente melhores; significa que vão ficar diferentes, *talvez* melhores. Diferentes em que sentido? Não sabemos, pois vai depender do livre-arbítrio de bilhões de espíritos que encarnarem, cada um com sua contribuição.

Pense agora na sua evolução espiritual. Vale a pena se esforçar? São milhares de anos, dezenas de milhares de anos, centenas de milhares de anos... Você já aprendeu que usufruímos onde evoluímos e criamos sofrimento onde não evoluímos.

Curiosidade: a lembrança gravada no nosso inconsciente das várias vezes em que nossos espíritos estiveram em sofrimento no(s) planos(s) espiritual(is), com seus “inúmeros e intermináveis anos” é que moldou a crença no inferno e no sofrimento eterno. Com a evolução da consciência humana e a informação de Espíritos de Luz aprendemos que o sofrimento no plano espiritual é transitório e tudo melhora à medida que evoluímos.

Evoluir é a melhor autodefesa e a melhor forma de termos carinho por nós mesmos, de sermos felizes e espalharmos a felicidade a nossa volta.

Observação: os dados colocados aqui e a nomenclatura utilizada foram retiradas do Livro: “O filho de Lucy, a descoberta de um ancestral humano”, de Donald Johanson e James Shreeve, Editora Bertrand Brasil. Existem outras nomenclaturas e outras cronologias de evolução da humanidade que se contrapõem a esta usada aqui. O tempo histórico, porém, é mais ou menos o mesmo em todas as cronologias; este é o fator que nos interessa neste livro.

LEI DA RESSONÂNCIA - os eventos da vida humana ressoam através do tempo e do espaço. A forma básica de ressonância é a sequência de causa e efeito. Nestas sequências, o evento que existe hoje influencia uma série de outros eventos, sucessivamente. Há, porém, formas mais específicas de ressonância, como aquelas derivadas da existência do corpo físico. Gerar e manter estáveis as ressonâncias são funções importantíssimas do corpo físico. Este é um dos motivos de estarmos encarnado. O corpo gera estabilidade, os conteúdos se fixam e mantêm sua atuação. Um bom exemplo é o trauma, que permanece atuante e influencia a vida das pessoas porque o corpo o mantém ressoando e não permite sua finalização. Desta forma, o corpo humano acaba sendo uma espécie de amplificador, pois propaga o que existe dentro dele 24 horas por dia, sem que possamos nos esconder ou proteger. Tal qual um instrumento que ressoa a nota musical tocada, o corpo ressoa

exatamente o que existe dentro de si. Desta forma um evento que existiu ontem, pode continuar ressoando hoje, se o corpo (e a mente, que é parte do corpo) mantiver este evento ativo. Tudo ressoa, tudo permanece “ativo” através da ressonância, o que varia são as formas, o tempo e a abrangência da ressonância; é como o sino que continua emitindo som mesmo após o fim dos badalos.

[9](#) Johanson, Donald.; Shreeve, James. *O Filho de Lucy: a descoberta de um ancestral humano* (Bertrand Brasil, 1998), p. 365

[10](#) Johanson, Donald.; Shreeve, James. *O Filho de Lucy*, cit., p. 352

[11](#) Johanson, Donald.; Shreeve, James. *O Filho de Lucy*, cit., p. 342

[12](#) Johanson, Donald.; Shreeve, James. *O Filho de Lucy*, cit., p. 343



O QUE É NEGATIVO DIFICULTA A MUDANÇA INTERNA, O QUE É NOBRE FACILITA

As pessoas tendem a acreditar na eficiência da punição. Ou seja, se uma pessoa fez algo errado ela vai sofrer tanto, mas tanto, que vai *pagar* através do sofrimento todos os seus “pecados”. A crença é de que através da dor a pessoa vai aprender a ser correta e praticar o bem.

Nas histórias que acompanho através das regressões percebo que o sofrimento é *pouco* eficiente em promover a transformação das pessoas. Existem, com certeza, pessoas cujos sofrimentos fazem mudar suas formas de agir, pensar, vibrar e sentir. Este padrão, sofrimento gerando mudanças positivas, é mais comum de acontecer quando das doenças que acompanham a velhice.

O sofrimento não é o caminho mais eficiente para a transformação humana, é apenas a consequência lógica da não evolução. Se sofrer fosse a forma mais efetiva de transformação Deus estaria errado por nos oferecer condições de vida melhores do que aquelas que mereceríamos por nossos erros pretéritos.

É bom que fique claro, o sofrimento *não* é a forma mais eficaz de promover as mudanças evolutivas necessárias. A grande maioria dos que sofrem tendem a reforçar as escolhas que os levaram ao sofrimento. Simplesmente, elas não conseguem identificar a relação entre suas ações e escolhas e os resultados que colhem na vida. Tendem a culpar o governo, a sociedade, as pessoas, os parentes, a cultura ou algum inimigo. Tendem a julgar que tiveram azar ou que fizeram tudo que podiam fazer. Não sabem

como ser diferente e nem sempre sabem quais são as outras possibilidades e oportunidades de vida. Quando sabem, não conseguem mudar. Alex tinha grandes dificuldades para ter lucros com seu trabalho, o que o deixava angustiado e com baixa autoestima. A família era quase que exclusivamente sustentada pela esposa. Ele tentou várias possibilidades para “ganhar na sua profissão”. Foram muitos anos tentando. Ele mudou tudo o que era exterior, não mudou o central: não gostava do que fazia e não tinha o menor “jeito para aquilo”. Sua profissão o obrigava a ficar dentro de uma sala, e ele odiava isto. Queria sair, conversar com pessoas, ir de um lugar para outro. E por que foi tão difícil para ele mudar de profissão? Por que o sofrimento não foi o bastante para induzi-lo a mudar suas escolhas? Isto acontece porque as pessoas que sofrem não estão dispostas a “cortar na carne”. Ou seja, não estão dispostas a romper com padrões psíquicos que são muito importantes para elas e que ajudam a gerar o sofrimento. Nesse caso o paciente não queria assumir que era incompetente e incapaz em sua profissão. A esposa, que o amava, adotava um discurso positivo de que uma hora ele conseguiria, que ele era esforçado, competente e merecedor. Ela o incentivava a ter esperança. Durante muitos anos ele tentou ser o que não era, e *não* deu certo. O sofrimento não o fez mudar, ao contrário, fez com que persistisse nos mesmos erros.

O sofrimento faz as pessoas persistirem nos mesmos erros. Para poucas pessoas o sofrimento é um “bom professor” que promove as transformações necessárias para evoluir.

O mesmo acontece com pessoas invejosas. São pessoas que gastam muito tempo e esforço psíquico pensando na vida alheia. Normalmente se esforçam menos, estudam menos e desistem nos momentos em que deveriam persistir. Uma pessoa invejosa, para poder invejar, deve estar “por baixo”. Caso contrário, o que elas invejariam? A mente de uma pessoa invejosa normalmente funciona assim: ela se organiza para ficar “por baixo”, para perder, para não ter, para não conseguir ou ter menos que alguém, conseguir menos que alguém, etc. Quantas pessoas invejosas conseguem perceber que são invejosas e que ser invejosa é um boicote contra elas mesmas? Quase nenhuma. Apesar de poucas vezes a vida de

um invejoso dar certo, por que eles continuam repetindo o padrão? Porque raramente o sofrimento e a baixa qualidade de vida promovem as mudanças necessárias. A pessoa invejosa escolhe um padrão de vida e se mantém fortemente vinculada a ele. Este padrão sempre se repete, apesar da pouca qualidade de vida. Portanto, a melhora como consequência do sofrimento acumulado é bem mais rara do que imaginamos.

*A forma mais comum da transformação acontecer é esta:
quando a mente da pessoa abre espaço para sentimentos,
pensamentos, atitudes e posturas nobres. Estes sentimentos,
pensamentos, atitudes e posturas nobres mudam a vibração
da pessoa, mudam suas prioridades, mudam suas escolhas
e, por fim, mudam os resultados.*

Edward Bach escreveu: “uma outra visão gloriosa descortina-se diante de nós e vemos que a verdadeira cura pode ser obtida não através do errado repelindo o errado, mas pelo certo substituindo o errado, pelo bem substituindo o mal, pela luz substituindo a escuridão... Na verdade, o ódio pode ser dominado por um ódio maior, mas pode ser curado apenas pelo amor... um medo (*só*) pode ser... curado... (*pela*) coragem perfeita¹³. É exatamente isto que observamos acontecer com os pacientes nas sessões de regressão. As grandes transformações internas dos pacientes sempre são precedidas ou acompanhadas pela “chegada” à mente do que é nobre.

Os pensamentos, sentimentos, sensações, atitudes e posturas nobres são dinamizadores, geradores de movimento, energizadores e fortalecedores da vida humana. Por suas próprias características facilitam a compreensão e o desapego. Sebastião era um filho que se sentia sobrecarregado por ter a mãe doente. A mãe doente exigia dedicação, paciência e ampliava o gasto da família. O egoísmo e a dificuldade em lidar com a frustração encaminharam suas decisões. Ele saiu de casa, distanciou-se da família e passou a buscar no dinheiro a autoestima, a liberdade e a tranquilidade. Para as pessoas dizia: “tenho direito de viver a minha vida e construir o meu caminho”. Um dia ele conheceu uma mulher e se apaixonou por ela. Ela cuidava da própria mãe, era feliz com a família e tinha vida própria. Movido pelo amor, ele percebeu que poderia ajudar a cuidar da sua mãe e, ao mesmo tempo, construir o seu próprio caminho. Voltou para a casa dos

pais e se colocou à disposição para ajudar e colaborar. Uma nova satisfação invadiu sua vida, uma nova vida mais equilibrada.

Ao amar e ter o bom exemplo da mulher amada, Sebastião pôde transformar-se. “Foi como abrir os olhos e enxergar diferente”, disse Sebastião. Cultivar o que é nobre é um grande dinamizador das mudanças e o melhor caminho para ter uma vida completa (lembre-se que nem tudo que é positivo é nobre). Inicialmente ele havia decidido pelo egoísmo. Sua frustração somente servia para ele se apegar a valores pouco construtivos que o mantinha distante da família. O bom exemplo da pessoa amada serviu como um elemento catalisador para a mudança interna. Este é o caminho mais eficiente para a mudança interior e para a evolução do espírito: agregar o que é nobre onde não havia nobreza.

Os bons exemplos são catalisadores de mudanças capazes de atingir muitas pessoas, pois impregnam a mente delas, facilitando a transformação.

Observação: as vibrações nobres das orações ajudam sempre quem as emite. Podem ser úteis para quem as recebe. As vibrações recebidas são capazes de interagir com as vibrações da própria pessoa. Essas vibrações recebidas influenciam positivamente, favorecendo a tomada de decisões, a reflexão, os sentimentos e as vontades mais benéficas.

LEI DE DIMINUIÇÃO DOS BLOQUEIOS – a vida, tal qual organizada por Deus, prevê que a evolução e a expansão da consciência devem acontecer simultaneamente a uma *diminuição* dos bloqueios – físicos ou psíquicos. A finalidade é que a energia/vibração e os conteúdos mais evoluídos “circulem” o mais livre possível através do ser humano. O que é nobre se sustenta na mente e no corpo humano com a eliminação de bloqueios, o que propicia o fluir (por exemplo, do amor). De outro lado, o que NÃO é nobre gera fixação, tensões, bloqueios (por exemplo, o apego). Os bloqueios são tentativas de impedir males menores e que acabam por bloquear benesses maiores. Os bloqueios são mecanismos de empobrecimento da experiência humana, ampliação dos sofrimentos e redução das oportunidades. O apego,

por exemplo, é uma tentativa de reter para si “os frutos da benção divina”, evitando se colocar como “um elo na cadeia interminável de agentes que compartilham generosamente o que recebem”. Jesus apresentou esta ideia na “parábola da semente que deve morrer para dar muito fruto”¹⁴. A semente, sem se bloquear, realiza o que está no seu DNA; o ser humano, sem bloqueio, não dificulta a realização daquilo que é sua vocação, seu plano de vida e sua essência.

¹³ Bach, Edward. *A Terapia Floral: escritos selecionados de Edward Bach* (Editora Ground, 1991), p. 48

¹⁴ Blanco, Raul. *Os Ensinamentos de Jesus e a Tradição Esotérica Cristã* (Editora Pensamento, 1999), p. 267



A VIDA DENTRO DO ÚTERO É FUNDAMENTAL PARA A FORMAÇÃO DA MENTE

As memórias intrauterinas, ou seja, de quando os fetos estão dentro do útero da mãe, são constantemente acessadas quando os pacientes entram em estado alterado de consciência. Os primeiros dias de concepção até o momento do nascimento são comumente descritos por pacientes. As pessoas questionam: como isto acontece se a consciência ainda não está formada? Um membro de uma tribo indígena isolada certamente chamaria de louco quem descrevesse para ele o que é e como funciona um telefone celular. Ele não teria referências para avaliar este telefone que permite falar com pessoas do outro lado do planeta. O mesmo acontece quando tentamos imaginar como se dá a percepção e a protoconsciência do feto dentro do útero. Não temos elementos seguros para dizer como acontece esta percepção consciencial. Porém, o dado real é: os pacientes se *lembram* desta fase da vida quando estão em estado alterado de consciência.

O primeiro fato relevante é que este bebê é um espírito já bastante vivido e que tem muita história dentro de si. Ele não é uma página em branco e nem é somente passivo frente a tudo o que acontece com ele. Portanto, além do corpo em formação há o espírito que está capacitado a ter percepção e memória.

O feto está ligado a um espírito que possui capacidade de percepção e memória. Assim, os acontecimentos desta fase

da vida são armazenados e influenciam a formação da mente humana.

As experiências intrauterinas são fundamentais para a formação da personalidade futura. Imagine assim, simplificadamente: um espírito já teve centenas de encarnações e volta a encarnar em um pequeno embrião. Você já aprendeu neste livro que a escolha do momento e da situação de retorno não é aleatória, faz parte de um planejamento. Os meses em que passará no útero não serão apenas para crescimento do corpo, servirão também para *dinamizar a mente*. Esta dinamização serve para permitir a “entrada”, na nova encarnação, de determinadas memórias e complexos já existentes no espírito; memórias e complexos que serão atuantes na encarnação que se inicia. A maior parte das memórias existentes no espírito fica *sem* dinamização, portanto, fica quase sem nenhum poder de atuação na nova oportunidade que se inicia com a concepção.

A formação da mente humana, principalmente no útero, é um “filtro” através do qual alguns conteúdos de encarnações passadas são dinamizados e passam a fazer parte da encarnação atual. O que não for dinamizado ficará dissociado e quase sem influência sobre a encarnação atual.

Morris Netherton, relatando o que observava em seus pacientes, disse: “A criança por nascer, esperando o começo da vida consciente, é profundamente afetada por essa consciência pré-natal. Sem qualquer mente consciente por discernir ou interpretar, o inconsciente recorda todos os incidentes de vida passada que sejam acionados por acontecimentos na vida da mãe. Esses incidentes moldam os padrões de comportamento da criança. Ao nascer, o infante começará a vida tentando resolver esses eventos sem nem mesmo saber quais são”¹⁵. O que o psicólogo americano descreve é simples de entender: o feto não tem capacidade de analisar a realidade. Ao ser influenciado pelos fatos, pensamentos, sensações e sentimentos que acontecem nestes primeiros nove meses de vida, a mente do feto busca no passado aquilo que tem alguma semelhança ou algum tipo de ligação com o que está acontecendo no presente. É assim que conteúdos de encarnações passadas são redinamizados pela mente do feto.

Fenômenos parecidos ou iguais a este também acontecem com todos os adultos e crianças, porém em níveis muito menores.

Perpétua sofreu um acidente numa noite de chuva torrencial e relâmpagos; no acidente seu pai faleceu. Mais de vinte anos depois estava viajando quando apareceu uma tempestade muito forte. A tempestade a fez lembrar a noite trágica e ela entrou em desespero. Este é um exemplo de um fato no presente ativando uma memória do passado. É este fenômeno que acontece em uma *intensidade muito grande* nos nove meses de formação inicial da mente humana, dentro do útero.

Na gestação inicia-se a formação da mente e da personalidade; as memórias de encarnações passadas são fundamentais nesta formação, pois são a origem de boa parte dos primeiros conteúdos da mente.

Este outro exemplo é bem didático: Gisele A. era uma moça que foi promovida várias vezes no emprego, chegando a ocupar um alto posto na empresa. Depois de alguns anos foi demitida. Nunca mais conseguiu bons empregos e nem conseguiu ser reconhecida e promovida novamente. Em uma das sessões terapêuticas ela revivenciou uma situação intrauterina: sua mãe, que tinha 45 anos quando engravidou dela, ficou com muito medo de que o bebê nascesse com alguma anomalia. A mãe, que já tinha outros filhos adolescentes, pensava: “meu Deus, vou ter que começar de novo. Se for deficiente vou precisar de muita paciência e dedicação”. Entre todos os dramas humanos que estavam armazenados “dentro” do espírito de Gisele A. um foi especialmente dinamizado nesta situação: houve uma encarnação em que ela sofreu um acidente e seu cérebro ficou comprometido – ficou deficiente mental. Sua mãe na outra encarnação tinha especial medo de falecer e deixar “este ser indefeso sozinho”. A menina deficiente mental percebia que não conseguia fazer as coisas e nem tomar conta de si. Outras pessoas tomavam conta e cuidavam dela. Ela era protegida e não era cobrada. Ser deficiente era seguro. Esse espírito teve algumas outras encarnações antes de renascer como Gisele A. A escolha da mãe e do momento em que iria nascer como Gisele A. serviu para facilitar a dinamização de determinados conteúdos e memórias. Foi por já ter sido dinamizado anteriormente, na época intrauterina, que o padrão “deficiente” pôde tornar-se progressivamente mais forte e ela, sem

nenhuma consciência, diminuiu a qualidade do seu trabalho e ficou com pouca iniciativa e criatividade. Sem perceber, ela passou de uma postura ativa e determinada, para uma postura passiva, lenta e dependente. Tornou-se uma funcionária limitada e assim era tratada pela chefia.

A vida intrauterina tem a função de formar o corpo e também de iniciar a organização dos padrões psíquicos que irão acompanhar sua experiência. Ou seja, é o início da formação da mente encarnada, e para se formar a mente aproveita conteúdos de encarnações passadas. O feto é ativo, possui um passado com muitas experiências e um espírito que se esforça para se adequar à nova etapa encarnada. *O início da encarnação é um processo complexo, bem planejado e organizado.*

A vida intrauterina é o início da formação da mente encarnada, e para se formar a mente aproveita conteúdos de encarnações passadas.

A escolha dos pais com os quais o espírito vai encarnar acontece justamente porque eles podem oferecer ao espírito a possibilidade de “ativar” determinados complexos de encarnações passadas.

Todos os bebês no útero possuem uma mãe, com certeza. Talvez também tenham um pai presente. Os dois vão ajudar a dinamizar a mente do infante. Uma vez atendi um casal preocupadíssimo em controlar aquilo que passariam para o feto que ela levava no útero. Eles se preocupavam em transmitir muita positividade para o filho a fim dele ter uma vida melhor. Havia o sincero desejo de ajudá-lo a ter uma vida feliz. Solicitaram-me que desse algumas dicas. Eu dei algumas dicas: conversem com seu filho e transmitam esse amor; digam que o aceitarão do jeito que ele for, com as qualidades e defeitos que ele tiver; cuidem do próprio corpo e escolham o que é natural; curtam a gravidez e perdoem aqueles de quem vocês guardam raiva. Mais do que pensamentos positivos, as pessoas, sejam fetos ou não, precisam de aceitação e de bons exemplos. Todavia, porém, o ser que está no útero possui sua própria história e esta história é muito forte, sendo necessário, para ele evoluir, que ele enfrente suas dificuldades, traumas e condicionamentos. Os pais não são capazes de controlar o que acontece na formação mental do feto.

Aliás, a própria escolha dos pais com quem aquele espírito vai encarnar acontece justamente porque eles podem oferecer ao espírito a possibilidade de “ativar” determinados complexos de “vidas passadas”. “Woolger (1994) afirma que a criança que chega é trazida para determinados pais por meio do fenômeno de ressonância cármica: os pais... possuem características internas ou experiências e circunstâncias de vida que ofereçam oportunidades de aprendizado para o reencarnante. Assim, a alma que está por vir, ou protopersonalidade, é atraída por pais que irão contribuir para espalhar durante a gravidez e o parto suas questões cármicas inacabadas”¹⁶.

Os pais devem se aceitar como são e aceitar o filho como ele é. A chegada da criança na família foi planejada devido às qualidades e dificuldades daquele ambiente. Nós nascemos para enfrentar nossas dificuldades e imaturidades. Querer muito poupar nossas crianças de sofrimentos não é qualidade, é problema.

Outra dica que dei ao casal foi a seguinte: os pais devem oferecer aos filhos o que é nobre, o que é bom, justo e sincero. Se não conseguirem, saibam se perdoar. Não cultivem a culpa (se tentarem acertar), pois todos nós somos espíritos em busca da evolução e da maturidade. Os filhos, com os recursos desenvolvidos em várias encarnações, mais as oportunidades desta encarnação, possuem todas as condições para terem uma vida feliz, produtiva, correta e evoluírem espiritualmente.

As memórias que aparecem durante as regressões são confiáveis? Nem sempre são. Mas, na maioria das vezes são. Por isto tomamos muito cuidado ao lidar com estas informações. No caso específico de memórias da vida intrauterina é muito mais fácil de verificar a realidade delas do que de uma encarnação passada. A regressão ao período em que o sujeito esteve no útero permite saber de fatos que aconteceram e que muitas vezes possuem testemunhas vivas (pais, mães, tias, etc.) ou documentos (exames médicos, cartas, emails, etc.). Assim é que um paciente pode descrever um email mandado pelos pais antes dele nascer. Pode descrever quais eram os sentimentos e as circunstâncias que envolveram a confecção do email. Nem sempre as lembranças são claras e detalhadas, mas possuem suficientes detalhes para poderem ser comprovadas. É muito grande a

quantidade de memórias intrauterinas que se provam verdadeiras; na realidade a imensa maioria se mostra verdadeiras.

Curiosidade: “Inquiridos sobre suas experiências pré-natais, 11% dos remigrantes (participantes da pesquisa) de Wambach sentiram-se dentro do feto, 78% fora do feto e 11% sentiram algumas vezes estar dentro e outras vezes, fora do feto. Aqueles que descem cedo, frequentemente experienciam uma consciência dentro do feto. A maioria das pessoas, contudo, flutua na proximidade da mãe, enquanto estão conectados ao feto por um cordão etérico, presumivelmente o mesmo “cordão prateado”, que desempenha um papel nas experiências fora do corpo e na morte (Crookall 1961, 1978). Quando o nascimento se aproxima, o cordão encurta e diminui a mobilidade. Algumas pessoas entraram no feto de vez em quando para inspecioná-lo, ver se tudo está correndo bem, e para adaptar o feto a elas mesmas”.¹⁷

LEI DA UNICIDADE DA VIDA – todas as encarnações estão ligadas umas às outras pela existência e permanência do espírito. Todo o Universo está interligado e entrelaçado pela interação de suas partes e pela permanência do equilíbrio que se atualiza e se transforma a cada instante – assim, forma-se uma única unidade. Desta mesma forma, corpo, mente, espírito e energia são manifestações do equilíbrio maior que rege e organiza o universo. Interrelação, interligação, comunicação e interação são algumas das características que regem o Universo e mantêm o equilíbrio segundo a organização que Deus preconizou.

¹⁵ Netherton, Morris. *Vida Passada: uma abordagem psicoterápica* (Summus Editorial, 1997), p. 114

¹⁶ Perez, Gislene A. O. e Silva. *Vida intrauterina e TR*. In: Godoy, Hermínia Prado (org.) *Terapia de Regressão: teoria e técnicas* (Editoria Cultrix, 2000), p. 127

¹⁷ TenDam, Hans. *Panorama sobre a Reencarnação: uma investigação recente e sua relação com a TVP*. Vol. I (Summus Editorial, 1993), p. 173



QUANTO TEMPO DEPOIS DE DESENCARNADAS AS PESSOAS RENASCEM?

Uma pergunta extremamente comum é: quanto tempo depois de desencarnadas as pessoas renascem? Não existem regras de tempo. Existem casos nos quais em apenas alguns dias o espírito já está em uma nova encarnação, ligado a um feto que se forma no útero de sua futura mãe. Existem casos em que a distância entre duas encarnações é de vários séculos.

Considero uma reencarnação rápida aquelas que demoram menos de 30 anos. Em uma reencarnação demorada o tempo no plano espiritual é de mais de cinco séculos. A imensa maioria das reencarnações atualmente acontece em um espaço entre 30 e 500 anos.

Inúmeros fatores contribuem para esta tremenda diferença de tempo. Um dos principais fatores é o desligamento do espírito da vida encarnada. Existe um grande número de espíritos que gastam muito tempo fixados em uma experiência encarnatória que acabou. Rodrigo regressou à uma encarnação em que foi alcoólatra. Bebia e ficava caído pelas calçadas. Algumas vezes ficava tão desesperado que chegava a fazer sexo anal, em troca de bebidas, com pessoas inconsequentes que queriam apenas rir de sua situação. Quando morreu, ficou fixado na encarnação que havia acabado, repassando todas as vezes em que se permitiu ser usado sexualmente. Esta fixação durou mais de 40 anos. Depois destas quatro décadas, ele se desligou da situação representada pelo alcoolismo e pela degradação sexual. Livre, ele pôde se preparar para a próxima encarnação, o que demandou muitos outros anos a mais. O espírito de Rodrigo evoluiu

bastante no plano espiritual, mas nem sempre é assim. Alguns espíritos são encarnados compulsoriamente, sem terem tido qualquer evolução; todo o processo de encarnação é avaliado caso a caso pelos espíritos superiores.

Outro fator importante a ser considerado é a espera necessária para concretizar o planejamento da encarnação. A encarnação é um ato muito sério e muito bem preparado. Melhor dizendo: é um ato extremamente sério.

O espírito não encarna de qualquer jeito, em qualquer tempo, lugar ou família. Há um preparo e este preparo somente é rompido se os espíritos superiores permitirem. O espírito deve estar preparado, a estrutura de vida que ele vai experimentar deve ser de acordo com suas necessidades evolutivas, e seu corpo deve estar preparado para oferecer oportunidades e limites.

Alguns religiosos dizem uma frase que é certíssima: “Deus só dá o sofrimento que a pessoa possa suportar”. Durante muitos anos não concordei com esta frase. Parecia-me muito romântica e sem conteúdo. Foram necessários muitos anos realizando milhares de regressões, em inúmeros pacientes, e percebendo claramente esta realidade para eu então aceitá-la. Hoje posso dizer: todos os sofrimentos que você vier a passar, você terá condições de suportar e superar. Lembre-se, todavia, que este superar está relacionado aos quesitos importantes para o espírito e não necessariamente aos interesses materiais da pessoa. Isto *não* significa que, se você adoeceu com diabetes, você está preparado para curá-la. Você está preparado para superar os desafios pessoais/espirituais que a doença trouxe e, quem sabe, até curá-la.

A cura não é tão importante para a vida do espírito como acreditamos ser importante para a vida encarnada.

Isolda era menina quando seu idoso pai faleceu. Ela era a filha única e temporona de um casal. Bem jovem começou a cuidar de sua mãe. Dedicou a essa mãe muitos anos de sua vida. Quando a mãe desencarnou, Isolda desenvolveu depressão. Nas regressões descobriu que havia

planejado nascer como filha única de um espírito que em outra encarnação ela havia prejudicado. Ela esperou o *tempo adequado* para nascer com a missão de servir ao espírito que era a sua mãe. A reencarnação foi planejada para promover o encontro de dois espíritos que deveriam se unir em uma relação de mãe e filha. Encarnados anteriormente os dois espíritos se odiaram, mas, no plano espiritual, os dois evoluíram e aprenderam a se perdoar. Na experiência encarnada atual (como mãe e filha) teriam uma grande oportunidade de cultivar o carinho e o serviço de uma para com a outra. Isolda esperou décadas para reencarnar, esperou o tempo certo para poder cumprir sua missão de vida. E cumpriu-a muito bem.

Um espírito, mesmo estando preparado, tem que esperar o momento adequado para encarnar e cumprir sua missão. Ou pode esperar o tempo adequado para ajudar um povo ou um país.

O profeta bíblico Moisés nasceu no tempo correto. Será que ele teria o mesmo êxito se tivesse nascido antes? Provavelmente não. Moisés teve uma missão de vida muito especial. Nós todos temos nossas missões de vida. Por isto, os espíritos esperam, salvo algumas exceções, o tempo adequado para renascer. A seguinte estória também exemplifica esta situação: César era um adolescente que sofria muito com as atitudes do pai. Aos poucos, um ódio começou a se formar nele. Sua opção religiosa evangélica não lhe permitia cultivar aquele ódio. Procurou a terapia, e fez regressão. Ele descobriu que demorou muitas décadas esperando a melhora do espírito que, nesta encarnação, tinha a função de ser seu pai. Esperou o momento certo a fim de poder ajudá-lo e se ajudar. Na regressão ele entrou em contato com sentimentos nobres, pensamentos nobres e posturas nobres, que existiam dentro dele e que passaram a vibrar fortemente modificando o seu ser e sua relação com seu pai. Esse fenômeno gerou uma intensa transformação. Um dia César chegou ao consultório com a Bíblia e disse: “vou ler uma passagem do Apóstolo Paulo”. E leu uma bela passagem na qual Paulo dizia que já não vivia e sim Cristo vivia nele. “Eu, César, não existo mais e sim o Cristo que vive em mim. As agressões verbais de meu pai me machucavam, hoje já não são capazes de machucar o Cristo que agora vive em mim. Faz um mês que não sinto raiva de meu pai. Agora falta saber como posso ajudá-lo.

Você pode me orientar?” Eu respondi com a experiência de quem já acompanhou a vida de muitas pessoas: “Você acha isto pouco? Você acha pouco não sentir raiva de seu pai e emanar sentimentos nobres? Espere e veja por si mesmo o resultado do que você me comunicou” (é importante notar que eu tinha *certeza* de que ele *não* “falava da boca para fora”). Alguns meses mais tarde ele fez um balanço muito positivo da sua relação com o pai. Uma amizade sincera surgiu e a paz entre os dois aconteceu. A transformação do filho foi um grande *facilitador* para a transformação do pai. A emanção de sentimentos nobres reforça a mudança, pois o que é nobre gera vibrações que facilitam o despertar do que é nobre em outras pessoas. É por isso que o ser humano é considerado um emanador; emanador do que não é bom e do que é bom. César encarnou no ambiente correto e no momento correto para cumprir sua missão. Através da prática religiosa realizou a reforma íntima e emanou aquilo que o pai precisava para se transformar.

Nem todo espírito parte rumo à encarnação satisfeito; aliás, a disposição do espírito frente à encarnação varia muito. A pesquisadora Helen Wambach conduziu a regressão de aproximadamente 1500 pessoas e montou um importante bancos de dados com estas informações. Em dois livros, “Recordando Vidas Passadas” (Editora Pensamento) e *Life Before Life* (Bantam Books), ela relatou as características das encarnações anteriores e a disposição do espírito para a reencarnação. Existiram aqueles espíritos que se sentiram sugados em direção ao feto, outros relataram temor, receio, angústia de seguirem rumo à nova encarnação. Alguns contaram que foram persuadidos a encarnar. Tiveram aqueles que tomaram as decisões por conta própria, outros relataram grande número diálogos e orientações. A maioria dos espíritos mostrou algum nível de hesitação para a reencarnação. Existem inclusive aqueles que encarnaram indo contra a orientação dos espíritos mais elevados. O que demonstra que mesmo no plano espiritual o livre arbítrio é considerado. Há também aqueles que não puderam escolher o retorno e foram compulsoriamente enviados. As situações são muito diversas.

A mesma autora, Wambach, traz outro dado interessante. Entre os espíritos que planejaram sua encarnação, a imensa maioria escolheu o sexo e a família na qual iria nascer. Entre aqueles que não planejaram a encarnação, também não houve escolha de sexo ou família.

O tempo entre uma encarnação e outra (no plano espiritual) é um tempo muito importante para o espírito. Primeiro porque na maior parte do tempo o espírito está desencarnado. Segundo porque é um tempo que pode ser muito útil, se o espírito assim escolher. O período no plano espiritual *pode* ser utilizado para o aprendizado, serviço, amadurecimento e cultivo do que é nobre. A necessidade da encarnação é determinada segundo as necessidades de aprendizado e evolução de cada espírito. O tempo que o espírito demandará no plano espiritual, antes da reencarnação, geralmente não é determinado pelo próprio espírito, mas sim por espíritos mais evoluídos e melhor preparados para estas sérias decisões.

À medida que o espírito evolui e ganha níveis mais elevados de consciência e vibrações mais sutis, ele passa a ter mais liberdade de escolha com relação à missão e ao momento para a encarnação.

Como a imensa maioria dos espíritos que encarnam na Terra possui muitas limitações evolutivas, são pouquíssimos os que possuem liberdade total de escolha da sua encarnação.

Existem muitos outros fatores que podem influenciar no tempo entre uma encarnação e outra. Os mais significativos são os que foram citados anteriormente neste capítulo.

Curiosidade: como as crianças percebem o momento do nascimento - o pesquisador W. Hans Tendam levantou os dados sobre a percepção das crianças momentos após o nascimento: “algumas circunstâncias são desagradáveis para quase todas as crianças recém-nascidas. A primeira reclamação é que a luz muitas vezes é forte demais e que fere os olhos, e a segunda reclamação é que é frio demais. A terceira reclamação, já mencionada, é ser tratada mais como uma coisa do que como um ser humano. A quarta reclamação, razoavelmente frequente, está relacionada com **o forte desejo do recém-nascido de ter contato físico e emocional com a mãe**. Muitos remigrantes descrevem seu desapontamento quando percebem a mãe “ausente”, ou seja, inconsciente, em geral sob efeito da anestesia. Algumas vezes a

mulher em trabalho de parto necessita de anestesia, mas, em princípio, a anestesia local é melhor do que a perda de consciência. Se a mãe dá boas-vindas à criança, é muito melhor e mais agradável para ela”.[18](#)

LEI DA AFINIDADE OU SINTONIA - As vibrações emanadas ajudam cada indivíduo a formar a vibração do ambiente onde está, influenciando nas vibrações de outras pessoas. As pessoas tendem a sintonizar suas próprias vibrações com a vibração do ambiente. Elas entram em sintonia e emitem vibrações parecidas. É por isto que as vibrações das pessoas mudam quando elas vão visitar alguém no hospital. Existe, portanto, uma troca vibracional e um processo de sintonização total ou parcial entre as pessoas. Os seres humanos tendem a se fixar onde há afinidade ou sintonia. Se alguém se sentir confortável ou atraído nesta troca vibracional, tende a querer repetir a experiência. Neste caso há uma aproximação, se o efeito for o oposto, gera-se um distanciamento.

Nenhum ser humano é uma ilha, cada um responde aos estímulos do ambiente milhares de vezes ao longo do dia. Portanto, o conjunto de vibrações que cada ser humano emite é um misto de:

- a) resposta aos estímulos recebidos;
- b) repetição dos costumes e condicionamentos;
- c) esforço por se sintonizar em sentimentos, pensamentos e sensações;

Este conjunto de vibrações reflete os comportamentos, pensamentos, desejos, sentimentos e tudo o mais que compõem o ser humano em sua totalidade. Emitindo continuamente as vibrações, o ser humano gera reações no ambiente à sua volta, facilitando ou dificultando determinados encontros.

[18](#) TenDam, Hans. *Panorama sobre a Reencarnação: uma investigação recente e sua relação com a TVP*. Vol. I (Summus Editorial, 1993), p. 178



QUAL A MELHOR FORMA DE MELHORAR E AJUDAR MEU ESPÍRITO A EVOLUIR?

Qual a melhor forma de melhorar e ajudar meu espírito a evoluir? Esta é uma das perguntas mais comuns que escuto em meus cursos e palestras. O princípio básico é: *substituir o que não é nobre pelo que é nobre*. Este é o início e o fim da evolução. Para saber se algo é nobre ou não, é necessário avaliar a realidade na qual estamos vivendo. Termos considerados nobres como, por exemplo, paz ou amor são vazios quando deslocados da realidade. Portanto, só podemos avaliar se há nobreza verdadeira quando estes termos estão acoplados à *realidade*, refletindo pensamentos, sentimentos, ações e sensações.

Conhecer a *verdade* dentro de nós é o básico. Portanto, o pior caminho é a autoenganação. Jesus chamava a isto de hipocrisia. Quem lê o Novo Testamento percebe a enorme quantidade de vezes que Jesus se refere à hipocrisia. Com certeza, é o defeito da alma que mais enfaticamente Ele nos alerta para evitarmos.

*A hipocrisia – autoenganação – é extremamente prejudicial
ao ser humano que quer evoluir.
Por este motivo, Jesus alertou todos os seres
humanos contra esta postura que é
tão comum e tão ruim.*

O oposto de hipocrisia é autenticidade. Autenticidade é a melhor forma de sabermos o que somos, quais os nossos limites e dificuldades, o que temos de qualidades e defeitos, e identificar as ilusões que criamos para tentar nos proteger. A autenticidade é fundamental para gerar a aceitação

de nós mesmos. Ela é conquistada com a simplicidade de pensamentos, sentimentos e sensações. Dizem que um homem se perdeu no meio de uma floresta, estava com muita fome e com medo de morrer; imediatamente começou a dizer para si mesmo que era capaz e iria sobreviver. Ele morreu de fome e não foi verdadeiro consigo mesmo. Ele achou que se protegia ao criar a ilusão de ser capaz. Esta tentativa de se defender é que o afastou da realidade, pois ele habitava uma cidade grande e não tinha a menor ideia do que fazer para sobreviver. A mente criou uma confusão: era um sujeito incapaz mentindo para si mesmo que era capaz. Este tipo de saída hipócrita desgasta a mente e o corpo. E mais, fecha as portas do inconsciente, de onde ele poderia tirar ideias, lembranças, decisões e soluções intuitivas.

A mente funciona muito melhor sem a hipocrisia. A mente autêntica é uma mente clara, onde informações podem mais facilmente emergir e nos ajudar.

O início da autenticidade é a aceitação da realidade e de si mesmo. Para isto temos que evitar contaminar a realidade com pensamentos, crenças e valores que servem para gerar ilusão. O homem da estória deveria ter dito: “a realidade é que eu sempre morei na cidade e não tenho a menor ideia de como sobreviver na floresta. Portanto, tenho que começar por algum lugar, fazer uma opção. Este é o começo”.

Quando escolhemos não ser autênticos é porque acreditamos que temos que nos *defender*, assim começa a autoenganação. Não ser autêntico é uma forma de evitar aquilo de que não gostamos, aquilo que nos dá medo, gera dúvidas, ou evitar aquilo que somos imaturos para enfrentar. Nestas situações buscamos nos esconder de nós mesmos. Nós nos defendemos dos outros escondendo o que realmente somos e criando uma série de conceitos e crenças que servem para justificar nossas atitudes e ações. A vida interior do indivíduo se torna uma confusão. Valores são distorcidos, ideias são manipuladas, ações são adiadas ou transformadas, decisões são tomadas baseadas em ilusões e não na realidade, etc. O resultado mais provável são sofrimentos desnecessários, sofrimentos pouco educativos e alguns prazeres como compensação. *Tudo isto é a consequência da decisão de nos defendermos da realidade gerando mentiras e ilusões.*

Não ser autêntico é uma forma de evitar aquilo que não gostamos, aquilo que nos dá medo, gera dúvidas, ou evitar aquilo que somos imaturos para enfrentar. É uma forma de tentar esconder o que realmente somos, o resultado é a confusão mental.

Buscar a verdade e viver segundo a realidade, este é o princípio fundamental. Marília era mulata e dizia que tinha “cabelo ruim”. Pois bem, o que é ruim é para ser consertado. Durante toda sua vida tentou resolver o problema do “cabelo ruim”, uma crença que ela aprendeu e seguia cegamente. Para acreditar nessa crença ela teve que se tornar insatisfeita consigo. Afinal, seu cabelo supostamente ruim deixou-a por mais de 30 anos insatisfeita com a sua genética. Ela aceitou a realidade quando abriu mão da crença de que tinha cabelo ruim. Ela tinha cabelo crespo e ele não é ruim e nem bom, é o cabelo que ela tinha. A realidade é simples: ela tinha cabelo crespo. A crença era uma forma de *agregar* um valor ao dado de realidade criando uma ilusão. A ilusão: cabelo ruim. Ela agia em cima da ilusão e se *desgastou para não ser quem ela era*. Ao aceitar quem era, sua vida ficou muito mais simples: eu sou a Marília e tenho cabelos crespos. Nós só podemos ter *muita* satisfação com o que *realmente* somos. Com o que não somos podemos ter pouca satisfação, que na realidade é somente alívio. *Nós só podemos nos abrir verdadeiramente para o mundo espiritual ao aceitarmos quem somos*. Com o que *não* somos criamos insatisfações, stress, confusão, cansaço mental, irritação, alienação, agressividade, inveja, raiva, etc. A maior parte das pessoas se ilude achando que terão uma vida melhor ao se defenderem e supostamente se “valorizarem” tentando ser o que não são e se apresentando como não são.

Carlos Eduardo era um empresário. Um homem rico que conheceu uma mulher pobre e namorou com ela. Acabou largando dela, pois acreditava que ela era interesseira. Ela estava com ele por causa do seu dinheiro, alegou. Quando eu perguntei: “ela está com você somente por causa do dinheiro ou também por causa do dinheiro”? Ele me respondeu: “não é a mesma coisa”? Dinheiro era um dado de realidade, uma parte da realidade total. Era real que ele era muito rico. Será que ela não poderia ter interesse em seu dinheiro? Será que as pessoas não podem ter interesses? A questão principal deveria ser: que tipo de troca ela estava disposta a fazer? O que

ela ofertava para ele? Um casal vive bem quando os dois são capazes de *ofertar muito* um para o outro. Algumas das qualidades que Carlos Eduardo podia ofertar era sua capacidade de ganhar dinheiro, sua responsabilidade e o fato de ser uma pessoa trabalhadora. Por que sua namorada não poderia ter interesse nessas coisas boas? Não ter interesse em tais qualidades denotaria uma namorada cheia de conflitos. Ou seja, o que era uma qualidade transformou-se em defeito e o que era para ser avaliado sequer foi levado em conta. Ele deveria avaliar o que ela tinha para ofertar, e não avaliou. Ao sair da ilusão que criava o conflito e se aproximar da realidade, ele avaliou o que ela tinha para ofertar. Foram tantas as qualidades, tantas coisas boas, que ele rapidamente decidiu tentar reconquistá-la. Carlos Eduardo deixou de priorizar sua necessidade de defesa, ou seja, não ser “feito de bobo” deixou de ser a prioridade. Ele passou a valorizar o que a ex-namorada tinha de bom, o que ela tinha para ofertar e o que ele poderia usufruir.

Casais que vivem bem são aqueles capazes de ofertar um ao outro suas qualidades, e sabem usufruir o que é ofertado por ambos. A defesa inibe a oferta e o usufruto, gera conflitos e dificuldade de comunicação.

A hipocrisia surge da *necessidade fantasiosa* que o ser humano tem de se defender. Para se proteger, o ser humano cria ou adere a falsidades. Estas falsidades são como venenos que perturbam e até destroem as pessoas. Boa parte dessas falsidades são aceitas socialmente. Elas, com certeza, não são verdadeiras e, por isto, não são autênticas. Uma vez eu perguntei em um curso: “levanta a mão quem considera ruim uma pessoa interesseira por dinheiro”? Mais ou menos 90% das pessoas levantaram as mãos. Eu disse para elas: “quando vocês pensam assim vocês estão sendo hipócritas e estão com a mente condicionada...” É muito fácil entender isto. Todos nós temos interesse por dinheiro, por isto trabalhamos e nos esforçamos. Nós temos interesse pelo dinheiro e por aquilo que ele pode proporcionar. Não há mal nenhum neste interesse. O interesse não é o centro do problema, o centro é a capacidade da pessoa em estabelecer troca, ofertar, e a capacidade dela de colocar limites em seus desejos. Uma pessoa que pensa demais em dinheiro e que pensa prioritariamente em dinheiro é algo muito ruim. Uma pessoa que se interessa por dinheiro e

prioriza a honestidade é algo bom. O interesse ajuda a mover o mundo, ele não é mau por si mesmo.

Voltemos agora ao Carlos Eduardo para entendermos o que é a troca. Ele queria uma esposa que tivesse como característica ser batalhadora e que se esforçasse para crescer e melhorar de vida. Era a situação da sua namorada. Uma mulher pobre que se esforçava muito para estudar e crescer na empresa em que trabalhava. Ela queria viver melhor, e isto incluía ganhar mais dinheiro, ter mais estudos, ser dinâmica, conquistar muitas coisas boas na vida. Portanto, ela tinha interesse por dinheiro. A mente condicionada e perturbada do Carlos Eduardo transformou a qualidade em defeito. O centro da opção do Carlos Eduardo não era observar as qualidades da namorada, não era observar o que ela oferecia em troca, e sim se proteger de forma confusa de alguém que pudesse se “aproveitar dele”. Quando procurou a terapia havia dispensado quem lhe oferecia muitas coisas boas. Os alunos do curso talvez fizessem o mesmo.

A satisfação é mantida alta quando escolhemos o que é o mais nobre. A atenção no outro e a atenção no ambiente é fundamental para escolhermos com eficiência.

A sociedade decidiu que o termo interesseiro é um “palavrão”, e a maioria acredita e raciocina segundo o que manda a sociedade. Ou seja, substituem a realidade por um monte de ideias. Esta é a origem da hipocrisia, substituir a realidade por um monte de ideias que impedem as pessoas de se aproximarem da verdade. E, é bom lembrar, que é na realidade que estão as maiores e melhores oportunidades da vida. A melhor oportunidade do Carlos Eduardo era voltar para uma pessoa que tinha todos os cuidados com ele, que cumpria o perfil de mulher dinâmica e lutadora que ele tanto queria e com quem ele se dava maravilhosamente bem. Juntos poderiam aproveitar melhor do que o dinheiro pode proporcionar. Havia troca, os dois haviam se esforçado para ter o que ofertar, havia o gostar, mas a prioridade da defesa fez com que tudo se perdesse. Carlos Eduardo estava desprezando a realidade total e apegando-se a uma interpretação negativa de uma pequena parte do real, a parte do interesse por dinheiro.

A hipocrisia e as defesas levam ao desprezo da realidade completa na qual vive o ser humano. Fragmentos dessa realidade são usados para justificar as ideias, sentimentos e crenças que foram construídas na mente das pessoas.

Resumindo: a hipocrisia surge quando o ser humano coloca algo entre ele e a realidade. Normalmente são colocadas ideias e emoções que conduzem a mente e direcionam os pensamentos, os sentimentos e as ações. As pessoas aderem à hipocrisia porque acreditam que necessitam proteger-e e que assim viverão melhor.

A autenticidade é uma grande dinamizadora da clareza mental, por isso, facilita a escolha do que é nobre. O Carlos Eduardo abriu mão de cultivar o amor, para cultivar a desconfiança. Se ele se afastasse para sempre da mulher amada teria que *sufocar* o seu amor e *negativizar* a lembrança dela. Ele poderia encontrar um amigo e dizer assim: “cara, você não sabe da fria que eu me livrei. Ela era uma pessoa da pior qualidade”. Nesse momento, onde havia amor apareceria a mágoa e a raiva. O Carlos Eduardo, porém, colocou a desconfiança em um plano inferior e partiu para reconquistar sua amada. Passou a valorizar o que ela oferecia em troca e procurou aprofundar o que havia de bom. Um vínculo saudável se estabeleceu entre os dois. No exemplo acima fica claro que o sentimento que não é nobre, a desconfiança, ajuda a gerar outros sentimentos que não são nobres, mágoa e rancor. O que é nobre, aceitação, ajuda a gerar o que é nobre, mais amor, mais reconhecimento, mais intimidade. Portanto, *o que o ser humano focaliza vai gerar frutos em sua mente e em sua vida.*

Ana Laura era uma mulher invejosa. Invejava uma colega de trabalho que era bela, eficiente e querida pelas pessoas. Para justificar sua inveja criava vários argumentos: a colega era metida, falsa, oferecida, vagabunda, etc. Por outro lado, Ana Laura era ética, correta e trabalhadora. Ela julgava a colega e quase sempre a julgava negativamente. Ana Laura era um poço de mágoa, rancor e desgosto. Era insatisfeita, sofria e não era feliz. Ou seja, o resultado de suas escolhas internas era horrível e mesmo assim ela persistia na mesma forma de ser e agir. A pergunta é: como se transformar se o fato de sofrer não a fazia mudar? A resposta é: aprendendo a cultivar o que é nobre. Observe bem: a prioridade da Ana Laura era se proteger; ela fazia isto negativizando a colega e justificando a

si mesma – usava parte da realidade para justificar suas ideias e desprezava a maior parte do real. Sua prioridade deveria ser *aprender a ofertar*, já que é assim que criamos uma vibração elevada e abrimos espaço para a satisfação interna. Toda oferta constitui um risco das outras pessoas valorizarem/reconhecerem ou não. Ao se conscientizar desta verdade, Ana Laura resolveu ousar. Ela teve que aprender a ofertar o que há de nobre em si, aprender a observar a realidade e desenvolver as habilidades que lhe faltavam. Ao observar a realidade total, ela descobriu que era uma pessoa sem iniciativa, que pouco se esforçava para inovar e aperfeiçoar-se no trabalho. Por fim, ela aceitou que sua dedicação ao trabalho era motivada pela inveja, para poder dizer que ela não ficava conversando, enquanto a colega de trabalho conversava com todo mundo. A colega cumpria suas funções, dava sugestões, inovava, estudava, fazia cursos, contribuía com todos; Ana Laura fazia apenas uma parte disto. Observar a realidade sem imagens mentais, conceitos, valores ou crenças para deturpá-la foi de fundamental importância para ela entrar na nova fase. Nesta nova fase o foco não era mais a colega, simplesmente porque havia um grande esforço pessoal para desenvolver qualidades e poder ofertar. Com o passar dos meses sua vida ficou muito melhor.

O esforço por ofertar o que é nobre gera um ganho adicional, que é a maior capacidade de observar a realidade por inteiro, favorecendo a prática das habilidades que nos faltam. Ofertar o que é nobre é a maneira mais fácil de ser eficiente.

Existe uma relação direta entre o cultivo do que é nobre e o grau de satisfação da pessoa. O cultivo do nobre traz sabedoria, eleva a vibração da pessoa, ativa a intuição e a emersão de conteúdos positivos de encarnações passadas, facilita a superação de problemas e, principalmente, é um grande dinamizador da vivência espiritual. Todos estes recursos facilitam a vida das pessoas.

LEI DA EXPONENCIALIDADE DO SER - quando duas ou mais pessoas se juntam com o mesmo propósito e com grande envolvimento, a força que surge desta reunião é sempre maior que

a soma de cada uma das partes separadas. A reunião dos seres humanos, principalmente vibracional, é de suma importância para a própria evolução espiritual, pois esta reunião facilita as vivências mais sutis, potencializa as manifestações mais nobres e a percepção das intuições. Existem várias experiências que o indivíduo deve vivenciar e experienciar em grupo. Sozinho o indivíduo é menos do que pode ser. A biologia humana é programada para viver melhor e se realizar no coletivo. No coletivo as vivências humanas são mais intensas.



O SER HUMANO REALMENTE EVOLUI?

De vez em quando sou questionado: o ser humano realmente evoluiu? São pessoas que observam a quantidade de eventos negativos que acontecem à sua volta e duvidam que as pessoas de hoje possam ser melhores, no sentido de mais conscientes, do que éramos há centenas ou milhares de anos.

Algumas pessoas acreditam que as mudanças sociais fundamentais foram tecnológicas, por isto temos uma vida melhor. O caráter e a maldade do ser humano seriam os mesmos em todos os tempos. Alguns descrevem erroneamente que a biologia da raça humana é a mesma e os comportamentos idênticos. Para essas pessoas nada mudou.

Muitos acreditam que nós humanos sempre fomos os mesmos, sempre agimos de forma equivalente e sofremos dos mesmos defeitos de “alma”. Estas pessoas não estão completamente erradas. Afinal, se fôssemos muito diferentes, seríamos *outra* espécie e não mais *Homo sapiens*. Se pensarmos em um espaço de poucos séculos o corpo humano mudou pouquíssimo. Se pensarmos em centenas de milhares de anos ou milhões de anos, os corpos que originaram o humano atual mudaram bastante. A começar pelo cérebro e pela caixa craniana que aumentaram significativamente. A evolução da espécie se faz a passos lentos, se pensarmos em termos das poucas décadas da vida humana. Mas não tão lento, se pensarmos nos muitos milênios de vida do espírito. A verdade é que a espécie humana está em transformação. O passado influencia o presente e o presente se transforma para gerar o novo futuro. É uma vida em transformação.

Não somos, todavia, apenas o biológico. Somos seres sociais, culturais, tecnológicos, comunicadores e muito mais. Neste livro você teve muitos exemplos da influência da cultura nas ações, sentimentos, pensamentos e comportamentos humanos. Você leu, por exemplo, que mulheres que sofreram violência sexual eram expulsas de casa por bons pais que agiam segundo o que mandava a cultura local. Você conheceu exemplos de pais que escondiam seus filhos deficientes, sabe dos pais que hoje cuidam destas crianças, das escolas que os recebem e do incentivo à convivência fraterna com o deficiente. Portanto, é no nível da cultura que percebemos mais facilmente a diversidade e as experiências de cada grupo social e de cada indivíduo.

O ciúmes, por exemplo, é um sentimento universal. Como reagimos ao ciúmes é um misto de reação culturalmente programada e reação pessoal. Sampaio sofria de ciúmes doentio por uma ex-namorada. Já havia pensado várias vezes em agredi-la. Ele sabia que seu avô havia feito o mesmo com uma mulher. O avô agrediu, em décadas anteriores, a mulher que lhe gerava o ciúmes e não aconteceu nada com ele. Sampaio sabia que ele poderia ir para cadeia se agredisse a ex-namorada. Acabou procurando a terapia, uma saída bem melhor e mais eficiente. Gostaria de realçar dois pontos nesta estória: a) uma justiça eficiente serve para proteger a vítima que seria a ex-namorada e também a pessoa que praticaria o crime, no caso, Sampaio. A perspectiva de punição gerou nele um interesse especial em aprender a controlar seus atos agressivos. b) toda cultura reflete a evolução da média dos espíritos ali encarnados. Se a cultura ocidental atual reconhece o direito feminino de decidir a própria vida e reconhece o direito da mulher de não ser incomodada por suas decisões, é porque a maioria dos espíritos ali encarnados está preparados para aceitar tal ideia. *A lei só surge em uma cultura democrática quando existe um amplo espectro de apoio ativo e passivo na sociedade.*

Quase todos os espíritos encarnados (e adultos) no ocidente já enfrentaram situações nas quais um dos membros do casal resolve terminar um namoro ou um casamento. Apesar da dor, estes espíritos, em sua imensa maioria, reconhecem o direito de escolha do ex-parceiro. Este reconhecimento geral e o preparo da maioria da população para lidar com este tipo de frustração é um dos principais vetores que formam as leis que dão direitos iguais às mulheres. Esta grande evolução humana, que é o respeito ao direito feminino, é uma consequência da evolução dos espíritos

e, por outro lado, favorece a evolução dos espíritos que ainda não evoluíram *neste aspecto da vida*.

Uma sociedade é o encontro de espíritos encarnados, em uma determinada cultura e em um meio ambiente específico. As qualidades e imaturidades dos espíritos que encarnam em determinada sociedade serão fundamentais para determinar o tipo de transformação que a cultura local vai passar.

A cultura está sempre em transformação, e um dos principais motivadores desta transformação são os espíritos que nela encarnam.

Nestor era um espírito que em encarnações passadas foi vítima de um conflito religioso; foi vítima de uma violência que ele não concordava e não entendia. Nesta encarnação, a tolerância religiosa e o respeito às pessoas que fazem escolhas diferentes eram atitudes que vinham do seu “coração”. Esta característica foi fundamental quando parte de sua família adotou posturas religiosas radicais. O respeito que nutria por todos e sua argumentação verdadeira foi fundamental para que a religião não se tornasse motivo de desagregação familiar. A ação de Nestor foi fundamental para desarmar a desavença e a harmonia voltar à família. Este é o exemplo da ação de um espírito que, usando suas qualidades desenvolvidas em outras encarnações, ajudou a propagar a ideia do respeito entre todas as religiões.

Assim, podemos concluir que cada espírito encarnado pode facilitar ou dificultar a transformação positiva da sociedade. Ou melhor, pode dificultar ou facilitar a transformação de *determinadas áreas* da sociedade. Sampaio teve o interesse em controlar seus atos agressivos, com isto pôde evoluir onde mais necessitava, que era o controle da agressividade e a tolerância à frustração. Assim ele evitou o sofrimento de outras pessoas e ajudou a gerar uma sociedade mais tolerante e respeitadora dos direitos femininos. Nestor, por sua vez, ajudou a bloquear um caminho de raiva, preconceito e desavença, ajudando seus familiares a evoluírem no quesito respeito às decisões do próximo. É uma sociedade melhor que se forma desta maneira.

A evolução normalmente se processa em termos pontuais ou micro (eventualmente a transformação acontece através de saltos ou no macro). Com a estória do Sampaio, a sociedade ficou um pouco melhor em: a) no respeito aos direitos das mulheres. b) facilitando o autocontrole por parte de homens que possuem dificuldades em aceitar que as mulheres devem tomar suas próprias decisões. Os espíritos que nascem nesta sociedade evoluem mais facilmente neste quesito, pois há facilitação de entendimento, apoio de outras pessoas, bons exemplos e punição caso não se adequem ao esperado.

Todas as sociedades e culturas facilitam determinados comportamentos e dificultam outros. Assim como cada espírito encarnado pode facilitar ou dificultar a transformação positiva da sociedade.

Em nossa sociedade, um sujeito como Sampaio é incentivado a controlar sua agressividade em relação aos direitos das mulheres, mas é incentivado a “levar vantagem” e desconsiderar outras leis. Estes aspectos sociais facilitadores ou dificultadores possuem profunda influência sobre o espírito e o comportamento humano. Isto acontece porque ainda temos muito que evoluir. Assim, é impossível que a sociedade e a cultura sejam plenamente equilibradas. Afinal, elas são constituídas por espíritos que estão em processo constante de evolução. Espíritos imaturos produzem sociedades com desequilíbrios. Sociedade com desequilíbrios facilitam ou dificultam determinados comportamentos. A reforma íntima e o cultivo do que é nobre nos faz crescer, amadurecer e evoluir independentemente de qualquer incentivo externo da cultura. Desta forma, aqueles que optam pelo caminho da nobreza ajudam a trazer equilíbrio para a sociedade e encaminhá-la rumo à justiça, democracia, respeito, caridade e acolhimento.

Houve época em que os seres humanos acreditaram na importância de realizar ofertas para os “deuses” sob a forma de assassinato de outros seres humanos. Eram os sacrifícios humanos com finalidade religiosa. Hoje, esses sacrifícios humanos praticamente desapareceram, sendo mantidos em raras situações originadas na mente de pessoas deturpadas. Antigamente não eram pessoas deturpadas que realizavam esses rituais. Eram rituais aceitos culturalmente e apoiados pelas pessoas da época.

Pessoas que não tinham as mesmas oportunidades que nós, ou seja, não possuíam a mesma consciência. Nem tinham o mesmo preparo que temos hoje, pois foram muitas encarnações aprendendo e evoluindo até chegarmos aqui. Aquelas pessoas somos nós, hoje, em nova encarnação, mais preparados e mais conscientes. Ou seja, as ideias mudaram concomitantemente aos ganhos de consciência e conhecimentos dos espíritos (nem sempre estes conhecimentos são melhores, preste bem atenção). Para criar e absorver estas novas ideias e valores são necessários espíritos que estejam preparados para tal ato. Não existe evolução de uma cultura se concomitantemente não houver uma evolução na média dos espíritos que habitam esta cultura.

Quando as ideias e os valores se transformam são necessários espíritos que estejam preparados para viver esta nova realidade. Não existe evolução de uma cultura se concomitantemente não houver uma evolução na média dos espíritos encarnados que habitam nesta cultura.

A escravidão, que ainda resiste em alguns locais (inclusive no Brasil), é o sintoma de uma sociedade com profundos desequilíbrios. Uma sociedade com profundos desequilíbrios, como foi o Brasil na época da escravidão, necessita de espíritos encarnados desequilibrados ou que aceitem participar deste desequilíbrio, ou seja, espíritos menos evoluídos. Ao longo dos séculos houve um ganho de consciência, que se refletiu na propagação de novas ideias, isto fez com que a ideologia escravagista se tornasse insustentável. Foi o que aconteceu em nosso país, no século XIX. O ganho de consciência por amplas parcelas da sociedade e, principalmente, a luta e as revoltas dos escravos serviram para mostrar que a escravidão era inviável e contra as Leis de Deus.

Pense bem: uma pessoa de bom coração que decidia ser dona de escravos tinha que justificar seu ato através de ideias e valores. Essa escolha impregnava a mente desse escravagista com ideias e valores errados, o que gerava sentimentos negativos, atitudes negativas e definia outras escolhas negativas. Se um escravo fugisse, o que ela fazia? Tinha o prejuízo econômico da perda de um patrimônio? Ficava feliz com a liberdade de um ser humano? Ou mandava caçar o mesmo? A opção de possuir escravos gerou uma série de negatividades, comprometendo

seriamente a evolução dessa pessoa. Mais do que isto, criou em torno dela uma série de condicionamentos e sofrimentos que demandam séculos para serem superados tanto no plano da sociedade, como no plano do espírito. O espírito que realmente evoluiu nessa situação foi aquele que abriu mão da escravidão e lidou com humanos livres. Ele teve prejuízo econômico, mas teve lucro no seu desenvolvimento espiritual.

No meio do século XIX o nível de consciência médio dos espíritos encarnados no Brasil aumentou e o reflexo foi o fim da escravidão. Esta foi uma ótima oportunidade para novas ideias, com valores mais nobres, ganharem ascendência na nossa cultura. Ou seja, aumentou a circulação de ideias que **não** incentivavam o julgamento segundo a raça. Essas ideias promoveram o respeito ao próximo, facilitaram o surgimento da amizade entre os que são diferentes, incentivaram a convivência fraterna e muito mais. Os espíritos dispostos a evoluir aprenderam a lição, aproveitaram a oportunidade para amadurecerem e aprenderam a conviver em harmonia. Outros espíritos não aprenderam a lição, seja porque se aferraram a ideias negativas, seja por serem hipócritas. São estes espíritos que ainda mantêm vivo o racismo em suas diversas formas. São espíritos que se recusam a aprender e a evoluir.

Ideias negativas que se mantêm vivas na sociedade dependem de espíritos que se negam a aprender, pois é através deles que continuam a circular. Por isto, é muito importante leis que penalizem a ação destas pessoas e, assim, as inibam em sua conduta negativa. A lei protege a vítima e o potencial infrator.

A evolução do espírito encarnado é facilitada quando há bons exemplos. Pouco adianta um pai dizer ao filho que ele não deve ser racista, se os negros que ele conhece estão distantes cultural e socialmente. Um bom exemplo, como o presidente negro dos Estados Unidos, vale mais do que mil palavras. Da mesma forma, pouco vale a caridade e um “bom coração” se não cruzarmos as fronteiras do que a cultura determina. Corremos o risco de sermos como aquele espírito de bom coração que manda perseguir um escravo que fugiu (se hoje esta conjugação entre bom coração e dono de escravos parece difícil, na época era muito comum). Ou corremos o risco de sermos como aquele homem caridoso que teve um problema

financeiro e vendeu um adolescente escravo, separando-o da família. Séculos depois esse homem escravagista caridoso renasceu, com depressão, ainda sentindo no fundo da “alma” as maldades que fez porque havia o álibi da cultura. Mas, não havia o álibi de Deus. Aquele espírito teve que enfrentar as consequências do que cultivou.

Situação muito semelhante vivemos nos dias de hoje em relação à ecologia. O que os líderes ruralistas estão cultivando para si e suas famílias ao incentivarem a mudança de leis ambientais que vão ampliar e intensificar o desmatamento? Não há ação sem reação. O que cultivamos é o que colhemos. A ganância e a atração pelo que é negativo vão impregnar e vão condicionar as vidas destes chamados ruralistas por muitos e longos anos, décadas e séculos. Hoje eles possuem plenas condições de terem *outras* escolhas. Aliás, sempre tivemos condições de termos outras escolhas. A sociedade atual favorece a reforma interior neste ponto específico, já que as informações estão presentes, o conhecimento da ecologia se difunde e o chamado para que o ser humano tenha uma vida mais equilibrada está se ampliando. Enquanto este chamado acontece, estas pessoas escolhem estar no contrafluxo e se apegam a valores e ideias erradas (como um dia fizeram os senhores de escravos). Eles tomam atitudes que irão ajudar a formar o futuro do nosso país e, com certeza, aumentará o sofrimento das pessoas por causa do desequilíbrio ecológico ampliado (se eles continuarem a vencer). Essas pessoas que poderão sofrer somos nós mesmos, hoje e em várias outras encarnações. Os espíritos que estão vivendo esta época possuem plenas condições de seguirem um bom caminho. Quem não escolher o bom caminho é porque resolveu cultivar vícios e alimentar erros, ao invés de seguir rumo à evolução e à bondade. Lembre que uma sociedade é formada por espíritos encarnados que possuem diferentes níveis evolutivos. Estes espíritos também possuem diferentes níveis de *esforço* evolutivo. O futuro é determinado por este jogo de força da ação de inúmeros indivíduos.

A sociedade é formada por espíritos encarnados que possuem diferentes níveis evolutivos e possuem diferentes níveis de esforço evolutivo. O futuro é determinado pelo jogo de força da ação de inúmeros indivíduos. Aqueles que agirem coletivamente terão mais força na determinação do futuro.

O esforço evolutivo é fundamental para aproveitar as boas oportunidades que a cultura oferece. Por que os animais não possuem o direito de viverem em paz? Nós queremos paz para nossas famílias. Não é natural que as famílias de animais também tenham direito de viver em paz? Esta nova consciência está aberta para todos nós, com as respectivas mudanças de atitude pessoal. *Se nascemos nesta época é porque podemos responder positivamente aos desafios de hoje.* Temos a possibilidade de escolha e a capacidade de escolher positivamente. Estamos preparados para superar este desafio. Estamos preparados para evoluir junto com a sociedade, estamos preparados para ajudar a sociedade evoluir.

O cultivo da bondade, da gratidão e da generosidade nos encaminha para mudar nossos valores e nossas prioridades. Imagine o seguinte exemplo: o sujeito tem uma fazenda e desmata a mata ciliar. Ele faz os cálculos e conclui que criará 20 bois a mais naquela área. Criando mais animais poderá aumentar o seu lucro. Um dia ele resolve priorizar a gratidão, o que pode torná-lo satisfeito por ter uma vida econômica razoável e, ao mesmo tempo, levá-lo a reconhecer que os outros seres do planeta também precisam de espaço para serem felizes. Ele refaz as contas e pensa: para ser generoso e ter compaixão devo perder muitos reais por criar 20 bois a menos na minha fazenda. *Este é o início do raciocínio e no início do raciocínio quase sempre há perda ou sacrifício.* Esse homem porém, buscará um equilíbrio. Ele poderia pensar assim: “como posso administrar minha fazenda de tal forma a ganhar mais e preservar as matas ciliares”? A beleza do momento histórico atual é a constante melhoria nos conhecimentos, o que nos permite conseguir muitas coisas boas para nós e para a sociedade. A gratidão ajuda na inversão das prioridades: “primeiro vou proteger as matas ciliares. Depois vou atrás de melhorar meu conhecimento, minha administração, a tecnologia, de tal forma a aumentar minha renda”. Este é o equilíbrio necessário; não é apenas o equilíbrio desejável. Passou a ser o equilíbrio necessário para a ecologia e para a ampliação da vida pessoal. Naturalmente esta reflexão vale para todos os humanos, do campo ou não.

O que quero demonstrar para vocês é que cada um dos habitantes da Terra estão encarnados aqui e agora porque possuem preparo para enfrentar positivamente os desafios atuais. Deus não exige de nós aquilo que não podemos oferecer. A evolução da sociedade é acompanhada da evolução dos espíritos. A evolução da sociedade ajuda os espíritos a

evolúem e a evolução dos espíritos ajuda a sociedade a evoluir. O resultado é que temos democracia, justiça, recursos de saúde pública, educação, respeito às diferenças e às minorias (direitos que não são perfeitos, porque os espíritos encarnados também não são perfeitos). O resultado é que temos a *oportunidade* de criar um planeta melhor para nós e para todos os seres vivos.

Cada um dos habitantes da Terra está encarnado aqui e agora porque possui preparo para enfrentar positivamente os desafios atuais. Deus não exige de nós aquilo que não podemos oferecer.

Tudo ainda está por evoluir e melhorar mais. Hoje, quando nasce uma criança com problemas mentais, ela tem muito maior probabilidade de ser amada, respeitada e incentivada. Você acha que isto é pouco? Não, não é. O amor, o respeito e o incentivo de pais para filhos deficientes e de filhos deficientes para pais será capaz de produzir mudanças internas nas vibrações desses espíritos que serão sentidas por centenas de anos. Somos espíritos melhores preparados, na média, para aceitar e amar uma criança que nasce sem saúde mental ou sem saúde física. O bom exemplo que muitos pais dão amando os seus filhos deficientes é um dos melhores ensinamentos e incentivos para outros pais que têm o mesmo problema, mas não têm a mesma evolução espiritual. O aprendizado de um facilita o aprendizado de outros. *É assim que geramos um mundo melhor: ajudando a tornar melhores os espíritos encarnados.*

Nossas decisões possuem reflexos por décadas, séculos e milênios. Há muita responsabilidade, para conosco e para com a sociedade. *Quanto mais evolução, mais responsabilidades.* E se há responsabilidades é porque estamos preparados. Aqueles que priorizam o que é nobre contribuirão positivamente com a sociedade e consigo mesmos.

Os espíritos com mais consciência devem, necessariamente, ser mais responsáveis. O desafio da responsabilidade é importante porque um espírito encarnado em uma sociedade com mais consciência, mais ciência e maiores recursos tende a gerar mais impacto. Este é um dos grandes desafios da nossa geração e, principalmente, das gerações futuras. Se, como humanidade, cultivarmos o que é nobre o futuro do planeta será muito bom. Se cultivarmos o que não é nobre usaremos os ganhos de

consciência contra nós mesmos. Os que não escolherem o que é nobre estarão criando sofrimentos para si mesmos e para outros. Esta é a regra. Esta é a lei. Vocês viram neste livro vários exemplos de espíritos que cultivaram o que os fez sofrer. Esta é a escolha que muitos de nós faz cotidianamente. Pode ser diferente, o ser humano está preparado para fazer escolhas melhores.

Um espírito mais consciente causa mais impacto na sociedade e no meio ambiente. Sua capacidade de transformação e intervenção no ambiente e na cultura que o circunda é muito maior. A sociedade, oferecendo mais recursos tecnológicos e trabalho coletivo, torna ainda maior o impacto sobre o ambiente.

Os espíritos que habitam o planeta hoje são mais evoluídos do que há, por exemplo, 5000 anos. Os benefícios da nossa sociedade só são possíveis porque existem espíritos melhores preparados para aceitar as regras e os valores atuais. Todavia, ainda há muito a evoluir e a melhorar, tanto no nível de vibração, quanto no nível de consciência. Temos que melhorar sempre. Já conquistamos muito.

A sociedade é melhor, porque nós nos melhoramos como espíritos. Onde ainda há graves defeitos na sociedade são as áreas onde menos evoluímos.

Observação: segundo o psicólogo Steven Pinker, da Universidade de Havard, o ser humano nunca foi tão pacífico quanto agora. Vários dados sobre a violência humana ao longo dos milênios são expostos em seu livro “The Better Angel Of Our Nature” (editora Viking). Por exemplo: o homicídio era trinta vezes mais frequente durante a Idade Média na Europa do que atualmente. Mesmo comparado com os lugares mais violentos, como o Brasil, a chance de uma pessoa ser assassinada é menor do que em uma sociedade de coletores e caçadores (as sociedades indígenas tradicionais). Segundo o “Mapa da Violência 2011” feito pelo Ministério da Justiça do Brasil em parceria com o Instituto Sangari, a taxa de

homicídio no Brasil é de 26,2 pessoas em cada grupo de 100 mil habitantes. Quando a humanidade era essencialmente coletora e caçadora esta taxa era de 500 pessoas em cada grupo de 100 mil habitantes. A taxa de homicídio é um dos muitos indicadores de violência; outros são respeito a direitos trabalhistas e civis, respeito às liberdades individuais, respeito aos direitos dos animais, mulheres, crianças, etc. Em todas estas áreas (à exceção do homicídio) houve grandes progressos em nosso país nos últimos 30 anos.

LEI DO PROGRESSO – a organização da vida, tal qual Deus preparou, compreende a constante transformação. Os espíritos foram criados para se transformar, por isto existe dentro deles uma força que busca a transformação. A busca do próprio aperfeiçoamento moral e intelectual habita todos os espíritos, mesmo os que decidem não progredir. Os recursos que temos em nós são suficientes para nos impulsionar rumo a evolução. Todavia, grande parte dos humanos faz um esforço tremendo para tentar deter a manifestação destes recursos que possuem. Este esforço atrasa o progresso e prolonga desnecessariamente os sofrimentos. Todos os espíritos estão “condenados” ao progresso.

LEI DE KENOSIS: o procedimento necessário a todos os humanos para facilitar as experiências mais sutis, também chamadas de experiências espirituais, são o esvaziamento mental e a desidentificação do próprio ego. Este processo é feito através da superação de bloqueios, traumas, condicionamentos, além do combate aos vícios e apegos, e a prática de exercícios mentais dirigidos a este fim. Kenosis é uma palavra grega que significa esvaziamento. Este esvaziamento facilita e enriquece a vida humana no sentido de direcioná-la para vivências e experiências fundamentais para a educação do espírito. Um dos mais importantes efeitos da Kenosis é a facilitação da intuição, que é a emersão na consciência de informações, vivências e conhecimentos que estão disponíveis no inconsciente.



CASAMENTOS, REENCARNAÇÃO E MISSÃO DE VIDA

E sejam felizes até que a morte os separe! A ideia básica da nossa sociedade é que o casamento deve durar por toda a vida. Se for um casamento fracassado, o casal se separa. Este raciocínio não serve para todas as uniões. Em várias situações o casamento é uma fase da vida das pessoas, com início, meio e fim. Foi o que aconteceu com Denise e Paul. Eles também haviam sido marido e mulher em *outra* encarnação, na qual a esposa abandonou o marido. Ela estava insatisfeita e entediada com a vida “certinha” que levava. Largou do marido e se aventurou por várias experiências afetivas e profissionais. Ela se sentia forte e preparada para ousar. Separada e disposta a arriscar, teve muitos conflitos, muitas tristezas e enfrentou muitas situações traumáticas. Sofreu muito e desencarnou confusa, emocionalmente machucada e vazia.

O marido, o espírito encarnado atualmente como Paul, se reestruturou e constituiu uma nova família. O desencarne foi mais tranquilo. No plano espiritual os dois aceitaram que reencarnariam, que se conheceriam e casariam. A missão de Paul seria servir e ajudar a Denise. Essa missão serviria também como oportunidade para ele superar o trauma da separação e limpar toda mágoa, rancor e desconfiança que havia dentro de si contra o espírito da esposa. Uma das melhores formas de limpar nossa mente da mágoa é ajudar a quem nos causou dano; esta opção só vale se a pessoa tiver condição psicológica para isto. Esse era o caso do espírito do Paul, que evoluiu o necessário para poder realizar esta missão.

Denise, por sua vez, teria uma família que lhe daria muito amor, mas na qual também sentiria a dor da rejeição devido às personalidades do pai e da mãe. Essa ambivalência entre amor e rejeição seria importante para que

os traumas e condicionamentos anteriores que ela teria que enfrentar se tornassem ativos na encarnação atual. Ela teria que aprender a servir e desenvolver o autocontrole dos seus instintos, para que a família crescesse em harmonia e fosse bem estruturada. Seu espírito, marcado por traumas e condicionamentos negativos, precisaria de apoio, compreensão e paciência. O amor ao Paul e o amor dele por ela seriam facilitadores para que as missões dos dois fossem realizadas.

A família na qual nascemos são aquelas que podem nos oferecer o bom e o ruim que precisamos para ativar os traumas e condicionamentos passados e, ao mesmo tempo, facilitar a superação dos mesmos. Tudo segundo a capacidade e a necessidade de cada um.

O amor pode surgir a partir de várias fontes. Muitas destas fontes são programações realizadas no plano espiritual. O amor atua como um cimento de união, satisfação e abertura para a vivência profunda da vida. Neste ambiente é mais fácil a superação de desafios evolutivos e é mais fácil a cooperação e o compartilhar.

O que é nobre facilita a transformação, por isto onde habita o amor as pessoas tendem a evoluir mais rápido.

As ligações entre as pessoas *podem* ter começado muito antes do nascimento. É comum que histórias de encarnações passadas tenham continuidade em encarnações posteriores. É o caso da Denise e do Paul. Eles foram marido e mulher em uma encarnação e nesta encarnação são novamente marido e mulher. Isto, porém, não é regra. Aconteceu assim porque foi importante para a evolução dos dois. A vida de todos os humanos é cuidadosamente planejada no plano espiritual. Nenhum nascimento é aleatório.

O namoro entre os dois transcorreu com razoável tranquilidade e muita harmonia. Eles se casaram apaixonados. Todos reconheciam que ali havia um casal que tinha tudo para ser feliz. Os primeiros sinais de confusão apareceram quando a esposa quis que o marido fosse para a casa paterna por algumas semanas. Ela se sentia oprimida no casamento. Imediatamente os traumas “esquecidos” do Paul vieram à tona. Ele chegou

a tomar a decisão de se separar, mas o amor e, principalmente, sua intuição atuaram para mudar sua decisão. Triste e insatisfeito, ele pensava no que fazer com a sua vida, quando um pensamento apareceu na sua mente (naquele momento ele não sabia qual era sua missão): “eu vou lutar, não posso abandoná-la”. Ele sentiu dentro de si uma sensação estranha de que a separação colocaria a esposa numa série de maus caminhos e que também não seria bom para seu futuro. Ele decidiu não se separar. A crise durou alguns meses e de novo voltaram a ser felizes.

Vários anos se passaram e a vida transcorria suave. Então chegou o momento de provação: a vaidade e o orgulho entraram com força na vida da Denise. Ela começou lentamente a mudar e dar outras prioridades à vida. À medida que a vaidade e a sedução do status cresciam, a insatisfação ia dominando a sua mente. Ela não percebeu que suas escolhas tinham mudado. Paul sabia que ela estava exagerando em suas prioridades egoísticas e observava a insatisfação transformar-se em irritação, distância e impaciência. Paul viveu seu drama pessoal: ajudou muito aquela mulher e agora ela escolhia caminhos diferentes do dele. E o pior: não aceitava mudar.

A crise do casal ficou patente com o descontentamento de ambos. Fato este que fez a esposa procurar abrigo na ambição do trabalho e a focar a vida extra-família. Paul estava sob intensa pressão; amava aquela mulher, mas ela não era mais a mesma pessoa (na verdade, ela voltou a ter as mesmas escolhas da outra encarnação). Em uma noite acordado e sentindo uma angústia enorme, ele intuiu e entendeu a relação com a esposa. Uma paz entrou na sua mente e ele descobriu que havia cumprido sua missão. Ele se sentiu livre e reconfortado. O amor pela esposa ganhou novas cores, não era mais amor de marido e mulher, mas de dois espíritos que há muito se conheciam e que escolheram algumas vezes compartilhar a intimidade. Essa mudança trouxe alívio ao Paul homem, que se sentia humilhado na situação. O *desapego* foi fundamental para ele decidir tentar manter o casamento por mais algum tempo por causa dos filhos e dar tempo para a esposa talvez melhorar e cumprir a sua missão.

O amor pode assumir muitas facetas nas várias fases de cada relacionamento. Todavia, o amor mais intenso é aquele que aceita o outro, mas não se fecha neste vínculo. O melhor amor é aquele que encontra liberdade para fluir

nas inúmeras situações cotidianas, gerando a paz e a satisfação.

A separação aconteceu mais rápido do que ele havia previsto. Ela decidiu que não queria continuar o casamento. Paul seguiu seu caminho, e partiu em busca de reorganizar sua vida. A missão de Paul estava *cumprida*, o casamento já não era imprescindível para atingir os objetivos anteriormente traçados.

A experiência da noite em que tomou consciência de sua missão como espírito encaminhou-o para desenvolver uma intensa vida espiritual. Serviu também para ele traçar novos objetivos de vida, que iam além daqueles que cultivava casado. Ele renasceu em vida.

O casamento cumpriu sua função na vida do Paul. Não foi um casamento fracassado do ponto de vista da vida do espírito. A vida do espírito segue a lógica espiritual e na lógica espiritual ninguém é imprescindível. Ninguém é dependente de ninguém. O livre arbítrio é sagrado e para que ele seja real é necessário que todos que nascerem neste planeta tenham condições de cumprir suas missões mesmo que os outros falhem. Temos capacidade de cumprir nossas missões mesmo que haja muitas dificuldades.

O espírito se liga a Deus, todas as outras ligações são transitórias. É por isto que o primeiro e mais importante mandamento é amar a Deus sobre todas as coisas. Mateus 22,37 expressa esta verdade: “Amarás o Senhor, teu Deus, de todo o coração, de toda a tua alma e de todo o entendimento.” Todas as ligações são transitórias, o espírito foi organizado para se realizar ao se “aproximar” de Deus. Portanto, não há dependência alguma, exceto de Deus, mas Este nos fornece o livre arbítrio.

O amor, o casamento, a família, o meio em que nascemos são todos facilitadores para que possamos enfrentar os desafios que são prioritários nesta encarnação. Podemos aproveitar estas oportunidades ou não. Podemos ter nossa evolução facilitada ou dificultada pela ação daqueles que estão à nossa volta. Se tivermos sabedoria iremos aproveitar as oportunidades e focar no que é *essencial*.

O casamento de Paul e Denise acabou. Mas, não precisaria acontecer assim. Pequenos ajustes realizados ao longo do casamento poderiam ter trazido mais adaptabilidade ao casal. Paul descobriu que havia se acomodado e se acostumado com a rotina empobrecida do dia a dia. Sonhos, inúmeros deles, ficaram esquecidos. Ele cuidou muito dela, mas não se preocupou em buscar novas oportunidades de vida. Ele reduziu a sua própria vida e assim facilitou a “vitória” da insatisfação da esposa. A vida do ser humano deve ser constantemente *expandida e ampliada* para que ele possa evoluir e mais facilmente realizar ajustes positivos. Paul teve dificuldade de realizar esta ampliação da vida.

A vida humana precisa, para sua evolução e equilíbrio, ser continuamente expandida e ampliada. É dos desafios desta expansão que o ser humano consegue diversificar e aprimorar suas qualidades e habilidades.

Uma das missões de vida do Paul era livrar-se dos rancores e traumas da encarnação passada. Ele atingiu esse objetivo, por isso pôde reiniciar sua vida sem mágoas da ex-esposa. Por ter se desapegado e transformado seu amor, ele não se machucou com as decisões da esposa. O casamento estava finalizado. A verdade é que *fora* do casamento tanto o ex-marido quanto a ex-esposa poderiam ter novas oportunidades de amadurecer e evoluírem; tudo dependeria do que cultivassem e da capacidade de ampliar a vida.

Muitos casamentos podem ser salvos. Algumas vezes são mudanças incrivelmente simples que modificam completamente a qualidade do vínculo. Outras vezes são necessárias mudanças mais profundas. Suzana casou com Luis Carlos quando os dois já tinham mais de 30 anos e ele morava sozinho há uma década. Ela foi morar na casa dele, cheia de vontade de compartilhar com o marido. Logo se frustrou, porque ele decidia e agia solitariamente. Ao chegar em casa, comia qualquer coisa de pé e nem se lembrava dela. Este é um exemplo de como a expectativa dela era diferente da dele. Ela ficou muito incomodada. Ele considerava os desejos dela uma frescura. Aos poucos a personalidade dele se impôs e os dois começaram a ter vidas paralelas. Encontravam-se em casa, conversavam, saíam, planejavam algumas coisas juntos. Outras vezes planejavam sozinhos ou com outras pessoas. A distância foi aumentando, aumentando sempre. A insatisfação aumentou também.

Basicamente, os dois não foram coerentes com a escolha do casamento. Existem muitas formas diferentes de relação entre os casais. Porém, todas elas devem ser coerentes com a ideia de casamento. A união pressupõe o *compartilhar*, a *intimidade de troca* e a *aceitação*. Sem este mínimo não é possível realizar as funções básicas evolutivas da união marital. Observe bem: nem o amor é imprescindível. No mundo milhões de pessoas se casam sem nem sequer conhecerem seus parceiros. Outros milhões se casam sem que o amor seja o ponto central da união. Mas, se houver a coerência mínima (fator mínimo) a função da união pode ser realizada. Fugir deste mínimo é cultivar insatisfação, mágoa, desprezo e outros sentimentos pouco nobres. Este foi o caso do casal Luis Carlos e Suzana. Eles entraram em insatisfação e as pequenas mágoas diárias formaram uma capa de ressentimento nos dois, principalmente nela.

É interessante notar que casais que não se uniram por amor, mas que cultivaram o compartilhar, a intimidade de troca e a aceitação conseguiram ter uma vida conjugal com bastante qualidade e muitas vezes o amor nasceu com o passar dos anos.

O primeiro problema do casal Luis Carlos e Suzana foi o fato deles não se aceitarem. Não há incompatibilidade em eventualmente decidir e agir solitariamente, se depois vier o momento da troca e da aceitação. Mas, a troca acontecia pouco e foi rareando com o passar dos anos. A consequência é sempre muita insatisfação. A troca é o combustível da união, sem troca a união “murcha” e perde o “brilho”. *Compartilhar, gerar intimidade e ter aceitação são os mecanismos da troca e do reforçamento do vínculo afetivo sadio.*

Em muitos lugares você vai escutar que o casal não pode entrar na rotina. Isto é uma colocação mal feita, pois há ótimas rotinas. Conheço um casal que há algumas décadas separou uma noite no meio da semana para ir ao cinema e passear juntos. São felicíssimos com esta escolha. Os dois amam ir ao cinema e gostam dos mesmos tipos de filmes. Por que trocariam sua rotina tão prazerosa? O problema da rotina é quando fica automatizada e com isto a troca vai diminuindo aos poucos. É como aquele casal que se gaba de saber o que o outro vai falar *antes* do outro falar. Pode ser fruto de uma grande sintonia, mas geralmente significa

falta de vivacidade e de energia, pois só assim o ser humano deixa de responder à realidade e age sempre da mesma forma. Sem vivacidade e sem energia não há troca, há o tanto faz do tédio, da alienação e da falta de prazer. É uma vida restrita, onde deveria haver expansão (portanto, descobertas) há a retração (portanto, repetição). O foco do casal deve ser ter trocas, e para ter trocas os dois podem e devem construir continuamente o que ofertar.

O compartilhar, a intimidade e a aceitação são formas de facilitar e ampliar a troca. Este deve ser o foco do casal. Portanto, ofertar o que temos de bom é a base para ocorrer troca intensa.

Onde há atenção no outro tende a haver mais troca, mais sensibilidade e mais respeito. Onde há cuidado com o outro tende a ter mais satisfação, mais segurança e mais paz. A *atenção, o cuidado e o servir* ajudam a aproximar o casal. Muitas vezes o servir não é servir ao outro, mas servir à família, por exemplo. Um bom exemplo foi um casal no qual o marido era dinâmico, cheio de energia para lutar e conquistar uma vida financeira melhor. A esposa se permitia ficar estagnada, sempre usando como desculpa a dúvida e a insegurança. Este traço egoístico da mulher era sentido pelo marido como um desprezo: “nós não somos suficientes para ela decidir a lutar pela família”. Ele tinha razão, pois não há nada que dá mais força para as pessoas do que o desejo de lutar pelo bem de quem nós amamos. Portanto, a troca pode se dar de várias formas. Há várias atitudes que ajudam a troca existir e ampliar: o amor, a atenção, o cuidado, o servir, a aceitação, o desenvolvimento de habilidades e qualidades e tantas outras atitudes bonitas. Era isso que faltava ao casal que estava cada vez mais alheio...

Um dia Luis Carlos e Suzana conversaram e resolveram que se esforçariam para estar juntos novamente. Procuraram um psicólogo para ajudar o casal a se reencontrar. Foi um trabalho terapêutico que exigiu muita abertura e paciência dos dois. Basicamente, eles tiveram que se livrar dos traumas e ressentimentos acumulados durante anos e aprender a compartilhar, ter intimidade de troca e a aceitação da espontaneidade do outro. O casal se reencontrou porque cada um dos seus membros fez um grande esforço para aprender a viver bem em conjunto.

*A vida boa, de qualidade, é conseguida e mantida com pequenos e constantes ajustes. O casal, cada um dos membros, deve ter em mente o objetivo de aprender a viver bem, o que significa estabelecer trocas com o parceiro. O que devo e posso fazer hoje para viver melhor em família? Este deve ser um questionamento constante. Escutar o parceiro e valorizar o que ele diz é fundamental. Luis Carlos descobriu que seu distanciamento feria a esposa. Ela lhe falou e ele aceitou a opinião dela; simples, não é? Ao aceitar como legítimo o que a esposa dizia, ele passou a prestar mais atenção às necessidades dela. Esse aprendizado foi tão satisfatório que ele decidiu ampliar tal comportamento para outras áreas da sua vida. Esta é uma regra básica da felicidade e do usufruto: *uma conquista positiva deve gerar outra conquista positiva*. Desta forma a transformação é contínua e pode ser direcionada para objetivos nobres.*

Regra básica de uma vida feliz e ampliada: uma conquista positiva deve gerar outra conquista positiva. Ou seja, deve-se aproveitar a “força do movimento” para permitir que novas oportunidades apareçam e a vida se mantenha em movimento positivo.

O respeito pela esposa e o desejo de voltar a amá-la foram os principais motivadores da mudança do Paul. Se vivesse sozinho dificilmente teria alcançado o progresso em áreas da sua personalidade que eram pouco evoluídas: a sensibilidade e a disposição para a troca. Sozinho ele teria radicalizado sua insensibilidade. Ter se apaixonado e iniciado o casamento foi uma ótima forma dele “ter motivo” para mudar. Depois de casado a mudança não se concretizou e ele *voltou* aos antigos padrões. Suas tendências haviam sido moldadas ao longo de muitos séculos. Seus condicionamentos eram fortes e o amor *não* foi o bastante para fazê-lo persistir no caminho do compartilhar e da troca. Foram necessários anos de afastamento e o agravamento da insatisfação para que os dois decidissem retomar o caminho da mudança interna. Luis Carlos, ao decidir viver feliz ao lado da esposa, acabou por se esforçar para evoluir, desenvolver sua sensibilidade e aumentar a troca. Os dois aprenderam, evoluíram e usufruíram dos benefícios de uma vida a dois. Quando chegar o momento do desencarne, quando o espírito seguir em seu próprio rumo, haverá mais maturidade, mais recursos, menos traumas e menos

condicionamentos negativos. Esta mudança vai valer por muitos e muitos anos, talvez séculos ou milênios.

Um casamento foi salvo. Os dois tomaram a decisão correta: vamos resolver os problemas que tornam a nossa convivência insatisfatória. É o mesmo que dizer: vamos evoluir para poder usufruir nossa vida em comum. Eles buscaram a evolução, buscaram a superação de suas limitações e se tornaram melhores. Todo casal, feliz ou não, deve buscar se conhecer e enfrentar as dificuldades da vida a dois. Muitos casais se acomodam no negativo e, para acomodar-se, é necessário matar grande parte da “alma”. Sem esta morte não há como acomodar no negativo.

A evolução do espírito deve ser constante, assim, a evolução do casal também deve ser constante.

Luis Carlos e Suzana reencontraram o caminho da união satisfatória na qual há o compartilhar, a intimidade de troca e a aceitação. O amor entre os dois revigorou, ou seja, criou-se um ambiente muito propício para a vivência do que é nobre.

Todos os vínculos afetivos possuem a mesma função: criar um ambiente adequado para a vivência do que é nobre e para a superação do que é imaturo.

LEI DA NECESSIDADE DE UNIÃO: todo o esforço despendido pelo ser humano é capaz de gerar riquezas materiais, conhecimento técnico, cultura, experiência de vida e maturidade. Este é o pólo da conquista ativa. No pólo das conquistas passivas estão as vivências espirituais mais nobres e os entendimentos mais significativos. À medida que o ser humano evolui e experimenta parte das “delícias” deste pólo passivo, ele descobre que é através da entrega que ele poderá disponibilizar-se para a União. A União acontece quando há um encontro, portanto cabe ao humano preparar-se para que a oportunidade possa acontecer. Os evangélicos chamam de Graça, alguns místicos chamam de iluminação ou revelação. Esta vivência, momentânea ou costumaz, pode elevar a vida humana a outro patamar de entendimento e de experiências. Estamos todos organizados para buscar esta experiência, hoje ou no amanhã.



AMOR E REENCARNAÇÃO

Um dos grandes mistérios da humanidade é o amor. Por que ele surge entre algumas pessoas? Pais e mães costumeiramente amam seus filhos. Avós frequentemente amam seus netos. Entre os membros de uma família é mais comum que o amor surja. É certo que a convivência cotidiana favorece o surgimento deste sentimento. Por outro lado existem aqueles que nunca amaram na vida. Existem mães que não conseguem amar seus filhos. Alguns pais terminam o casamento e se distanciam dos filhos porque o vínculo com a mãe deles acabou. Há os que namoram e se casam, não por amor e sim por que necessitam do outro e enxergam nele qualidades importantes. Ou seja, o amor é uma experiência que nem todos experimentam com intensidade.

Mais do que sentimento, o amor é um estado de espírito. É uma forma de sintonia interna. Algumas vezes direcionado a alguém, outras vezes difusa.

O amor romântico entre um homem e uma mulher, com a finalidade de constituir uma família, é um ideal que algumas pessoas conseguem atingir, mas não todos. Grande parte da humanidade fica alheia a esta experiência agradável e importante. Em alguns momentos me pergunto se *setenta por cento* da humanidade compartilha desta experiência. É provável que não. O amor como vínculo de união e sustentação de um casal *não* abrange a imensa maioria das pessoas. Uma parcela sequer se casa. Outra parcela casa sem que o amor seja o vínculo central. Outra parcela permite que o amor seja extinto em meio a rancores, dissabores, falta de interesse e outros motivos. As pessoas que se unem por amor e

mantêm o amor como elemento central de suas vidas são, definitivamente, uma minoria.

É possível aprender a amar. É possível aprender a cultivar os elementos que geram o amor. Muitas são as mulheres e homens felizes que aprendem a amar seus maridos e esposas, mesmo tendo casamentos arranjados. Existem homens felicíssimos com sua parceira escolhida por parentes. Existem muitas mulheres satisfeitíssimas com sua vida conjugal arranjada por outros. O amor também pode ser o fruto posterior de um vínculo, desde que haja o compartilhar, a intimidade da troca e a aceitação.

As mulheres e homens que nascem em uma sociedade democrática e que possuem a possibilidade de escolherem seus companheiros *deveriam* cultivar o amor com muito mais facilidade. Em parte é o que acontece. Todavia, uma sociedade democrática é *mais importante* para a mulher que se dá mal com o marido e *menos relevante* para aquela que se dá bem com o marido. O casal que aprende a se amar e se respeitar, esteja onde estiver, é praticamente igual (o vínculo, não os costumes). Assim sendo, grande parte do amor é aprendizado e convivência. O amor pode ser cultivado, não em todas as situações, mas na maioria delas.

O amor pode ser aprendido e cultivado. Principalmente quando este amor é o fruto final de uma convivência cotidiana.

Lucia cuidava da casa, dos filhos, trabalhava e procurava fazer tudo bem feito, era uma ótima esposa. O marido reconhecia as qualidades dela. Ele era trabalhador, bom pai, cuidadoso com a casa e com a família. Ela o amava e ele a amava. Tinham tudo para viverem bem, mas não viviam. A vida era sufocante para ela e “insatisfatória” para ele. Já haviam se separado por um breve período, e foi uma escolha pior. Não entendiam no que erravam...

Lúcia havia feito algumas péssimas escolhas, ao longo da vida, que não lhe permitiram realizar a imensa maioria dos seus projetos. Depois de ter filhos, estava disposta a arriscar menos ainda. Seu sonho era ser advogada. Formou-se em pedagogia, pois “era o que dava para fazer na época”. Seu padrão era a desistência. Assim, ela também não seguiu a carreira de pedagoga. O desejo de ser advogada era apenas um dos muitos projetos frustrados em sua vida. Ela se sufocava em suas frustrações e desistências,

mas conseguia manter o interesse em trabalhar, cuidar da família, da casa e do marido. O marido aceitava bem as dificuldades da esposa e a apoiava no que era possível.

Orlando, o marido da Lucia era o oposto dela; corria atrás de todos os seus projetos e os realizava. Era satisfeito na profissão, com os amigos, com a família e em todas as suas atividades. Mesmo assim identificava sua vida como insatisfatória. “Tenho tudo que quero e não estou satisfeito. Há algo que me deixa nervoso por dentro”. Não sabia o que era, apenas, algumas vezes, se irritava profundamente com o sufocamento da esposa. Através das regressões ele entendeu o que gerava a insatisfação e iniciou uma profunda mudança interior. Essa não era a primeira encarnação em que os dois estavam juntos. Em outra encarnação Lucia foi uma mulher inconstante e sonhadora que abandonou o amor para buscar novas experiências. Ela partiu e ele ficou com a dor emocional e moral da separação. Naquela época um noivo abandonado pela noiva era motivo de chacota e de muita vergonha para a família. Ele casou com outra mulher, sem amor e com o orgulho ferido. O respeito e o amor da nova companheira ajudaram-no a curar a ferida emocional e ele teve uma boa vida. Ao contrário da ex-noiva que teve uma vida de grandes frustrações e sofrimentos. No final da vida ele e a esposa ajudaram a amparar a ex-noiva, que sofria muito.

Quando o desencarne dos dois aconteceu, passado um período no plano espiritual, os dois planejaram o retorno à vida encarnada. Eles ficariam juntos, ele a ajudaria. O amor seria como uma “cola” unindo os dois para que eles se mantivessem juntos, apesar das dificuldades. Ele possuía uma importante missão, ajudá-la a realizar sonhos sem se autodestruir. Na terapia ele aprendeu a importância de se abrir para os projetos dela, dar formas viáveis a esses projetos e concretizá-los juntos. Sua esposa, a Lúcia, conseguia ter projetos mais radicais que iam além dos horizontes de interesse do marido. Um entrava com os projetos e o outro com a capacidade de colocá-los em prática. O resultado final foi que juntos mudaram a rotina, melhoraram a vida, fortaleceram o vínculo e renovaram o amor.

Todo casal deve buscar a completude. Observar as características e potencialidades um do outro, se

auxiliarem no desenvolvimento pessoal e superarem as imaturidades recíprocas em conjunto.

O amor, normalmente, não é apenas um prêmio gostoso. É acima de tudo a “cola” que une as pessoas com a finalidade expressa de mantê-los unidos para a conquista conjunta de habilidades, vivência conjunta de experiências, e a superação de antigos traumas, condicionamentos e limites. Basicamente, o amor é um grande potencializador da vida humana. O amor pode produzir o *negativo* e o *positivo*, e, acima de tudo, *amplia e dá maior intensidade* ao que gera. Casais podem nascer com a missão de estarem juntos, unidos através do amor, para realizar as missões e atingir os objetivos que foram planejados no plano espiritual. Este planejamento anterior ao nascimento para a formação de um casal é muito comum, mas *não* é a regra.

O amor é uma “cola” que mantém as pessoas unidas para superarem juntas os desafios da vida e para potencializar as conquistas.

Nas famílias existem constantemente membros que nascem juntos com a missão de superarem inimizades, desconfianças, desavenças e muitos outros problemas. A “liga” que o amor gera facilita para que as pessoas se mantenham unidas e possam atingir o objetivo traçado no plano espiritual. Em família as pessoas possuem grandes oportunidades de serem solidárias, de compartilharem, de terem intimidade, de serem parceiros; elas têm uma boa oportunidade de estabelecer vínculos positivos e superarem as desavenças anteriores. Assim, membros de uma família podem nascer novamente juntos para superarem o que há de negativo, sendo que aqueles que mais se desenvolveram recebem a missão de ajudar os que menos se desenvolveram. Todavia, esta também não é uma regra. Muitas famílias se formam porque os membros possuem necessidades evolutivas complementares, sem haver nenhum laço anterior.

Washington era recém formado quando recebeu uma proposta para trabalhar em Campinas. Estava muito bem em seu emprego e gostava da cidade onde morava. Veio até Campinas apenas para conhecer melhor a oportunidade de emprego e, ao andar de carro pela cidade, teve intuição de que sua vida aconteceria ali. Voltou para casa decepcionado com a

proposta de emprego e certo de que viveria em Campinas. Contra a vontade da família mudou-se para a nova cidade. Em menos de uma semana já se sentia em “casa”, como se vivesse ali há muito tempo. Construiu na cidade toda a sua vida: esposa, filhos, trabalho, amigos, estudos, etc. Ele amava sua esposa e viviam bem. Depois de 15 anos casados começou a sentir angústia, e começou a apresentar algumas doenças como pressão alta e diabetes.

Através da terapia descobriu o seguinte: houve uma encarnação em que ele foi um homem com sérias limitações intelectuais. Ele casou, mas com o passar dos anos teve muita dificuldade para cuidar da propriedade rural que havia herdado. O irmão começou a ajudá-lo. Durante muitos anos ajudou, sem cobrar nada em troca. Um dia o irmão ficou viúvo e começou a se envolver com a cunhada, esposa do homem limitado. O conflito interior dos dois amantes foi grande no início, mas depois encontraram todas as desculpas para continuarem com o adultério. O homem limitado e traído percebia a situação, mas tinha muito medo de enfrentá-la. Sabia que necessitava do irmão para dar de comer aos filhos, também não queria escândalos que prejudicassem a ele e aos filhos. Distanciou-se totalmente da esposa, dando a esta mais motivos para se envolver com outro homem. Com muita tristeza suportou a situação, até que a culpa voltou de forma tão avassaladora ao coração do irmão que ele largou o vínculo sexual com a cunhada.

Washington foi uma pessoa muito ativa em sua encarnação atual, até o momento em que se casou. Depois disso se “acomodou”. Aos poucos abandonou grande parte das suas atividades e projetos. Era dedicado à família, ficou estagnado no trabalho e reduziu sua vida social ao mínimo. O modelo da outra vida começou a dominá-lo, assim que se casou. Era como se ele quisesse repetir a vida do homem intelectualmente limitado. Ele era capaz, mas suas doenças constantes o deixavam “meio incapacitado”. O que aconteceria com ele se ficasse incapacitado? Pode parecer loucura, mas essa era a pergunta que ele estava tentando responder na encarnação atual. Uma pergunta fora de lugar e de contexto. Milhões de pessoas fazem perguntas inconscientes em suas vidas e dirigem suas vidas para descobri-las. Washington é apenas mais um destes que organizam a vida em torno da resposta a uma pergunta, geralmente inconsciente (sintoma neurótico). Só havia uma forma de descobrir o que aconteceria consigo: restringindo sua vida e se boicotando até tudo dar errado. Ao

tornar-se um necessitado saberia qual seria a conduta da esposa. A esposa era carinhosa e uma boa mulher. Mas, continuaria a ser assim se ele ficasse doente? Ele a amava muito. Todavia, dentro dele existia muita desconfiança. No seu inconsciente existia a certeza de que ela se interessaria por outro e sua família seria destruída se ele ficasse “imprestável”. Sua mente raciocinava assim: é melhor que aconteça logo, pois hoje posso reconstruir minha vida. Mais uma vez o amor servia como um laço que não lhe permitia simplesmente largar da esposa e ficar sozinho. *O amor o ligava a ela* e ambos viviam bem. O amor o mantinha preso, o que aumentava sua insegurança. Se não houvesse o amor ele já teria fugido e optado pela solidão como forma de não enfrentar seu trauma. A este drama e confusão mental damos o nome de *neurose*, um sofrimento mental que precisa ser tratado. Washington estava destruindo sua vida e prejudicando sua família.

Outra fonte de sofrimento para Washington era seu filho mais velho. Ele não conseguia ter proximidade com este filho. Ele o amava, cuidava dele, mas sempre mantinha distância. Era um pai muito diferente com os outros filhos, mas com a terapia conseguiu superar o problema. O filho era a reencarnação do irmão adúltero. Uma das suas missões de vida era, através do serviço e do amor para com esse filho, conseguir superar os traumas e condicionamentos da outra encarnação (o servir é um grande facilitador deste processo de superação). O amor o manteve sempre perto do filho, mesmo que houvesse forças inconscientes levando-o para longe dele.

O amor é esta “cola” que induz as pessoas a se ligarem e a se “prenderem”. Esta “prisão” serve para ajudar as pessoas a terem progresso *dentro das áreas escolhidas* em seus planejamentos de vida. Muitas vezes temos missões específicas para com algumas pessoas; missões de ajuda, missões de resgate ou de pagamento por atitudes tomadas no passado. Somos espíritos em evolução, isto significa que temos crenças e valores confusos ou errados que geram conflitos. O amor, por sua vez, é uma forma de absorver estes conflitos e permitir a manutenção do vínculo. Ou seja, o ser humano tem muito o que melhorar; se optar por se distanciar dos problemas e das missões de vida a evolução fica bem mais difícil. Frente às dificuldades da vida o amor cria união, diminui o sofrimento, dá força e estabilidade. O amor é sempre uma oportunidade e um incentivo, por isto é tão importante aprender a usá-lo.

O amor permite absorver os conflitos e impulsiona para a ação positiva. Por isto, o amor é sempre uma oportunidade e um incentivo.

O amor também cumpre outras funções na vida humana. Além do bem estar, o amor facilita o perdão, incentiva a caridade, a benevolência e a compaixão, entre outros. O amor também funciona como um propulsor que obriga ao humano agir, sair de dentro de si e se expandir no mundo. Ele dá força e disposição para viver. Ou seja, o amor é um grande motivador.

O amor é um estado de espírito nobre, o que o torna um grande facilitador do amadurecimento humano. Todavia, o grau da influência do amor na vida das pessoas dependerá de todas as outras características da personalidade da pessoa.

Ao “abrir canais de relacionamento” entre o casal, o amor permite que a transformação pessoal dos dois ocorra mais rapidamente.

Luana e Álvaro estavam com o casamento “morto”. Os sentimentos mútuos morreram e a vida alienada tomou conta deles. Observe bem: não é a rotina que mata a ligação amorosa, mas a alienação, o distanciamento e o pouco compartilhar. Refletindo sobre a vida, lembraram o amor que um dia tiveram e que foi perdendo força. Resolveram, então, fazer algo para tentar reavivar o afeto. Foram fazer uma longa viagem juntos. Durante a viagem ocorreram sérios incidentes. Um teve que cuidar e proteger o outro. A solidariedade, a atenção, o carinho, o cuidado, o serviço, a dedicação e o envolvimento, fizeram desabrochar novamente o amor. Esse casal precisou da desgraça para sair do distanciamento e da alienação e assim voltarem a viver o amor, retomando o compartilhar, a troca e a aceitação. Retomando o amor, facilitaram a evolução pessoal de cada um deles.

O amor é uma ótima opção de vida. Cultivá-lo é fundamental para associar evolução espiritual, com sabedoria e bem estar.

LEI DE AMOR E CARIDADE – o espírito que habita cada ser humano foi planejado para ter muita satisfação e aumento da

consciência ao amar e praticar a caridade. Atitudes como a benevolência, o perdão, a paciência com os limites alheios, e muitos outros, atuam como “energizadores” da vida humana. Quanto mais oferta, mais energia, mais sabedoria, mais evolução. As leis espirituais nada mais são do que formas pré-planejadas de tornar a vida mais justa e madura. Portanto, a prática da caridade e do amor estão inscritos como potencial no espírito humano.



ADÃO E EVA, A CIÊNCIA E A REENCARNAÇÃO

A história bíblica de Adão e Eva é uma das mais conhecidas da Bíblia. Deus criou um casal, que deu origem a toda a humanidade. Esse casal teve inicialmente dois filhos homens, Caim e Abel. Caim matou Abel. Sobrou o assassino Caim. Um só homem não reproduz. Deveria ser a extinção pré-matura da raça humana, mas não foi isto o que aconteceu.

Adão, segundo a Bíblia, teve vários outros filhos e filhas. O mais importante deles se chamou Set. É dele uma das genealogias que a Bíblia descreve. Noé, o profeta da arca, é um dos descendentes de Set.

Caim foi mandado embora por Deus e habitou outro lugar, a terra de Nod (a leste do Éden). Lá ele teve pelo menos um filho, chamado Henoc. Os descendentes de Caim se multiplicaram também.

Aqui começa o questionamento: Caim procriou com quem? Set poderia ter procriado com alguma(s) de suas irmãs. Mas, Caim partiu sozinho, não levou consigo nenhuma mulher. Se teve filhos é porque havia(m) outro(s) grupo(s) no(s) qual(is) podia encontrar uma ou várias mulheres. A Bíblia é clara, existiam outros seres que se aproximavam o bastante dos humanos para poderem reproduzir com Caim.

A Bíblia é explícita! No capítulo 6 do Gênesis diz assim (após descrever a genealogia de Set e Henoc): “Viram os filhos de Deus que as filhas dos homens eram formosas; e tomaram para si mulheres de todas as que escolheram”¹⁹. Os filhos de Deus eram os descendentes de Adão, à exceção dos filhos de Caim. Havia outros grupos humanos além do grupo formado a partir de Adão e Eva e seus descendentes.

Agora observe esta passagem do livro do cientista Francis F. Collins²⁰: “os geneticistas de populações, cuja disciplina envolve o uso de instrumentos matemáticos para reconstruir a história das populações de animais, plantas ou bactérias,... concluem que todos os membros de nossa espécie descendem de um grupo comum, de aproximadamente 10 mil iniciantes, que viveu há cerca de 100 mil a 150 mil anos. Essas informações combinam com os registros fósseis que, por sua vez, estipulam a localização desses ancestrais fundadores com mais probabilidade na África Oriental.” Esses 10 mil indivíduos iniciais estavam subdivididos em inúmeros grupos menores.

A evolução da humanidade, como visto anteriormente, foi extremamente lenta (milhões de anos), quando comparamos com a temporalidade do humano encarnado que vive algumas décadas. Com o passar dos milênios, os grupos de homínídeos que viviam separados migrando pela África Oriental desenvolveram diferentes culturas e diversidade genética. Ao longo do tempo eles tenderiam a ser cada vez mais diferentes não fosse pelos contatos entre os grupos. Quando, por algum evento, havia contato entre eles, tinha-se a oportunidade de acontecer troca genética e intercâmbio de conhecimentos e cultura entre os pequenos grupos, o que diminuía a diferença entre eles. Mas, o isolamento geográfico e a baixa densidade demográfica tornavam muito mais propícios o aprofundamento das diferenças. Esses diversos grupos homínídeos conviveram na mesma época e foram razoavelmente diferentes (alguns grupos podiam ficar muito tempo sem contato um com o outro). Estudos relativos ao início da evolução do Homo sapiens, como os feitos de Doran M. Behar, descrevem dezenas de linhagens que se desenvolveram na África Subsaarina²¹.

Os macacos se dividem em pequenos grupos, como estratégia de sobrevivência alimentar e de defesa. Os homínídeos e os primeiros humanos fizeram o mesmo.

A história, que acredito ser simbólica, narrada na Bíblia, relata as lembranças ancestrais de grupos Homo sapiens, grupos pequenos e diferentes, que se comunicavam eventualmente. *Caim é a representação de um desses primeiros Homo sapiens, um indivíduo que saiu do seu próprio grupo e que encontrou e procriou com alguém de outro grupo.*

Produziu uma descendência, assim como os outros filhos de Adão e Eva também tiveram sua descendência, que depois cruzaram entre si.

O cruzamento entre diferentes grupos de homínídeos foi fundamental para o surgimento e evolução do Homo sapiens. Não existiu um início bem demarcado, como diz a Bíblia. Não existiu o primeiro ser humano. O ser humano, como o conhecemos, foi se formando lentamente a partir das mudanças genéticas, e também da evolução da consciência, da transformação da cultura dos grupos e do ganho de conhecimento. Lentamente, o Homo sapiens foi se formando nesses grupos iniciais (os 10 mil indivíduos iniciais a que se refere Francis S. Collins estavam divididos em vários grupos menores).

Não existiu o primeiro ser humano. O Homo sapiens se formou lentamente a partir de mudanças genéticas, da evolução da consciência e da transformação da cultura.

A história humana é a história da formação de sua consciência. O Homo sapiens original tinha, por exemplo, uma linguagem muito limitada, pois sua consciência era extremamente limitada. À medida que o humano vai aumentando a consciência, ele vai aumentando sua possibilidade de escolha e sua responsabilidade. Essa é uma das mudanças fundamentais que começou a acontecer nos homínídeos nossos precursores. As mudanças prepararam o caminho para o surgimento posterior do Homo sapiens e da consciência como elemento central na vida da nova criatura.

Como já disse, não houve um primeiro Homo sapiens, um Adão. Houve uma lenta transformação, ao longo de centenas de milhares de anos, de vários grupos de indivíduos, o que acabou gerando a nova criatura que é o Homo sapiens. Lentamente, os planos de Deus foram se realizando. Deus permitiu a emersão de uma nova criatura dotada de consciência, assim como Deus possui consciência. Esta consciência humana está expandindo, aumentando. Ao longo de milênios o aprimoramento da consciência humana foi muito grande. Nossa capacidade de raciocínio e entendimento é hoje muito maior, nossa capacidade de controlar nossos instintos é bem maior. Mas, a grande novidade, que está se tornando mais clara nos tempos *atuais* é a capacidade de termos acesso mais fácil e claro aos conteúdos do inconsciente. Esta é a grande revolução da humanidade nos milênios porvir.

O aumento da consciência corresponde a um aumento da liberdade de escolha, o que necessita de um aumento da responsabilidade pessoal e grupal. Com a maior facilidade de acesso aos conteúdos do inconsciente, a consciência crescerá em amplitude e força. Mais responsabilidade será necessária.

É neste sentido que hoje quase qualquer pessoa pode ter acesso às informações de suas encarnações passadas, evento este que era relativamente raro décadas atrás na cultura ocidental. Este é apenas mais um dos sintomas desta maior capacidade do ser humano de ter contato com seu inconsciente e seus inúmeros recursos. *Uma nova e abrangente fronteira de evolução está se abrindo para a raça humana.* Aprender a usar com equilíbrio esses recursos será um dos maiores desafios para nossa espécie, agora e em nossas encarnações futuras.

Poucas pessoas sabem, mas a formação da ideia de Deus e de uma espiritualidade demorou bastante tempo para surgir na humanidade. Não é um conceito inicial da humanidade. Os primeiros Homo sapiens eram essencialmente ateus. Não havia a ideia de Deus, não havia nenhum ritual religioso. A capacidade do ser humano de acreditar em Deus se desenvolveu durante a era glacial, entre 80 mil e 45 mil anos atrás. O Homo sapiens já habitava o planeta Terra há pelo menos 70 mil anos quando a evolução dos espíritos, do corpo humano e da consciência, permitiram essa maravilhosa oportunidade e benefício que é acreditar em Deus. Segundo o biólogo Edward O. Wilson, da Universidade Harvard, “a mente humana evoluiu para acreditar nos deuses. A aceitação do sobrenatural significou uma grande vantagem por toda a pré-história, quando o cérebro estava evoluindo”²² Segundo Charles Darwin “a fé surgiu como consequência dos consideráveis avanços da capacidade racional do homem. Ela nasceu da imensa capacidade humana de exercer sua curiosidade, sua imaginação e sua facilidade em se encantar”²³.

Dezenas de milhares de anos depois do surgimento do Homo sapiens começou a ser formada a Bíblia. Um povo, os judeus, representaram nela suas tradições e os ensinamentos acumulados por milhares de anos. O povo judeu possuía muitas informações que recebiam mediunicamente, de acordo com a capacidade de entendimento da época. A Bíblia está

recheada da narração desses eventos mediúnicos. Havia também outra fonte de conhecimento: as pessoas que ajudaram a formar a Bíblia entenderam as mensagens que recebiam segundo suas próprias memórias de encarnações passadas. Fragmentos dessas memórias foram inseridas na Bíblia. A saída de Caim e o encontro dele com outro povo que não era exatamente igual a ele, mas era parecido o bastante para gerar filhos e formar uma nova comunidade, é um bom exemplo. É uma reprodução fiel dos fragmentos de memórias de encarnações passadas nas quais grupos de hominídeos e, posteriormente, de Homo sapiens se encontravam e trocavam características genéticas e culturais. Ou seja, boa parte dessas pessoas haviam vivenciado as mesmas experiências em encarnações passadas, por isso sentiam a história de Caim como verdadeira, ou seja, identificaram-se com ela. *A história de Caim possuía uma ressonância interna na mente daquelas pessoas.*

*Fragmentos de memórias de encarnações passadas
ajudaram os formadores da Bíblia a se identificarem com
as situações e diálogos ali mostrados.*

A vida dos primeiros humanos era muito dura. Seus recursos culturais, tecnológicos, intelectuais e sociais eram muitíssimo limitados. A memória era descontinuada, limitada e cheia de vazios de significados. Depois de dezenas de milhares de anos o ser humano evoluiu e preencheu os vazios de significados com idealizações que explicavam aquilo que eles não podiam entender verdadeiramente. Isso aconteceu entre os judeus e aconteceu em todos os lugares do planeta Terra. Memórias de encarnações passadas se mesclaram com informações mediúnicas, que se mesclaram com a cultura, que se mesclaram com a necessidade de entendimento (foi assim que surgiram os livros sagrados). Uma vida com consciência *necessita* de significado, por isso o humano busca o entendimento. O entendimento acontece segundo as possibilidades e capacidades de cada povo em cada momento da sua história, já que a religião é dinâmica e está sempre em transformação.

Observe bem: se a religião é dinâmica, a verdade que ela tenta refletir é eterna, pois é provida por Deus).

*A vida com consciência necessita dar significado a tudo.
Parte do esforço de entender a vida e o mundo foi
direcionada para a formação das religiões. A religião é
dinâmica, segundo o entendimento de cada povo; já a
verdade que tenta refletir é eterna pois foi organizada por
Deus.*

As idealizações que encontramos no Antigo Testamento da Bíblia não devem ser reduzidas e desqualificadas como meras fantasias criativas. São histórias baseadas nas experiências de diversos espíritos que tiveram várias encarnações, e nas experiências mediúnicas dos mesmos. São, portanto, *fundamentadas* em experiências e lembranças de diversas encarnações dos membros do povo judeu. Aqueles que desconsideram esse fabuloso livro sagrado deveriam lembrar de que nele estão acumuladas profundas experiências do ser humano e uma boa parcela da história da sua raça, a raça humana.

No Gênesis há mais do que a descrição dos contatos entre os grupos iniciais, representados na história de Caim e Abel. Encontramos nessa mesma parte da Bíblia quatro mensagens fundamentais, ou leis divinas.

1. **Estar junto a Deus é bom.** Todos os espíritos que evoluíram descrevem uma enorme satisfação em estar “próximo” de Deus. A vida destes espíritos é melhor, a consciência é maior e o entendimento se multiplica. Este é o paraíso humano. Esse paraíso humano foi alcançado por espíritos que muito se empenharam e confirmaram a suprema realização de estar “perto” de Deus. Os humanos daquela época, menos evoluídos e de consciência mais restrita, só conseguiram entender essa mensagem *literalmente*. É por isto que o Gênesis descreve literalmente esta proximidade de Deus: “em seguida, eles ouviram Javé Deus passeando no jardim (paraíso), à brisa do dia” (Gênesis 3,8). Eles, a imensa maioria da população, entenderam segundo a capacidade que possuíam na época em que se formou a Bíblia. Nós temos a possibilidade de entender a mensagem espiritual que está ali presente, dentro de seu real contexto.

2. **Deus sempre envia seus mensageiros.** Em todas as épocas da humanidade Deus enviou seus mensageiros. E continua enviando. São espíritos de Luz que reencarnam com missão de ajudar a humanidade. São espíritos de Luz que estão presentes irradiando desde o plano espiritual. Ou, bem mais raros, são seres iluminados que se apresentam temporariamente com feições humanas. A bíblia diz do patriarca Abraão: “Levantando Abraão os olhos, olhou e eis *três homens* de pé em frente dele. Quando os viu, correu da porta da tenda ao seu encontro, e prostrou-se em terra”²⁴. O ser humano nunca está só esta é uma das mensagens reais da Bíblia.
3. **Deus está sempre presente e intervém em Sua Obra quando considera necessário.** Na Bíblia Deus passeia pelo lindo jardim que construiu. Ele está presente, não é um Deus distante, ausente. Esta é uma verdade fantástica. Deus orienta os espíritos de Luz para atuarem sobre o planeta Terra. Ele emana sua energia e fortalece a vida no planeta, principalmente, atua para que um planejamento maior se concretize. Muitos grupos mais evoluídos falam da Presença de Deus, do Fluxo de Deus, da Vontade de Deus, do Espírito Santo. Sabemos que Ele pode agir e que Suas Leis são projetadas para auxiliá-Lo nesta ação. No Gênesis o que mais Deus faz é agir sobre Sua Obra. Na História de Noé (capítulo 6), por exemplo, Deus está insatisfeito com Sua criação e a destrói parcialmente. Portanto, aqueles indivíduos que há milhares de anos começaram a formar a Bíblia não deliraram, eles descreveram verdades eternas, com Suas palavras e Suas limitações.
4. **A evolução, genética ou cultural, de uma sociedade não é aleatória.** Há uma organização na evolução da vida, conseqüentemente da vida humana. O ser humano age através do seu livre arbítrio. A natureza se transforma e evolui segundo as Leis de Deus. E Deus intervém segundo o Seu desejo. Portanto, existe a “mão de Deus” na evolução. Ou seja, “as Leis de Deus Dele provém, e a Ele preveem”. O Gênesis 3,19, em uma linguagem primitiva explica esta verdade ao descrever a expulsão do homem do paraíso: “... você comerá o pão com o suor do seu rosto...” Essa frase revela um Deus atuante, agindo sobre sua criação – Deus faz

parte da vida do universo. Se Deus não interviesse, Ele ficaria quieto apenas observando e deixando que somente a própria natureza e Suas Leis agissem. Não foi o que aconteceu e não é o que acontece. Observe bem: a natureza sempre age livremente, de acordo com as Leis de Deus que preveem a intervenção Dele. Os espíritos que encarnaram e reencarnaram nos primeiros milênios da humanidade tiveram várias experiências em que a Presença de Deus foi sentida e sua intervenção foi notada. Ao reencarnarem na época da formação da Bíblia, e lerem os relatos Bíblicos do Gênesis, identificaram-se com a ideia da intervenção de Deus sobre Sua criação, pois já tinham tido experiências do mesmo tipo em encarnações passadas. A ideia é precisa, o linguajar é primitivo. Não há porque duvidar da ideia, mesmo que esta seja apresentada de forma menos refinada. A Bíblia carrega em si muita sabedoria.

Mais uma vez observamos como as memórias de encarnações passadas são usadas para produzir a cultura (no caso, cultura religiosa) e como tais memórias facilitam a adesão a determinadas ideias. Memórias de encarnações passadas foram fundamentais para a formação do livro sagrado dos cristãos. Todos nós somos muito beneficiados por este fato.

A história humana se confunde com a história da evolução da consciência humana. Atualmente temos uma consciência melhor preparada que nossos antepassados distantes. Esta consciência usa linguagem mais refinada, mas as verdades são eternas, são as mesmas ontem, hoje e amanhã.

A consciência está se transformando e ampliando. A linguagem humana acompanha a evolução e se refina também. Tentamos expressar, com o linguajar atual, as mesmas verdades eternas que os formadores da Bíblia tentaram expressar em sua época.

A ciência é nossa companheira na evolução. Mais consciência, mais ciência, mais responsabilidade, mais necessário o equilíbrio. O ser humano é convidado a ser mais responsável com o meio ambiente, com os animais, com os outros humanos e com sua espiritualidade. Este é o momento que estamos vivendo. No futuro, daqui a alguns milhares de

anos, estaremos reencarnados e teremos outros desafios evolutivos. Nosso espírito evolui e o corpo humano também deve se transformar para oferecer os recursos *necessários* para os novos desafios evolutivos.

A boa notícia é dada por José Ângelo Gaiarsa: “O cérebro foi o órgão que mais evoluiu (que mais aumentou) na história da vida, nos últimos três ou quatro milhões de anos. *As áreas ligadas à agressão vêm diminuindo e as ligadas ao prazer, aumentando*”.²⁵ O corpo humano está lentamente se adaptando às novas necessidades dos espíritos mais evoluídos que estão habitando o planeta. Se a evolução do planeta acompanhar a evolução MÉDIA dos espíritos, o corpo humano sofrerá várias adaptações necessárias aos desafios futuros.

LEI DE IGUALDADE – todos os espíritos foram criados por Deus com as mesmas potencialidades e as mesmas características. Eles se diferenciaram a partir das escolhas realizadas ao longo do tempo. Alguns evoluíram mais rapidamente, alguns desenvolveram determinadas aptidões. Todavia, a potencialidade se expressa em todos os espíritos, encarnados ou não. A diversidade que encontramos na vida humana é fruto dos diferentes ritmos de evolução dos espíritos. Deus aproveita esta diversidade para propiciar aos reencarnantes as condições necessárias para que cada espírito possa cumprir sua missão de vida previamente planejada.

¹⁹ *Bíblia Sagrada: Gênesis*, capítulo 6, versículo 2 (Sociedade Bíblica de Portugal, 1997)

²⁰ Collins, Francis S. *A Linguagem de Deus: um cientista apresenta evidências de que Ele existe* (Editora Gente, 2007), p. 132

²¹ Behar, Doron M.; VILLEMS, Richard; et. al. *The Dawn of Human Matrilineal Diversity*. The American Journal of Human Genetics, Volume 82, Issue 5, 1130-1140, 24 April 2008

²² Wilson, Edward O. *A Unidade do Conhecimento, Consiliência* (Editora Campus, 1999), p. 262

²³ Darwin, Charles. *A Descendência do Homem*. In: Revista Veja, número 1834

²⁴ *Bíblia Sagrada: Gênesis*, capítulo 18, versículo 2 (Sociedade Bíblica de Portugal, 1997)

²⁵ Gaiarsa, José Angelo. *Educação familiar e escolar para o terceiro milênio* (Editora Agora, 2008), p. 77



A POPULAÇÃO DO PLANETA TERRA CONTINUA CRESCENDO, ISTO SIGNIFICA QUE O NÚMERO DE ESPÍRITOS ESTÁ AUMENTANDO?

A população do planeta Terra evoluiu assim²⁶:
Por volta do ano 8.000 A.C. (antes de Cristo) o número de habitantes do planeta era de 5 milhões e a expectativa de vida era de 10 a 15 anos.

Em 1 D.C. (depois de Cristo) a população já era de 300 milhões. A expectativa de vida aumentou para 30 anos²⁷.

Em 1.200 D.C. a população era de 450 milhões.

Em 1.750 D.C. a população chegou a 795 milhões. Em 1.850 D.C. a população explodiu para 1,2 bilhões. Em 1950 D.C. duplicou para 2,5 bilhões.

Em 31 de outubro de 2011 circulou a notícia de que oficialmente éramos 7 bilhões de humanos vivendo em um planeta com recursos finitos e uma ecologia que mostra claros sinais de limitação. A expectativa de vida em alguns lugares chega a 80 anos e em outros ainda está em torno de 45 anos. É um mundo com grandes contrastes.

A população continua a aumentar. Será que o número de espíritos está aumentando? Com certeza, está aumentando o número de espíritos que *estão* encarnados. Pois para cada vida humana há um espírito a ela relacionado. Se há 7 bilhões de humanos, há 7 bilhões de espíritos encarnados. Todavia, o número total de espíritos, encarnados e

desencarnados, é muitas vezes maior. Existem muito mais espíritos no plano espiritual do que encarnados.

Além disso, o número de espíritos está aumentando. No “O Livro dos Espíritos” (pergunta 81), Allan Kardec nos informa que Deus, supremo organizador da realidade, está sempre em atividade. É um Deus vivo e presente que “cria” continuamente. Uma das facetas da criação de Deus são os espíritos. O Universo está em contínuo movimento e é abundante em vida, Deus sempre cria novos espíritos.

*Deus é ativo. Sempre cria e intervém em sua criação.
Sempre cria novos espíritos, que podem vir a encarnar em
nosso planeta, após significativa evolução.*

Há espíritos em vários lugares do Universo, o planeta Terra não é o único habitado. O fato de não conhecermos outros lugares habitados, não quer dizer que eles não existam. Faz pouco tempo que o ser humano descobriu o que é um próton ou um nêutron. Antes de serem descobertos, os prótons e os nêutrons já existiam. O mesmo acontece com os inúmeros bilhões de planetas, estrelas e constelações que compõem o Universo. Supor que somente no nosso planeta existam condições para a vida com consciência é uma limitação enorme; há uma enorme probabilidade de haver vida consciente em outros locais.

Allan Kardec fez a seguinte reflexão: “Porque injustificável privilégio este quase imperceptível grão de areia, que não avulta pelo seu volume, nem pela sua posição, nem pelo papel que lhe cabe desempenhar, seria o único planeta povoado de seres racionais? A razão se recusa a admitir semelhante nulidade do Infinito, e tudo nos diz que os mundos são habitados”.[28](#)

Deus está sempre criando espíritos e é possível que alguns deles, após significativa evolução, venham habitar o nosso planeta. O número de espíritos que encarna na Terra não é constante. Alguns podem “vir” habitar este planeta pela primeira vez e outros podem deixar de encarnar neste planeta. Todavia, parece que este “intercâmbio” não é muito intenso. As literaturas sobre regressão a encarnações passadas relatam poucos casos, uma ínfima minoria, de humanos que dizem ter tido experiências em outros lugares do Universo.

Portanto, o número total de espíritos que podem encarnar na Terra não é fixo. Pode aumentar ou diminuir. E são em número muitas vezes maior do que os que estão atualmente encarnados.

O espaço de tempo entre uma encarnação e outra pode variar muito. Mas, nos últimos séculos está diminuindo.

O evento que melhor justifica o aumento da população é a rapidez com que os espíritos reencarnam após desencarnarem. As pessoas em estado alterado de consciência, durante a regressão, demonstram muito claramente que as encarnações em época mais antigas eram mais espaçadas. Ou seja, depois da morte os espíritos passavam mais tempo no plano espiritual. Parece haver uma relação entre espíritos com mais consciência e mais evoluídos e o menor tempo necessário no plano espiritual (esta ideia ainda é uma hipótese a ser melhor estudada).

Quando pacientes em regressão relatam encarnações em épocas distantes mais de mil anos da época atual existe, na média, um espaço de tempo maior entre uma encarnação e outra. Esses espíritos evoluíram e aumentaram significativamente o seu grau de consciência. Maior consciência facilita o aprendizado e o preparo para a nova encarnação. Portanto, o aumento da população coincide com o aumento do grau de consciência, que facilita a evolução tecnológica e aumenta a expectativa de vida. Estamos aumentando o tempo que ficamos encarnados na Terra e diminuindo um pouco o tempo no plano espiritual.

Mais consciência, mais ciência, mais tecnologia, mais gente, é igual a dizer que temos que ter muito mais responsabilidades. Significa também melhores condições de vida e boas oportunidades para priorizar e dirigir os esforços pessoais rumo à evolução do espírito. É mais uma oportunidade, uma boa oportunidade que estamos tendo. O planeta está em transformação. Daqui a 200 anos ele será significativamente diferente. Em que sentido ele será diferente não sabemos, mas as transformações estão acontecendo em um ritmo muito acelerado. Em parte, essas transformações dependerão das escolhas que bilhões de humanos farão no seu dia a dia, dos valores que cultivarão e da forma como lidarão com os novos desafios que virão como consequência do ganho maior de consciência. O mundo pode se tornar melhor ou pior nos próximos

séculos, mas no longo prazo ele tende a ser melhor do que é hoje. Você já aprendeu que séculos para os humanos é como “uma semana” para o espírito. Assim, longo prazo quer dizer milênios ou milhões de anos. Até lá o corpo humano terá se modificado bastante, talvez seja até uma nova raça; isto se a raça humana continuar a existir.

O mundo pode se tornar melhor ou pior nos próximos séculos, mas no longo prazo ele tende a ser melhor do que é hoje. O corpo humano e a mente irão se modificar consideravelmente.

É muito diferente pensar em termos de décadas ou séculos e pensar em termos de milênios e milhões de anos. *O espírito que somos não depende de haver uma raça humana para existir.* Não depende da Terra para existir. A questão é: para nosso nível evolutivo a Terra é um bom lugar e é um lugar muito adequado para evoluir e aumentar o nível de consciência. Aprender a cuidar deste lugar é fundamental. Nós iremos reencarnar, seja na Terra ou em outro lugar. Nós podemos reencarnar na Terra em um ambiente no qual reine a justiça e a paz, ou podemos reencarnar onde reine o caos. Nossas necessidades evolutivas serão as mesmas, a qualidade de vida para atingir os objetivos evolutivos é que pode ser melhor ou pior.

Iremos reencarnar na Terra independentemente do destino social, político e ecológico do planeta. As necessidades evolutivas são as mesmas, e pode-se evoluir em ambientes com ótima ou péssima qualidade de vida.

Mais espíritos encarnados significa mais população. Algumas estatísticas indicam que daqui a algumas décadas ou séculos o número de habitante da Terra irá diminuir. Será uma boa notícia, o ser humano tende a viver melhor com menos acúmulo de pessoas.

LEI DE DIVERSIDADE: a diversidade de experiências é fundamental para o aprendizado do espírito, por isto a diversidade do meio ambiente, de histórias sociais e pessoais, das fases da vida, personalidades, culturas, etc. Tudo se transforma para que sempre haja variedade e seja dificultada a estagnação. Deus

organizou o Universo baseado no movimento e na transformação contínua.

[26](#) Haub, Carl. *How Many People Have Ever Lived on Earth?* Population Today (2002), Vol. 30 (no. 8), p. 3-4

[27](#) Rohrbaugh, Richard L. *The Social Sciences and New Testament Interpretation* (Hendrickson Pub, 2004) p. 5

[28](#) Kardec, Allan. *O Livro dos Médiuns* (FEB, 2003) p. 21



FIM: QUALQUER DIA A GENTE SE VÊ POR AÍ.

“O lá, amigo! Acho que a gente vai ficar uns tempos sem se encontrar”. Foi assim que Otaviano se despediu de seus amigos. Ele foi um homem de fé profunda. E, mesmo no momento em que o medo e a insegurança costumam ser muito fortes, ele não perdeu a fé. Faleceu em paz e em serenidade.

É provável que o espírito do Otaviano tenha muito mais de 50 mil anos e suas encarnações sejam contatadas às centenas. Isto significa que a personalidade e o corpo do Otaviano nunca haviam morrido. Mas, o espírito que reencarnou como Otaviano já conhecia a morte, tendo passado por ela centenas de vezes, pelo menos. Todas as experiências humanas são revividas muitas e muitas vezes.

O corpo desconhece a morte, mas o espírito já passou por ela muitas vezes.

Se o espírito tem um início é provável que ele tenha um fim. Mas, o ponto final do espírito é tão longo que preferimos “imaginar” que ele é eterno. A noção de tempo que o humano encarnado tem é muito restrita. É difícil para qualquer humano imaginar o que são os bilhões de anos do nosso planeta Terra, este planeta que é como uma pequena poeira no Universo.

Onde o tempo é contado em bilhões de anos, o que são milhares de anos? Muito pouco. O espírito vive milhares de anos, talvez milhões, ninguém sabe ao certo. O espírito vive milhares de anos, com certeza. Você consegue imaginar o que são 10 mil anos, por exemplo?

Allan sofreu um acidente de moto. Fazia seis meses que ele se tratava com fisioterapia e sentia fortes dores. Dizia que já não aguentava mais. Míseros 6 meses de sofrimento e ele não aguentava mais. Ele disse: “faço qualquer coisa para não sofrer assim”. Seis meses de uma vida de, pelo menos, dezenas de milhares de anos, a vida do espírito. Veja que diferença: existem sofrimentos que nós nos obrigamos a enfrentar e que duram milhares de anos, são os sofrimentos que cultivamos para nós mesmos.

Milhões de brasileiros desencarnam todos os anos. Uma grande parte desencarna para ter duros sofrimentos por, às vezes, mais de cem anos. Não, não é punição de Deus. É o resultado lógico das decisões e do que cultivaram enquanto encarnados. Alguns sofrimentos podem durar 200 anos ou mais. São sofrimentos que se originam nas escolhas e nas decisões pessoais. Toda pessoa pode se poupar ou se “crucificar”. Cada um é responsável por sua própria história.

É muito importante que todas as pessoas tenham plena consciência do grau de responsabilidade que possuem frente à própria vida. Não há absolutamente nada na vida que seja neutro. Tudo são escolhas. E essas escolhas contribuirão para que o ser humano amadureça *ou* cultive o que é ruim. No que ele amadurecer encontrará facilidades. Mesmo em momentos difíceis haverá mais facilidades e menos sofrimento. Cultivar o que *não* é nobre também trará consequências. Neste livro vocês leram vários exemplos de pessoas que sofreram muito, às vezes por séculos, porque escolheram cultivar o que criou ou aumentou vícios, traumas e condicionamentos. São escolhas ruins e é lógico que possuem consequências.

São milhares de anos. Uma “eternidade”! O poeta Pablo Neruda, que escreveu que era tão breve o momento e tão longo o esquecimento, talvez não soubesse o quanto o tempo é realmente longo. Talvez ele não tivesse a consciência de que nossas ações, pensamentos e atitudes pudessem reverberar por tanto tempo. A vida é única e é longa. Ela é uma continuidade. Um suicida pode interromper uma encarnação, mas não a vida. Ele não tem esse poder.

O tempo é longo, e a vida encarnada e protegida é menos intensa que a vida do espírito. Quem cultivar o que não é

*nobre estando encarnado, terá a resposta amplificada
quando no plano espiritual.*

Em todas as estórias que vocês leram neste livro, as pessoas trouxeram para esta encarnação conteúdos de encarnações passadas. Nós somos assim, uma sequência. Trazemos de outras encarnações e da infância o que é básico em nossa forma de ser e pensar. O passado está sempre a nos influenciar.

Você aprendeu que nascemos com objetivos, com as nossas missões na vida e com planejamentos. O corpo que você habita, a família na qual você nasceu, sua cidade natal, a classe social, tudo isto *não* é aleatório. Tudo foi organizado para lhe dar condições de cumprir sua missão. Seu esforço, dedicação, determinação e escolhas é que determinarão o quanto você cumprirá dos seus objetivos.

Para quem nasceu no Brasil e tem uma família razoável, tem acesso à educação, saúde, cultura, alimentação adequada, segurança e boas oportunidades, a vida encarnada é especialmente benevolente. É uma situação maravilhosamente propícia para dar um salto no desenvolvimento espiritual. Isto *não* quer dizer que a situação de um miserável seja difícil para ele evoluir espiritualmente. Existem espíritos muito desenvolvidos vivendo essa experiência na pobreza. O que digo e repito é que uma vida de classe média permite acesso a informações (como bons livros, por exemplo), ajuda o desabrochar da vocação, proporciona maior estabilidade na vida, facilita o recomeçar, estimula a obtenção de conhecimentos desenvolvidos em qualquer cultura e em qualquer tempo, aumenta a aceitação das especificidades individuais, facilita o participar de cursos e treinamentos, etc. Todos estes benefícios podem ser usados a favor da evolução espiritual. É, com certeza, uma situação mais propícia para a descoberta interior. Resta-nos o esforço e a sabedoria para *aproveitar* a oportunidade.

*Uma parcela das pessoas está complicando a própria vida,
gerando novos sofrimentos ou aumentando antigos.*

O que acontece com uma pessoa que não aproveita a oportunidade? O caminho natural é aproveitar a oportunidade, pois para isto está tudo preparado. O maior esforço deve ser feito para *não* aproveitar a

oportunidade. Isto significa desenvolver condicionamentos, não solucionar traumas, adquirir vícios, cultivar defeitos. Não é apenas perder a oportunidade e ficar tudo igual. Muitos estão complicando a própria vida, gerando maiores e novos sofrimentos para si mesmos.

Todos estes novos traumas, condicionamentos, vícios e defeitos cultivados terão que ser resolvidos. Todo desequilíbrio gera uma “dívida” que terá que ser paga. Novos e maiores sofrimentos são gerados. Haverá mais choro, haverá mais tristeza, haverá mais insatisfação. É a consequência lógica de quem desperdiça ótimas oportunidades e cultiva o negativo: o resultado será ruim.

Existe uma estorinha muito bacana: duas mocinhas moravam em uma pequena cidade. Um dia houve uma explosão e as duas morreram. Os espíritos delas saíram do corpo e foram até a porta do céu. Lá estava São Pedro sentado em frente ao portão de entrada. A mocinha A chegou e disse: “São Pedro eu vou poder entrar? Sinceramente não sei se mereço, pois todos os finais de semana saía para dançar e passear com meus amigos. Eu temo ter que ir ao inferno”. São Pedro olhou para ela com olhos caridosos e disse: “Eu gostava de te observar dançar. Você era bem animada e ajudava a tornar o ambiente mais alegre. Por isto você não vai para o inferno”. Nisto a mocinha B disse: “eu nunca perdi meu tempo com tais atitudes. Meu tempo foi dedicado a ajudar os aflitos”. São Pedro disse: “gastou seu tempo criticando os que sorriam. Mas, ajudou os outros. Por isto você vai sentar naquele banquinho e vai pensar na vida que teve. Você também, mocinha A; você sorriu, brincou, mas não ajudou os aflitos. Você também vai para o banquinho pensar na vida que teve”. As duas ficaram bastante tempo sentadas no banquinho, pensando nas próprias atitudes e escolhas. Elas não sabem quanto tempo, pois na porta do céu não tem dia e nem noite e elas deixaram seus relógios na Terra. Em determinado momento São Pedro mandou chamá-las. “Eu sei o que decidiram. Mas, gostaria de ouvir de vocês mesmas”. A mocinha B disse: “nós gostaríamos de uma nova chance, gostaríamos de voltar a encarnar. Ela vai me ajudar a aprender a sorrir e a brincar. E eu vou ajudá-la a ter prazer em ajudar ao próximo”. São Pedro disse: “É uma boa escolha. Vocês vão voltar e vão se encontrar. Nem saberão o porquê serão muito amigas. A mocinha A vai voltar vaidosa e com fortes tendências egoístas, pois é assim que ela é hoje. E você mocinha B vai voltar crítica e orgulhosa, pois é assim que você é hoje. Se ajudarem uma à outra terão a alegria de evoluírem juntas”.

As duas se olharam e a mocinha A disse para a mocinha B: “bom, qualquer dia a gente se vê por aí”. Meses depois em uma cidade qualquer nasceram duas meninas.

A estorinha mostra a continuidade da vida, os planos de vida e o renascimento. É assim que somos: renascemos para aprender. Todas as nossas dificuldades terão que ser enfrentadas. Algumas vezes os retornos podem ser em boas condições e outras vezes são em péssimas condições. Retornamos em boas condições de vida ou em péssimas condições de vida por necessidade evolutiva. Tudo dependerá da estratégia adotada no planejamento de vida feito no plano espiritual. É por isto que nas classes mais abastadas existem espíritos pouco evoluídos. Eles não estão ali por “merecimento”. Estão ali porque é necessário para a evolução de seus espíritos. Algumas pessoas não acham justo que isto aconteça. Esquecem que para um espírito que vai viver muito mais de 40 mil anos uma única vida encarnada de poucas décadas é muito pouco.

A realidade: estamos encarnados com as características atuais porque este é o planejamento de vida e este é o resultado de nossas escolhas realizadas ao longo de todas as encarnações e no plano espiritual.

Nos ambientes mais decrépitos existem bons espíritos encarnados. Seja como missionários, seja para quitação de débitos, seja por necessidade de experiências evolutivas. Muitas vezes é o próprio espírito quem escolhe as provas e desafios que irá enfrentar; outras vezes são os espíritos mais evoluídos que escolhem as provas e as missões dos menos evoluídos. Existe justiça no fato de um espírito bem evoluído encarnar, algumas vezes, em piores condições que o espírito pouco evoluído? Sim, existe. A justiça se dá no planejamento de vida e no grande usufruto que ele terá graças aos seus aprendizados, *esteja onde estiver*. Não podemos esquecer que os próprios espíritos mais evoluídos possuem liberdade de escolha da sua nova encarnação, e muitas vezes escolhem renascer em situações muito difíceis porque reconhecem que necessitam de determinadas experiências para facilitar sua própria evolução.

Quem evolui colhe vários benefícios na vida encarnada e não encarnada. Muitas pessoas, mesmo sabendo disso, escolhem caminhos errados. Grande parte dos humanos busca desculpas para seus erros gerando

hipocrisia e se distanciando da realidade. A consequência é que reproduzem erros e tornam-se espalhadores de sofrimento. Outros atentam para a realidade dos seus atos e buscam a mudança interior. Estes, os que buscam evoluir, são os que poderão colher benefícios nesta e em outras encarnações. Melhor explicando, colherão benefícios onde evoluírem e terão mais dificuldades onde não evoluírem. Esta é a regra.

Conhecer as leis da vida e entendê-las é um dos melhores incentivos para segui-las. Para facilitar-lhes o entendimento das leis é que foram contadas tantas estórias neste livro. É preciso que você coloque como prioridade número um a própria evolução. Este é o seu maior desafio.

O grande desafio: colocar como prioridade número um a própria evolução e evoluir focando as necessidades do espírito.

O sentido da vida humana é evoluir, substituir o que não é nobre pelo que é nobre. É assim que devemos caminhar. Somos duplamente beneficiados. Nós nos tornamos mais evoluídos e a sociedade ganha muitas qualidades que serão úteis para nós em várias encarnações. Nós iremos voltar muitas vezes, em vários corpos e em várias posições sociais. Uma sociedade sustentável com justiça, democracia e respeito aos direitos humanos é bem melhor de se viver, em qualquer corpo e em qualquer classe social. O caminho da humanidade é influenciado pelas ações de bilhões de pessoas. A atitude de cada pessoa conta e conta bastante. *O futuro não é certo, pode ser melhor ou pior. Nossas encarnações futuras poderão ser em condições piores ou melhores.*

Nossa vida futura possui no mínimo milhares de anos a mais. É isto o que está em jogo. Uma pessoa que tenta enganar o outro em um negócio estará cultivando a ganância, a raiva e gerando desarmonia. Colherá os frutos dessa atitude e estará triplamente se prejudicando: cria condicionamentos negativos que geram sofrimentos, gera débitos e ajuda a criar um mundo injusto e desarmônico.

A responsabilidade pela própria vida é total. Em todas as situações somos os responsáveis por nós mesmos e pelas nossas escolhas. Estamos “condenados” a viver um longo período. Nós iremos reencontrar este planeta muitas vezes, iremos viver nas suas culturas e em suas classes sociais. Nós vamos voltar e iremos embora. Quando estivermos no plano

espiritual iremos viver as experiências de lá. Os espíritos que encarnam na Terra são um grande grupo. Suas vivências estão interconectadas. Estes interrelacionamentos estão presentes em todos os aspectos da vida encarnada ou da vida no plano espiritual. Vários destes espíritos possuem vivências muito próximas. *E muitas vezes as despedidas realmente deveriam ser assim: qualquer dia a gente se vê por aí.*

Os espíritos que encarnam na Terra são um grande grupo e suas vivências estão interconectadas.

LEI DE JUSTIÇA – “Os direitos naturais são os mesmos para todos os homens, desde o menor até o maior; Deus não fez uns mais puros que outros, e todos são iguais perante Ele. Esses direitos são eternos; os direitos estabelecidos pelos homens desaparecem com suas instituições”²⁹. Sendo assim, a justiça de Deus é mais ampla que a justiça humana e se realiza ao longo dos milênios ou milhões de anos. Assim como um bandido que rouba hoje pode ser pego amanhã, um espírito que usa de seu poder para realizar o mal terá que se arrepender e reparar os erros pretéritos para atingir a redenção e evoluir plenamente. A justiça é a mesma para todos, porque cabe a todos progredir e se aperfeiçoar, sem exceção. Todos possuem plenas condições de evoluir, a rapidez desta evolução será ditada pelas escolhas de cada espírito. A não evolução significa a perpetuação dos erros e condicionamentos, o que gera o sofrimento.

²⁹ Kardec, Allan. *O Livro dos Espíritos*. Pergunta 878a (LAKE, 1997) p. 289



NOTA FINAL

Foi muito bom escrever este livro. Eu escrevi, reescrevi, escrevi de novo. Corrigi, dei nova redação a partes que ficaram confusas. Acrescentei parágrafos, páginas e até capítulos. Também excluí várias partes. Foram quase dois anos escrevendo.

Agora, nos momentos finais sinto-me feliz por todo o trabalho.

Na minha infância meu pai e minha mãe sempre me alertavam para a importância da boa vontade e da gratidão. Levaram-me para tomar passe, insistiram para que eu lesse livros espiritualistas, fizesse caridade... Graças a Deus que me “obrigaram” a fazer tudo isso. Pois o que sinto hoje ao me lembrar deles é uma gratidão profunda. É muito bom sentir esta gratidão/saudade/amor.

Eu sei que escrever este livro é um caminho lógico frente às escolhas que fiz ao longo das minhas décadas de vida. Sei que em muitas das minhas escolhas existe o peso da sabedoria de meu pai e da minha mãe. E sei que minha vida é melhor por isto.

Um dia um amigo me disse que queria ser um pai melhor do que o pai dele. Eu fiquei pensando... cheguei à conclusão de que se eu fosse um pai tão bom quanto os meus pais foram já estaria imensamente satisfeito. Com paz no coração posso dizer que tenho me esforçado para corresponder a todos os benefícios que recebi e recebo daqueles a quem escolhi para me acolher como filho.

Aos meus pais Onofre e Edna eu dedico este livro.

E que Deus me dê sabedoria para seguir pelos caminhos que anos antes meus pais já haviam trilhado.

Como sou um homem afortunado, tive a chance de ter dois outros pais, que me apoiaram e me incentivaram durante décadas e hoje também me acompanham em outra dimensão.

Obrigado, Tia Fanny e Tio Modesto.

Quando era criança escutava meus pais orarem e agradecerem pela família que possuíam. Naquela época não entendia o valor que eles davam à família. Também pudera, minha família era legal e para mim era assim que eram todas as famílias. Não entendia o esforço deles para me proporcionar um ambiente de paz, amor e equilíbrio. Hoje eu entendo, e também agradeço.

Agradeço a Deus pela minha esposa e pelos meus filhos. É muito bom poder acordar e ver seus sorrisos. É muito bom estar abraçado e receber o carinho. É muito bom ter a confiança e a amizade. É muito bom eles me deixarem gostar tanto deles.

Agradeço a Deus pelos meus irmãos e suas famílias. É muito bom tê-los comigo. É muito bom saber que eles são um porto seguro. É muito bom estar junto deles.

Agradeço aos meus pacientes que confiaram em mim para alcançarem uma vida melhor. Através deles pude observar todas as leis da vida agindo, a mente transformando e o comportamento ganhando novos contornos. Aprendi muito e retribuí com meu respeito e conhecimento. Agradeço a todos, de coração.

Eu tenho muito a agradecer. Poderia romper a madrugada agradecendo e mesmo assim faltaria muito, muito mesmo.

Obrigado, Deus! Obrigado! Que eu seja sempre digno das boas oportunidades que tenho.

LEI DE TRABALHO – o ser humano deve buscar o próprio progresso, seja intelectual, moral, espiritual ou físico. O trabalho é parte importante desta busca. Através dele o ser humano usa os recursos de que dispõem para ampliar as possibilidades de vida pessoal e comunitária. É através do trabalho que é possível ofertar para a sociedade o que foi criado com a ajuda do esforço, da disciplina, da perseverança e de outras qualidades a serem desenvolvidas. As artes, a tecnologia, as soluções jurídicas, e muitos outros benefícios dos diversos campos da vida humana, são exemplos desta capacidade transformadora e criadora do ser humano. Sem o trabalho, portanto, não há evolução.

Contato com o autor:

Regis Soffiati Mesquita de Oliveira
Rua Barão de Jaguará, 655, sala 605,
Campinas, SP | Cep: 13015-001
Email: regismesquita@hotmail.com
<http://www.nascervariasvezes.com>