

# PRAZER

de viver

*Tanquista de quem  
cultiva a fé e a esperança*

WANDERLEY S. DE OLIVEIRA  
pelo Espírito ERMANCE DUFAUX

Confraria dos Livros Bons

EDITORIA  
DUPAUX



Wanderley Oliveira  
*pelo espírito Ermance Dufaux*

# PRAZER DE VIVER

EDITORA  
**DUFAUX**  
educando corações



Belo Horizonte  
2011

PRAZER DE VIVER

Copyright © 2011 by Wanderley Oliveira

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP Brasil)

---

Dufaux, Ermance (Espírito)

*Prazer de Viver conquista de quem cultiva a fé e a esperança*

Ermance Dufaux (Espírito); psicografado por Wanderley Oliveira. Dufaux: Belo Horizonte, MG, 2011.

ISBN 978-85-63365-47-7

1. Espiritismo 2. Psicografia I. Oliveira, Wanderley II. Ermance Dufaux (Espírito) III. Título

CDD 133.9 CDU 133.9

---

Índices para catálogo sistemático

1. Espiritismo 133.9 2. Psicografia : Espiritismo 133.

**Editora Dufaux**

R. Oscar Trompowski, 810

Bairro Gutierrez

Belo Horizonte | MG | Brasil

CEP - 30441-123

Tel.:(31) 3347-1531

[comercial@editoradufaux.com.br](mailto:comercial@editoradufaux.com.br)

[www.editoradufaux.com.br](http://www.editoradufaux.com.br)

O produto desta edição é destinado à manutenção das atividades da Sociedade Espírita Ermance Dufaux

Todos os direitos de reprodução, cópia, comunicação ao público e exploração econômica desta obra estão reservados, única e exclusivamente, para a SEED (Sociedade Espírita Ermance Dufaux). É proibida a sua reprodução parcial ou total através de qualquer forma, meio ou processo eletrônico, digital, fotocópia, microfilme, internet, CD-ROM, DVD, dentre outros, sem a prévia e expressa autorização da editora nos termos da lei 9.610/98, que regulamenta os direitos de autor e conexos.

## *SELF*

"É o arquétipo da totalidade, isto é, tendência existente no inconsciente de todo ser humano à busca do máximo de si mesmo e ao encontro com Deus. É o centro organizador da psique. É o centro do aparelho psíquico, englobando o consciente e o inconsciente. Como arquétipo, se apresenta nos sonhos, mitos e contos de fadas como uma personalidade superior, como um rei, um salvador ou um redentor. É uma dimensão da qual o ego evolui e se constitui. O *Self* é o arquétipo central da ordem, da organização. São numerosos os símbolos oníricos do *Self*, a maioria deles aparecendo como figura central no sonho."

— ADENÁUER NOVAES (*Mito pessoal e destino humano*)

## SOMBRA

"É a parte da personalidade que é por nós negada ou desconhecida, cujos conteúdos são incompatíveis com a conduta consciente."

— ADENÁUER NOVAES (*Psicologia e espiritualidade*)

## HOSPITAL ESPERANÇA

"Aqui mora a fé, a sublime qualidade dos que jamais deixarão de acreditar na força superior do bem."

— EURÍPEDES BARSANULFO (inscrição que se encontra no portal de entrada do Hospital Esperança, casa de amor)

fundada por Eurípedes Barsanulfo no mundo espiritual, cujo objetivo é acolher seguidores de Jesus que não conseguiram se redimir perante suas próprias consciências; notícias mais detalhadas podem ser encontradas no romance *Lírios de esperança*, da autora espiritual Ermance Dufaux)

## MEIA-IDADE

“Inteiramente despreparados, embarcamos na segunda metade da vida... damos o primeiro passo na tarde da vida; pior ainda, damos esse passo com a falsa suposição de que nossas verdades e ideais vão servir-nos como antes. Mas não podemos viver a tarde da vida de acordo com o programa de sua manhã – pois o que foi grande pela manhã vai ser pouco à tarde, e aquilo que pela manhã era verdade, à tarde se tornará mentira.”

— CARL JUNG (*The stages of life*, CW 8, par. 339)

# Sumário

## **Assume teu leito**

Depois de ter restaurada a saúde, recebe a magna orientação do Senhor: “Toma o teu leito”, adquirindo definitivamente o controle sobre as dores a que se ajustava. Ele carregaria a cama, e não o contrário.

### prefácio

## **Nada ficará oculto em nossas vidas**

Que as anotações contidas neste livro sejam quais pequenos lampejos de luz que auxiliem no erguimento de um mundo melhor e dias mais venturosos e ricos de prazer de viver.

### introdução

## **Como trabalhamos o prazer de viver no Hospital Esperança**

Todavia, terapeutas especializados na arte de viver, dotados de larga soma de alegria no coração, desenvolvem técnicas curativas da alma com foco na seguinte pergunta: para que a dor na minha vida? O porquê não cria sentido para a existência e pode remeter a conflitos pavorosos nos sombrios porões do remorso.

### capítulo 1

## **Sob a luz da esperança**

O fim útil das provas é a melhoria, e não o padecimento. E melhoria significa aprender a amar a ti mesmo cuidando de defender-te da descrença que rouba de ti a armadura da alegria e, sobretudo, da esperança (...)

### capítulo 2

## **Meia-idade, a travessia ao encontro da esperança**

Pesquisas realizadas por instituições de nosso plano asseguram que aproximadamente oitenta e cinco por cento dos reencarnantes levam, pelo menos, a metade do tempo de suas reencarnações para começarem a identificar-se com seu planejamento pré-reencarnatório (...)

### capítulo 3

## **O poder da resignação**

Resignação é o conjunto de habilidades que nos possibilitam uma visão otimista da vida, por meio de escolhas conscientes e de uma conduta de autoamor; distante da postura de vítimas e do sentimentalismo.

### capítulo 4

## **Humanização, uma proposta de educação emocional**

Humanizar é promover-se à condição de administrador ativo dos valores superiores que se encontram adormecidos no cosmo interior. É vencer esse automatismo que nos impede de colocar a inteligência a serviço do crescimento integral. É utilizar a informação para efetuar a transformação.

### capítulo 5

## **Sopro de esperança**

Impossível higienizar os abismos sem que isso alivie as tensões do mundo, ou abençoar alguém nos caminhos da vida física sem que isso provoque comoções nas faixas vibratórias dos interplanos vivenciais.

### capítulo 6

## **Raízes do melindre**

Será muito oportuna a criação de relações sadias, ricas de afeto e sinceridade, para que se formem ambientes de confiança nos quais o portador do melindre resgatará a confiança em si mesmo, nos seus valores, adquirindo melhor nível de autoestima (...)

### capítulo 7

## **Sentimento inconfessável**

Somente os que se amam e conhecem seus potenciais, valores e aptidões olharão a vida e o próximo com alteridade, prezando as diferenças com louvor, reconhecendo que cada um deve florescer onde e como se encontra, descobrindo sua missão gloriosa perante a vida, distante do ato de invejar.

## capítulo 8

### **Projetos de religiosidade na promoção humana**

Por analogia, assinalemos o sentimento como sendo o templo interno de nossa busca a Deus pelo coração, e as atitudes como o altar sagrado de nossa comunhão com o Pai. Para o encontro com o Pai não nos bastará a permanência no templo sem a genuflexão no altar. Se os bons sentimentos são fonte de equilíbrio, somente as atitudes são chaves libertadoras aos mais amplos voos nos rumos da conscientização.

## capítulo 9

### **Significado da caridade**

A transformação dos impulsos infelizes e o desenvolvimento de valores nobres são as únicas credenciais de autoridade e harmonia no trajeto da Terra para o mundo espiritual.

## capítulo 10

### **Autoperdão: força para recomeçar**

Olha para a frente e valoriza tua condição de Filho de Deus. Resgata agora, imediatamente, a tua paz. Faze um acordo contigo: perdoa-te e recomeça no bem. Eis uma grande prova de amor a ti.

## capítulo 11

### **Fé, combustível do ato de viver – parte I**

A fé mantém a mente em harmonia e domínio interior, por consequência, habituando-nos a agir com foco no presente, sem as agonias com o futuro ou os descontentamentos do passado. Estar no presente significa viver, ter sentido para continuar um dia após o outro na busca consciente por metas e motivações.

## capítulo 12

### **Fé, combustível do ato de viver – parte II**

Somente nesse clima de íntima liberdade e conexão com o Self a criatura consegue qualidade de vida, fazendo do ato de viver um poema de gratidão diária à vida, guardando fé em tudo o que pense, sinta ou faça.

## capítulo 13

### **Vitória sobre o ciúme**

Que o clima nos serviços doutrinários seja de júbilo ante os êxitos alheios, sempre pensando que todos temos o que merecemos por conquista ou necessitamos por prova. Sendo assim, por que invejar e ter ciúme?

#### capítulo 14

### **Sentimentos: nossos verdadeiros guias**

Cidadania à luz do ser imortal é educar. E educar-se para viver com proveito a grande oportunidade reencarnatória. Essa a meta primordial da caridade com Jesus nos roteiros da doutrina espírita. Prazer

#### capítulo 15

### **Onde estão os Espíritos superiores**

Reunindo toda a literatura mediúnica até hoje enviada à Terra, temos um tesouro incomensurável para levar a humanidade aos roteiros do amor. Entretanto, todo esse volume de informes é apenas um grão de areia na praia cósmica da imortalidade.

#### capítulo 16

### **Convivência fraterna nos grupos**

Estamos habituados a construir paredes e reunir gente. Chegou, porém, o instante esperado para nos estabelecer como grupos, nos quais as pessoas se reúnam e se unam, criando um entrelaçamento fraterno, fomentador das mais ricas experiências emocionais nos terrenos de nossa espiritualização.

#### capítulo 17

### **Aos cuidadores de almas**

Gostar do mundo e das pessoas como são. Ter uma relação de amor consigo mesmo. Saber sorrir nos momentos mais difíceis. Ser grato e alegre em todas as situações. Divertir no cumprimento do dever. Alcançar leveza no ato de viver. Quem não gostaria de experimentar esses prazeres na vida?

#### capítulo 18

### **Sensibilidade mediúnica**

Quaisquer intercâmbios de ideias são antecidos por complexo processo nas engrenagens do coração. O processamento da ideia passa antes por uma decodificação afetiva. É nesse campo da vida mental que os trabalhadores da mediunidade necessitam desenvolver melhores habilidades.

## capítulo 19

### **Traços do orgulho**

O orgulho, em tese, é um sistema que bloqueia ou perturba a sensibilidade, porque os orgulhosos não gostam de ouvir nem mesmo a própria consciência, que se expressa no espelho do coração. Desembaciar esse espelho dos sentimentos é limpar a impureza da ilusão que distorce a autoimagem.

## capítulo 20

### **Sob a hipnose da vaidade**

A mente humana aprendeu e acostumou-se ao mecanismo da negação, uma forma ilusória de fugir de si mesmo. As pulsões inconscientes, no entanto, dinamizam-se involuntariamente convidando-nos à transformação. Ao repudiá-las, estabelece-se o clima interno de angústia.

## capítulo 21

### **Descanso e refazimento**

Uma noção mais lúcida de descanso e refazimento deve fazer parte da vida de todos os homens, especialmente daqueles que foram agraciados com a luz dos conhecimentos imortais. A melhor noção de pausa e recuperação deveria ser trabalhar de outra forma, ou seja, ter uma ocupação útil em vez de se entregar às malhas da inércia e da ociosidade, que consomem e exaurem.

## apêndice

### **Entrevista do médium Wanderley Oliveira com Ermance Dufaux sobre a importância espiritual da meia-idade**

Excetuando a infância, na qual o inconsciente se encontra em condição especialíssima, sob a hipnose da vida cerebral, todos os ciclos da vida humana são marcados pela contínua erupção da vida inconsciente.

## Assume teu leito



"A ti te digo: Levanta-te, toma o teu leito, e vai para tua casa."  
– MARCOS, 2:11

**S**ubmetido ao leito de provas, o paralítico chega àquela enfermaria da vida para o encontro sublime com o Médico do Amor.

Depois de ter restaurada a saúde, recebe a magna orientação do Senhor: “Toma o teu leito”, adquirindo definitivamente o controle sobre as dores a que se ajustava. Ele carregaria a cama, e não o contrário.

A cura do corpo, porém, não o libertava do leito provocacional que carregava intimamente. Ele regressaria à origem de suas lutas: “vai para tua casa”. Foi no grupo familiar que nasceu sua paralisia.

Ante o exemplo do doente de Cafarnaum, procura assumir teu leito de testemunhos. Busca a nascente de tuas dores e cura-a.

Cultiva a resignação produtiva, investe no saber libertador, dinamiza teus sentimentos pelo próximo, empenha-te na disciplina e no sacrifício aos deveres, serve sem condições, ama indistintamente, ora perante tua fragilidade.

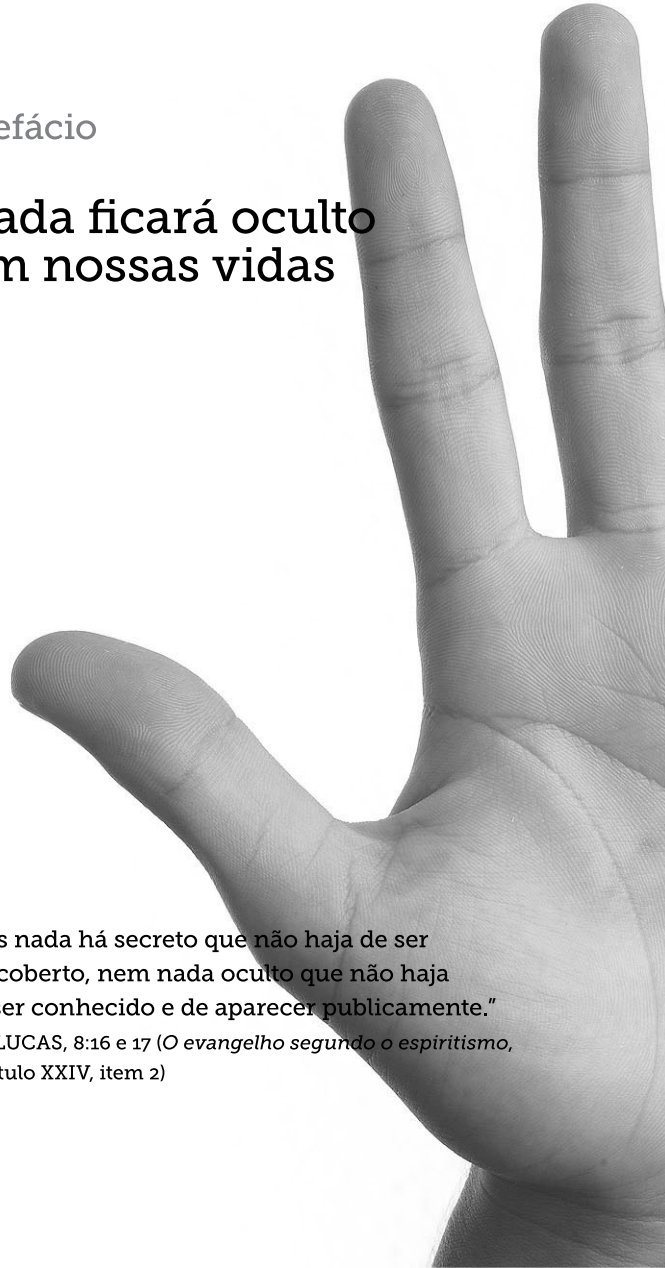
Prossegue confiante rumo ao futuro, assim terás ensejo de assumir teu leito e, por fim, te livrares da exaustiva jornada de estagnação e dependência.

Ermance Dufaux, 3 de julho de 2008

prefácio

## Nada ficará oculto em nossas vidas

**"Pois nada há secreto que não haja de ser descoberto, nem nada oculto que não haja de ser conhecido e de aparecer publicamente."**  
— S. LUCAS, 8:16 e 17 (*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XXIV, item 2)



**J**ESUS, O CUIDADOR DE ALMAS POR EXCELÊNCIA, teve ensejo de indagar-nos: “Sois Deuses?”<sup>1</sup> Que indagação mais educativa pode pronunciar alguém dirigida ao reino consciencial de cada um de nós? Eis algumas interpretações para a pergunta do Mestre: Sentimo-nos capazes? Queremos a vitória? Estamos usando nossos potenciais divinos? Acreditamos na força pessoal de transformação? Quando nos apropriaremos do patrimônio celeste em nossa intimidade?

Indagando sobre nossa divindade potencial, em verdade, Ele recorda outro de Seus belíssimos ensinamentos sobre o inconsciente, anotado em Marcos, capítulo 4, versículo 22: “Porque nada há encoberto que não haja de ser manifesto; e nada se faz para ficar oculto, mas para ser descoberto”.

É da Lei Divina o processo revelador de nossa individualidade. Queiramos ou não, a vida submersa no inconsciente é um constante clamor em direção à luz da perfeição. Nada pode, pois, permanecer eternamente encoberto, como pontua Jesus.

Retomamos o patrimônio das vidas anteriores em plena infância, depois de alguns anos de hipnose cerebral. Na juventude fazemos os primeiros contatos com a sombra estruturada em vidas sucessivas. É o período das turbulências e instabilidades. Muitas vezes, à custa de elevada dose de recalques diante de frustrações e desapontamentos, construimos a fortaleza defensiva do ego.

Assim, o Espírito, com raríssimas variações, entrega-se aos deveres da reencarnação trazendo a alma oprimida por velhas bagagens morais de sua trajetória. E somente na metade da vida carnal, a criatura retoma de forma mais incisiva e amadurecida o contato com todas as suas pendências eternas. A meia-idade, estudada com atenção por Jung, constitui mais um ciclo revelador da vida mental. Para muitos, será a última estação de parada antes da morte, a fim de que os conteúdos do inconsciente possam sacudir

as mais enraizadas crenças e concepções da existência. Sem dúvida, tal etapa da vida vem acompanhada de severas ameaças à nossa “zona de conforto” e segurança. Tomar contato com os conteúdos velados da vida íntima é um desafio doloroso de desilusão. É o momento da ousadia que pede paciência para não tombar na irresponsabilidade. É o instante da coragem que vai solicitar o desapego da vida ideal – aquela do jeito que queríamos – para assumirmos a vida real.

Como atravessar a ponte das concepções e projetos pessoais? Como fazer essa caminhada tornar-se um passo decisivo para a verdadeira felicidade? Como reconstruir nossas crenças? Que ações tomar para que o nosso querer não seja apenas mais uma ilusão? Que decisões tomar para que as escolhas não sejam apenas uma rota de fuga? Aliás, como distinguir o que é fuga, quando brota do inconsciente o convite para o contato com todo o conjunto de expressões afetivas? A infelicidade, a depressão, o vazio existencial e tantas outras manifestações de tédio interior não serão, igualmente, mensagens da vida íntima atestando fugas de nossas necessidades mais esquecidas no aprimoramento espiritual?

Companheiros queridos, iluminados com o conhecimento doutrinário, assumiram para si mesmos o sublime compromisso de erguimento consciencial. Todavia, um rastro de descuido tem permeado as lições de muitos aprendizes neste tema. O primeiro deles é a aceitação da dor como único instrumento de redenção. O segundo é a nociva negação do dinamismo de nossa vida interior. No primeiro temos a crença derrotista, um ato de desamor. No segundo o medo do confronto, uma manifestação sutil da rebeldia em não aceitar quem somos. No primeiro deles, a ausência de autoamor. No segundo, um efeito do orgulho.

É necessário elevado discernimento para distinguir o ato responsável da fuga orgulhosa.

O foco do prazer de viver é este: A perda de quem achávamos que éramos, o falso eu, e o encontro com o eu real. A busca da autenticidade. A

identidade psicológica do Ser.

Cuidemos, com vigilância, para que o espiritismo, essa ferramenta de evolução, não se torne mais um instrumento de tortura em nossa vida. Em nossas casas de amparo na erraticidade, muitos corações sinceros e exemplares no desprendimento e na ação do bem encontraram pela frente a aflição e a angústia, tombando em lamentáveis crises de descrença e revolta. A razão? Descuidaram de si próprios. Negaram o contato com sua realidade interior. Deixaram de pedir ajuda. Acreditaram em uma personalidade mentalmente projetada e perderam o contato com suas emoções mais profundas. Alguns deles se renderam confiantes a conceitos e estruturas organizacionais reconhecidas e consagradas na comunidade, e somente aqui puderam aferir a extensão da ilusão que cultivaram.

Hipnotizaram-se com cargos, mediunidades, talentos verbais, ações beneficentes e outras tantas iniciativas abençoadas. Esqueceram-se do mais importante, esqueceram a humanidade da qual somos portadores. Negaram a condição de criaturas simplesmente humanas.

No fundo de suas mais espinhosas decepções estava um sentimento nuclear em assuntos de aprimoramento espiritual, o medo. O medo do confronto com os próprios sentimentos.

O espiritismo é um convite à vida consciente e responsável. Conhecer a *sombra* não significa adotá-la. Entretanto, a título de responsabilidade, muitos amigos da caminhada de espiritualização equivocam-se em relação ao ensino oportuno de Jesus que recomenda negar a si mesmo, conforme se lê em Lucas, capítulo 9, versículo 23. Adotam a fuga silenciosa, postergando para o desencarne a incursão no seu mundo interior.

Cuidemos melhor de nossas vidas. Olhar para os pendores e tendências, entrar em contato com o que sentimos, admitir o que gostaríamos da vida, essas são três das muitas ações a que somos chamados na trilha solitária do autodescobrimento. Após essas iniciativas, perguntemos a nós mesmos: o que fazer com todo o patrimônio que identifica meu ser espiritual? Logo a

seguir, adote um projeto de vida que contenha os seguintes ingredientes morais: paciência, humildade para pedir ajuda, oração para visualizar o futuro, coragem para fazer escolhas.

A tormenta na vida espiritual depois da morte não tem raízes apenas nas ações que são registradas nos sagrados fóruns da consciência, mas, igualmente, na sensação infeliz de vazio em razão de não fazer o que já tínhamos condições para fazer, de descobrir o que já estamos prontos para descobrir e de sondar o lado oculto de nós mesmos que, inevitavelmente, há de ser revelado algum dia.

Coragem! O Pai não permitirá carregarmos fardos mais pesados do que possamos suportar.



A esperança de meu coração repousa na intenção de ser útil e consolidar ainda mais a amizade sincera com os amigos e leitores na vida física.

Que as anotações contidas neste livro sejam quais pequenos lampejos de luz que auxiliem no erguimento de um mundo melhor e dias mais venturosos e ricos de prazer de viver.

Pelo carinho que tenho recebido de todos, recebam a minha bênção de gratidão e amor eterno.

Ermanice Dufaux, 1.º de agosto de 2008

1. João, 10:34.



O foco do prazer de viver é este: A perda de quem achávamos que éramos, o falso eu, e o encontro com o eu real. A busca da autenticidade. A identidade psicológica do Ser.





introdução

## Como trabalhamos o prazer de viver no Hospital Esperança

“E, se os deixar ir em jejum para suas casas, desfalecerão no caminho, porque alguns deles vieram de longe. E os seus discípulos responderam-lhe: De onde poderá alguém satisfazê-los de pão aqui no deserto? E perguntou-lhes: Quantos pães tendes? E disseram-lhe: Sete.”

— MARCOS, 8:3 a 5

**V**iemos de longe na caminhada evolutiva. De tão longe viemos na busca do Cristo, que nos achamos famintos e estropiados, cansados e aflitos no escaldante deserto de nossas lutas espirituais.

Ainda que exaustos, este é o momento da vitória. Conquanto a sensação dilacerante de fracasso, este é o instante da esperança. Sem alimento divino desfaleceremos diante de nossas necessidades.

Uma das maiores fontes de nossa fome espiritual é o orgulho em não aceitar os próprios erros. Querer estar sempre certo e invulnerável é uma expressão da arrogância. Quem não se aceita como é, superdimensiona os resultados que decorrem de suas falhas ou fascina-se com a glória de seus êxitos.

Quando doutor Bezerra pronunciou o discurso Atitude de Amor,<sup>2</sup> hasteou a bandeira da humanização para a comunidade espírita, convocou-nos a uma árdua lição do progresso: aceitar nossa humanidade. Humanizar é também aceitar-se como humano. Simplesmente seres humanos. É o que somos!

Ser humano é ser gente que erra e acerta, cujas imperfeições não são maiores nem piores que os enganos da sociedade da qual fazemos parte. É aprender a ser quem somos fazendo o nosso melhor a cada dia, para ser alguém melhor, com mais conquistas.

Querer ser quem não somos é minar a alegria de viver.

No Hospital Esperança, nossos principais focos de tratamento para resgatar o prazer de viver centram-se nos seguintes princípios terapêuticos: o resgate da arte de sonhar, o desenvolvimento da honestidade emocional, a educação da carência afetiva, a morte da idealização, a cura da ignorância e o sentido da continuidade da vida. Esse conjunto de princípios forma a base da psicologia da libertação em direção ao amor legítimo.

Sem a sustentação do sonho, surge a rotina. A rotina acomoda-nos na indolência.

Sem honestidade conosco, alimentamos a ilusão. A ilusão complica a escolha pela fartura das racionalizações.

Sem educação da carência afetiva, sucumbimos na dependência. A dependência arruína o autoamor.

Sem aceitação, cultivamos a idealização. A idealização arruína a noção de limite.

Sem sabedoria, acreditamos que sabemos o necessário e dormimos nos braços da ignorância. A ignorância nos mantém prisioneiros da dor.

Sem a noção de continuidade, nossa vida mental não é capaz de centrar no presente. O presente é o único momento capaz de nos devolver a realidade.

Esses princípios são aplicados com o objetivo único de resgatar a esperança no coração dos internos no Hospital. Homens e mulheres que passaram pela existência sem experimentar a energia da vida ou perderam conexão com essa força, em razão dos testemunhos a que foram chamados nos roteiros da provação. Sem esperança não há caminhos para a legítima liberdade nem força para a expressão do amor.

Por meio de técnicas e dinâmicas, que constituem ferramentas emocionais e psicológicas modeladoras da vida mental, aplicamos a terapia das potências da alma, cujo núcleo é reconhecer a luz que há em cada um de nós.

A grande maioria dos que são acolhidos nas alas recuperativas indaga sobre o *porquê* de suas provas. Todavia, terapeutas especializados na arte de viver, dotados de larga soma de alegria no coração, desenvolvem técnicas curativas da alma com foco na seguinte pergunta: *para que* a dor na minha vida? O *porquê* não cria sentido para a existência e pode remeter a conflitos pavorosos nos sombrios porões do remorso. Saber *para que* vivemos, *para*

*que* passamos pelas experiências, *para que* renascer e lutar é a fonte que vitaliza o ato de viver.

Saber a razão de viver é dar consciência à existência e torná-la mais digna.

Temos inúmeros pacientes que padecem da ausência de sentido de viver. Muitos já não gostavam da vida no plano físico e chegam aqui com uma soma ainda maior de queixas, tais como: vontade de retornar à matéria para a satisfação de certos hábitos, extrema saudade de pessoas e lugares, continuidade de doenças orgânicas, revolta pela interrupção de planos pessoais, indisposição para novas amizades, compulsão para a queixa em razão da inadequação para pequenas tarefas diárias, dificuldade de adaptação ao regime alimentar, apego a bens e utensílios.

Muitos desses atendidos foram iluminados com as bênçãos da doutrina espírita. Nutriam larga expectativa de colheita em razão dos movimentos de assistência que prestaram nas fileiras da caridade cristã. Pelos meritórios esforços a que se devotaram foram alvo da mais incondicional proteção e carinho, entretanto, como não poderia ser diferente, não se livraram de si mesmos.

Deslocados de plano, distantes de suas creches e obras de solidariedade, sentiram-se sozinhos e desvalorizados. Em verdade, ficaram na superficialidade da caridade. Estavam envolvidos com o dever de ajudar, mas não comprometidos com o ato de amar. Derramaram apoio e suprimiram fome e dor. Esqueceram de si mesmos, não como um ato de renúncia, e sim como uma fuga do enfrentamento pessoal. Bem-intencionados, porém descuidados. De boa vontade, contudo, sem a coragem para zelar por suas necessidades mais profundas. Passaram pela vida física fazendo muito bem aos outros e esquecendo-se de realizar o bem próprio, com medo de arremessarem novamente ao egoísmo.

Pela bondade semeada colheram os frutos da amizade e da atenção. Espera-lhes agora a tarefa redentora de se autoinvestigarem, de saberem

como amar também a si mesmos. Carregam na alma o peso da aflição que negaram. São tratados na mesma linha terapêutica para a recuperação do prazer de viver, porque com raras exceções escapam ao doloroso episódio da depressão depois da morte.

É lamentável constatar que até mesmo nas linhas de serviço da religião encontra-se uma multidão de almas que erguem o estandarte do amor e se asilam em fugas complexas em relação ao autoencontro.

Para todos, porém, há esperança. Se a misericórdia celeste não abandona os vales mais sombrios da maldade, que se dirá daqueles que já se esforçam por realizar algo no bem?

Há tratamento e alívio para todos os casos. Que ninguém no plano físico se exaspere perante tais informes. Cuidem apenas de estar atentos à edificação de valores substanciais no reino da alma cujas bases repousem na mais legítima obra de educação dos sentimentos.

Após entender o *para que* da vida, surge a mais educativa das questões: *como?* Como se conduzir diante do labirinto íntimo da vida inconsciente? Como resgatar as pepitas valorosas do bem em meio à escuridão do reino das emoções? Como penetrar nos porões da vida mental para extrair os germens da divindade depositados pelo Pai em nossa intimidade profunda?

Trazendo estas considerações sobre os cuidados de amor na vida espiritual, queremos vos chamar à campanha gloriosa pela maioria na comunidade espírita. Cada Centro Espírita ou templo erguido em nome da mensagem do evangelho é um celeiro farto que pode se tornar uma célula de redenção e construção do prazer de viver. A aplicação dos princípios que norteiam o Hospital Esperança pode constituir, igualmente, uma tábua de princípios orientadores às dores do homem no mundo físico.

Em nossas enfermarias, nos *grupos de reencontro*<sup>3</sup> e na *tribuna da humildade*,<sup>4</sup> os sentimentos mais estudados são medo, culpa, tristeza, mágoa e orgulho. Que maior missão pode desempenhar uma casa espírita

que presentear o homem do mundo com a orientação, para que ele próprio seja o condutor de seu destino e construtor de sua própria felicidade?

Sem esperança, a humanidade procura uma luz, uma saída para suas dores. Façamos de nossas agremiações as *Casas do Caminho* da atualidade. Tenhamos ali uma maca para aliviar as chagas morais e um banco de escola para iluminar o cérebro e o coração com as luzes da instrução e do afeto.

Estamos vindo de muito longe para identificar Jesus em nossa vida. Longe de Deus. Longe do bem. Famintos, buscamos alimento novo em pleno deserto das provações.

Renascemos no corpo e dele saímos com a nítida sensação de fracasso, abandono e tristeza pelo que fizemos. O renascimento, todavia, ocorre porque temos chances de reerguer nossos passos, ainda que com forças mínimas. Por que agora a tormenta quando tudo conspira para um futuro promissor?



Amigos na vida física, em vez de perguntarem *por que*, perguntem *para quê*.

Sim! Façam um balanço de suas escolhas. Verifiquem como podem fazer tudo ficar melhor e prossigam. Não lamentem. Lamentação é depressão. Ocupem as mãos.

Viajem. Ponham os pés na terra. Curtam o sol. Sirvam. Sequem lágrimas. E orem, orem sem cessar todos os dias.

Uma pessoa centrada à luz dos ensinamentos da psicologia e do evangelho significa uma pessoa identificada com seus valores e habilidades. Quando não logramos estar neste estado, temos duas extremidades psicológicas perigosas. De um lado a arrogância para nos defender da sensação de inferioridade, do outro a descrença como um reflexo da nossa incapacidade de lidar com os sentimentos de medo, culpa e tristeza.

A vida vos espera com o prazer de viver e ser feliz. Abandonem a prepotência de querer agradar a todos. Somente a poder de soluções se recompõe o caminho. Uma pessoa que quer vencer usa duas armas poderosas: inteligência para criar saídas e humildade para submeter as saídas ao critério de Deus.

Vou recordar novamente uma frase de Eurípedes Barsanulfo que já pedi para que seja colocada no velador do Centro Espírita onde todos possam ver: “aqui mora a fé, a sublime qualidade dos que jamais deixarão de acreditar na força superior do bem”.

Essa frase foi grafada às portas do Hospital Esperança, onde todos os que passam tenham condições de lê-la. Ela é a antítese do que está grafado às portas das furnas infernais, segundo os registros fiéis de Dante Alighieri, em *A divina comédia*, no livro *Inferno*, canto III, quando é lido um poema destruidor da fé humana, cuja última frase diz: “(...) deixai toda esperança vós que entraís.”

Concedam-se o direito de ser feliz. Vamos adiante, convictos de que há muito mais alegria nos céus com o êxito de um arrependido, que de noventa e nove pessoas que já vieram com o coração recheado de esperança.

Esperança é o alimento de quem vem de longe e, como diz o versículo de Jesus: Ele não nos deixará seguir em jejum. O alimento existe. Sempre existirá.

Para isso o Mestre indaga: “E perguntou-lhes: Quantos pães tendes? E disseram-lhe: Sete”.

Vamos dar o que temos e a vida nos brindará com o melhor.

Esperança é a energia que preenche o coração e nos faz sentir que todos, sem exceção, somos Filhos de Deus, e, portanto, dotados dos mais ricos recursos para superar todas as nossas provas e capazes de trilhar rumo à nossa libertação definitiva.



Felicita-nos saber que o mundo físico receberá mais uma obra generosa por parte de Ermance Dufaux.

Neste tempo de busca do prazer ilusório, é muito bem-vinda a reflexão sobre o prazer de existir.

Meus apontamentos, a título de introdução, têm apenas o intuito de chamar a atenção para a inadiável missão entregue aos discípulos sinceros do Cristo. Em Mateus, capítulo 5, versículo 13, ele assinalou:

“Vós sois o sal da terra; e se o sal for insípido, com que se há de salgar? Para nada mais presta senão para se lançar fora, e ser pisado pelos homens”.

Rogamos a Jesus, Mestre e Senhor de nossa vida, que essas linhas multipliquem a esperança e fortaleçam a fé de multidões, para que, quanto antes, tenhamos dias melhores na Terra nutridos pela mais preenchedora alegria de viver.

Da servidora do Cristo e amante do bem,

Maria Modesto Cravo, 20 de agosto de 2008

2. *Seara bendita*, diversos Espíritos, Dufaux.
3. Vide livro *Escutando sentimentos*.
4. Vide livro *Lírios de esperança*.



Esperança é a energia que preenche o coração e nos faz sentir que todos, sem exceção, somos Filhos de Deus, e, portanto, dotados dos mais ricos recursos para superar todas as nossas provas e capazes de trilhar rumo à nossa libertação definitiva.



capítulo 1

## Sob a luz da esperança

“Muito se pedirá àquele a quem muito se houver dado, e maiores contas serão tomadas àquele a quem mais coisas se haja confiado.”

– S. LUCAS, 12:47 e 48 (*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XVIII, item 10)



**É**lastimável o contingente de seguidores do Cristo tombados no derrotismo por conta de crenças que estabelecem uma vida psicológica atormentada.

Verificam-se, com certa frequência, algumas crenças que ganharam popularidade na comunidade doutrinária, acerca da definição de verdadeiros espíritas, tais como: “almas com conhecimento bastante para não se deprimir”, “criaturas que só podem acertar”, “pessoas que devem agradar a todos”, “Espíritos que não podem perder tempo” e “devem ser rápidos”.

Claro que essas crenças, quando utilizadas com sensatez, podem se tornar aspirações educativas. Entretanto, raros conseguem se enquadrar, espontaneamente, nesses modelos éticos elegidos como referenciais de autenticidade espírita. Aliás, muitos dos que procuram atender a esses imperativos de fora para dentro tombam na negação de seus sentimentos, causando danos a seu equilíbrio.

A colocação evangélica é clara: “muito se pedirá”, entretanto, a mente derrotista nutre-se de mensagens inconscientes de cobrança e condenação, que fazem as fibras do sentimento interpretarem essa colocação dessa forma: “muito será cobrado”.

Imperioso acender a luz da esperança no coração humano, abandonar imposições e cobranças.

Não existe queda nem falência nas Leis Universais. Existem resultados, efeitos das escolhas e ações. Tudo é preparo, *impermanência* e misericórdia.

Muito será pedido! De fato, a vida pede constantemente o tributo de amor e cooperação.

Somente para o Espírito que não aprende com seus equívocos, é que existem a frustração, o vazio e a sensação de fracasso.

Discípulos do espiritismo: procurem atentar para o foco em que depositam suas esperanças de felicidade e plenitude, a fim de não se enredarem no clima psicológico do martírio voluntário.

Inúmeros corações sinceros e motivados pelo ideal de servir e aprender se rendem às suas provas e dores particulares, acreditando que somente no além-túmulo encontrarão a libertação. Transferem para a vida dos Espíritos uma expectativa de alívio e salvação em razão do sofrimento que lhes assinala a marcha de cada dia.

Toleram provas acerbadas na condição passiva, sem a mínima iniciativa que os possa defender ou restaurar as energias ante os golpes lacerantes dos testes. Asseveram que resgatam carmas e prosseguem contando os dias para que algo ou alguém venha extinguir-lhes os dramas.

Desacreditam totalmente da possibilidade de solução e novos caminhos, onerando-se de exigências e obrigações. Descreem, enfim, que possam ser felizes tanto quanto possível ainda na Terra.

Sofrer por sofrer não redime. Tolerar por tolerar não educa. Não será a intensidade dolorosa das provas, por si só, que transformará as inclinações e nos libertará das algemas conscienciais.

A dor que redime não é aquela que tolera com revolta, mas a que suporta com constante busca pelo melhor a cada instante. Jamais desistindo de encontrar a solução em si mesmo para as lutas do caminho. Sem isso, é a morte da esperança.



Amigo querido do espiritismo com o Cristo, o gesto sublime da reencarnação é um atestado de que foste matriculado na escola do livre-arbítrio para o recomeço, distanciando-te da influência dominadora dos processos de sintonia e atração que vigem fora do corpo. Essa a primeira condição para talhar a singularidade que te é peculiar.

Não transfiras para o mundo dos Espíritos livres da matéria tuas aspirações mais nobres de realização e alegria.

Ante o momento que a Terra atravessa, e devido ao nível espiritual de seus habitantes, quase todos os que reencarnam levam aproximadamente metade de sua vida para iniciar o processo de descoberta de seu real valor perante a vida, recriando a autoimagem para o campo da realidade, e definindo-se em suas particularidades subjetivas.

Nesse momento rico da alma, o autoamor determina o clima emocional de sua vida, estimulando a construção de sentimentos enobrecedores que sirvam de morada refazedora ante os percalços do aprendizado.

Acredite na felicidade possível e edifique a crença lúcida em tuas aspirações de harmonia.

Não é o parente que te atormenta, mas como gerencias o mundo das emoções em face dos seus gestos de agressão ou descaso.

Não é o corpo abençoado que desanima, mas os sentimentos de baixa autoestima que te consomem até a exaustão.

Não é a profissão singela que te sobrecarrega, mas a forma como conduzes teus anelos íntimos de crescimento nas conquistas materiais.

Não são as perdas que te preocupam, mas o hábito contumaz de posse que causa a sensação de segurança em teus passos.

Não é a crítica que te fere; é como reages a ela.

As provas, em si mesmas, são circunstâncias da vida aferindo-te o valor. A forma como reages é a tua nota de aproveitamento.

Confia na tua decisão de ser feliz e zela com perseverança por esse ideal de paz.

Mereça ser feliz pelo cultivo de teus valores. Feche os ouvidos às mensagens externas e internas que profetizam sobre quedas e tropeços nos dias vindouros.

Mereça ser feliz nutrindo teu sistema mental com ideias e projetos luminosos que constituam sonhos de ventura e desejo de harmonia.

Recorda: a vida pede, não cobra.

A crença, para ser sólida e verdadeira, requer trabalho e construção ativa na intimidade. A crença na felicidade é um trabalho árduo de conquista da autonomia, realização incansável no bem e humildade nas corrigendas necessárias.

Proceda a uma avaliação cristalina à luz da consciência. Toma por base o princípio universal: recolhemos da vida somente aquilo que precisamos e merecemos. A partir desse foco, entreveja tua parcela íntima e individual nas dificuldades que te atormentam. Investigue com persistência a natureza da petição que as Leis Naturais te endereçam. Descoberto esse “lugar psicológico”, encontrarás uma mina abundante de respostas e horizontes.

Ninguém e nenhuma situação te podem prejudicar e fazer infeliz sem teu consentimento.

Na vida espiritual, muitos corações que desistiram de seus sonhos enquanto na Terra, alimentando expectativa de descanso e pausa em suas lutas após a morte, colheram o amargo fruto da decepção ao perceberem que a vida terrena é o solo fértil para a sementeira do bem e das conquistas imorredouras, e não um fórum de quitações impostas pela dor.

O fim útil das provas é a melhoria, e não o padecimento. E melhoria significa aprender a amar a ti mesmo cuidando de defender-te da descrença que rouba de ti a armadura da alegria e, sobretudo, da esperança com a qual, a cada minuto, poderás sustentar o clima interior do otimismo e da certeza na vitória.





O fim útil das provas é a melhoria, e não o padecimento. E melhoria significa aprender a amar a ti mesmo cuidando de defender-te da descrença que rouba de ti a armadura da alegria e, sobretudo, da esperança com a qual, a cada minuto, poderás sustentar o clima interior do otimismo e da certeza na vitória.



capítulo 2

## Meia-idade, a travessia ao encontro da esperança

"O dever íntimo do homem fica entregue ao seu livre-arbítrio. O aguilhão da consciência, guardião da probidade interior, o adverte e sustenta; mas, muitas vezes, mostra-se impotente diante dos sofismas da paixão."

— LÁZARO, Paris, 1863 (*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XVII, item 7)



**P**esquisas realizadas por instituições de nosso plano asseguram que, aproximadamente, oitenta e cinco por cento dos reencarnantes levam, pelo menos, a metade do tempo de suas reencarnações para começarem a identificar-se com seu planejamento pré-reencarnatório, isto é, com suas reais e mais profundas necessidades de aprimoramento espiritual.

Não é sem razão que na meia-idade, período considerado por alguns especialistas na faixa etária dos trinta e cinco aos cinquenta e cinco anos, homens e mulheres atravessam crises de intensa reavaliação da existência. Psicologicamente, é a fase em que o inconsciente regurgita todas as feridas não curadas na infância e na juventude. Um fenômeno natural do amadurecimento do ser. Crenças e valores são sacudidos drasticamente sob o vendaval das transformações inadiáveis, para que descubramos nos caminhos a mais cobiçada das conquistas humanas: o prazer de viver.

Evidentemente, fatores de ordem espiritual regulam a natureza desse autoencontro na meia-idade. Independentemente de quaisquer variáveis, esse ciclo da existência é marcado por uma crise sem precedentes. Para quem se encontra adormecido nas poltronas cômodas da zona de conforto, ela vem de fora, por meio de dolorosos solavancos em forma de perdas, doenças e provas diversas. Para quantos já vêm examinando seu mundo pessoal, ela chega como angústia e depressão, concitando escolhas e exames mais cuidadosos de si mesmo. Será neste aparente turbilhão de desordem que vai ser gestada a trilha particular de cada qual. O prazer de viver poderá surgir neste contexto como a mais ansiada das conquistas do Ser em ascensão, desde que se tenha persistência em buscar algumas respostas a perguntas cruciais.

Quem somos nós? O que queremos da vida? Qual nossa missão prioritária diante da reencarnação? Que fazer para descobrir o caminho que nos levará ao encontro de nosso mapa pessoal de crescimento e libertação?

Para que fazemos o que fazemos? Para que vivemos? Como deixar de ser quem achávamos que éramos? Como dar sentido à nossa existência para preencher o vazio que, muitas vezes, consome a criatura humana nas mais sofridas provas da descrença e do desconsolo?

Quais as trilhas criadas pelo Pai para cada um de nós? Como lograr o prazer de viver ante os severos regimes impostos pela expiação?

Depois que o homem e a mulher fazem o trajeto básico das vitórias em família e na profissão, na educação de filhos ou nas realizações sociais, vem essa meia-idade e os devolve a si mesmos. A ocupação principal é a busca da vitória interior.

Entretanto, neste momento crucial de aferições, é também quando ocorrem as mais lastimáveis fugas e os mais entristecedores quadros de desistência. Em outras palavras, é no exato momento em que tudo conspira para um renascimento que muitos desistem de avançar. Na hora de começar a existência, ela acaba para a maioria. Muitos a aposentam neste momento em que ela está apenas começando.

Esmagadora porcentagem daqueles que reencarnam gasta dois terços da vida se consumindo em atitudes e escolhas que tornarão miserável o último terço de sua reencarnação. Retornam ao corpo e dele saem com a aterrorizante sensação de vazio. Vivem para sobreviver e sobrevivem sem se realizar. Esse o conceito de expiação: almas presas em si mesmas, sem capacidade do exercício de suas vocações, sem saber quem são, sem poder ou sem querer fazer o que gostariam ou mesmo o que deveriam em favor de sua própria paz.

Criados para sermos felizes e superarmos as nossas provas, a reencarnação significa sublime endosso de Deus ao nosso recomeço. Nova chance para continuar. A oportunidade é concedida pelo Pai, mas o recomeço é com cada um de nós. Reencarnar é com Deus, renascer é conosco.

Eis o segredo do verdadeiro prazer de viver: reconhecer que somos os escultores de nosso destino e as únicas criaturas responsáveis por emperrar ou direcionar nossos destinos ao encaixe do ideal de ser feliz.

Prazer de viver é ter o coração preenchido de esperança. Com a esperança, tornamo-nos mais realizadores, espontâneos e menos racionais.

Prazer de viver é saber tolerar as frustrações, transformando-as em ferramentas de construção de virtudes.

Prazer de viver é entender os recados divinos que se escondem na subjetividade dos sentimentos mais temidos pelo homem, tais como: a inveja, o orgulho, o medo, a mágoa e a culpa. Pistas emocionais excelentes sobre nossa realidade pessoal.

Prazer de viver é entender que a crise da meia-idade significa não só o desafio das descobertas dolorosas, mas, além de tudo, o convite da vida para tomarmos posse dos talentos e das vocações que se escondem no mundo inconsciente de nós mesmos.

A tormenta dolorosa da meia-idade, é por demais sacrificial para não nos levar a lugar nenhum. Sua direção divina é a mais sublime conquista das pessoas livres e felizes. Essa a recompensa. A dor da travessia solitária é, em verdade, o tributo que a vida solicita para atingirmos o nosso melhor instante diante da reencarnação.

O doutor Carl Gustav Jung asseverou:

“Inteiramente despreparados, embarcamos na segunda metade da vida... damos o primeiro passo na tarde da vida; pior ainda, damos esse passo com a falsa suposição de que nossas verdades e ideais vão servir-nos como antes. Mas não podemos viver a tarde da vida de acordo com o programa de sua manhã – pois o que foi grande pela manhã vai ser pouco à tarde, e aquilo que pela manhã era verdade, à tarde se tornará mentira”.<sup>5</sup>

As verdades ideais, como se refere Jung, nessa busca pelo prazer de ser e existir, irão desmoronar. A maior perda de todas será a perda de quem achávamos que éramos. A morte da autoilusão, isto é, a desilusão. Aquilo

que pensamos sobre nós, será, por certo, um dos maiores desafios nesse circuito de amadurecimento.

Crenças serão sacudidas, valores serão repensados, frustrações reaparecerão, medos emergirão na intimidade, a noção de dever será ampliada, o certo e o errado serão questionados, a culpa pode aparecer com intensidade surpreendente, mas, em muitos casos, ela simplesmente deixará de existir, colocando-nos para pensar na razão de seu desaparecimento.

Como assevera Lázaro: “O dever íntimo do homem fica entregue ao seu livre-arbítrio.”<sup>6</sup> Seremos entregues a nós mesmos para decidir o que queremos da vida. Seremos colocados em situações externas e internas desafiadoras para usarmos o livre-arbítrio, como seres que se candidatam a proprietários eternos dos seus destinos e conquistando a sublime recompensa de se libertar da prisão da dependência e da submissão que, há milênios, nos faz criaturas infelizes com a própria vida.

A travessia solitária da meia-idade só pode ser transposta de mãos dadas com a esperança. A esperança de que só existe um lugar para ser alcançado: *a felicidade*. Quem atravessa a noite psicológica da desilusão haverá de trazer sempre na alma a certeza de que, logo adiante, espera-nos o melhor dos nossos dias. Por essa razão, se quisermos encurtar o caminho, evitemos a pressa.

A pressa cria fugas espetaculares e inteligentes que só nos farão mais angustiados. Na crise espiritual da meia-idade, conseguiremos visualizar nítidas expressões do futuro. Entretanto, nem sempre o futuro visto é imediato. Tais vislumbres podem terminar em pressa e atropelo. Eis por que a travessia pede calma. Já será bom saber que amanhã chegaremos aonde vimos. A vida, porém, é realidade, e não vislumbre. É preciso calma para saber a hora de decidir e escolher. Por outro lado, tenhamos sensatez, pois que muitos desses vislumbres são decisões para agora, a fim de que o amanhã seja construído a contento.

Saber quem somos e qual é nossa missão particular na existência nos faz criaturas solitárias. É uma travessia solitária para a individuação.

A lição da solidão foi o ápice da vida de Jesus no calvário. Entregue à pesada cruz na qual seria crucificado, carregou-a resignadamente, aceitando o alvitre da subida decisiva para o encontro com o Divino. O Mestre guardava lúcida compreensão daquele momento decisivo.

Enquanto muitos interpretam o calvário como um instante de tristeza, nele vemos o roteiro da maturação espiritual. Embora com dor, logo a seguir vem a liberdade. É uma caminhada singular para cada um de nós, um convite intransferível para a aquisição da maior conquista das pessoas felizes e conscientes: o prazer de existir em plenitude com a vida.



5. Carl Jung, *The stages of life*, CW 8, parágrafo 339.

6. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XVII, item 7.

capítulo 3

## O poder da resignação

"O homem pode suavizar ou aumentar  
o amargor de suas provas conforme o modo  
por que encare a vida terrena."

*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo V, item 13)*



Quanto desespero e amargura, tristeza e desistência, martírio e revolta, fantasia e aflição tem cultivado a esmagadora maioria dos homens reencarnados, por não saberem construir *sentidos espirituais elevados* às suas provações?

Qual conquista será maior para a alma na Terra do que a compreensão sagrada dos objetivos de todos os reveses e experiências?

Somente quem saiba dar significado santificado a cada lance de dor ou a cada benefício do caminho pode aquilatar a importância dessa vitória.

A forma de encarar a vida terrena, por isso mesmo, deveria ser tema de urgente aprofundamento dos trabalhadores espíritas. Com todo carinho e respeito, sugerimos aos nossos parceiros de ideal uma urgente revisão de conceitos, quando afirmam imperativamente que o espírita possui uma fé racional. Se assim o fosse, teríamos mais amplos voos de conscientização e comprometimento com a causa que abraçamos, e melhores reações perante os testemunhos e sofrimentos diante da vida no corpo.

Temos ainda uma fé embrionária e sufocada por conceitos ancestrais do religiosismo, com forte inclinação para o dogmatismo.

A fé racional se inicia quando passamos a encontrar no campo mental alguns subsídios gestados na arte de meditar sobre nós mesmos. Compreendendo melhor o que ocorre com a própria vida interior, capacitamo-nos em maior escala para avaliar os desígnios divinos nas ocorrências que nos cercam.

Outro traço marcante de que a fé racional começa a se desenvolver em nossos sentimentos se dá quando começamos a abdicar de colecionar certezas sobre a vida. Mais que nunca, na etapa evolutiva que assinala nosso progresso, somos convocados a revisar, reciclar, analisar por outro ângulo, repensar ideias, reavaliar métodos, renovar posturas perante pessoas e fatos. Certeza instituída é, quase sempre, acesso à zona de conforto.

O momento de vida da Terra, a cada dia mais, nos convida a aprender como conviver com as incertezas acerca de tudo à nossa volta. Uma parte do sentimento de segurança vai surgir dessa forma de conduzir nossas ações; e, então, as palavras controle, disciplina e planejamento serão usadas dentro da ótica de relatividade constante. Quando necessário, a fim de que haja dinamismo em nossos projetos de vida, seremos chamados a repensá-las.

Assim se expressou Allan Kardec sobre o assunto:

“A fé necessita de uma base, base que é a inteligência perfeita daquilo em que se deve crer. E, para crer, não basta ver; é preciso, sobretudo, compreender”.<sup>7</sup>

A aquisição dessa fé conduz o Espírito ao estado de resignação, que lhe permite a harmonia perante a dor e os testes existenciais.

Resignação é o conjunto de habilidades que nos possibilitam uma visão otimista da vida, por meio de escolhas conscientes e de uma conduta de autoamor; distante da postura de vítimas e do sentimentalismo. Crenças sadias, capacidade de adiar gratificações pessoais e sentimento de gratidão são as principais habilidades que conduzem o homem a ser resignado.

O homem que se contenta ante os desafios e contrariedades, capacidade decorrente do hábito de se pensar sobre a vida, é alguém dotado de uma força propulsora e calmante. Essa condição lhe permite escolher com inteligência e equilíbrio a forma adequada de agir e reagir nas turbulências, imprevistos e provas. Essa força realizadora, independentemente das condições adversas, é o resultado do desapego de seus próprios conceitos, é o espírito de prontidão da alma que sabe que a todo instante, na vida corporal, estará sendo chamada a novos aprendizados que vão abalar suas certezas, convocando-a a rever muitas de suas convicções.

Os resignados, por isso, possuem mais saúde e resistência às dores da vida, são mais desprendidos e encontram sempre boas soluções para seus

trâmites provacionais. Possuem metas, mas sabem lhes dar cursos maleáveis, conforme a necessidade. Sofrem, todavia procuram a utilidade sagrada do sofrimento e dão significado e sentido educativo e libertador aos mais dolorosos dramas. Dessa forma, podem experimentar o cansaço, a raiva, a perda, a ansiedade, o medo, entretanto, jamais cruzam os braços e continuam firmes nas aferições, sempre em busca das soluções. Essa é a chamada resignação ativa, dinâmica, educativa, pródiga de resiliência.<sup>8</sup>

Bem diferente é aquele que entende resignação como tolerar sofrimento em silêncio, chamado “aguentador da vida”. Ele aguenta a dor, resiste a ela, briga com ela, quando deveria se entender com ela. Em verdade, eles obedecem aos imperativos da dor, razão pela qual asseverou o Espírito Lázaro: “A obediência é o consentimento da razão; a resignação é o consentimento do coração (...)”<sup>9</sup> Na obediência cumprimos o dever imposto pela consciência, no amor vamos muito além e transformamos o dever em degrau de ascensão nas profundezas do coração, livrando-nos do amargor e da crueza das expiações.

Hoje, além das provas adicionais ou voluntárias, que poderiam ser evitadas, temos de considerar o tema “ônus voluntário de sofrimento nas provas necessárias”, ou seja, o acréscimo dispensável de dor pela ausência da resignação. Em razão do apego a coisas e pessoas, negócios e pontos de vista, os testes humanos são ampliados pela forma rebelde de reagir.

Cada problema de nossa vida tem objetivos bem definidos pela Sábia Providência de Deus. Vivê-los sem entender esses fins é o mesmo que sofrer por sofrer. Eis a razão da oportuna advertência de Lacordaire, quando diz:

“Mas, ah! Poucos sofrem bem; poucos compreendem que somente as provas bem suportadas podem conduzi-los ao reino de Deus. O desânimo é uma falta. Deus vos recusa consolações, desde que vos falte coragem”.<sup>10</sup>

Ser resignado não significa viver sem sofrer, negando o sofrimento. Essa atitude, quase sempre, é a recusa inconsciente dos sentimentos, uma defesa perante as agressões da dor. Mecanismos defensivos que aliviam a angústia de nosso sofrer. Contudo, os que verdadeiramente são resignados vão mais além e colocam-se imunes à mágoa e à revolta em razão do amplo poder de aceitação e compreensão decorrente da análise positiva que fazem sobre suas experiências, valores e imperfeições.

Aldous Huxley afirmou: “Experiência não é o que acontece a você. É o que você faz com o que acontece a você”.

Sem dúvida, a resignação é o caminho para ser feliz, porque felicidade é uma questão de construção íntima da visão iluminada sobre o existir, e quem aprende a existir adquire a sabedoria de compreender e aceitar.



7. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XIX, item 7.

8. *resiliência* = capacidade de superar adversidades aprendendo com elas; poder de superação; o termo vem de uma propriedade da Física sobre a capacidade que os corpos têm de voltar à sua forma original, depois de submetidos a um esforço intenso.

9. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo IX, item 8.

10. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo V, item 18.



Ser resignado não significa viver sem sofrer, negando o sofrimento. Sem dúvida, a resignação é o caminho para ser feliz, porque felicidade é uma questão de construção íntima da visão iluminada sobre o existir, e quem aprende a existir adquire a sabedoria de compreender e aceitar.



capítulo 4

## Humanização, uma proposta de educação emocional

“Em sua origem, o homem só tem instintos; quando mais avançado e corrompido, só tem sensações; quando instruído e depurado, tem sentimentos.”

– LÁZARO, Paris, 1862 (*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XI, item 8)



**A**gir por instinto é conduzir-se por impulso, sem consciência das forças movimentadas por dentro e por fora da criatura, para que ela se comporte dessa ou daquela maneira.

Mesmo estagiando no reino hominal, expressiva parcela da espécie humana ainda abdica da sua real condição evolutiva, mantendo-se na animalidade.

Conquanto os avanços da inteligência, o homem do século XXI age, na maioria das vezes, conforme seus velhos antecessores da era instintiva. Apesar de possuir a vontade e a capacidade de escolher pelo raciocínio, ainda se guia com muita frequência pelo instinto.

Frases como “sei que devo fazer assim, só não sei explicar o porquê”, “ninguém me ensinou isso, apenas sei que deve ser assim” e “fiz isso, mas nem sei o motivo” demonstram claramente condutas instintivas ou de imitação, nas quais a razão não toma parte.

Humanizar é promover-se à condição de administrador ativo dos valores superiores que se encontram adormecidos no cosmo interior. É vencer esse automatismo que nos impede de colocar a inteligência a serviço do crescimento integral. É utilizar a informação para efetuar a transformação.

Dentre os valores divinos dos quais o homem é herdeiro, encontra-se o sentimento – conquista excelsa tecida em milhões de anos nas experiências da sensibilidade estimulada. No entanto, como assegura o codificador na referência acima “(...) quando instruído e depurado, tem sentimentos (...)” Somente quando instrução e depuração se alinham é que temos o sentimento.

Na atualidade, é notório o desajuste entre pensar e sentir. Por isso, um conceito prático e urgente de humanização aplica-se à tarefa de educar emocionalmente o ser na aquisição de maior soma de domínio e conhecimento do mundo emotivo.

Humanizar é sentir o outro e perceber o que ele sente, é estar em relação educativa com o próximo. Reflitamos sobre esse enfoque! O ego é a fonte das cristalizações milenares refletidas no campo intelectual da criatura. A consciência é a divina expressão de Deus refletida nos sentimentos de cada momento. O coração é o espelho do Pai na alma. O *estado de ego* nos leva a pensar o outro gerando expectativas e cobranças, enquanto humanizar significa desenvolver o *estado de consciência*, isto é, dinamizar o patrimônio do afeto, passando a se relacionar com o outro. Só há relação quando há troca, intercâmbio de impressões e forças sutis, identificando com clareza o que sentimos pelo outro e como vibra o coração do próximo.

A base da humanização inclui a tolerância que necessitamos ter uns com os outros no terreno de nossas heranças espirituais. Quando pensamos o outro criamos imagens mentais que nos vinculam em expectativas de perfeição, cobrando exatidão e boa conduta alheia. Saímos do ego pela projeção, isto é, o mecanismo de proteção que visa amortecer o peso das imperfeições pessoais.

Ninguém pode ficar negando o que sente e esperar ser feliz. Quando estamos no *estado de ego*, temos inúmeros mecanismos de defesa que nos levam a vender a visão espiritual para as imperfeições que carregamos. Esses mecanismos agem pelo aprisionamento dos sentimentos. Temos usado alguns deles há longo tempo na fieira das reencarnações, criando verdadeiros esconderijos psíquicos nos quais procuramos nos aninhar em busca de uma falsa segurança. Humanizar é vencer essas defesas instintivas, assumir a luta contra nosso complexo de inferioridade espiritual e partir para uma batalha sem tréguas na tarefa de melhoria e aprimoramento. Vencendo medos, frustrações, culpas e outros tantos monstros emocionais.

Estamos querendo fazer reforma íntima pelo intelecto, mudando somente pensamentos, enquanto a reforma à luz do Espírito é saber como se tornar senhor dos valores que dormitam em nossa intimidade desde a criação. Somos herdeiros de vivências que pulsam com vivacidade em

nosso ser. Ansiar por uma reforma interior de sobressalto, ou esperar isso do próximo, é violentar nossa natureza íntima. Queremos sentir o que não fomos preparados para sentir e nem sabemos como sentir. Como perdoar? Quais as origens do sentimento de insegurança e de culpa? São inúmeras as questões que deveremos formular sobre o universo emotivo!

O autoamor, no entanto, nos inclina a nos aceitar como somos e, com base na proposta de educação espiritual, buscar com autenticidade os caminhos de libertação e paz. As condições da felicidade são saber quem somos, saber lidar com nossas forças afetivas, e adquirir domínio sobre elas. Isso solicita uma pródiga atitude de tolerância.

O apelo do Mais Alto pela humanização na seara espírita será providência salutar pelo bem da nossa causa e de nós próprios. Humanizar, sobretudo, é aprender a conviver com a diversidade da qual o outro é portador e também desenvolver uma relação pacífica com a vida que nos cerca. Conduta simplesmente impossível se não passarmos a esquadrihar as emoções vividas a cada encontro e reencontro, a cada acontecimento e experiência de nossos dias, uns com os outros.

Árdua tarefa nos aguarda no campo da reeducação. Estamos sendo convocados a aprender a profunda lição de cultivar interesse pelo outro, entendendo-se esse outro como sendo todas as criaturas da criação. Temos pela frente o desafio de romper a crisálida do ego e nos abrir para a vida abundante. Eis a questão central de nossas reflexões: como renovar o sentimento de interesse pessoal para o sentimento de interesse universal? Como fazer para sentir a Terra como nossa grande casa e a humanidade como extensão da nossa prole?

O projeto de humanização na seara espírita deve ser uma proposta concreta de amor, um desafio de colocar o homem mais perto do seu próximo, de fazer com que a mensagem espírita seja mais importante que as práticas, que o homem valorize mais a causa do que a casa, um apelo para que haja mais sorrisos de ternura e menos convenções institucionais. Menos

papéis sociais e mais amor espontâneo. O Centro Espírita, assim como as diversas instituições doutrinárias, está sendo convidado a se promover à praça fraterna de convívio libertador, superando em muito suas atuais conotações de estudo doutrinário e exercício da caridade. Estudar, sim, mas para aprender a viver, fazendo das atividades esclarecedoras um contexto que retrate a realidade social na qual o homem carnal está inserido. Trazendo o mundo de fora para dentro, conduzindo-o às reflexões e preparando todos para viver como *homens de bem*. Além disso, libertar a noção de caridade como prática de doações para a noção educativa de exercício do amor entre aqueles que realizam a tarefa.

Humanizar é focar no coração. É temperar nossa convivência com emoções de alegria e gratidão, dando encanto e luz aos nossos momentos uns com os outros ante os lances da vida.

Dia virá em que o homem perceberá que nada existe de mais lúdico e enobecedor que conhecer pessoas. Desvendar o mundo de sonhos e o imaginário individual que está arquivado em cada ser. Conhecer a origem das histórias de dor e amor de cada criatura. Nesse instante, o conceito de prática espírita passará a ser o processo de aproximação afetiva e o interesse central de quem participa será romper as barreiras que nos separam de quem quer que seja. Aprendendo e crescendo com todos.

Jesus, o maior agente de humanização que passou pela Terra, deixou claro em Seu magnífico discurso que *seus discípulos seriam conhecidos por muito se amarem*.<sup>11</sup> A que proposta maior de humanização podemos aspirar?

Discípulos que somos, devemos aceitar, o quanto antes, esse desafio de aprender a amar, buscar respostas sobre como concretizar os nossos anseios nobres que começam a brotar e sobre como superar nossos instintos. Respostas que nos levarão ao encontro de nós mesmos, solidificando o amor dentro de nós.

E somente assim, gostando um pouco mais de nós mesmos, devassando nossa intimidade camuflada e ignorada, instintiva e automatizada, é que vão desabrochar sentimentos novos e vigorosos, inclinando-nos ao magnífico impulso de ir em direção ao outro, instaurando a *Era do Afeto*. Uma tarefa que nos tornará humanamente felizes e integrados ao excelso concerto de equilíbrio que pulsa no universo. Instruídos e depurados como expressão do amor de Deus.



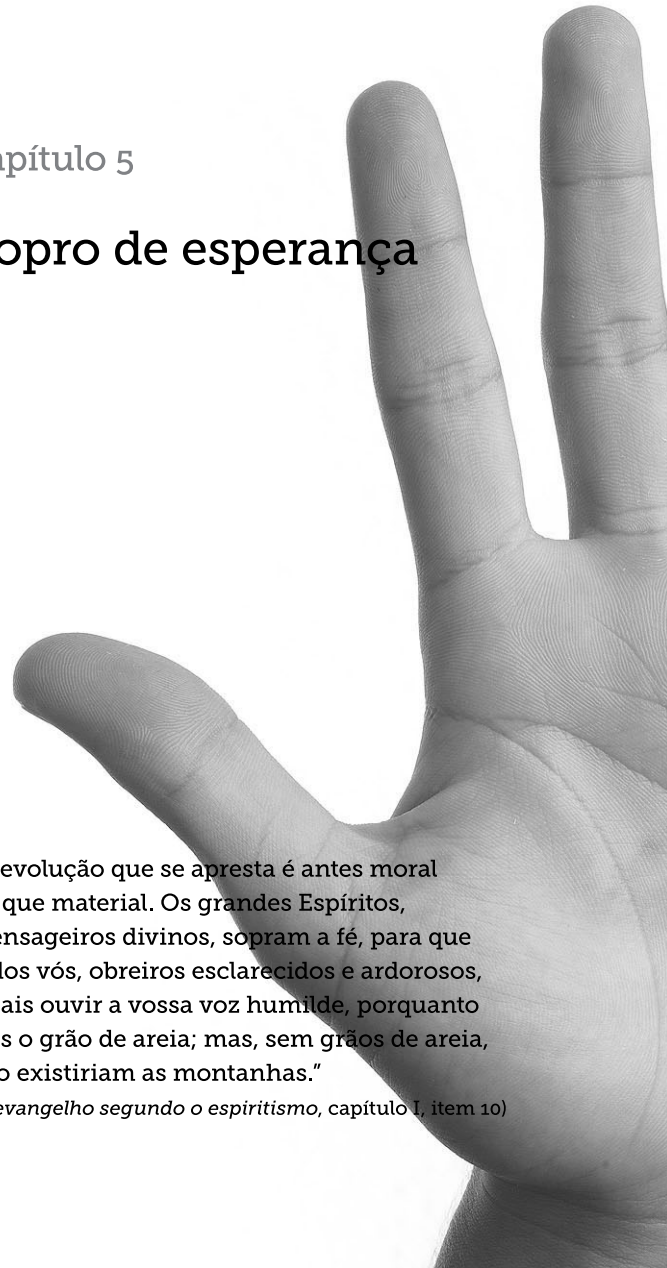
11. João, 13:35.

capítulo 5

## Sopro de esperança

"A revolução que se apresta é antes moral do que material. Os grandes Espíritos, mensageiros divinos, sopram a fé, para que todos vós, obreiros esclarecidos e ardorosos, façais ouvir a vossa voz humilde, porquanto sois o grão de areia; mas, sem grãos de areia, não existiriam as montanhas."

*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo I, item 10)*



Venâncio, aplicado trabalhador da mediunidade, divagava mentalmente acerca da tarefa realizada naquela noite, enquanto caminhava em direção ao seu lar. Pensava e pensava sobre os socorros prestados aos necessitados desencarnados:

— Fico feliz pelas bênçãos em favor dos habitantes das regiões inferiores, no entanto, não consigo entender completamente a iniciativa. Para que tanta atenção dos amigos espirituais aos desencarnados em face da dor que campeia aqui mesmo no mundo dos encarnados? Porventura a dor na erraticidade será maior? Não haverá meios próprios de amparar essas criaturas que derraparam no mal sem a nossa participação? Não seria mais educativo o amor ao próximo que podemos tocar e abraçar aqui mesmo na Terra? As pressões têm se intensificado e fico a refletir se valem a pena mesmo ou se são apenas projeções anímicas de nossas necessidades pessoais enquanto médiuns! Será que posso mesmo ajudar ante tanta penúria que ainda carrego?

Venâncio caminhava e refletia intensamente. As indagações se multiplicavam. A dúvida sadia invadia-lhe os sentimentos. Era um médium disposto a aprender e não se contentava com poucas respostas, jamais, porém, permitindo chegar ao clima da descrença. Ao chegar ao seu lar, fez breve lanche, orou e dormiu. Fora do corpo esperava-o a jovem benfeitora da atual reencarnação em estado de prontidão, aguardando-lhe a emancipação pelo sono.

— Amiga querida! – externou o médium já fora da matéria. — Creio que acompanhaste minhas últimas reflexões antes de adormecer... Poderia me esclarecer sobre as dúvidas que acalento?

— Sim, meu filho! Suas dúvidas são preciosas gemas da alma que anseia o crescimento. A dúvida, quando cultivada sem se tornar rigidez, é avanço e progresso. O que não devemos é torná-la um estado mental

estanque na criação de pensamentos fixos e confusos. Assistimos, nesta noite, as entidades chamadas *vibriões*. Um leque imenso de situações envolve esses atendimentos. Faremos uma pequena viagem astral para mostrar-lhe algo oportuno.

Venâncio e sua benfeitora vararam os espaços em suave volitação, até chegarem a um lar que se situava na mesma rua do Centro Espírita em que laboravam. À porta, algumas entidades da vigilância estavam atentas e os cumprimentaram discretamente. Já passava da meia-noite e na sala encontrava-se uma mulher esbelta baforando um cigarro.

— Esta é Gisele – falou a benfeitora –, mulher de quarenta anos, mãe de duas jovens, Ana e Clarisse. É uma promotora de Justiça muito bem-sucedida que se envolveu em negócios escusos e graves do crime organizado. Logo que entrou para as experiências das causas criminais, conheceu Alceu, um magistrado sem escrúpulos, que a envolveu afetivamente. Com atitudes relapsas, Gisele pôs a perder o seu casamento. Um tanto enfraquecida com a ruína no lar, passou a ser chantageada por Alceu, que já a havia matriculado na doentia carreira da corrupção. Arrependida, mas sem forças, sucumbiu sob o peso da ganância, única forma que enxergou de recompensar suas desditas. Acordos infelizes, propina e muito sexo a derrubaram de vez no campo dos ideais nobres. Graças à tarefa socorrista desta noite pudemos desligar três *vibriões* de seu sistema nervoso, que agiam como “medusas” na cabeça de Gisele. Ela se mataria esta noite, mas agora temos nova chance, pois conseguimos expressivo alívio psíquico para ela.

Dizendo isso, a benfeitora mostrou um revólver calibre trinta e oito debaixo de um sofá e as balas jogadas no lixo, demonstrando a desistência do ato exterminador.

— Quer dizer, então, que a assistência aos *vibriões-medusa* livrou-a do suicídio? – indagou o médium.

— Não somente do autoextermínio, mas de uma longa sequência de outros problemas que se desdobrariam. Transferimos ao seu halo mediúnico e ao de outros dois médiuns os parasitas psíquicos de Gisele, custando-lhe essa pressão mental sofrida nestas últimas quarenta e oito horas. Todavia, eis aí o resultado do esforço de todos no grupo mediúnico em mais esta noite de misericórdia no intercâmbio entre mundos.

— E para onde foram levados os enfermos espirituais?

— Estão na enfermaria astral do Centro Espírita. Eurípedes virá buscá-los mais tarde para as dependências do Hospital Esperança.

— Vejo de forma mais ampliada as minhas indagações de agora há pouco.

— Sim, Venâncio. Esse é o propósito da visita. Estamos em esferas diversas de vida, entretanto, não podemos ignorar as intercessões vibratórias entre as dimensões, a criar um ecossistema versátil em plena interação entre mundos, um eco-psiquismo, uma eco-psicosfera... Impossível higienizar os abismos sem que isso alivie as tensões do mundo, ou abençoar alguém nos caminhos da vida física sem que isso provoque comoções nas faixas vibratórias dos interplanos vivenciais. Essa é a Excelsa Ordem dos Princípios Universais que estatuem a solidariedade como lei inderrogável.

— Na minha limitada visão, essas criaturas assistidas nas atividades noturnas eram trazidas somente da erraticidade!

— Na verdade, Venâncio, esses casos são os mais raros no terreno socorrista da mediunidade. Quase sempre as atividades são destinadas prioritariamente às lutas mundanas. A maioria desses vampirizadores já se encontra grudada às pessoas em francas obsessões. Outras vezes são imantados aos médiuns, circunstancialmente, em razão do altíssimo poder de atração da mediunidade, sendo justo dizer que nem sempre são os médiuns que os recebem, mas eles é que recebem os médiuns... A transição é uma etapa que significa abertura de canais novos, horizontes ampliados.

Desde o surgimento do espiritismo na Terra, embora os homens ainda não tenham essa judiciosa comparação, nada mais estancou o progresso, e os destinos humanos direcionam-se, aceleradamente, para os cimos em busca da paz.

E, olhando para a moça, indagou o aprendiz:

— E como ela ficará no futuro?

— Olhe o que está guardado em seus papéis naquela pequena escrivaninha.

Quando o servidor foi verificar, entendeu o que aguardava aquela mulher. Era um pequeno folheto do Centro Espírita vizinho convidando para as reuniões de amor. Então concluiu a benfeitora:

— O futuro de Gisele está nesse pequeno sopro de esperança...





A transição é uma etapa que significa abertura de canais novos, horizontes ampliados. Desde o surgimento do espiritismo na Terra, embora os homens ainda não tenham essa judiciosa comparação, nada mais estancou o progresso, e os destinos humanos direcionam-se, aceleradamente, para os cimos em busca da paz.



capítulo 6

## Raízes do melindre

**"Quantas dissensões e funestas disputas  
se teriam evitado com um pouco de moderação  
e menos suscetibilidade!"**

*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo V, item 4)*



**M**elindre pode ser considerado um estado afetivo de sensibilidade exacerbada para sentir-se ofendido.

No estudo das doenças psíquicas, vamos encontrar o quadro da fragmentação, que significa a “quebra do pensamento”, ou seja, a ausência de harmonia e conexão nos raciocínios. Algumas situações emocionais no quadro dos transtornos afetivos são causadoras desse processo. Quando a mente se fixa nas experiências que já aconteceram, desenvolvendo sentimentos de culpa, estado de remorso, mágoa e saudosismo, estabelece um circuito de recordações no qual se aprisiona em regime de repetição, flagelando-se com pensamentos enfermiços acerca do que já aconteceu no passado. Por outro prisma, quando se fazem projeções para o futuro, criam-se as expectativas, os medos e a ansiedade. Temos um deslocamento mental decorrente da insegurança vivida pela criatura, em forma de imaginações e fantasias. Nesses estados, vive-se o passado, vive-se o futuro, mas não se vive o único momento que nos foi divinamente concedido para existir, que é o presente, o agora. Os pensamentos alternam-se entre o saudosismo e a idealização, podendo alterar o comportamento a caminho de doenças graves da mente, cuja característica é o bloqueio do afeto em relação aos fatos da vida presente.

Essa fragmentação da vida mental é responsável por uma série de desordens no dinamismo dos sentimentos, porque passamos a analisá-los como se olhássemos para um retrato de nós mesmos cortado em inúmeras partes, esparramado no chão. Olhamos para aqueles pedaços e identificamos nossa imagem, todavia, ficamos com o desejo de remontá-la sem saber como começar.

Essa é a mesma sensação que experimenta quem deseja remontar sua vida emocional. Uma sensação de impotência e ausência de referência sobre como conduzir o dinamismo do sentir. Consideremos nessa metáfora da

foto que muitos retalhos dessa imagem pessoal se encontram em escaninhos muito profundos da subconsciência, conquanto estejam plenamente em atividade, espalhando sobre o campo da vida mental consciente todo o seu contingente de forças influentes.

Melindre é campo adubado para sementeira da mágoa; e mágoa é o sentimento de revolta perante o inesperado, mantendo a mente aprisionada a lembranças enfermigas ou a fantasias de revide.

Quase sempre essa enfermidade da alma tem raízes decisivas na infância, embora possamos encontrá-las em etapas diversas nas reencarnações, pelo desenvolvimento de vários hábitos que tornam o ser intensamente suscetível. Esses hábitos têm, por sua vez, matriz no egoísmo.

Podemos, ainda, encontrar causas extemporâneas do melindre na vida presente, quando da existência de traumas ou pequenos incidentes em vivências específicas da vida que nos tornam muito sensíveis para aquelas questões.

Crianças excessivamente cobradas na infância tornam-se adultos perfeccionistas, que não querem conviver com a frustração e a crítica, que se lhes tornaram dolorosas e enfadonhas. Para elas, errar e ser criticado é sinônimo de ser menos amadas, porque nessa relação repressora com os pais aprenderam que só eram queridas quando cumpriam com as exigências e expectativas dos genitores ou, então, porque desenvolveram a crença de que somente sendo impecáveis poderiam ser aprovadas por alguém. Fragmentaram, nessa etapa, o seu pensamento. Passaram a estabelecer conexões imprecisas de suas reações com aquilo que lhes ensinaram. Infelizmente, em variados casos, as crianças são humilhadas e agredidas com emoções fortes e traumáticas por parte de muitos pais que, em vez de corrigi-las, as ofendem.

Hoje, já adulta, quando criticada ou chamada à atenção, reage conforme o que aprendeu. Mesmo que as advertências sejam de boa fonte e para o seu bem, tende a recebê-las como desaprovação, inimizade, traição, cobrança e

exigência descabida. A partir de então, os sentimentos apresentam-se como em um caleidoscópio: uma fragmentação de cores que não se entrecruzam – uma diversidade de sentimentos indefinidos em comoção.

Quem vive centrado no momento presente não tem medo de seus sentimentos, sabe revelá-los a si e aos outros sem constrangimento, porque aprendeu a lidar com suas imperfeições em clima pacífico, tolerante. Consequentemente, quando se sente ofendido, logo reage com naturalidade e sabendo que atitude tomar. Por que me ofendi? Essa intrigante interrogação é o roteiro de autoexame nas leiras reeducativas.

Eis uma questão educativa às lides do intercâmbio entre homens e Espíritos: por que tanto melindre na atitude dos médiuns perante as corrigendas a eles aplicadas para seu crescimento?

Nas origens de muitas atitudes de melindre desenvolvem-se interesses ofendidos. “(...) se mostram o que obtêm, é para que seja admirado, e não para que se lhes dê um parecer”, conforme ressalta *O livro dos médiuns*, capítulo XVI, item 196, “Médiuns imperfeitos”.

A análise de Erasto é perfeita para muitos casos de médiuns. Na multiplicidade das causas do melindre encontramos também aqueles que usam a mediunidade como um palanque pessoal, para o cultivo do vício de prestígio.

Nesse mesmo trecho de *O livro dos médiuns*, diz:

“Geralmente, tomam aversão às pessoas que os não aplaudem sem restrições e fogem das reuniões onde não possam se impor e dominar”.

Se são advertidos ou chamados a integrar a tarefa com consciência e discrição, agastam-se e criam todo um conjunto de medidas para se defenderem, podendo desequilibrar todo um grupamento em razão de suas pretensões individualistas.

Apesar das análises psicológicas da suscetibilidade, não nos iludamos em acreditar que somente a poder de esforço autoeducativo poderá ser

vencida essa mazela.

Será muito oportuna a criação de relações sadias, ricas de afeto e sinceridade, para que se formem ambientes de confiança nos quais o portador do melindre resgatará a confiança em si mesmo, nos seus valores, adquirindo melhor nível de autoestima que, em muitos casos, foi subtraído no período infantil. Passará, então, a desejar a crítica, a avaliação e a corrigenda em suas atitudes, estabelecendo uma reprogramação no seu subconsciente, pela qual perceberá mais claramente que podem ser aferidas suas atitudes sem que os outros a amem menos.

Médiuns, em qualquer etapa de sua tarefa, aceitem de bom grado as apreciações sobre sua produção mediúnica e, mesmo no caso dos juízos apressados ou interesseiros, tenham muita calma para receber as ideias alheias sobre sua tarefa. Quaisquer reações intempestivas de indisposição ou revide podem ser sinais da presença sutil das insinuações melindrosas.

Não é a qualidade da crítica que pode ajudar ou desajudar, e sim a capacidade de lidar com as reações emotivas pessoais. Com autoamor sempre encontraremos caminhos ricos de opção para a atitude sadia que edificar a plenitude e a alegria.

Experiência, cargo, tempo de exercício, cultura pessoal, ser espírita de berço ou ainda ter o aplauso da maioria não são, em tempo algum, garantia de infalibilidade ou critério de segurança que credencie qualquer pessoa a uma tarefa límpida e isenta das interferências inferiores em seu desempenho.

Somente a qualidade imbatível do desejo de aprender, seguido da incansável disposição afetiva de servir incondicionalmente são os louros com os quais as almas imortais podem contar para criar o campo mínimo de segurança e bem-estar para ser melhores. Contudo, não devemos nunca perder de vista o conceito dos Sábios Orientadores:

“O melhor é aquele que, simpatizando somente com os bons Espíritos, tem sido o menos enganado”<sup>12</sup>



12. *O livro dos médiuns*, capítulo XX, item 226, 9.ª pergunta.

capítulo 7

## Sentimento inconfessável

“Assim não deve ser entre vós; ao contrário,  
aquele que quiser tornar-se o maior,  
seja vosso servo; e aquele que quiser ser  
o primeiro entre vós seja vosso escravo (...).”

– MATEUS, 20:26 (*O evangelho segundo o espiritismo*,  
capítulo VII, item 4)



**I**nveja é um mecanismo psicológico do ego, dentre muitos originados do sentimento de egoísmo, cujo objetivo é a disputa neurótica para nos promover à condição de superiores em relação a alguém. Constitui mais uma das atitudes de não aceitação e desajuste com nossa real condição interior.

Interessar-se em possuir algum bem perecível ou valor moral que tenhamos observado em nosso próximo é um desejo sadio de crescimento, estímulo para novos aprendizados e esforços. Nesse caso, existe uma busca do exemplo inspirador. É a “inveja criativa”, impulsionadora.

No entanto, quando surge, neste ato, a presença da frustração, da malquerença, da ameaça, do sentimento de inferioridade que nos causam um estado de mal-estar, então temos a condição invejosa. Nesse contexto, o próximo é analisado como um vitorioso oponente.

Suas conquistas nos incomodam e nos fazem sentir pequenos. O brilho alheio nos intimida. Partimos, então, para formas defensivas com as quais procuramos diminuir a luz alheia.

Mesmo entre nós, os aprendizes incipientes da causa do amor, a inveja se mascara das formas mais complexas no intuito de ocultar nossa vergonha por senti-la. Um sentimento inconfessável.

Em verdade, deveríamos nos alegrar pela expansão e multiplicação de ideias e caminhos para o espiritismo por meio de expressões criativas de trabalho vindas de outrem, mas, quando estamos apegados às conquistas doutrinárias, sentimo-nos ameaçados ao despontarem projetos e ideias apreciáveis nascidos na mente alheia.

Somos Espíritos que ainda desconhecem os efeitos do próprio bem e como lidar com ele. Por isso, nossas realizações doutrinárias ainda nos causam uma sensação, natural até certo ponto, de vitória e maioria moral. Aferramo-nos a elas com a nítida ilusão de êxito pleno e libertação

definitiva. A alegria da conquista ultrapassa a linha do equilíbrio e se transforma em pertinaz conduta orgulhosa. Tudo isso ocorre, todavia, porque estamos há tanto tempo afastados da benevolência que, ao experimentá-la, sentimo-nos as melhores e maiores criaturas da vida.

Existem sistemas inteiramente alicerçados na inveja, reunindo multidões cujo propósito é abafar quaisquer manifestações que não brotem de suas entranhas.

Diversos climas organizacionais sofrem os efeitos indesejáveis da inveja pelas atitudes autoritárias e controladoras de seus dirigentes, que evitarão a qualquer custo aceitar alguém brilhar mais que o conjunto de suas forças reunidas.

“E chegou a Cafarnaum, e, entrando em casa, perguntou-lhes: Que estáveis vós discutindo pelo caminho? Mas eles calaram-se, porque pelo caminho tinham disputado entre si qual era o maior.”<sup>13</sup>

O quadro comportamental do Espírito adoecido pelo egoísmo repete-se nos dias presentes. Competição e ciúme, inveja e arrogância são sentimentos velados nas relações dos novos discípulos de Jesus, iluminados pela doutrina espírita. Negá-los não impedirá de colhermos seus frutos deteriorados e indigestos. Teremos, cada um de nós, de assumir diante da consciência a natureza de nossa disputa. Doloroso ato de coragem e desnudamento interior.

Quanta dissensão e melindre, quanto fracasso e obsessão por conta da competição velada entre seareiros!

A competição continua na sutileza das atitudes humanas. Os estímulos da mídia e da sociedade competitiva, somados à experiência de capricho pessoal, levam muitos corações, inclusive nos ambientes espíritas, a disputar os primeiros lugares em combates envernizados sem abertura para concessões, criando climas inamistosos e cisões dispensáveis que o diálogo sincero, seguido da honestidade emocional, poderia evitar.

“Na verdade, é já realmente uma falta terdes demanda uns contra os outros. Por que não sofreis antes a injustiça? Por que não sofreis antes o dano?”<sup>14</sup>

A inveja é dos sentimentos que menos confessamos a nós mesmos. É uma propriedade psicológica do sentimento de egoísmo, ou seja, não conhecemos e nem percebemos sua ação em nós. É uma das várias artimanhas do ego para nos manter protegidos da terrível sensação de vulnerabilidade, impotência e pequenez.

Invejamos o que o outro tem ou é quando não amamos ainda o que somos e temos. Não nos amando, passamos a fazer comparações sistemáticas. Somente nos comparando conosco mesmos, em relação ao nosso trajeto de aperfeiçoamento na vida, é que nos sentiremos valorosos e gratificados. Se nada construimos de útil e bom, possivelmente só nos resta a humildade de assumir nossa condição e começar um caminho novo. Invejar não resolverá o vazio que sentiremos de não galgar os degraus que já gostaríamos de ter logrado.

A solução é ouvir nossos sentimentos com lisura moral. Permitir-nos sentir e estudar a inveja, descobrindo suas nascentes e camuflagens. Alguns pontos podem nos auxiliar:

- ▶ Assumir que competimos e descobrir as causas profundas desta atitude.
- ▶ Compreender que não fazemos isso propositadamente. Não escolhemos ser invejosos, vivemos um processo resultante de milênios.
- ▶ Nossa intenção nobre está preservada independentemente de quaisquer descobertas dolorosas sobre nossas imperfeições. Somos mais o que intencionamos que, propriamente, o que fazemos.
- ▶ Os erros decorrentes de nossas atitudes na inveja velada devem ser aferidos sem culpa, buscando reparação e olhar para o futuro. Que eles sirvam de lições para não incorreremos naqueles mesmos desvios.

- ▶ Manter exames periódicos acerca das investidas da inveja em nossa conduta e tomar providências imediatas para sua erradicação.
- ▶ Guardar atenção com a ansiedade e a compulsão com as tarefas para não cair no automatismo ou na ausência de reflexão educativa. Não confundamos sacrifício com ansiedade. A verdadeira tarefa espírita não está fora, mas no íntimo. Nas lições pessoais e intransferíveis que realizamos em Deus no átrio da consciência.

O princípio originário da inveja está assentado na Lei Natural de conservação.

“É natural o desejo do bem-estar. Deus só proíbe o abuso, por ser contrário à conservação. Ele não condena a procura do bem-estar, desde que não seja conseguido à custa de outrem e não venha a diminuir-vos nem as forças físicas, nem as forças morais”.<sup>15</sup>

Aprender com o sucesso alheio, ter metas de progresso material, compreender as aptidões que admiramos em outrem, respeitar a experiência e alegrar-se com as vitórias dos outros são caminhos da admiração, isto é, a direção educativa para os sentimentos despertados ante os valores que nos cercam na convivência. São estímulos para crescer.

Somente os que se amam e conhecem seus potenciais, valores e aptidões olharão a vida e o próximo com alteridade, prezando as diferenças com louvor, reconhecendo que cada um deve florescer onde e como se encontra, descobrindo sua missão gloriosa perante a vida, distante do ato de invejar.

Ante essa descoberta, tecida nos fios do autoamor, alcançaremos a condição superior exarada pelo senhor Allan Kardec: “O homem não procura elevar-se acima do homem, mas acima de si mesmo, aperfeiçoando-se”.<sup>16</sup>



13. Marcos, 9:33.

14. I Coríntios, 6:7.

15. *O livro dos Espíritos*, questão 719.

16. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo III, item 10.

capítulo 8

## Projetos de religiosidade na promoção humana

“O objetivo da religião é conduzir a Deus o homem. Ora, este não chega a Deus senão quando se torna perfeito. Logo, toda religião que não torna melhor o homem não alcança o seu objetivo.”

*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo VIII, item 10)*



**R**eligiosidade é o conjunto das atitudes, ideias e sentimentos afinados com as diretrizes das Leis Divinas ou Naturais.

Por analogia, assinalemos o sentimento como sendo o templo interno de nossa busca a Deus pelo coração, e as atitudes como o altar sagrado de nossa comunhão com o Pai. Para o encontro com o Pai não nos bastará a permanência no templo sem a genuflexão no altar. Se os bons sentimentos são fonte de equilíbrio, somente as atitudes são chaves libertadoras aos mais amplos voos no rumo da conscientização.

Imprescindível resgatar essa conotação de religiosidade em detrimento de nosso indesejável religiosismo milenar, isto é, as atitudes que decorrem do apego a rígidas estruturas religiosas arquivadas nos profundos porões da mente. A adesão voluntária à *religião universal da caridade* é a fonte de permanente revitalização do afeto e do amor. Com ela adquirimos o espírito renovador que resgatará os ambientes de simplicidade e júbilos incontáveis para nossas casas espíritas, sob o influxo da convivência educativa.

O psiquismo religioso como natural formação cultural ainda é ostensivo no que tange a delinear as plataformas de ação do Centro Espírita. Todavia, nossas casas de consolo são convocadas a se promover a centros educativos da alma. A prolongada fixação no consolo sem descortinar os roteiros de libertação oferece campo para a estagnação e o fanatismo. A tarefa do Centro Espírita não deve se circunscrever a amenizar as lutas humanas. A humanidade precisa de educação tanto quanto de conforto afetuoso. Não basta aliviar as dores, é indispensável ensinar a construir a felicidade.

Utilizando a advertência de Bezerra de Menezes, perguntemos: “Como assumir esse compromisso de tornar a casa doutrinária uma escola capacitadora de virtudes e formadora do homem de bem?”

O benfeitor propõe um caminho:

“Elaboremos um programa educacional centrado em valores humanos para dirigentes, trabalhadores, médiuns, pais, mães, jovens, velhos e o apliquemos consentaneamente com as bases da Doutrina”.<sup>17</sup>

Em todos os tempos, os projetos de religião sempre compareceram organizando as comunidades e propondo metas, e foi por falta de projetos de religiosidade que as organizações se desviaram de seus sagrados objetivos educativos. Igualmente, nossas agremiações espíritas, ainda que contabilizando conquistas apreciáveis no terreno da orientação e da promoção humana, podem avançar muito mais por meio da edificação de ambientes regenerativos ricos de humanismo e distante da padronização.

O contexto social da modernidade apela para diretrizes mais claras de significado, com linguagem apropriada ao contexto e com práticas que sintonizem o homem com seus sentimentos. Nenhum projeto educacional pode desconsiderar a singularidade humana, sendo, portanto, sob análise construtivista, contraproducente aderir a convenções que raiam para rigidez e estrangulam a criatividade, a alteridade.

Os núcleos doutrinários da atualidade têm como urgente e indeclinável tarefa auxiliar o ser humano na matriz de todas as suas doenças, a doença-mãe chamada *doença do sentido*, ou seja, a incapacidade de dar um significado útil e prazeroso a sua vida. O tema fé deve constituir o centro desse curso de autoamor e despertar da sensibilidade.

A propósito, o que é a fé? Como desenvolver a fé? Fé é algo inato ou passível de desenvolvimento? Por que a fé é tão importante para dar um sentido à existência? O que tem impedido o homem de utilizar sua fé? Até onde a religião é útil para a fé? Qual a relação entre fé e religiosidade? Como entender a colocação:

“Inspiração divina, a fé desperta todos os instintos nobres que encaminham o homem para o bem?”<sup>18</sup>

O prazer de viver está intrinsecamente conectado a esse tema. E o prazer de viver é a maior conquista das pessoas livres, felizes e conscientes. Muitos corações queridos do espiritismo estão exemplarmente integrados aos projetos religiosos sob enfoque da doutrina, entretanto, ainda não amalharam a alegria de existir, o prazer de ser o que são, o sorriso de ternura e a vibração da paz.

O tempo passa. A reencarnação se esvai. Ainda assim permanece a proposta de fazer de cada um de nós o roteiro de luz e felicidade que irradiará para os homens a mensagem excelsa da imortalidade e do amor. Ergamos as trincheiras do desapego de conceitos e pontos de vista. Acompanhemos a lufada renovadora de bênçãos que atinge a nossa seara, e vigiemos para não cair nas malhas do imobilismo.

Mais que purismo filosófico, atitudes humanizadoras.

Mais que amor à doutrina, laços de afeto com o próximo.

Nossas reflexões podem parecer um tanto fora da realidade para alguns, mas foram todas inspiradas na palavra e na ação de homens e mulheres que souberam materializá-las, em reencarnações vitoriosas, na história do espiritismo brasileiro, e que, segundo eles, constituirão o núcleo da plataforma do movimento espírita do século XXI, na preparação do milênio da regeneração humana. Devemos lembrar que esse engano do coração, de fantasiar onde existe a Verdade, foi o que nos levou a dois mil anos de desprezo à proposta de Jesus, a qual somente agora começamos a sentir o valor. Portanto, não será demais afirmar que quando não conseguimos plenificar o amor em atitudes, a tendência é escravizá-lo a belos raciocínios no intuito de aliviar nossa consciência e adiar um tanto mais nosso tempo de amar...

Nossa causa é o bem vivido e sentido. Injustificável qualquer receio em inverter esta ordem e priorizar a defesa aos princípios doutrinários, que cada dia mais estão consolidados no inconsciente coletivo da humanidade. Infelizmente, muitos substituíram a fraternidade em favor das convenções.

Eles próprios, contudo, pagam por si mesmos um severo preço. Na intimidade amargam o frio das rudes provas por meio dos sentimentos de dúvida e adiam as suas chances pessoais de romper com as envelhecidas barreiras entre o que pensam que são e aquilo que realmente os espera no país da Verdade Imortal.

Teremos de mencionar sempre o amor, já que ainda não o conseguimos plenificar em nossas atitudes, porque, se deixarmos de falar sobre ele, o esqueceremos de vez.

Recordemos com a própria doutrina espírita que o conhecimento será instrumento disciplinador do coração, mas somente a convivência edificada em legítimos gestos de amor será a nossa alforria perante a vida futura, que nos aguarda logo mais.

Trabalhemos todos pela vitalidade de nossos ideais de aproximação e convivência salutar, ajustando-nos à transformação pelos princípios do Homem de Bem. Laborar em atitudes Cristãs pelos ofícios da seara espírita é angariar créditos na expansão da luz da Boa Nova para toda a humanidade.

Edifiquemos espaços de legítima unificação nos núcleos espiritistas pelos vínculos sacrossantos de amizade e interesse renovador.

Deixemos definidos novos parâmetros que nos inspirem o projeto de religiosidade no carinho espontâneo, e que essas sejam as metas a serem perseguidas nos dias vindouros de nossa faina espiritual:

Unidade? Somente de sentimentos elevados.

Pureza? Sobretudo nas intenções.

Supremacia? Por via do consenso.

Coesão? Apenas nas atitudes.

Sem isso, será fazer do espiritismo mais uma religião que poderá terminar enquadrada na alertiva do codificador: “(...) toda religião que não torna melhor o homem, não alcança o seu objetivo”.



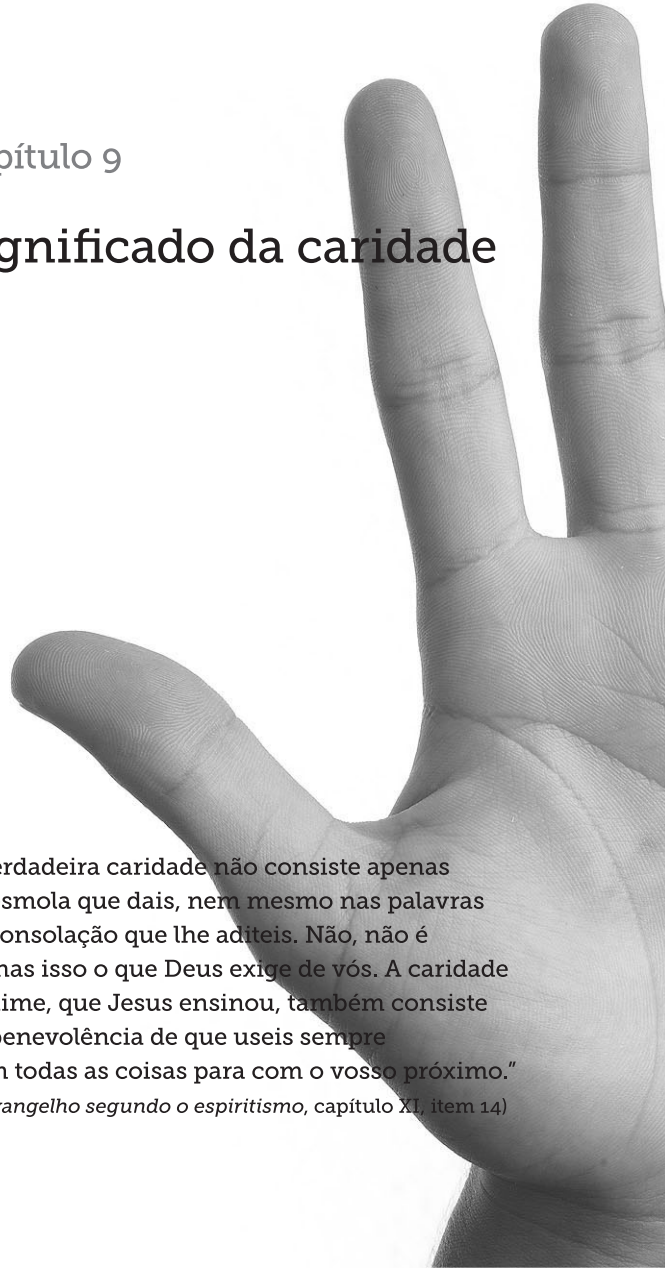
17. *Seara bendita*, diversos Espíritos, introdução, Dufaux.

18. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XIX, item 11.

capítulo 9

## Significado da caridade

"A verdadeira caridade não consiste apenas na esmola que dais, nem mesmo nas palavras de consolação que lhe aditeis. Não, não é apenas isso o que Deus exige de vós. A caridade sublime, que Jesus ensinou, também consiste na benevolência de que useis sempre e em todas as coisas para com o vosso próximo."  
*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo XI, item 14)*



**C**aridade! Ela é a alma da vida na criação porque alimenta o Engenho Divino e Universal pela cooperação e permuta. Caridade é o movimento sublime da alma na construção do bem. Entendê-la como mero ato compulsivo ou agendado de beneficiar alguém ou alguma obra será limitar seu conceito cósmico. Caridade é ação educativa. Nem sempre, no entanto, ela tem educado, reduzindo-se ao amparo amenizador de dores e necessidades, que não ultrapassa a conotação de simples dever social conferido a todos na humanidade.

A ação no bem, antes de tudo, é estímulo e experiência para quem a pratica. Do contrário, restringe-se a exercícios de doação para “desafrouxar” sentimentos, ato não menos meritório, mas distante do significado sagrado da palavra que foi descrita por Adolfo, bispo de Argel, na inspirada poesia que diz:

“Caridade! Sublime palavra que sintetiza todas as virtudes, és tu que hás de conduzir os povos à felicidade”.<sup>19</sup>

Constatam-se frequentemente nos nossos ambientes educativos do espiritismo várias almas distraídas quanto aos deveres mais profundos na aferição e no proveito pessoal nesse assunto. Empenham-se em movimentos espetaculares de filantropia, asilando sonhos de grandeza espiritual para depois da morte, como se obtivessem garantia automática de redenção e paz interior. Ninguém pode, em são juízo, afirmar que exista alguma ação no bem sem proveito. Reflitamos, porém, que as expectativas e o entendimento de muitos corações iluminados pelas concepções doutrinárias penetram o reino da ilusão por esperar “saltos evolutivos no além” em razão dos pequenos passos de altruísmo que apenas começaram a dar. A decepção, no

entanto, estarrece tais corações quando libertos da matéria. Constatam que fizeram luz para muitos, não conquistando sua luz pessoal e inalienável.

A luz que espalhamos aos outros sempre será avalista dos mais prestimosos créditos de amparo na carne ou fora dela. Entretanto, não constitui saldo defensivo contra as investidas do mal que ainda brota do próprio imo.

A transformação dos impulsos infelizes e o desenvolvimento de valores nobres são as únicas credenciais de autoridade e harmonia no trajeto da Terra para o mundo espiritual.

Milhões de almas bem-intencionadas e solidárias encontram-se em estágio de dor na imortalidade devido à negligência com a qual se portaram ante os mais singelos deveres morais de cidadania, saúde e conduta reta. Entre esses, encontram-se muitos espíritas devotos da atividade assistencial.

A caridade material é regime abençoado no exercício do afeto e da empatia, auxiliando o homem a se libertar dos grilhões do egoísmo. Entretanto, em razão de nossas lutas interiores, essa conotação da caridade pode nos acostumar facilmente ao automatismo e à compulsão, acrescidos das deformadas noções de quitação de carmas pelos serviços assistenciais, arruinando excelentes chances de crescimento, autoavaliação e desenvolvimento de habilidades.

Assevera Isabel de França:

“A caridade sublime, que Jesus ensinou, também consiste na benevolência de que useis sempre e em todas as coisas para com o vosso próximo”.<sup>20</sup>

Caridade em bom conceito é interesse emocional edificante pelo outro. O ato verdadeiro da caridade encerra em si a benevolência – o sentimento de amor ao semelhante no que há de mais puro e alteritário. Somente nesse patamar de emoção nobre igualmente nos beneficiamos da ação caritativa,

atingindo, então, a finalidade maior no exercício do bem, que é consolidá-lo em nós, além daquilo que pudermos realizar pelo outro.

O bem tem de ser bom e gerar valores, antes de tudo, para quem o faz.

Uma reflexão merece a atenção de todos nós, nas tarefas abençoadas de amor ao próximo, no seio de nossas agremiações espíritas: acima das práticas devemos colocar o relacionamento. A ilusão, infelizmente, tem dilatado e incentivado ideias de salvacionismo fácil por meio de práticas que algumas vezes não passam de mecanismos do ego para aplacar a ansiedade de destaque e prestígio de criaturas em vivências personalistas.

Sem nenhum sentimento de menosprezo, e com todo o respeito e carinho, fica nosso convite aos trabalhadores da seara para uma reavaliação com fins de melhoria em todas as nossas iniciativas doutrinárias em nome do bem. Quem não admite a possibilidade de melhora e mudança nos roteiros de ação doutrinária, possivelmente terá estacionado no proveito individual perante as realizações que exerce, ainda podendo estimular outros à estagnação.

Repensemos com proveito nossas tarefas de amor.

Tomemos por base um dos conceitos mais completos nesse tema:

“Qual o verdadeiro sentido da palavra caridade, como a entendia Jesus?

Benevolência para com todos, indulgência para as imperfeições dos outros, perdão das ofensas.”<sup>21</sup>

19. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XIII, item 11.

20. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XI, item 14.

21. *O livro dos Espíritos*, questão 886.

capítulo 10

## Autoperdão: força para recomeçar

"A calma e a resignação hauridas da maneira de considerar a vida terrestre e da confiança no futuro dão ao espírito uma serenidade que é o melhor preservativo contra a loucura e o suicídio."

*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo V, item 14)*



**T**emos uma ala edificada em plena natureza, no Hospital Esperança, na qual são realizadas atividades de apoio a suicidas em recuperação. Nesses círculos de amor, trabalhamos o valor da vida por meio de depoimentos e técnicas de sensibilização dos sentimentos nobres. O objetivo é que todos aprendam a tratar com respeito os seus atos impensados, adquiram domínio interior e honestidade emocional.

— Meus irmãos, Maria Clara será nossa expositora nesta ocasião. Vamos ouvir seu depoimento rico de lições para todos nós – falou dona Modesta acolhendo-a com um abraço carinhoso.

— Vou falar como sei, pois longe me encontro dessa condição de expositora. Já disse isso a dona Modesta. Não me sinto com a mínima autoridade para ensinar qualquer coisa, especialmente sobre o assunto que vou discorrer.

— Fale de seu coração, minha filha – atalhou a orientadora amiga.

— Dizem que os que se matam fazem isso para se livrar de um acontecimento infeliz. Engano! Fazemos isso para nos livrar de nós mesmos. O suicídio é apenas mais uma decepção que se soma ao conjunto de insatisfações que colecionamos. Livramo-nos realmente da vida física, dos problemas periféricos que consomem nosso pensamento. No entanto, não nos livramos do que sentimos. Quem se suicida não está se matando, já morreu há muito tempo.

Clara parou de falar, olhando para o chão, como que envergonhada de si mesma. Dona Modesta, imediatamente, conclamou:

— Cabeça erguida, Clara! Fracasso, minha filha, só existe para quem nada aprende com seus próprios erros. Não é o seu caso – disse dona Modesta com firmeza.

— Desculpem-me pela vergonha! Vou continuar. O ato suicida apenas elimina o corpo de quem, na verdade, já decretou sua derrocada moral.

Somente estando na vida espiritual para se dimensionar com exatidão a dor dos que já morreram por dentro. O pior dessa morte é querer deixar de existir e não ser possível. O suicídio é a decisão desesperada da criatura que não está pulsando com a vida. Não matamos a nós mesmos por covardia ou para pôr fim a algo; matamo-nos porque não sabemos como existir, como resgatar o sopro de vida dentro de nós.

Perambulei por centros e mais centros espíritas e só ouvi sentenças sobre carma e obsessão, doença e ruína. Como garimpar o diamante da vida nesse lodo de incompreensões e negativismo? Envergonhava-me quando em contato com os amigos de doutrina, porque não conseguia esboçar sequer um sorriso de gratidão. Hoje, um pouco mais refeita das dores acerbadas que me fustigaram o coração, percebo com clareza a severidade do que significa essa morte interior. Procurei quem pudesse ouvir minha dor com o coração, entretanto, o que recebi foram doutrinações e reprimendas pelo que sentia. Não encontrei em nossos ambientes de amor quem me ajudasse a sustentar o perdão que não conseguia oferecer a mim mesma. Quem tivesse respeito pelo que eu sentia e soubesse me tratar como doente e incapaz.

Procurando incentivar a explanadora, dona Modesta piscou e fez um aceno positivo no balançar da cabeça.

— Já encontrei pessoas que, mesmo se matando no corpo, gostariam de se matar novamente em Espírito. Entretanto, sentem-se totalmente incapazes... No corpo basta uma lâmina, um corrosivo... Mas como se mata o ser espiritual? Por isso existem os vales da amargura e da perdição emocional. Eu os conheço de perto. Lá se juntam almas por pura afinidade, reunindo a miserável sobra de força para que, assim, aglomeradas, suportem a si mesmas. Comparemos semelhantes locais a campos vergastados pela fome cruel em que todos se alimentam de pequenas migalhas de suprimento, sendo obrigados a se desnutrir até que não tolerem mais as crises de loucura e passem a se agredir em busca do que lhes falta.

— Fale de seu drama pessoal, minha filha. Quem se perdoa pode levantar em público as suas mazelas para que sirvam de lições imorredouras – exortou a benfeitora.

— Fui amante de um político famoso. Engravidando-me, fui ameaçada de morte caso não praticasse o aborto. Emaranhei-me nas ciladas que eu mesma criei. Como espírita, neguei tudo o que aprendi em nome de um amor fictício e interesseiro, porém, fascinante e encantador. Por um falso amor ao outro desamei a mim mesma. Depois disso, viver para mim era doloroso. Queria não existir, não ter de pensar. Acreditei que poderia. Já havia me matado pela culpa! Dizia a mim mesma que, depois de tanta derrota na vida, ainda teria de suportar a rejeição, o desastre afetivo...

Clara, emocionada ao extremo, parou sua narrativa e falou:

— Com sinceridade, dona Modesta, não me vejo em condições de delongar mais acerca de meu drama.

— Está ótimo, Clara! Não precisa dizer mais nada. Seu nível de domínio e sinceridade são armaduras psicológicas de largo valor. Vamos ver se temos perguntas na plateia.

— Eu tenho – levantou um cidadão que também experimentou o autoextermínio. – Podemos perguntar o que quisermos, dona Modesta?

— Perfeitamente.

— Assim como você, Clara, não tenho a menor pretensão à autoridade, considerando minha pobre condição espiritual. Mas intriga-me saber: como pode uma espírita chegar a esse ponto?

— Confesso-lhe, cavalheiro, que não tenho resposta a tal questão. Antes de utilizar o veneno letal, fiz uma prece. Meu estado mental era tão confuso que cheguei a interpretar meus pensamentos como se Deus esperasse aquele ato de mim, tamanha a angústia e o desespero em que me encontrava.

— Mas como a senhora chegou a isso? Com tanto conhecimento! O conhecimento espírita não foi suficiente para evitar a derrapada moral?

— O conhecimento, meu senhor, é suficiente quando a criatura não está em estágios em que faltem outras nutrições mais essenciais e eficazes.

— De que espécie?

— Afetiva! Nutrição pelo sentimento. A amizade sincera é sentida como pingos de vida na alma descrente, incentivando-a à busca da recuperação. Enquanto souber que alguém se interessa por ela, que alguém a quer bem, terá uma promissória de esperança com a qual, caso use de determinação e coragem de vencer, pode resgatar o desejo e a excelssitude de viver.

Repentinamente, uma moça recém-internada manifestou-se:

— Sua narrativa deu asas ao meu pensamento. Fico imaginando quanto temos a rever enquanto aprendizes do Consolador Prometido. Conheci trabalhadores reconhecidamente respeitados por nossa comunidade que declararam inúmeras vezes que os espíritas não se sentem deprimidos. Se assim se sentissem, é porque não estariam aplicando a contento os ensinamentos doutrinários. Veja o seu caso e o meu, que é pior ainda. Suicidei-me sem que ninguém soubesse que se tratava de um acidente planejado. Amigos espíritas até hoje me têm como uma valorosa e exemplar trabalhadora que “queimou” seu carma no trágico acidente automobilístico. Passei a vida triste por dentro e sorrindo por fora. Espírita saudável na aparência e uma enferma na intimidade. Os conflitos se agravaram e desisti de viver.

— Não sei o que dizer diante da colocação dela – disse Clara. – Quer dizer algo, dona Modesta?

— Há muito despreparo entre os seareiros espíritas na vida física para uma incursão mais segura e com bons resultados nos dramas humanos mais profundos. As vivências do sentimento são as que exigem mais do entendimento e da caridade humana – completou a benfeitora.

Ouvindo a colocação da recém-internada, um integrante do grupo de recuperação falou:

— Você, então, planejou um acidente?! Por que queria morrer?

— Planejei minha morte. A questão não é o desejo de morrer, mas o desejo de não querer viver. Em verdade, não tive motivos sérios para me matar. Apenas achei a vida sem sentido por tempo longo demais... Desencantei-me ou, como já fui instruída aqui mesmo em outra reunião, já renasci desencantada e sem vida por dentro.

— É possível isso, dona Modesta? – indagou outro participante da reunião.

— Muitos Espíritos já renascem com total indisposição para viver. A infância e a juventude permitem-lhes novos estímulos que poderão atenuar e até mesmo dissolver esses núcleos energéticos de apatia. A grande maioria, entretanto, somente encontrará alívio e libertação pelas sendas seguras do amor e do trabalho, perseverantes nos roteiros da reeducação de si mesmos pelo esforço e disciplina.

Desejando saber mais, continuou o mesmo participante:

— Sempre achei os espíritas uma gente muito triste, a começar por mim mesmo. Será possível que a nossa comunidade enfrente esse problema em larga escala?

— O espiritismo é a Boa Nova dos tempos modernos. Sua mensagem é de consolo, estímulo e alegria. Os adeptos, entretanto, nem sempre conseguem expressar esse clima de entusiasmo e vitalidade. Até certo ponto, a questão é compreensível em face das lutas ingentes que travam com sua intimidade profunda. Mas, sem dúvida, necessitam de um pouco mais de emoção e alegria cristã.

— Como mudar isso? Se a senhora visse o centro que frequentei! Mais parecia um templo de mudez. Não havia um diálogo afetivo, aberto, sincero, nem troca de experiências que gerassem bem-estar, assim como tenho encontrado aqui no Hospital.

— Eurípedes e doutor Bezerra ensinaram-me que o foco essencial do espiritismo é o homem, suas dores, sua busca. Se os esforços do Centro Espírita não convergirem para auxiliá-lo na grande jornada existencial, tal

instituição falirá em seus objetivos maiores, passando a atender questões de secundária importância. O Centro Espírita com Jesus deve consolidar-se como um espaço de recuperação da dignidade humana e uma praça de convívio e alegria. A causa da doutrina espírita é a espiritualização do homem por meio do amor. Quando uma casa doutrinária orienta e oferece condições ao ser humano para viver de conformidade com a visão imortalista, ela cumpriu sua missão. Ressalte-se que tarefa dessa envergadura só será possível com muita cumplicidade, porém, igualmente, com muita simplicidade.

Percebe a extensão dos laços entre a causa do Cristo e a causa espírita?

Interrompendo a sequência de reflexões, a orientadora indagou:

— Maria Clara, você não tem algo a acrescentar?

— A senhora leu meu pensamento?

— Só um pouquinho – falou humoradamente.

— Quero ler uma pergunta de *O livro dos Espíritos* que tem me sido guia e conforto:

“Assim como, quase sempre, é o homem o causador de seus sofrimentos materiais, também o será de seus sofrimentos morais?

Mais ainda, porque os sofrimentos materiais algumas vezes independem da vontade; mas o orgulho ferido, a ambição frustrada, a ansiedade da avareza, a inveja, o ciúme, todas as paixões, numa palavra, são torturas da alma.”<sup>22</sup>

— Quer comentar, Clara?

— Hoje sei que poderia ter me livrado do sofrimento moral que apliquei contra mim mesma.

— E...

— E estou me esforçando muito no serviço do bem nessa casa de amor, no intuito de esquecer um pouco as minhas próprias dores e pensar nos dramas alheios. Somente dessa forma encontro coragem para dar este testemunho. É incrível, mas na medida em que aplico essa medicação

frutifica em meu ser um desejo intenso de renascer no corpo e recomeçar. A energia da vida começa a jorrar filetes de vitalidade e esperança em minha alma. Deus nunca me abandonou. Farei por onde não abandoná-Lo novamente. Como não logrei a resignação quando na carne, nada posso queixar de ninguém. Trabalho dia após dia. Um dia o Pai me chamará ao corpo. Não tenho pressa. Estou viva, sinto a vida. Isso me basta por agora. Estou serena.



Amigo querido da caminhada carnal,  
Caíste no fosso da culpa ante os deslizes da conduta.  
Tua *sombra* mais uma vez driblou teus propósitos de luz.  
Não te martirizes com as cobranças desgastantes e busca te desculpar.  
Lembra, nessa hora, dos valores e projetos nobres que erguestes ao peso de sacrifício e esforço.

Quanta beleza já descobriste que existe em ti por meio do trabalho no bem. Então por que supervalorizar o mal que, pouco a pouco, estás deixando?

Que adiantará recriminações e punições, quando a virtude é construída com amor e tempo?

Olha para a frente e valoriza tua condição de Filho de Deus.

Resgata agora, imediatamente, a tua paz.

Faze um acordo contigo: perdoa-te e recomeça no bem. Eis uma grande prova de amor a ti.

Recorda:

“A calma e a resignação hauridas da maneira de considerar a vida terrestre e da confiança no futuro dão ao espírito uma serenidade que é o melhor preservativo contra a loucura e o suicídio”.



22. *O livro dos Espíritos*, questão 933.



Caíste no fosso da culpa ante os deslizes da conduta. Tua *sombra* mais uma vez driblou teus propósitos de luz. Não te martirizes com as cobranças desgastantes e busca te desculpar. Olha para a frente e valoriza tua condição de Filho de Deus. Resgata agora, imediatamente, a tua paz. Faze um acordo contigo: perdoa-te e recomeça no bem. Eis uma grande prova de amor a ti.



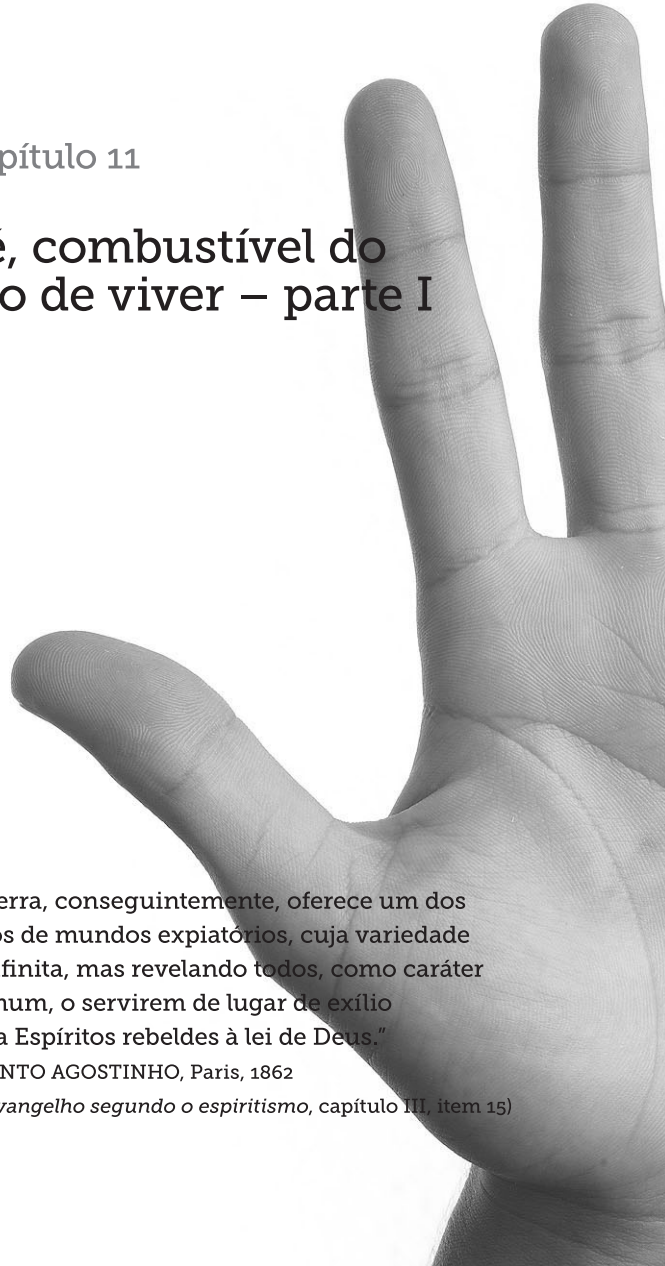
capítulo 11

## Fé, combustível do ato de viver – parte I

"A Terra, conseguintemente, oferece um dos tipos de mundos expiatórios, cuja variedade é infinita, mas revelando todos, como caráter comum, o servirem de lugar de exílio para Espíritos rebeldes à lei de Deus."

– SANTO AGOSTINHO, Paris, 1862

(*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo III, item 15)



**E**xílio para Espíritos rebeldes à lei de Deus. Que traço poderia definir mais claramente a nossa condição moral na Terra?

Por vezes sucessivas, após o desenlace carnal, deparamos com o remorso e, mais recentemente, alguns de nós, com o arrependimento sincero. Renascemos trazendo impresso na alma um ansioso desejo de recomeço. Chegando à vida física, encontramos com as frustrações necessárias. Caímos no desapontamento e, por fim, na rebeldia, negando-nos a aceitar nossas necessidades espirituais. Surgem os conflitos com o corpo, a sociedade, a profissão e a família. Em verdade, o maior adversário somos nós mesmos. A resistência declarada em aceitar quem somos. A rebeldia de ser, existir e viver. Instala-se, nesse passo, um terrível estado de insatisfação crônica com a vida. Sentimentos de culpa, tristeza e medo delineiam estados mentais doentios de punição, perfeccionismo e baixa autoestima, conduzindo-nos aos dramas dolorosos da angústia e da depressão – um verdadeiro leque de mutações emocionais. Posteriormente, esgotadas pelos conflitos interiores ao longo do tempo, as criaturas ainda se aninham nas perturbadoras crises de descrença e vazio existencial, e vamos em direção a novos ciclos de dor, que desabrocham de atitudes e escolhas enfermiças.

Raríssimos escapam de semelhante “roda da vida”. Isso é o carma, a teia da existência tecida por nós mesmos nos roteiros da reencarnação.

Carma não é por fora, é por dentro de nós. As insatisfações de fora espelham a rebeldia interior. A vida por fora reflete programações da vida mental. Surge de dentro o que temos no exterior. Velhos modelos mentais alicerçados em crenças e valores.

Pela forma como reagimos aos episódios da existência, determinamos o curso dos prazeres e desgostos de nossa vida.

O rebelde, por exemplo, agrava seus passos em autênticos torvelinhos de emoções perturbadoras. A rebeldia é apressada, inquieta, arrogante e revoltada. É a feição comportamental de almas que não aceitam a realidade. Daí tanta amargura, pois a vida é e será sempre o que tem de ser, considerando que tudo o que nos cerca reflete o que somos ou seremos.

Rebeldia significa relutância, teimosia, inconformação.

Há quem nela veja uma virtude, conceituando-a como um ato de resistência, bravura e coragem em não se abater diante dos reveses. Estreito limite existe entre o caráter patológico da rebeldia e esse aspecto que alguns tomam como qualidade. Analisemos o tema.

O rebelde paralisa. O corajoso avança.

O rebelde sofre. O corajoso liberta-se.

A rebeldia torna a criatura apressada, agitada interiormente e com avançados níveis de ansiedade ou depressão. Uma personalidade rebelde debate-se intimamente, tem baixíssimo nível de tolerância às frustrações e uma conduta irritável. Uma personalidade corajosa avança com serenidade, ultrapassando sua zona mental de conforto com moderação e lucidez.

A rebeldia tira a condição de pessoa centrada em valores e metas para situá-la nos dois extremos do psiquismo revoltado: ora na arrogância, ora na descrença. A arrogância é a atitude daqueles que ainda encontram energia para expressar sua inconformação. A descrença é o estado de quantos já se encontram exauridos de tanto reagir aos alvitre da existência.

Quando na arrogância, a alma se afoga nas vertigens da insensatez.

Quando na descrença, tomba nas armadilhas do medo.

Na arrogância, nossa maior ilusão é não aceitar o eu real em detrimento do eu ideal. Romper com a imagem que o ego construiu sobre nós, para nos defender da angustiante realidade do que somos.

Na descrença, nossa maior dificuldade é aceitar que a vida jamais será como queremos. Nisso reside nossa incapacidade em lidar com perdas e sonhos desfeitos ou não alcançados.

A arrogância traz a sofreguidão das metas que se desfazem como bolhas de sabão aos nossos olhos, levando-nos ao vício de sermos exímios fabricantes de sentidos para a vida pessoal e para a daqueles que nos cercam.

A descrença traz a paralisia da depressão que nos aprisiona no catre da ausência de sentido, subtraindo-nos a alegria do ato de viver.

O arrogante é um inveterado “criador de destinos”, com os quais procura atender a sua inesgotável tendência de gerir a vida alheia, na condição de um semideus.

O descrente é um cultor da revolta que está atemorizado com a morte de sua vida idealizada e impossível.

Arrogância e descrença são extremos psicológicos e emocionais de um mesmo motivo: a ação de não aceitar os processos necessários da vida e suas leis de progresso.

Ambos, arrogantes e descrentes, são pessoas que temem ardentemente a queda, o fracasso, o desacerto. O arrogante, com medo de errar, tenta demais e tomba na prepotência. O descrente, com medo do erro, evita arriscar e escolher.

O arrogante se vê além do que é. O descrente foge de quem é.

Estar em quaisquer destas extremidades significa limite e nível patológico da vida mental. Nesse clima da vida interior, a maior enfermidade dos dias atuais instala-se sorrateira e decisiva: a ausência de sentido para os dias da nossa existência. Arrogantes e descrentes caminham ao sabor de intermináveis combates íntimos que sugam as forças morais e minam os ideais possíveis. Estabelece-se uma lastimável pressão sobre os pensamentos, causando um estado de confusão mental. Um desgosto, abrupto e dominador, subtrai significativa parcela do afeto e da sensibilidade. Cansadas, tais criaturas correm atrás do dever ao peso de dor e desânimo, cobrança e rigidez.

Rebeldia é resultante da ausência de habilidade em movimentar o mais sublime patrimônio conferido pelo Criador à criatura: a fé.

A fé é o combustível do ato de viver. A energia interior que vem das profundezas inabordáveis da alma para equilibrar nossa mente e nos nutrir com a energia da vida, a energia de Deus, que sustenta o universo em profusão.

Fé é essa força que está no íntimo de nós mesmos qual uma pepita reluzente acomodada no lago pantanoso de nossa *sombra*. A luz escondida que necessita ser colocada no velador, onde possa iluminar nossa vida consciente. A *sombra* é também um centro de talentos e qualidades ocultas que solicitam manifestação.

O contato com a energia da fé desperta o estado de otimismo, irradia a paciência, espalha a confiança e fortalece a resignação nas atitudes, levando-nos a aceitar a vida como ela é.

A fé mantém a mente em harmonia e domínio interior, por consequência, habituando-nos a agir com foco no presente, sem as agonias com o futuro ou os descontentamentos do passado. Estar no presente significa viver, ter sentido para continuar um dia após o outro na busca consciente por metas e motivações.

Uma de suas propriedades energéticas mais importantes é a função seletiva. Como fosse uma bateia – recipiente para garimpar metais preciosos nos rios –, ela seleciona o que há de melhor em nosso campo psíquico. É uma chave para abrir o *Self* divino que está adormecido em nosso íntimo.

Ela é a base da vida em toda parte. É a alma da esperança, sem a qual não conseguimos enxergar a trilha excelsa traçada por Deus para a nossa felicidade. É a fonte do prazer de viver.

Sem esperança como viver? Ela é o efeito no campo dos sentimentos quando encontramos o ritmo vibratório de Deus na vida. Surge quando

identificamos o fluxo de energias divinas que conspiram para a nossa ascensão.

Dizem os Sábios Instrutores:

“Inspiração divina, a fé desperta todos os instintos nobres que encaminham o homem para o bem. É a base da regeneração. Preciso é, pois, que essa base seja forte e durável, porquanto, se a mais ligeira dúvida a abalar, que será do edifício que sobre ela construiredes?”<sup>23</sup>

Toda a nobreza espiritual da qual somos herdeiros de Deus somente poderá se expressar sob o influxo da fé. Todos os instintos em nós colocados para o progresso, sob sua tutela são dirigidos para tornar a nossa vida um ato de dignidade repleto de alegria e prazer de viver.



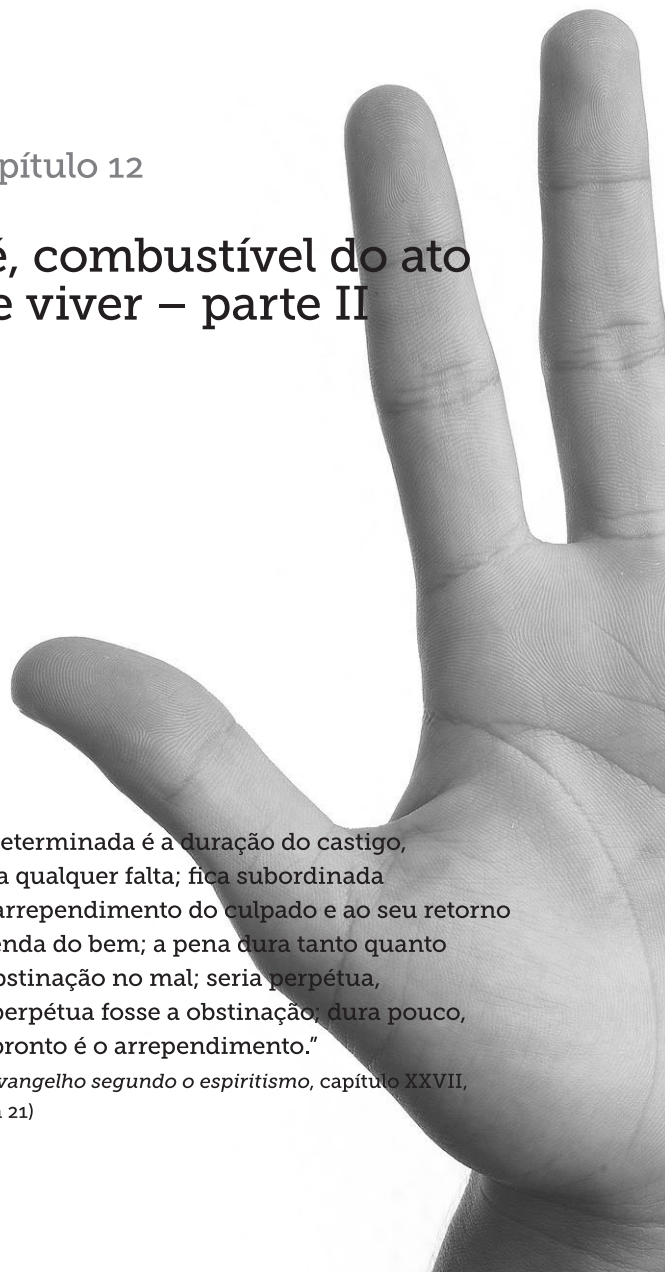
23. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XIX, item 11.

capítulo 12

## Fé, combustível do ato de viver – parte II

“Indeterminada é a duração do castigo,  
para qualquer falta; fica subordinada  
ao arrependimento do culpado e ao seu retorno  
à senda do bem; a pena dura tanto quanto  
a obstinação no mal; seria perpétua,  
se perpétua fosse a obstinação; dura pouco,  
se pronto é o arrependimento.”

(*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XXVII,  
item 21)



**N**a década de 40, fizemos um resgate nas regiões sombrias da erraticidade que jamais sairá de nossa tela mental.

Uma alma querida do coração de Eurípedes Barsanulfo compunha as milícias nazistas que incendiaram o mundo de ódio e racismo ao findar dos anos 30.

O soldado Matias era um escritor das trevas, assessor de ideias nocivas sobre a psicologia da maldade. Autor do livro *Porta larga: o caminho da perdição humana*, no qual desenvolveu um modelo de colonização do mundo mediante um estudo profundo da natureza humana.

Sua tese está resumida na parte I desta mensagem. O fundamento básico do livro é o remorso, a fixação prolongada no sentimento de culpa. Com base nessa teoria, até hoje as sombras se arregimentam em suas ações, seja em que campo for do pensamento social.

Quando resgatado, Matias trouxe em seus pertences um exemplar do livro, que está arquivado na biblioteca do Hospital Esperança. Na medida de sua conversão ao bem, o autor continuou seus estudos e passou a ser um colaborador ativo na preparação de servidores que vão reencarnar com missões educativas. Todos os que se preparam para essa finalidade fazem cursos com base no conhecimento desta obra.

Matias regressou ao corpo na década de 50 com o objetivo de levar ao mundo melhores noções sobre a substância enobrecedora de sua inteligência e de sua argúcia psicológica. Na condição de médium, enfrentou os mais severos embates com seus vínculos das regiões abismais, onde deixou uma família extensa de laços sagrados.

Antes de seu regresso, deixou em nossa casa de amor vários títulos com conteúdo moral e psicológico avançado.

Tomando por base alguns desses volumes educativos, vamos agora, nesta parte II, registrar a antítese da mensagem anterior. Se o remorso é o

núcleo do derrotismo, o arrependimento é a alavanca de motivação para a remissão da consciência.

O fundamento filosófico e psicológico de todas as plataformas intelectuais das organizações da maldade assenta-se em um só princípio: travar a libertação da consciência.

Na consciência encontram-se as leis de Deus, segundo *O livro dos Espíritos*, questão 621.

No *Self* glorioso está a chama da alegria de viver. Impedir o contato com esta fonte permanente de luz e sabedoria é reprimir a pulsão da vida até que o homem venha a tombar na descrença, isto é, a imantação mental sob os comandos do ego.

Muito antes de Freud, as teorias psicanalíticas já eram estudadas no século XIX nas esferas urbanas da semicivilização. O inconsciente, a parte menos conhecida da criatura, tornou-se alvo dos velhos alquimistas e magos que servem a essas hordas. Conhecidos como *magíster*, um cargo de honra nas trevas, esses cultores do domínio psicológico das sociedades mundiais só não previam que a ciência, a tecnologia e a própria noção de Deus, alargadas com as conquistas do século XX, viriam a balançar as estruturas mais secretas de suas teses.

Ainda assim, o contingente de almas atingidas no mundo pela doença do remorso é de estarrecer. Diante disso, urge disseminar roteiros luminosos no desenvolvimento das soluções íntimas em busca de uma vida mais rica de prazeres da alma.

No remorso, a doença básica da ausência de sentido corrói os mais firmes propósitos de vitória e progresso do ser humano. As sensações de medo, insegurança e incompletude podem gerar o surgimento da angústia patológica.

Sempre que os conteúdos velados do inconsciente forem ameaças ao nosso ego, surgirá a angústia necessária. Os mecanismos de defesa intrapsíquicos decorrem da tentativa de proteção natural a essas ameaças.

Todavia, a fuga sistemática à interiorização ou à descoberta das origens destes avisos angustiantes conduz ao adoecimento emocional e psicológico. O remorso é exatamente o quadro mental da criatura aprisionada em suas próprias criações, que durante longo tempo usou para se proteger ou esconder.

Arrependido é o oposto. Significa partir para um recomeço em bases novas. E todo recomeço implica alguma perda. Esse o maior receio de qualquer pessoa habituada a fugir. Eis o maior medo que acomete a criatura diante das mudanças necessárias em sua vida.

A palavra mudança, para quem se acha adoecido psiquicamente, é um desastre de proporções incalculáveis. Sem arrependimento legítimo, porém, não há cura, não há melhora.

Arrependido quer dizer, antes de tudo, coragem para dar nova direção à vida. Remorso é ruminar culpas, algemar-se à dor. Fazer-se de vítima da vida e fugir das responsabilidades pessoais.

No arrependido encontramos algumas características marcantes que refletem o estado íntimo de quem realmente quer recomeçar, tais como: honestidade emocional, intensa capacidade produtiva, reconhecimento de seus limites humanos com vigorosa aceitação de si mesmo, autoconfiança e independência emotiva, distância do conformismo, orientação psicológica para a realidade.

O Espírito arrependido na vida espiritual reencarna com mais dilatada sensibilidade para realizar esse redirecionamento. Ainda assim, não escapa ao caleidoscópio de sentimentos e emoções em céleres mutações mentais. Culpa, medo e tristeza aqui também comparecem, com a diferença de que, neste clima psíquico, são vetores de orientação que criam estado de pressão íntima com fins educativos. A culpa sob comando torna-se motivação para rever crenças e valores, inspirando novas condutas. O medo, ao invés de paralisar, vai trazer um convite para a reflexão dos desafios e testes e como superá-los. A tristeza é a introspecção, algo que centra a mente em si

própria, tornando-se igualmente um convite a repensar caminhos e a buscar novas soluções diante de perdas ou situações imprevisíveis.

Esse quadro interior configura uma silenciosa expiação que, suportada com resistência mental, enrijece o poder de realização. Contudo, resistência sem autoamor é caminho para a arrogância e a prepotência. Com afeto a si mesmo, por meio de cuidadosos costumes de docilidade no tratamento a si próprio e honestidade emocional, a força de realização fortalece a fé – base segura e essencial para a liberdade íntima na aquisição do prazer de viver.

A análise sábia de Allan Kardec, em nossa referência de apoio acima, deixa claro: “(...) dura pouco, se pronto é o arrependimento”. A sanção interior é relativa ao ato de arrepender-se.

E Jesus, Sábio Cuidador de Almas, deixou claro o valor do arrependimento ao esclarecer, em Lucas, capítulo 15, versículo 7:

“Digo-vos que assim haverá alegria no céu por um pecador que se arrepende, mais do que por noventa e nove justos que não necessitam de arrependimento”.

Somente nesse clima de íntima liberdade e conexão com o *Self* a criatura consegue qualidade de vida, fazendo do ato de viver um poema de gratidão diária à vida, guardando fé em tudo o que pense, sinta ou faça.





Com afeto a si mesmo, por meio de cuidadosos costumes de docilidade no tratamento a si próprio e honestidade emocional, a força de realização fortalece a fé – base segura e essencial para a liberdade íntima na aquisição do prazer de viver.



capítulo 13

## Vitória sobre o ciúme

“Para o invejoso e o ciumento não há repouso; estão perpetuamente febricitantes. O que não têm e os outros possuem lhes causa insônias.”

– FÉNELON, Lião, 1860 (*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo V, item 23)



Cada instante que nos distanciamos das Leis Naturais da vida é um passo para a enfermidade. A doença é o resultado de um processo.

O ciúme – reflexo do afeto perturbado pelo instinto de posse –, quando cultivado em séculos de renitência no amor-próprio, fatalmente desarticulará o psiquismo, adoecendo-o com quadros de insegurança e medo, culminando em psicoses diversas que lotam nosocômios no orbe inteiro.

Quase sempre, por trás dessa virulência afetiva, encontramos o receio das perdas a constranger corações emocionalmente imaturos nas tormentas do despeito e da cautela excessiva. Diante do medo da perda, a criatura se torna apegada, melindrosa e ressentida por pequenos senões, configurando um estado de incertezas fantasiosas nos domínios do raciocínio com “flashes psicóticos”, oferecendo campo mental propício a obsessões.

Fruto de imaturidade emocional, o ciúme é uma manifestação de carência afetiva, culpas, complexo de inferioridade e falta de autoconfiança adquiridos no processo educacional infantil, determinando larga ausência de gratificação com a vida. Ele pode definir depressões brandas ou severas, dependendo da reação de cada pessoa ante os trâmites da existência. Além do que pode provocar o esmaecimento energético com variadas consequências para a saúde orgânica.

Onde comparece excita disputas silenciosas, desenvolve guerras mentais, incendeia pretensões personalistas, alimenta a inveja, estabelece incômodos íntimos com o êxito alheio, e, por fim, impinge à sua vítima uma profunda revolta com os acontecimentos que lhe escapam ao controle.

Costuma-se tomar o ciúme como sinônimo de inveja. Ele, porém, é a possessividade que impede a partilha, cria o desrespeito e favorece o desequilíbrio, enquanto a inveja é o desejo enfermiço de possuir valores alheios, sejam eles morais, materiais ou espirituais. O primeiro é atitude de

apropriação indébita de alguém ou de algum bem. O segundo é a ausência do autoamor em razão do desconhecimento de seus próprios valores.

Nós, que decidimos pelas lições do espiritismo, deparamo-nos frequentemente com essa enfermidade costumeira nos relacionamentos entre coidealistas.

“Compreende-se o ciúme entre pessoas que fazem concorrência umas às outras e podem ocasionar recíprocos prejuízos materiais. Não havendo, porém, especulação, o ciúme só traduz mesquinha rivalidade de amor-próprio.”<sup>24</sup>

Como constata o notável codificador, é explicável o ciúme onde permeia o interesse material, e depois ele acrescenta: “Não havendo, porém, especulação, o ciúme só traduz mesquinha rivalidade de amor-próprio”.

Nas relações entre espíritas, porém, é injustificável permitir-lhe a sanha multiplicadora de problemas e situações prejudiciais ao trabalho e ao bem-estar dos grupos.

O personalismo que ainda nos consome é a raiz enfermiça e dinamizadora dos motivos pelos quais nos infectamos com semelhante vírus da alma.

Porque ainda asilamos no imo a necessidade excessiva de prestígio e reconhecimento, facilmente nos enredamos em ciumeiras atormentadoras e desnecessárias, atirando-nos a provas voluntárias.

Os cargos e a vaidade em associar nossos nomes a obras e benfeitorias doutrinárias são outros tantos motivos que levedam a conduta das atitudes ciumentas, quando não somos bajulados ou incensados pelo enaltecimento público diante dos rótulos transitórios.

O espiritismo, a casa espírita e o movimento espírita não nos pertencem. Nada disso deveria ser causa de inveja e possessividade.

O sucesso dos irmãos deveria nos alegrar, e a humildade em retirar lições de suas vitórias é o melhor caminho para aprender, se desejamos, igualmente, alcançar seus passos bem-sucedidos.

O ciúme é tão cruel que determinados corações na seara se sentem ameaçados de perder posições e ter seus feitos esquecidos ante as habilidades dos que realizam com competência, em pouco tempo, os ofícios que eles levaram anos em aprendizagem. Ciúme sutil esse, porque aqui a possessividade tenta comprar a capacidade alheia ou, pelo menos, reduzi-la a uma condição inexpressiva, recheando o futuro de pontos pessimistas, tentando impedir a sequência de ações do bom tarefeiro. Nesse trâmite comparece a maledicência despeitosa dos que lhe observam as ações como atestado de um amplo complexo de inferioridade, seguido de medidas cautelares tomadas em surdina para cercear seus êxitos diante das previsões do que poderá suceder, se amanhã o bom servidor vier a “tomar-lhes” o espaço de serviço. Eis aqui a dupla milenar do apego e do ciúme patrocinando crises morais de personalismo.

Esse vírus da alma acomete de dependência aqueles que ainda não conseguem caminhar sem escoras nem guias, adotando relações simbióticas com esse ou aquele companheiro, ou grupo de seu interesse. Nesse caso, passa a ser-lhe um proprietário emocional, sentindo-se, infantilmente, traído e melindrado quando seu objeto de autonomia divide com outros as experiências da vida ou toma decisões com as quais não concorda e que ferem seus interesses. Mais uma vez aqui comparece o medo de perder, diga-se de passagem, algo que não lhe pertence. Sintoma eloquente da carência de afeto e do desejo de ser amado que se transmudou em um vil individualismo.

Na profundidade do psiquismo de outras vidas está a causa dessa dolorosa prova do medo das perdas. São culpas criminosas, núcleos de matéria mental em processo de expurgo pelas fibras do sistema emocional. Doença que exige muita devoção à autoeducação.

Os ciumentos, de todos os níveis, desejosos de serem amados sem amar, demonstram o espectro narcisista fugindo de assumir seu papel nas estâncias em que são chamados.

Aqueles que padecem as injunções dessa enfermidade geratriz do ciúme deverão se internar no hospital da oração, do trabalho, do desprendimento, da renúncia e do altruísmo. Medicções indispensáveis para drenar-lhes as impurezas e sanear o campo afetivo.

O trabalho, por si só, e o aprendizado que nos enriquece a existência devem nos bastar. Esses nos pertencem, são as conquistas que, de fato, traremos para a imortalidade.

Sejamos zelosos, mas sem paixões.

No grupo espírita, desprezemos os ressentimentos e as mágoas ante as expectativas não correspondidas naqueles em quem depositamos excessiva confiança e apreço.

Que o clima nos serviços doutrinários seja de júbilo ante os êxitos alheios, sempre pensando que todos temos o que merecemos por conquista ou necessitamos por prova. Sendo assim, por que invejar e ter ciúme?

Além do que, estar na Obra do Cristo é uma bênção da qual poderemos desfrutar quando e onde quisermos.

Sociedades Espíritas fraternas são afetivas e, graças à abundante psicofera de nobres emoções, seus discípulos são felizes e satisfeitos, não guardando frustrações, que souberam superar nas fontes da reeducação e da amizade.

Esforça-te por desprender-te das tormentas fantasistas da comparação com o outro e faças o melhor, ciente de que, se queres tanto ser admirado pelos que vossos olhos enxergam na carne, nem imaginas, muitas vezes, quantos são os que te avaliam e aferem a devoção na vida extrafísica, contabilizando os créditos e débitos na rotina dos dias, amando-te incondicionalmente sem exigência de espécie alguma...

Isso é o que importa!

Abdique da tormenta voluntária do ciúme e se ame. Descubra seus valores.

“Para o invejoso e o ciumento não há repouso; estão perpetuamente febricitantes.”



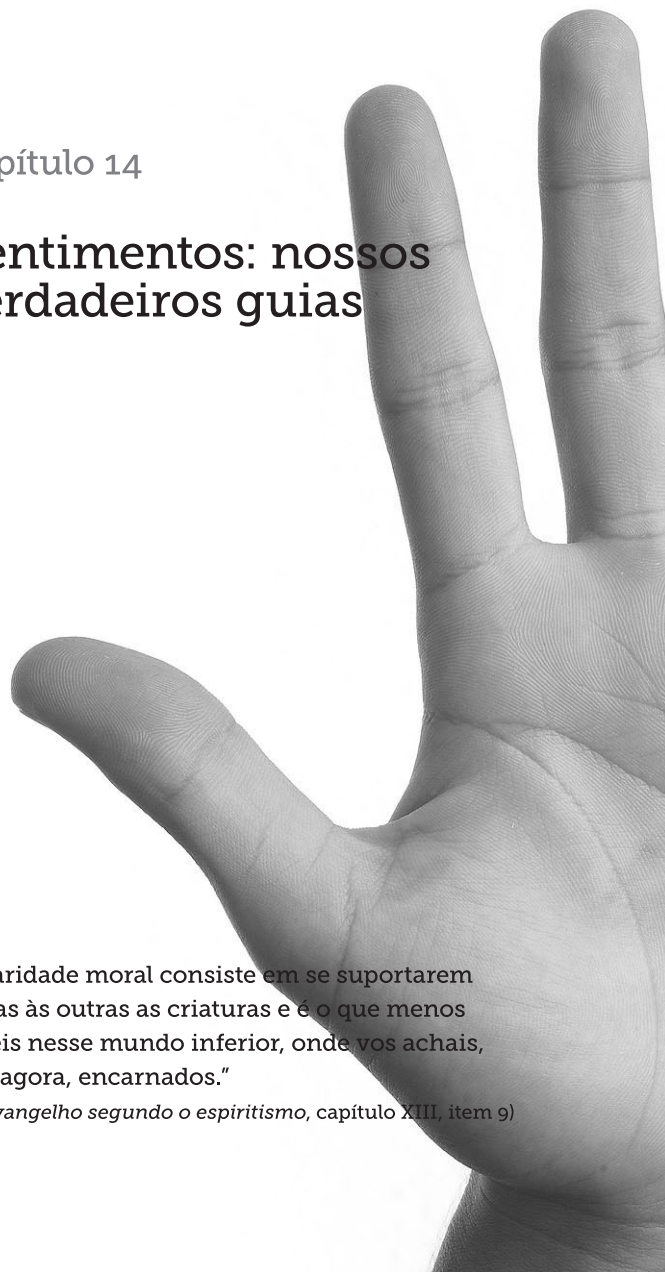
24. *O livro dos médiuns*, capítulo XXIX, item 349.

capítulo 14

## Sentimentos: nossos verdadeiros guias

"A caridade moral consiste em se suportarem umas às outras as criaturas e é o que menos fazeis nesse mundo inferior, onde vos achais, por agora, encarnados."

*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo XIII, item 9)*



**A** comunidade espírita é merecidamente reconhecida pela sociedade como exemplo de beneficência pública. A caridade é, sem dúvida, a essência das ideias espíritas, porque constitui a didática da vida no processo de educação do homem em busca de seu ajustamento com a Lei Natural.

Importa-nos observar que, mesmo no clima da bondade de nossas fileiras de serviço, as iniciativas erguidas em nome do amor, muitas vezes, devido ao arraigado sentimento de egoísmo, podem obedecer a motivações de natureza individualista.

*Joio e trigo* convivem juntos nas movimentações sociais de benemerência e amparo. Interesse pessoal e altruísmo, assim como a luz e a treva, alternam-se na natureza íntima de nossos sentimentos, mesmo quando agimos nas edificações em favor do próximo.

Ante esse quadro inevitável do coração, será oportuna a indagação: como a caridade tem educado a mim mesmo? Em que aspectos tenho melhorado a partir da ação social? Reconheço os traços de personalismo na minha atividade de amparo? O bem será bom para quem o recebe; será que está sendo também para mim que o faço? Como? Quais são os sentimentos experimentados com a atividade do bem?

A reciclagem do conceito de caridade em nosso abençoado movimento carece de um enfoque sobre convivência. Mais valor ao relacionamento humano e menos prática formalizada. A prática é significativa por seu caráter disciplinador. Acima dela, deve estar a interação humana, a quebra de barreiras que nos desaproximam do próximo, de sua singularidade rica de lições, que podem ser absorvidas em regime de salutar intercâmbio de vivências.

Vigiem os encantamentos com o volume de recursos amealhados nas campanhas de amor. Atentemos para os sentimentos de presunção em razão das paredes erguidas no acolhimento alheio. Nem sempre tais iniciativas

louváveis são suficientes para o despertar da legítima cidadania no coração. Tenhamos cautela com nossas velhas ilusões!

Ao erguermos casas de amor ao próximo, costumamos, simultaneamente, adotar um processo psicológico de caridade com limites, restringindo o conceito de próximo aos que se beneficiam diretamente das iniciativas que promovemos. Saindo dos locais de caridade, muitos corações amantes do bem, tomados pela incoerência, dispensam tratamentos ríspidos a serviçais e familiares no lar ou ainda a funcionários e conhecidos no dia a dia. É a caridade com hora marcada! Atitude ainda distante do movimento sublime da alma na sementeira do bem sem condições – a aplicação da cidadania como dever universal de solidariedade.

A cidadania à luz da imortalidade significa a luta íntima na consolidação dos deveres perante a consciência. Batalhamos pela cidadania de nosso semelhante e igualmente devemos talhar nas nossas atitudes os sentimentos que nos identifiquem como cidadãos com participação social consciente, onde quer que estejamos. Haverá diferença entre o próximo que é beneficiado por nós nas atividades doutrinárias e aquele que conduz um veículo ao nosso lado, credor de nosso respeito no ato de trafegar com paciência? Será que o condutor ao lado de teu veículo não estará mendigando um gesto de gentileza?

Cidadania à luz do ser imortal é educar. E educar-se para viver com proveito a grande oportunidade reencarnatória. Essa a meta primordial da caridade com Jesus nos roteiros da doutrina espírita.

Centros espíritas, enquanto células dinamizadoras da mensagem do Cristo, preparem seus trabalhadores para aprender a conviver, a fim de não supervalorizarem técnicas e métodos que podem ritualizar as práticas e desdenhar o acolhimento humano espontâneo e educativo.

Jesus é o exemplo de espontaneidade e ternura no atendimento do ser humano integral. Essa deve ser a nossa meta, mesmo nos valendo de

métodos ou regimes disciplinares para amar. Mais do que sistematizar ações sociais, cultivemos a arte de melhorar nossos hábitos no relacionamento, transformando a casa espírita em um oásis de refazimento e esperança aos corações desolados e aos cérebros sem norte. Ao implantar práticas de acolhimento e recepção sem aprender a conviver, corre-se o risco da formalização de novas filantropias atualizadas pelos conhecimentos, mas não aperfeiçoadas pela doação íntima de si mesmos.

A única atitude que nos leva ao encontro da consciência é aquela da qual nossos sentimentos fazem parte. Algumas posturas, entretanto, são movimentos do ego, que nos inclinam a pensar caridade, um treino que nos permitirá, pouco a pouco, escapar das armadilhas do egoísmo. Essa a razão de inúmeras e graves desilusões na vida espiritual entre coidealistas que deram coisas e não se deram ou se abriram para a vida em abundante dinamismo de sentir o valor do bem a cada passo, para o outro e para si, no encontro do *Self* glorioso.

É lei universal: o que damos, temos. Quando damos o que detemos, apenas agimos no dever. Quando damos do que é nosso, inserimo-nos no amor.

Avaliemos nossas modestas ações nos rumos da caridade. Será oportuno pensar e repensar em quais parâmetros se enquadram os esforços que fazemos pelo bem alheio. Predomina entre nós a cultura de que o bem expandido, em qualquer forma que se apresente, é apólice de garantia de paz além-túmulo, aguardando os louros das bênçãos que semeamos. Nem sempre! Nem sempre!

Não existe bem que não seja bom, o que não significa libertação definitiva do mal e consolidação de virtudes na intimidade.

A relação de amor com o próximo é a escola bendita para intermináveis viagens interiores.

A caridade é luz que se acende ao próximo, com a qual, igualmente, deveremos aprender a nos beneficiar no próprio ato de exercê-la. Portanto, a

paz esperada para além das fronteiras da desencarnação precisa ser fruída no agora, enquanto semeamos, porque senão podemos estar padecendo da “síndrome de além-túmulo”, isto é, cultuando um futuro incerto mentalizado no país dos raciocínios, sem a educação dos sentimentos – nossos verdadeiros guias aqui no além.

A nossa situação aqui na vida espiritual é um resultado natural de nossas ações, e não um plano recheado de sonhos fantasiosos do cálculo. O que define nosso equilíbrio ou infelicidade é o estado íntimo que carregamos nos domínios da consciência. Aliás, temos de convir que, na condição de usuários milenares das benesses da vida, somos devedores de soma quase insolvente.

Assim, o bem alheio, em nosso caso, é abatimento na contabilidade de nossas contas espirituais, não constituindo ainda créditos polpudos nos bancos da virtude.

Sem generalizações, costumamos amar muito o próximo e descuidarmos do autoamor, do amor a si mesmo. Levam-se água e pão ao próximo e fica-se, bastas vezes, à míngua dos alimentos essenciais. A proposta do amor não é martirizar-se pelo bem alheio para conseguir a felicidade pessoal. A caridade é um processo relacional, interativo, de crescimento mútuo. Ela tem de ser boa, agradável e espontânea para quem faz e quem recebe, nivelando ambos no ato de dar e receber, descaracterizando os papéis de doador e carente, porque carente e doador somos todos, dependendo do que se passa durante o magno intercâmbio solidário das relações.

Irmã Rosália alerta-nos para o ponto crucial da caridade moral: “A caridade moral consiste em se suportarem umas às outras as criaturas (...)”

Estudemos o sentido dessa fala, que nos descortinará um mundo de percepções sobre a cidadania nos sentimentos.

Caridade é um aprendizado de profundas lições que, pouco a pouco, lograremos no carreiro do crescimento pessoal, na convivência, dia após

dia, estejamos onde estivermos, fora e dentro do corpo físico, na vida estuante do Amor de Nosso Pai em busca da cidadania cósmica, da qual todos fazemos parte, ainda que sem consciência dessa condição gloriosa.

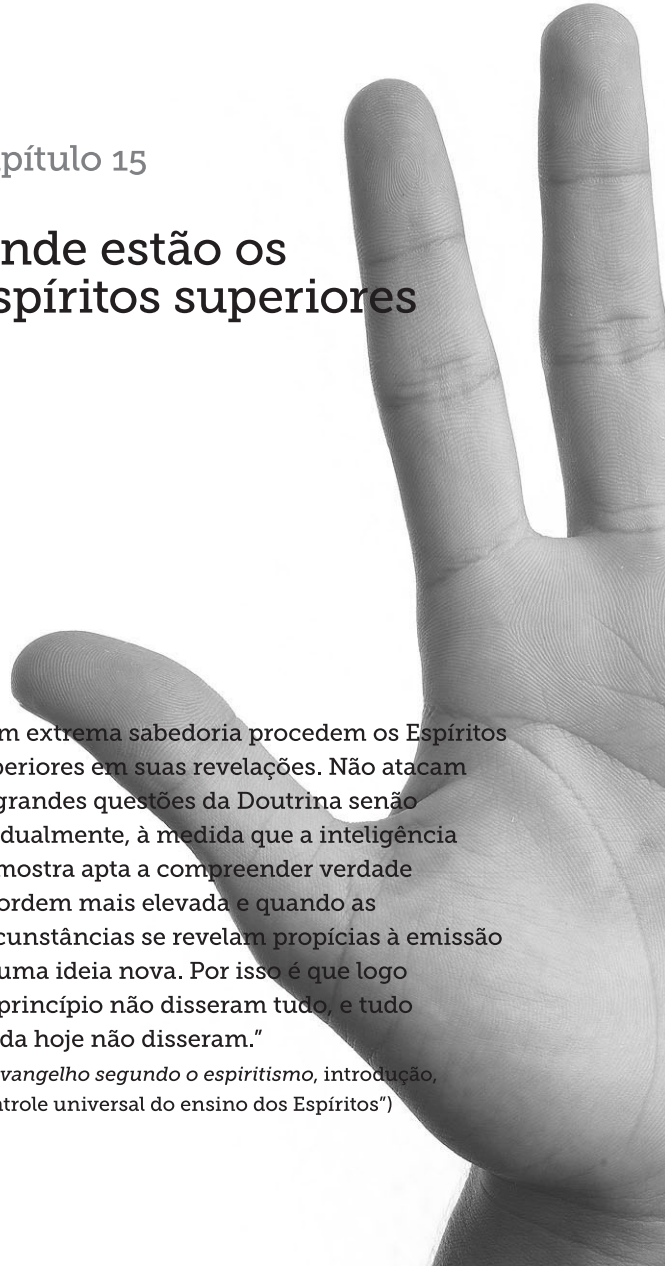


capítulo 15

## Onde estão os Espíritos superiores

“Com extrema sabedoria procedem os Espíritos superiores em suas revelações. Não atacam as grandes questões da Doutrina senão gradualmente, à medida que a inteligência se mostra apta a compreender verdade de ordem mais elevada e quando as circunstâncias se revelam propícias à emissão de uma ideia nova. Por isso é que logo de princípio não disseram tudo, e tudo ainda hoje não disseram.”

*(O evangelho segundo o espiritismo, introdução,  
“Controle universal do ensino dos Espíritos”)*



**A**ntero Gomes, doutrinador esclarecido e dedicado, desencarnado em Minas Gerais, na década de 90, pediu-nos o obséquio de enviar sua experiência aos amigos domiciliados na Terra. Conforta-o saber que suas palavras poderão ser úteis a quantos dialogam com os desencarnados.

Após trinta dias no Hospital Esperança, foi encaminhado aos cuidados do doutor Inácio Ferreira, responsável pela ala de médiuns e doutrinadores.

Doutor Inácio fazia suas preces matinais, quando foi interrompido por batidas na porta de seu gabinete.

— O senhor é o doutor Inácio Ferreira?

— Em “carne e osso”, digo, em espírito e perispírito – disse com muita espontaneidade.

— Meu nome é Antero Gomes.

— Já o esperava.

— Sempre desejei conhecê-lo na Terra, mas o tempo não permitiu.

— O senhor perderia seu tempo, posso lhe garantir. Vamos, entre e sente-se aqui. Vamos falar sobre planos de trabalho.

— Sim. Quero começar dizendo o que pretendo fazer, doutor Inácio.

— Não, o senhor me desculpe. Aqui sou eu quem vai dizer o que fazer.

— Então não tenho livre-arbítrio? É isso?

— É!

— Explique melhor, doutor Inácio! Será que depois de uma encarnação servindo e trabalhando não terei direito a escolhas por aqui?

— Não. Sua ficha diz que o tutor de sua encarnação fez o que pôde.

— Fez o que pôde?! Para quê?

— Para ensinar-lhe a fraternidade pura e sem fronteiras. Não poderá escolher muito por aqui.

— Mas...

— Eu sabia que logo apareceria esse “mas”... Tenho estudado com cuidado a sua ficha há uma semana, senhor Antero. Apenas posso lhe adiantar que seu tutor, diga-se de passagem, uma alma muito acima de nós, pediu-nos para não lhe satisfazer mais os gostos.

— Não entendo!

— O senhor entenderá.

— Muito estranho! Jamais imaginei que algo semelhante poderia me ocorrer aqui.

— Esperava regalias?

— Não. Esperava, no mínimo, a amizade e o reconhecimento, como tinha dos companheiros no Centro Espírita, sempre me apoiando.

— Seus amigos te suportaram, Antero. Com seu personalismo e conhecimento tiveram de se render à sua influência.

— Engano seu, doutor Inácio! Além de rude, não sabe o que fala! Aliás, vejo que para um Espírito superior, o senhor anda bem desinformado.

— Espírito superior! Bom, depende com relação a quem...

— Faça uma visita ao centro que dirigi e verá o quanto sou querido.

— Já fiz, Antero, já fiz! E sei o que estou falando. Você verá com seus próprios olhos.

— Quero saber a razão dessa recomendação. Virá mesmo de meu tutor ou é ideia sua, doutor? Terei deixado mesmo de aprender fraternidade? Muito estranho!

— Tenho um palpite... – falou doutor Inácio, como a provocar uma pergunta.

— E qual é?

— Creio que os Espíritos superiores andam meio “cansados” do senhor, e por isso o mandaram para mim. Não fosse assim, o amigo não pararia aqui nesse nosocômio. Estaria bem “acima”.

— Chega de brincadeiras, doutor Inácio! O senhor brinca em excesso – falou Antero com irritação.

— E o senhor é sério demais. Qual de nós terá razão? Começaremos o trabalho hoje à noite mesmo. Visitaremos um Centro Espírita. Uma sessão mediúnica.

— Ótimo. Então quero voltar ao centro que dirigi e saber de tudo.

— Não.

— Não! Por quê?

— Porque foi exatamente essa a orientação que recebemos: não lhe satisfazer os gostos.

— Mas que mal há nisso? Rever amigos, ampliar minha visão sobre a mediunidade.

— Esse é o problema.

— Novamente, não entendi!

— O senhor foi excelente doutrinador. As notas de sua ficha, no entanto, falam em rigidez de conceitos e acusação. Aquilo que escapulia do padrão de seu entendimento era alvo de suas críticas ou de sua atitude de indiferença.

— Um direito que me assiste. Não tenho obrigação de aceitar as adulterações ao pensamento espírita. O senhor não concorda?

— Quanto a isso, eu concordo. Daí a ter de desprezar e maldizer pessoas e tarefas...

— Apenas defendia a pureza de nossos princípios.

— É sempre assim! Os “puristas”. Amam a doutrina e deixam de amar o objeto moral de valor da própria doutrina que tanto amam, isto é, o próximo.

— Doutor Inácio, o senhor vai ficar me criticando também?

— Vou. Esta é minha tarefa.

— O senhor não acha que sua sinceridade é ofensiva demais? Se vai me criticar, então o senhor está igual a mim.

— Engano seu. Eu pelo menos faço isso olhando nos seus olhos. O senhor, o que foi que fez?

— Quer saber? Vou ser muito franco!

— Seja.

— Não estou gostando nem um pouco de nosso encontro. Sua rudeza me incomoda.

— Ótimo, então está dando tudo certo.

— Então o que o senhor deseja é me incomodar?

— Não. Isso, porém, já lhe servirá para sentir o que muita gente sentia em relação a suas atitudes de soberba intelectual e desprezo sutil.

— É demais! Depois de tudo no corpo, ainda encontrar essa espécie de tratamento neste plano.

— Não viu nada! Como disse, sigo as orientações de sua ficha. O senhor já teve gente demais para ser conivente e bajular. Precisa mesmo é de um doutor Inácio na sua vida.

— Não sei como Eurípedes permite uma coisa dessas em uma casa de amor.

— Em verdade, o senhor não sabe muita coisa. Mais do que imagina. Vamos indo. Chega de lengalenga. Vamos visitar o centro de Antonio Crisostomo – falou doutor Inácio usando toda sua influência magnética para “arrastar” Antero ao trabalho.

— O quê? Nem pensar, pois não entro lá!

— Posso saber a razão?

— Aquele lugar, de centro Kardecista só tem o nome. É uma miscelânea de última qualidade.

— Então é esse que precisamos.

— Eu não quero ir.

— Se o senhor não for, só lhe restará uma opção: pegar uma vassoura e limpar o pátio do Hospital. O que o senhor prefere?

Já passava das dezenove e trinta horas quando doutor Inácio, Antero e mais alguns auxiliares chegaram ao Centro Espírita Discípulo da Nova Luz.

As luzes foram apagadas e a sessão começou ativamente sob orientação de Antonio, experiente e amável condutor da reunião no plano físico.

— O que você vê, Antero?

— Sinto-me mal com tantos excessos.

— Que excessos?

— Veja se os médiuns precisam grunhir como porcos! Olhe aquele lá, babando a ponto de sujar a própria roupa. E aquela senhora de idade rolando no chão?! É muita deseducação mediúnica. Nem usam mesa, assentam-se ao chão, não usam sapatos, e veja o dirigente! Não para de estalar os dedos e cantar hinos de umbanda. É uma salada de doutrinas. O espiritismo passou longe disso aqui. E ainda tem mais, o senhor, por acaso, está vendo alguma entidade? Algum Espírito superior? E pior, quem será beneficiado com tanto ritual? É pura falta de esclarecimento. Certamente trata-se de uma sessão de descarrego anímica.

— Excelente crítica, Antero!

— Não é crítica, é a verdade. É o que estou vendo ou será que o senhor, doutor Inácio, não enxerga?

— Meus óculos, amigo, ficaram na Terra. Depois que faleci enxergo mais que devia. Enxergo, por exemplo, o que o preconceito fez com você. A acusação é um grilhão mental infeliz. Pesa muito nos ombros enquanto se tem corpo e tira a visão depois da morte. Vamos voltar ao Hospital.

— Vamos mesmo, pois vou fazer uma queixa formal a Eurípedes sobre todas as suas atitudes, doutor Inácio, desde hoje de manhã.

— Já esperava por isso. É sempre assim. Voltemos.

O doutrinador expôs a Eurípedes suas queixas. O benfeitor o ouviu com paciência e pediu-lhe que aguardasse nova tarefa. Passaram-se três semanas e Antero começava um quadro de angústia e solidão preocupantes. Procurando novamente o diretor do nosocômio, Barsanulfo o orientou:

— Irmão Antero, essa angústia é pedido profundo da alma por trabalho e libertação. Tenha força para superar seus conceitos e tendências. Doutor

Inácio é uma alma sincera, cumpre uma tarefa muito valorosa nesse nosocômio. É tudo que você precisa por agora: quem lhe diga o que pensa. Na Terra, ninguém lhe dizia o que pensava. Sabiam que não seriam ouvidos...

Após dois dias da conversa com Eurípedes, Antero Gomes procurou o gabinete do doutor Inácio.

— Estou de volta, doutor Inácio. Vamos retomar o labor.

— Retomar não, continuar. Seu afastamento era previsível, portanto, é continuação com mais consciência.

— Desculpe minha atitude.

— Não fui ofendido. Aliás, isso é algo bem difícil de acontecer a meu pobre ser.

— O senhor sempre foi tão direto assim?

— Quando no corpo, era um pouco pior. Aqui já melhorei bastante.

— Não compreendi ainda, doutor Inácio, a razão de estar sob suas ordens.

— É simples!

— Simples?!

— Lei de merecimento.

— Explique melhor, doutor!

— O senhor não foi um homem mal para merecer as regiões sombrias da dor, mas também não foi um homem que fez todo o bem que podia. Não core de vergonha, a minha situação é a mesma. Evitei o mal intencional, fiz o bem para os outros e para mim mesmo fiz muito pouco. Fui atrevido e intolerante, centralizador e, muitas vezes, excessivamente divertido. Para ser sincero, um zombeteiro.

— Não é o que dizem do senhor na Terra. Seu nome é lembrado como um vulto do espiritismo.

— Vulto ou assombração?! – falou com seu velho tom de humor.

— Um vulto respeitado.

— Esse o problema. Os espíritas adoram canonizar quem fez algo para ser lembrado. Não que eu tenha alguma coisa contra, mas daí a me ver como vulto vai boa distância. Quando chegarem por aqui, perceberão que, com raríssimas exceções, os vultos do espiritismo são almas com necessidades comuns. Se algo fizeram de especial, foi apenas trabalhar um pouco mais que os demais. A grande maioria, e sei o que digo, “varreu suas necessidades para debaixo do tapete”. E agora a morte levanta os “tapetes”, sacode a poeira e, com muita complacência, coloca-nos na mão uma “vassoura” para recomeçarmos o serviço nesse plano.

— Afinal de contas, quem são os Espíritos superiores neste lugar?

— Os que toleraram nossas loucuras. O que qualifica uma alma como superior é a compaixão.

— Desculpe a franqueza, mas até agora não distingui se sua conduta é inteligência, mau humor ou rispidez.

— Não tenha dúvidas, são os três! Vamos fazer uma nova visita.

— Aonde vamos?

— Não é aonde. É quem vamos ver.

— Quem?

— Quer conhecer seu tutor?

— Adoraria. Mas como sei que meus gostos não vão ser...

— Engano seu! Esse gosto vou lhe satisfazer a pedido dele.

— Em que região superior vamos encontrá-lo?

— Não é região superior. Após os preparativos, partiram os dois em companhia de uma caravana socorrista às regiões abismais. Antero sofreu os lances do caminho. Amparado devidamente suportou o clima e as lutas do local. Chegando a certo ponto:

— É aqui – disse doutor Inácio, em estado de profunda concentração.

— E onde está meu tutor? – atalhou o doutrinador.

— Venha. Vou lhe mostrar.

— O que isso?

— O que você vê, Antero.

— A mesma cena do Centro Espírita Discípulo da Nova Luz.

— Vá narrando.

— Espíritos babando. Trabalhadores estalando dedos. Almas rolando de dor no chão fétido. Retirada de objetos do perispírito das entidades e... Que é aquilo, doutor?

— Um rinoceronte-alma.

— Um Espírito em forma de animal? – disse o aprendiz com indisfarçável mal-estar. – Achava que era fantasia dos livros mediúnicos! Meu Deus!

— Narre mais, Antero. Preciso de sua visão profunda.

— Aquele homem de guarda-pó verde-claro parece introduzir as mãos dentro da cabeça daquele rinoceronte. Meu Deus! Que é aquilo?!

— Continue, Antero, não me pergunte nada.

— São excrementos vivos. Espalham-se! Que nojo! Que fedor! Quantos ruídos fazem essas coisas! Estou me sentindo muito mal. Parece que vou desfalecer – Antero caiu literalmente ao chão.

O doutrinador foi levado para a enfermaria do Hospital Esperança e cuidado com carinho. No dia seguinte:

— Antero! Antero! – chamava-lhe na cabeceira o doutor Inácio.

— Ah! O que aconteceu comigo? Tenho muita náusea. Pesadelos sem conta me assaltaram.

— Está tudo bem! É a crise de “já desencarnei”.

— O senhor não tem jeito, doutor! – falou com extrema dificuldade. – Que cena horrível! Em todo meu tempo de doutrinação, mais de quarenta anos, nunca ouvi uma narrativa de tal lugar. Quem são aquelas criaturas?

— São os Espíritos assistidos no Centro Espírita de Antonio Crisostomo, que o senhor sempre criticou pelos trejeitos adotados.

— Então quer dizer que os médiuns não eram anímicos?

— Apegou-se tanto à forma que não viu os Espíritos. Os médiuns daquela casa amam. Por isso fazem o que fazem. Aquela casa realiza o trabalho que tem sido rejeitado pelos “preparados”.

— Preparados?

— Os que julgam saber tudo sobre mediunidade e se atolam nos preconceitos e padrões.

— Mas doutor Inácio! E a doutrina?! Como fica?

— Fica como deve ser.

— E como deve ser?

— Livre, criativa, responsável e universal.

— É muito para minha cabeça!

— Sua cabeça precisa mesmo ser cuidada. Como psiquiatra do além, costumo chamar os quadros dos intelectuais da doutrina como loucos pacíficos e controlados. Após a morte, porém, adoram desmaiar.

— Não zombe de mim, doutor Inácio!

— Nem comecei! Vá se preparando...

— E aquele homem de guarda-pó com as mãos cheias de... Ai, nem quero lembrar! Quem é ele?

— Seu tutor.

— Fale sério, por favor!

— Seu nome é Anísio. O avalista de sua encarnação é mentor do centro que você acusava. Trabalhador exemplar dos abismos. Quando o enviou ao corpo, contava com seu enquadramento nos serviços de amor aos desencarnados. Todavia, o senhor gostava mesmo era de bater papo e fazer catequese de Espíritos. Esse o motivo de minha chacota: acho que ele está meio cansado de seu palavrório.

Antero não suportou. Chorou como criança ante as revelações novas. Doutor Inácio, afetuosamente, dispensou-lhe atenção, segurando suas mãos. Depois do desabafo, falou:

— Falhei, não foi, doutor Inácio?

— Nada disso! Perdeu oportunidades! Seu trabalho é reconhecido por aqui. Apenas o senhor tropeçou onde muitos têm tropeçado: cérebro congestionado, pouca ação.

— Explique melhor.

— Muito conhecimento, folha de serviço, tempo de experiência, cargo, tudo isso junto, quando a alma não tem vigilância e maturidade, desemboca em preconceito e presunção, os dois ingredientes de uma das mais típicas patologias da mente: a ilusão.

— Então não terei trabalho aqui?

— Pelo contrário, há muito serviço. Anísio espera toda colaboração espontânea. Você ajudará muito afastando os efeitos nocivos de suas ideias entre aqueles que foram influenciados por suas acusações de purismo filosófico.

— E Anísio? Quando virá me ver.

— Talvez nunca. Ele continua esperando o senhor no trabalho.

— Nos abismos?

— E também no centro espírita que o senhor criticou a vida inteira, pois ele é o Espírito Superior que zela por aquela casa e por Antonio Crisostomo, uma alma querida de seu coração.



Amigos pelo coração,

Reunindo toda a literatura mediúnica até hoje enviada à Terra, temos um tesouro incomensurável para levar a humanidade aos roteiros do amor. Entretanto, todo esse volume de informes é apenas um grão de areia na praia cósmica da imortalidade.

O relacionamento interplanos apenas engatinha em explicações. O cérebro físico, como é natural ocorrer, é uma máquina divina cujo fim é adequar a alma ao mundo dos sentidos físicos, impedindo-a de conceber e

sentir as noções livres de espaço e tempo, onda e campo em suas variadas dimensões.

A exemplo do senhor Allan Kardec, será prudente que cada sessão seja um “laboratório de amor”. Amparo e caridade, investigação e pesquisa hão de conjugar para melhor aprender e servir.

Não compreendendo, não acuse! A acusação ou a indiferença aos serviços alheios será sempre uma sentença lavrada contra a consciência. Assuma com humildade seus limites quando se julgar incapaz de avaliar. Evite pareceres conclusivos ou triviais em assuntos da mediunidade.

O caso sucinto de Antero é um exemplo, entre inúmeros, do quanto a imortalidade amplia nossa visão.

Alguns desses casos têm custado muita dor e angústia, inclusive a companheiros de ideal doutrinário.

Verifica-se uma tendência a enquadrar as atividades da casa onde participamos como modelos para outras, deixando, com isso, de perceber o valor das vivências alheias. O clima de diversidade operacional é a grande riqueza do espiritismo, pois que em todas as expressões de serviço será capaz de demonstrar às criaturas os princípios de seus fundamentos filosóficos. Não devemos esquecer que a tarefa mais importante é a que realizamos no íntimo, conosco mesmo. Essa tendência de supervalorização daquilo que edificamos é o reflexo dos particularismos, um resultado inevitável do relaxamento com os cuidados que devemos ter para com os irmãos de ideal, aqueles que também estão em serviço de crescimento.

Rever conceitos, repensar caminhos, eis as únicas alternativas possíveis ao erguimento da obra regenerativa na humanidade.

Inspiremo-nos na atitude de Jesus na magnífica passagem evangélica narrada em João, capítulo 3, versículo 10, no encontro com o doutor Nicodemos: “Tu és mestre de Israel, e não sabes isto?”

Desapeguemo-nos de nossas crenças, tenhamos a coragem de experimentar o novo. Façamo-nos como crianças em meio aos doutos e

sábios. Mister desaprender o aprendido. Recomeçar quantas vezes se fizerem necessárias. Isso não é um ato de irresponsabilidade. Quando pautado no amor e sem interesses pessoais, é serviço valoroso na edificação do mundo regenerado, sobretudo, dentro de nós.

Reavaliando conceitos, relembremos a questão 111 de *O livro dos Espíritos* sobre Espíritos superiores. Entre outras profundas anotações, diz Kardec:

“Afastam-se, porém, daqueles a quem só a curiosidade impele, ou que, por influência da matéria, fogem à prática do bem”.

Essa foi a atitude de Antero em razão da neurótica necessidade de preservar a pureza de princípios que dispensam nossos excessos.

O prazer de viver na casa terrena é o resultado de uma participação consciente em favor dessa família espiritual, que, muitas vezes, nos pátios da loucura, transforma-se em “rinocerontes” e espécimes raros, mendigando amor e paciência nos roteiros da evolução.



capítulo 16

## Convivência fraterna nos grupos

“Ditosos serão os que houverem trabalhado  
no campo do Senhor com desinteresse  
e sem outro móvel, senão a caridade!  
Seus dias de trabalho serão pagos  
pelo cêntuplo do que tiverem esperado.”

— O ESPÍRITO DE VERDADE, Paris, 1862 (*O evangelho  
segundo o espiritismo*, capítulo XX, item 5)



**P**arafraseando o Espírito Verdade, é injustificável que sob a égide do espiritismo – doutrina de lucidez integral – seus trabalhadores se mantenham sempre os mesmos no que tange às relações interpessoais. Pois, então, de que lhes serve ser espírita se não se amam? Se guardam distância uns dos outros? Reunindo-se sem se conhecerem? Trabalhando sem se descobrirem? Sofrendo sem terem alguém para dialogar e lograr uma rota? Ajudando a outros sem se permitirem ser ajudados?

Observamos que os dias atuais têm subtraído o tempo que seria desejável para intensificar os relacionamentos nas sociedades espíritas. E, enquanto essa alegação se torna um limite para muitos, por outro lado, muitos dispendo de largas medidas de tempo não realizam a convivência fraterna que deveria nortear as relações em seus grupos. Constatamos, então, que temos um problema a solucionar: compartilham-se ideias, tarefas e deveres, e nem sempre afeto e amizade autêntica.

O estudo e o trabalho têm merecido a atenção de quantos usufruem das ambiências da casa espírita. Contudo, destacamos que, além disso, o compartilhamento afetivo deve receber os cuidados de nossos condutores, considerando esse fator como de fundamental importância ao crescimento espiritual de seus trabalhadores, e mesmo ao equilíbrio das próprias atividades.

A boa convivência será sempre o reflexo das relações que travamos conosco mesmos, por isso cuidemos da nossa vida emocional e psicológica. Que os diretores se organizem para o investimento nesse sentido junto aos frequentadores, trabalhadores e coordenadores de suas instituições.

Encetar uma campanha pela fraternidade entre os trabalhadores espíritas! Onde o amor floresce, o perfume da fraternidade se espalha.

Sociedades espíritas fraternas são tecidas com relações afetuosas e amadurecidas pela vivência ética das lições cristãs, que, naturalmente,

resultam em uma convivência sadia e motivadora.

Estamos habituados a construir paredes e reunir gente. Chegou, porém, o instante esperado para nos estabelecer como *grupos*, nos quais as pessoas se reúnam e se unam, criando um entrelaçamento fraterno, fomentador das mais ricas experiências emocionais nos terrenos de nossa espiritualização.

E como o amor não é sentimento estagnado e circunstancial, devemos assinalar algumas ações-exercícios que o desabrocharão na intimidade, e canalizá-lo para as fibras sutis de nossa estrutura emocional, a fim de sedimentar hábitos e comportamentos plenos de sensibilidade e ternura.

Anotemos, então:

- ▶ a habilidade para saber discordar;
- ▶ a assertividade dos sentimentos;
- ▶ o espírito de equipe;
- ▶ o esforço no domínio das más inclinações;
- ▶ o cultivo da oração pelos integrantes do grupo;
- ▶ o aperfeiçoamento diário da convivência;
- ▶ a priorização do dever de cada dia;
- ▶ a delegação confiante de responsabilidades;
- ▶ a valorização incondicional dos participantes;
- ▶ a arte de comunicar;
- ▶ o diálogo;
- ▶ a alteridade;
- ▶ o cativar dos laços de amor;
- ▶ o amor a si mesmo;
- ▶ as crenças otimistas;
- ▶ a cooperação espontânea;
- ▶ a vivência moral sadia.

A carência humana de afeto é uma tragédia de proporções incomparáveis na história. Graças a ela, assistimos ao ruir de lares, à fuga para os vícios, à depressão causticante, à inversão dos valores morais e ao engodo da ilusão que aprisiona o ser nas algemas da solidão. Nesse contexto, a casa espírita deveria se constituir num oásis de esperança e refazimento para os cidadãos sofridos com a ingratidão e o desvalor que a sociedade lhes impõe.

Outros tantos enriquecem-se na abundância de bens, entretanto, são almas vazias do alimento da estima. Para esses a casa de Jesus e Kardec deve ser o ambiente de renovação e acolhimento, no qual encontrarão o repasto do carinho e as benesses de uma família espiritual.

O ser humano tem medo de amar. Um dos motivos é por não saber como seu amor será acolhido. Alguns, não tendo elaborado satisfatoriamente a sublimação de traumas e recalques, não sabem conviver bem com a intimidade dos relacionamentos. Padecem com os monstros das fantasias e neuroses sem conta, que os levam a um colapso das forças internas e abrem campo fácil para as obsessões afetivas e sexuais.

Contudo, não podemos mais nos permitir viver por temor e fugir de amadurecer nossas emoções.

Quando constituirmos as sociedades espíritas fraternas, estaremos formando as bases para um tempo mais promissor quanto aos destinos de nossa seara bendita.

Ao mesmo tempo, criando o ambiente seguro para nossas manifestações iniciais na arte de amar.

O caminho é, sem dúvida, dirigirmo-nos para o objetivo providencial a que se refere o Espírito Verdade, conduzindo-nos dentro da escola doutrinária como alunos em regime de aprendizado intensivo. Buscando, sobretudo, a melhora de nós mesmos na superação de nossas mazelas morais.

Educar-se e espiritizar-se é a meta.

E quando aprendermos a viver fraternalmente em nossas próprias casas espíritas, arregimentaremos melhores condições para o clima da bondade em campos mais amplos e responsabilidades mais ostensivas, na interligação de amor que a todos deve enlaçar nos serviços de restauração do cristianismo.

Amar incondicionalmente é o caminho.

Sigamos Paulo, apóstolo de Jesus, que pronunciou uma inspirada poesia nascida nas fontes de seu exemplo de amor, quando disse:

“Eu de muita boa vontade gastarei, e me deixarei gastar pelas vossas almas, ainda que, amando-vos cada vez mais, seja menos amado”.<sup>25</sup>

Da mesma forma, convém-nos recordar a excelência da recomendação do senhor Allan Kardec, que propõe:

“Para o objetivo providencial, portanto, é que devem tender todas as Sociedades Espíritas sérias, grupando todos os que se achem animados dos mesmos sentimentos. Então, haverá união entre elas, simpatia, fraternidade, em vez de vão e pueril antagonismo, nascido do amor-próprio, mais de palavras do que de fatos; então, elas serão fortes e poderosas, porque assentarão em inabalável alicerce: o bem para todos; então, serão respeitadas e imporão silêncio à zombaria tola, porque falarão em nome da moral evangélica, que todos respeitam”.<sup>26</sup>

“Ditosos serão os que houverem trabalhado no campo do Senhor, com desinteresse e sem outro móvel, senão a caridade!”<sup>27</sup>

O perfume da fraternidade se espalha onde existem canteiros de boa convivência.



25. II Coríntios, 12:15.

26. *O livro dos médiuns*, capítulo XXIX, item 350.

27. *O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XX, item 5.



Educar-se e espiritizar-se é a meta. E quando aprendermos a viver fraternalmente em nossas próprias casas espíritas, arregimentaremos melhores condições para o clima da bondade em campos mais amplos e responsabilidades mais ostensivas, na interligação de amor que a todos deve enlaçar nos serviços de restauração do cristianismo. Amar incondicionalmente é o caminho.

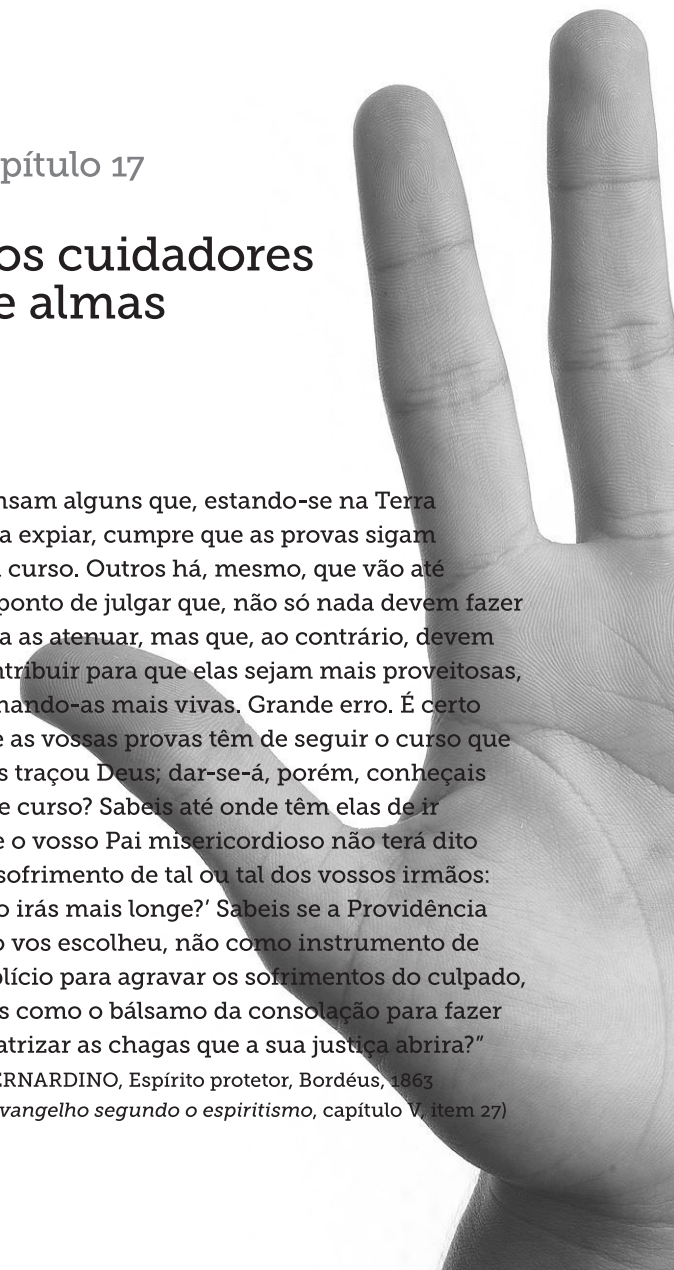


## capítulo 17

# Aos cuidadores de almas

"Pensam alguns que, estando-se na Terra para expiar, cumpre que as provas sigam seu curso. Outros há, mesmo, que vão até ao ponto de julgar que, não só nada devem fazer para as atenuar, mas que, ao contrário, devem contribuir para que elas sejam mais proveitosas, tornando-as mais vivas. Grande erro. É certo que as vossas provas têm de seguir o curso que lhes traçou Deus; dar-se-á, porém, conheceis esse curso? Sabeis até onde têm elas de ir e se o vosso Pai misericordioso não terá dito ao sofrimento de tal ou tal dos vossos irmãos: 'Não irás mais longe?' Sabeis se a Providência não vos escolheu, não como instrumento de suplício para agravar os sofrimentos do culpado, mas como o bálsamo da consolação para fazer cicatrizar as chagas que a sua justiça abriu?"

— BERNARDINO, Espírito protetor, Bordéus, 1863  
(*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo V, item 27)



**A**cordar todos os dias com a chama da esperança acesa. Acreditar que merecemos ser felizes. Saber escolher os caminhos para construir os nossos sonhos e desejos de modo digno. Gostar do mundo e das pessoas como são. Ter uma relação de amor consigo mesmo. Saber sorrir nos momentos mais difíceis. Ser grato e alegre em todas as situações. Divertir no cumprimento do dever. Alcançar leveza no ato de viver. Quem não gostaria de experimentar esses prazeres na vida?

Prazer de viver: a maior conquista das pessoas livres, felizes e conscientes.

O foco do prazer de viver é este: a perda de quem achávamos que éramos – o falso eu – e o encontro com o eu real. Só existe prazer de viver quando há inteireza. Uma harmonia entre as partes que sufocamos, tudo aquilo que achávamos que éramos, e a busca do que somos em verdade, a singularidade.

Essa busca particular pela nossa individuação é permeada pelo medo do autoenfrentamento. Por esse motivo, bilhões de pessoas lutam para sobreviver sem existir. Passam pela vida sem permitir que ela passe por sua alma.

Para quantos se encontram agraciados com a luz da Doutrina dos Espíritos, esse desafio de talhar sua identidade cósmica surge quando não usamos a inteligência para aplicar nossas intenções e aspirações sob a égide da dignidade. Quantos desistem de seus sonhos e de suas vocações por não conseguir desenvolver uma ação responsável e conciliatória entre sua realidade pessoal em conflito com aquilo que seria ideal segundo o espiritismo? Alguns espiritistas, neste passo, arrolam a ideia do carma para justificar a acomodação por não lutarem por sua própria felicidade. É mais fácil pensar assim que confrontar os próprios sentimentos e desejos e aprender a lidar com todos eles de modo honroso.

Esse adiamento pelo nosso caminho pessoal inevitavelmente nos conduzirá ao encontro de uma intrigante benfeitora da alma: a angústia, o lamento sofrido da alma que suplica novos rumos.

A angústia é o sinal profundo da alma a dizer: hora de decidir! Hora de ser feliz! Chega de mentiras e ilusões! Ninguém progride sob o manto da idealização! Angústia é um sintoma de que algo necessita ser colocado no seu devido lugar na intimidade profunda de nós mesmos.

Mesmo a dor é estrada para a felicidade. Em verdade, ela é um convite da vida reclamando nossa integração com as Leis pródigas de Deus, criadas para o nosso próprio bem.

Quando muito protelada, essa angústia é o caminho da depressão e, conseqüentemente, da descrença, ou seja, o efeito culminante das dores da alma não resolvidas quando a vida nos chama para curá-las. Descrença no ato de viver. Descrença na própria existência. A ausência total de um sentido para viver. Um coração descrente é alguém sem esperança, sem alegria para viver, sem fé nos dias vindouros. E como caminhar sem a energia da esperança?

Diante das provas da Terra, Bernardino, Espírito protetor, dirige uma das mais sábias questões sobre nossa postura na condição de cuidadores da educação espiritual de almas:

“Sabeis se a Providência não vos escolheu, não como instrumento de suplício para agravar os sofrimentos do culpado, mas como o bálsamo da consolação para fazer cicatrizar as chagas que a sua justiça abrira?”

Qual será, pois, a postura mais educativa dos cuidadores da alma nestes tempos de transição? Cultivadores do suplício ou balsamizadores da consolação? Nutridores da culpa ou educadores da responsabilidade? Instrumentos do medo ou agentes da esperança? Investigadores das imperfeições ou orientadores da vocação individual? Terapeutas de feridas psicológicas ou promotores de valores morais? Como se fazer um treinador

emocional na aquisição de qualidade de vida? Como se tornar um operador da felicidade em tempos de desorientação e crise? Como alcançar a condição de artífice do prazer de viver? Como o Centro Espírita poderá alcançar a condição de escola libertadora dos sentimentos? Que roteiros poderão inspirar nossas atividades abençoadas na doutrina espírita, objetivando tornarem-se espaços de educação integral? Que passos devemos dar para que a casa doutrinária seja um ambiente que nos favoreça a assumir nossa humanidade sem derrapar na fuga e na ilusão? Como fazer para que a nossa existência seja uma obra de arte no esplendor da criação de Deus?

Prazer de viver, eis a meta que devemos todos mirar a cada dia da caminhada.

“Renda-se, como eu me rendi. Mergulhe no que você não conhece como eu mergulhei. Não se preocupe em entender, viver ultrapassa qualquer entendimento.”

Esta pérola da poetisa Clarice Lispector é um tributo ao ato de viver. Viver vai além de nossa compreensão imediata. O ato de viver existe para depois surgir o sentido. Quem quer raciocinar a vida em demasia deixa de viver. A vida só existe na realidade, e a realidade é o espelho do que sentimos no mais profundo de nosso ser. Talvez, por este motivo, Jesus, O Cuidador de Almas, afirmou em Lucas, capítulo 17, versículo 20: “O reino de Deus não vem com aparência exterior”.

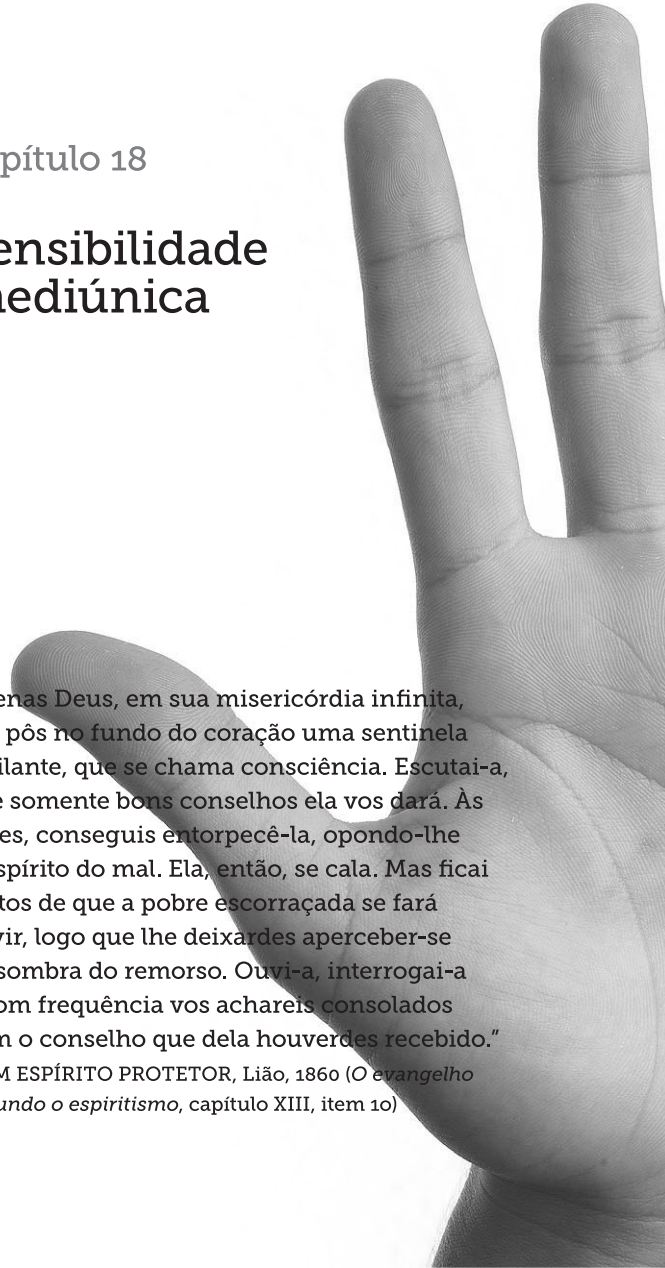


capítulo 18

## Sensibilidade mediúnica

"Apenas Deus, em sua misericórdia infinita, vos pôs no fundo do coração uma sentinela vigilante, que se chama consciência. Escutai-a, que somente bons conselhos ela vos dará. Às vezes, conseguis entorpecê-la, opondo-lhe o espírito do mal. Ela, então, se cala. Mas ficai certos de que a pobre escorraçada se fará ouvir, logo que lhe deixardes aperceber-se da sombra do remorso. Ouvi-a, interrogai-a e com frequência vos achareis consolados com o conselho que dela houverdes recebido."

— UM ESPÍRITO PROTETOR, Lião, 1860 (*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XIII, item 10)



**R**etornar ao corpo físico é assinar um “contrato” de responsabilidade individual ante o tribunal da consciência, que exara apelos de melhoria contínua. É o objetivo maior de nosso retorno à escola terrena.

Desde o estágio nas faixas da evolução vegetal, o ser inteligente desperta para a sensibilidade preparando, paulatinamente, a conquista dos cinco sentidos humanos na percepção e interação com a criação. Agora, nas faixas da humanização, a criatura é convocada a inadiável compromisso na expansão da sensibilidade, para escalar os seus infinitos potenciais na esteira dos sentimentos.

Imperioso educar-nos para ouvir nossa consciência pela leitura das emoções – espelho vivo dos alvitre da intimidade profunda. Sensibilidade é aprender a sentir, antes de tudo, a natureza das forças excelsas nas profundezas do reino íntimo. O contato com essa “parcela-luz” dilata e eleva nossas percepções para o mundo objetivo.

Pascal afirma:

“Estejam sempre as vossas ações de harmonia com a vossa consciência, e tereis nisso um meio certo de centuplicardes a vossa felicidade nessa vida passageira e de preparardes para vós mesmos uma existência mil vezes ainda mais suave”.<sup>28</sup>

A arte de escutar os apelos da consciência estabelece uma identificação com o *Self*, liberando o potencial criativo da mente, conectando-a com as correntes energéticas da Suprema Verdade. Semelhante operação da vida interior é dinamizada no sagrado terreno dos sentimentos, promovendo o homem à condição de legatário legítimo da Herança Paternal.

Pulsando em sintonia afetiva com a Verdade, deciframos os “códigos ocultos” daquilo que nos cerca a marcha evolutiva. Assim, habilitamo-nos a compreender melhor a vida, passando a agir e reagir alicerçados em uma visão rica de serenidade. Tornamo-nos “senhores de si”.

Os médiuns usufruem a sensibilidade-empréstimo que os capacita a ser decifradores da vida nas suas mais variadas formas de manifestações. Como canais de sensibilidade ampliada, encontram na faculdade mediúnica uma ponte entre a personalidade eivada de ilusões e a consciência. Entre o que se pensa ser e entre o que se é realmente. Mediunidade, portanto, é o bisturi eficiente para dilacerar as carapaças das ilusões – grilhões da mentira adúladora do orgulho. A mediunidade, antes de dilatar a sensibilidade para fora, dilata-a para a intimidade, constringendo docemente os medianeiros a sentir com mais honestidade suas irradiações subconscientes, ou ainda compelindo-os a descobrir os exuberantes tesouros na arca de sua superconsciência.

Quaisquer intercâmbios de ideias são antecidos por complexo processo nas engrenagens do coração. O processamento da ideia passa antes por uma decodificação afetiva. É nesse campo da vida mental que os trabalhadores da mediunidade necessitam desenvolver melhores habilidades.

O trecho da codificação acima diz:

“Às vezes, conseguis entorpecê-la, opondo-lhe o espírito do mal. Ela, então, se cala. Mas ficai certos de que a pobre escorraçada se fará ouvir, logo que lhe deixardes aperceber-se da sombra do remorso”.

Como somos capazes de entorpecer a consciência? Que mecanismo pode calá-la? Como e quando é gerado o remorso?

Quanta investigação a fazer sobre a vida interior! Sensibilidade será fruto de aprendizagem ou de maturidade espiritual?

O médium que melhor interpretar seus sentimentos e educá-los terá maiores possibilidades de recolher as ideias dos Bons Espíritos. Educar a mediunidade é expandir os núcleos sensíveis do ser interior, aprendendo a sentir a vida em sintonia com Deus, com o próximo e a sua natureza singular.

Se o século XX foi a Era da Inteligência, o século XXI será o tempo da intuição livre, consagrando a arte de sentir como o sexto sentido do homem.

Sentimento é mediunidade. Sensibilidade é a base da vida afetiva saudável.



28. *O livro dos médiuns*, capítulo XXXI, dissertação XIII.



O médium que melhor interpretar seus sentimentos e educá-los terá maiores possibilidades de recolher as ideias dos Bons Espíritos. Educar a mediunidade é expandir os núcleos sensíveis do ser interior, aprendendo a sentir a vida em sintonia com Deus, com o próximo e a sua natureza singular.



capítulo 19

## Traços do orgulho

"O orgulho vos induz a julgar-vos mais do que sois; a não suportardes uma comparação que vos possa rebaixar."

*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo IX, item 9)*



Uma das necessidades mais naturais do ser humano é poder contar com a aprovação e a admiração alheia, na qual encontra o afeto, o carinho e o estímulo para a sua caminhada de cada dia. Algumas pessoas, no entanto, são prejudicadas durante todas as fases da existência, devido a problemas traumáticos da infância. Tornam-se pedintes viciados da atenção e reconhecimento dos outros, para preencher a carência de autovalor que não conseguem encontrar em si mesmas.

Entre esses traumas lamentáveis a que são conduzidas muitas crianças, verificamos a presença da insensibilidade de muitos pais e mães no que tange à mais essencial atitude perante elas: amá-las e ajudá-las a construir um autoconceito centrado na realidade. Alguns tutores, desavisados, negligentes ou mesmo maldosos vão mais além e ainda promovem escândalos de rejeição e leviandade com o rebento, deixando marcas emocionais profundas para o futuro. Instaure-se, a partir desses delitos morais, uma fixação psicológica na órbita do ego, que exigirá severo regime reeducativo para se libertar. O que deveria constituir uma fase de desprendimento da egolatria acaba atingindo o nível de neurose e perturbação.

Evidentemente, se o Espírito já renasce com uma baixa autoestima, essas lutas da infância serão agravantes consideráveis na sua formação mental. Por outro lado, se a alma já angariou autonomia e as diversas habilidades decorrentes do autoamor, encontrará recursos para superar os dramas do lar e avançar em direção à maturidade sem maiores dores.

Para compensar essa carência de estima e admiração, sejam quais forem suas raízes no tempo, a criatura recorre instintivamente ao orgulho – sentimento que dilata a sensação de importância pessoal –, com o qual tenta se proteger das ameaças que experimenta constantemente na vida inconsciente, em reação ao meio no qual convive. É tão eminente esse

processo, que se desenvolve uma silenciosa competição com todos à sua volta, em crises de narcisismo sutil, porém, muitas vezes perceptíveis. No fundo, a alma se protege inconscientemente das agressões sofridas no período infantil ou em vidas anteriores, que lhe renderam terríveis sentimentos de perda, insegurança e medo.

Quando alguém experimenta essas vivências egocêntricas, estabelece-se um quadro de atitudes que merece ponderada análise de todos nós, ante a gravidade que pode atingir o comportamento.

Atividades espirituais nesse contexto emocional ganham conotação de destaque pessoal, como se fossem grandiosas missões. A cultura humana estimula tais posturas e premia os servidores adoecidos com status de pequenos deuses, sobre os quais recai incomparável poder. Caso não utilizem os antídotos eficazes da oração e da vigilância, da modéstia e da abnegação, tais tarefeiros podem sucumbir sob pesadas responsabilidades que assumiram, sem se encontrarem em condições apropriadas para exercê-las harmônica e honestamente.

Os cooperadores orgulhosos tecem uma complexa rede de vibrações que lhes consomem energia na manutenção de tudo o que possa alimentar seu personalismo, sua autoimagem exacerbada. O vazio existencial que carregam é similar a um cruel exaustor de forças, absorvidas pelo circuito mental viciado na nutrição enfermiça do prestígio pessoal.

O orgulho, em tese, é um sistema que bloqueia ou perturba a sensibilidade, porque os orgulhosos não gostam de ouvir nem mesmo a própria consciência, que se expressa no espelho do coração. Desembaciar esse espelho dos sentimentos é limpar a impureza da ilusão que distorce a autoimagem.

Listemos, portanto, alguns traços pertinentes aos tarefeiros espíritas que caminham para essa tênue linha de conduta, em direção aos despenhadeiros da “insanidade aceitável” nos leitos enfermiços do orgulho, no intuito de reexaminar condutas e reeducar hábitos enquanto é tempo:

Esperam ser aceitos em quaisquer situações e não convivem bem com a crítica. Acreditam demasiadamente em sua experiência e conhecimento, supondo que nada mais necessitam aprender. Melindram-se e criam animosidade declarada ou oculta com quem lhes propõe corrigenda. Sentem-se com direitos especiais nas comunidades de que participam. São incapazes de analisar a si mesmos sem arrolarem a presença das interferências espirituais, criando um mundo de ideias e imaginações desconectado de seus verdadeiros sentimentos. Estão sempre predestinados a fundar grandes obras de caridade com as quais se autocondecoram em alucinações de grandeza. Muitos chegam a achar justos os tributos materiais que se lhes oferecem para compensar os sacrifícios na tarefa. Abusam da credulidade alheia com teorias espirituais no despertamento de paixões afetivas com as quais procuram preencher suas próprias carências. Falam excessivamente de si mesmos e raramente valorizam as experiências alheias. Só encontram explicações para os problemas humanos com base na fenomenologia mediúnica, estimulando o misticismo e a ignorância. Submetem suas escolhas mais singelas à opinião dos *guias*. Adotam rejeição sistemática a quem fuja dos padrões morais que nem eles ainda conseguiram viver para si mesmos, repetindo pela vida afora a atitude de seus educadores infantis. Supõem-se serem indispensáveis aos projetos da causa espírita.

Façamos um exame sincero em tais condutas para não nos julgarmos ser mais do que realmente somos.

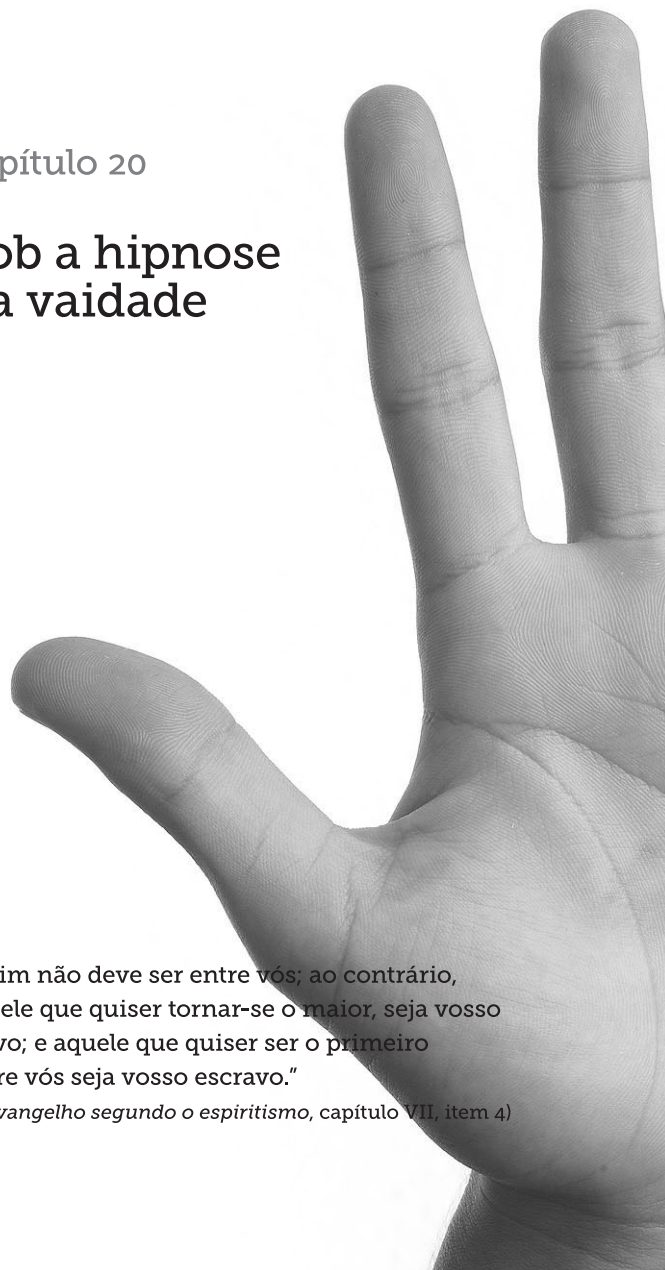


capítulo 20

## Sob a hipnose da vaidade

“Assim não deve ser entre vós; ao contrário, aquele que quiser tornar-se o maior, seja vosso servo; e aquele que quiser ser o primeiro entre vós seja vosso escravo.”

*(O evangelho segundo o espiritismo, capítulo VII, item 4)*



**A**ntonio experimentava a amargura das lutas no movimento doutrinário. Líder consagrado e influente em sua região, via-se cercado por tricas, dissidências, calúnias e tormentas. Os anos de experiência não lhe subtraíam a sensação de derrota ante os desafios. Sustentava-se cultivando a ideia de que desempenhava importante papel em nome do Cristo. Orava, pedia ajuda e prosseguia.

Certa vez, depois de sentida oração, bendita inspiração chegou-lhe ao cérebro. Recordou-se do pequeno centro umbandista no qual, há mais de vinte anos iniciou sua trajetória de espiritualização. Pensou: “Voltarei lá, não custa tentar, embora não creia que tenha muito a ajudar em meus testemunhos”...

Após a abertura dos trabalhos noturnos, um preto velho singelo o atendeu:

— *Muzanfio tá que nem enxame de abeia. Todo picadinho. Muzanfio tem que se alimpá. Foge da mentira, muzanfio, se não ela vai te arruiná.*

Antonio saiu descrente. Teceu críticas e assegurou que não esperava mais do que isso:

— Falta de esclarecimento. Umbanda realmente é para pessoas incultas.

Ao repousar, tomado de intensas pressões íntimas, desligou-se do corpo. Sob tutela do Espírito protetor, foi trazido ao consultório de doutor Inácio Ferreira, no Hospital Esperança.

O médico uberabense, rico de humor, recebeu-o nesses termos:

— Antonio, Antonio são duas horas da madrugada. Veja se é hora de consultório estar aberto!

— Doutor Inácio, que bom revê-lo! Ainda bem que está aberto!

— Sua ficha está em minha mesa.

— Que bom! Estou pedindo socorro.

— Já estou informado do que se trata. Venha comigo, vamos ao pavilhão dos dirigentes.

Chegando ao local, explanou o médico:

— Antonio, veja essas criaturas!

— Estão dormindo?

— Quase. Foram sedadas.

— Sedadas?! Hum! Posso saber do que se trata?

— São dirigentes espíritas.

— Por que foram sedados?

— Passam por rigoroso tratamento.

— Essas feridas pelos seus corpos...

— Não são feridas. São cristalizações psíquicas.

— Cristalizações?

— Esse é dos efeitos mais comuns dos conflitos não resolvidos, meu filho. O conflito é a desarmonia entre pensar e sentir. A luta evolutiva constitui o equilíbrio dessas potências da alma. A mente humana aprendeu e acostumou-se ao mecanismo da negação, uma forma ilusória de fugir de si mesmo. As pulsões inconscientes, no entanto, dinamizam-se involuntariamente, convidando-nos à transformação. Ao repudiá-las, estabelece-se o clima interno de angústia. A angústia persistente gera camadas energéticas na mente, que são automaticamente expelidas para o corpo perispiritual para alívio da pressão mental. Essas camadas, com o passar do tempo, tornam-se “canais de absorção” ou “*plugs* mento-eletromagnéticos”. Assemelham-se a acnes de coloração amarelo-pálida. São campos de imantação para o “parasitismo psíquico”. Ovoides e formas vivas não inteligentes se acoplam em sua órbita com larga facilidade, agravando a saúde psicológica a caminho das perturbações.

— Mas nossos irmãos não foram dirigentes?

— Sim, e daí?

— Não deveriam estar em melhores condições espirituais?

— Disse bem: Deveriam! Trabalharam muito para fora e quase nada realizaram na intimidade.

— Como classificar a doença de que padecem?

— Depressão por parasitismo.

— Difícil acreditar!

— Pois acredite. Quem vê muitos espíritas na carne, escrevendo livros ou servindo na mediunidade, dirigindo centros ou fazendo palestras, nem sempre imagina a natureza dos dramas espirituais que os acompanham. O corpo deles é como uma roupa limpa colocada em cima de feridas que, pouco a pouco, se alastram.

— Doutor Inácio, estou chocado! Inacreditável!

— Não queira saber quanto tempo passei em tratamento por aqui, apenas para tirar as “coisas” que se alojaram em meu pulmão de fumante! Existe muita ingenuidade e desinformação entre os companheiros acerca dos efeitos de se envolver com interesses coletivos sem retaguarda espiritual e humildade no coração.

— Agora estou ficando preocupado é comigo.

— Por quê, Antonio?

— Será que também possuo algum desses quadros?

— Vou sintetizar para você entender: “*Muzanfio tá que nem enxame de abeia. Todo picadinho. Muzanfio tem que se alimpá. Foge da mentira, muzanfio, se não ela vai te arruiná*”.

— Doutor Inácio! Então o senhor estava lá no centro umbandista?!

— Pior! Fui eu quem falou pelo médium umbandista. Por que acha que o trouxemos aqui essa noite? Veja sua “radiografia psíquica”.

Após analisar a foto que assinalava a presença de formas esféricas em sua aura, Antonio entristeceu-se e pediu orientação.

— Volte para o corpo e lembre-se que a vida é uma colheita de trabalho paciente. A produção do mel é afanosa ação. O que não exclui o mergulho nos favos. Tenha coragem de abrir-se. Tocar suas feridas emocionais,

aceitar seus impulsos mais indignos e tratá-los com amor. Rasgue sua “folha de experiências” e faça-se livre da pesada máscara das aparências. Seja você e dê pouca “bola” para o que falam de você.

— Tentarei, doutor Inácio!

No dia seguinte, Antonio acordou no corpo. Ao telefone com um amigo de lides, comentava o sonho da noite:

— Imagine você, agora tive a esperada confirmação. Na colmeia de nosso movimento tenho uma enorme missão. Fui esclarecido, esta noite, sobre os vários favos ou casas espíritas que tenho de ajudar. Existem, no movimento espírita, muitos “furos” ou focos de infecção que eu posso curar. Não tenho mais dúvidas, sou o zangão...





A vida é uma colheita de trabalho paciente. A produção do mel é afanosa ação. O que não exclui o mergulho nos favos. Tenha coragem de abrir-se. Tocar suas feridas emocionais, aceitar seus impulsos mais indignos e tratá-los com amor. Rasgue sua "folha de experiências" e faça-se livre da pesada máscara das aparências. Seja você e dê pouca "bola" para o que falam de você.

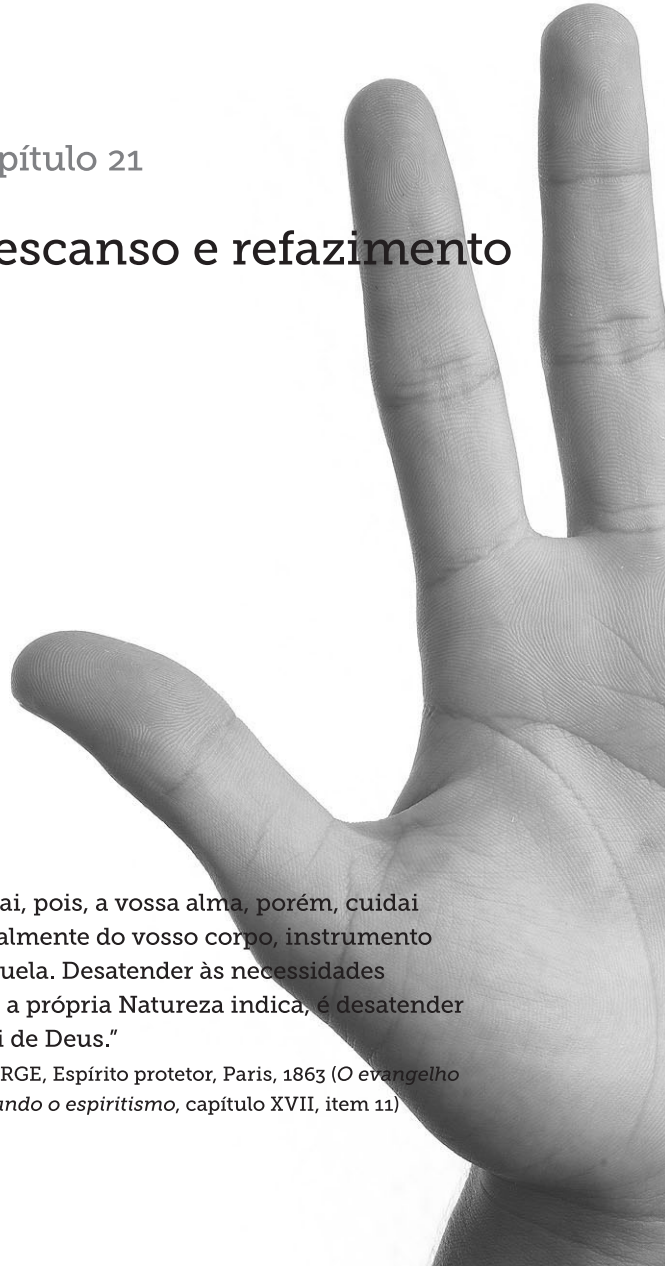


capítulo 21

## Descanso e refazimento

“Amai, pois, a vossa alma, porém, cuidai igualmente do vosso corpo, instrumento daquela. Desatender às necessidades que a própria Natureza indica, é desatender a lei de Deus.”

– JORGE, Espírito protetor, Paris, 1863 (*O evangelho segundo o espiritismo*, capítulo XVII, item 11)



O estágio espiritual da Terra é claramente caracterizado pela infância do homem, quando se trata dos cuidados com sua “máquina” física.

Os conceitos humanos de descanso e saúde estão demasiadamente viciados pelas ilusões.

Descanso, para a maioria dos encarnados, significa dilatação de prazeres e sensações corporais que levem ao relaxamento, enquanto saúde quase sempre está associada com beleza e sensualidade.

Com raras exceções, as criaturas passam suas semanas de trabalho profissional como escravos rebeldes do dever, para nos fins de semana tornarem-se proprietários relapsos da liberdade. A ausência de prazer durante a semana de refregas é compensada nas folgas por meio de abusos, nos quais se tenta tornar intensamente proveitosos os momentos de “refazimento”. Comem, bebem e dormem em excesso, provocando sensações passageiras de bem-estar em variadas viciações de gozo fisiológico. Chamam de diversão as viagens exaustivas a lugares neurotizantes onde se aglomeram multidões estressadas e dispostas à indisciplina. Entorpecentes e sexo, mudança alimentar e temperaturas elevadas causam abusos inconsiderados ao organismo físico, enquanto afirmam que descansam mentalmente eliminando o desgaste.

Depois, retornam para casa com as típicas depressões domingueiras, aguardando uma segunda-feira trágica no retorno às obrigações, que cumprem extremamente mal-humorados. Em boa lógica, se o tempo de folga foi usado no descanso, era de se esperar que retornassem felizes, exultantes e mais dispostos ao trabalho.

Nem sempre é o trabalho que causa o cansaço, mas a maneira de trabalhar. A revolta com a profissão, a insatisfação com ofícios contrários aos pendores e o descanso mal conduzido provocam novas fadigas e depressões, que completam seu ciclo nas horas do relax inconsequente.

Nas formas habituais de relaxamento e descanso entre os homens reencarnados tem havido uma exaustão de reservas que precisa ser compreendida, em favor da melhor aplicação de seu patrimônio fisiológico e mental. O corpo físico se alimenta de energias sutis, sem as quais padece dores e desgaste precoce. A vitalização correta das células responde por uma vida harmoniosa, enquanto os abusos podem ceifar, pelo menos, uma terça parte do *quantum* energético que sustenta o corpo.

O que se tem chamado de entretenimento e refazimento na humanidade terrena, muitas vezes, não passa de acúmulo de lixo mental. E esse “morbo” é resultante dos costumes mentais com os quais se lida com a máquina física, provocando sobrecarga de funções para alterar o cosmo hormonal, estimulado a expulsar intensa dose de endorfinas – a morfina natural – no alívio dessas exigências, causando, então, a passageira sensação de júbilo. Passado o processo, experimentam-se as consequências em forma de dores variadas, sintomas que denunciam os excessos no estômago, na cabeça, nos músculos, no sistema nervoso, no estado psicológico e no afeto.

Renovemos os conceitos. Se fizermos uma análise sensata, constataremos que expressiva parcela dos homens tem trabalhado dois terços da sua vida para arruinar a última terça parte de sua existência corporal, ficando à mercê de doenças e vazios existenciais. Curtindo um remorso cruel e uma velhice penosa como resultados de sua má utilização da implementação corporal e de seus sentimentos.

Os costumes físicos humanos tornaram-se um problema social. O homem, basicamente, da juventude à fase adulta, aprende a viciar seu corpo para depois ficar por conta do doloroso processo de mudança de hábitos na terceira idade, gastando o pouco tempo que lhe resta e o dinheiro que amealhou para tentar corrigir os efeitos de seus abusos.

A interiorização dos valores espirituais vai renovando a mente e imprimindo energias saudáveis sobre as células que, por fim, habitam-se

às novas formas de absorção dos conteúdos energéticos sutis de saúde e paz, que advêm de diversões e condutas íntegras e equilibradas.

As atividades esportivas, a música elevada, o *hobby* terapêutico da costura, a arte da pintura, a leitura edificante, um bom filme, o contato com o sol e a natureza, um pouco mais de sono, uma viagem esporádica, uma breve reunião familiar para rever parentes ou outras iniciativas que ensejem uma mudança na rotina constituem favores ao organismo físico em razão dos estados mentais e afetivos que decorrem dessas ocasiões.

Todavia, nós que estamos matriculados na Nova Escola de aprendizados da alma, sob as diretrizes seguras da doutrina espírita, verificamos que a renovação dos hábitos perante a vida nos conduz a novas escolhas no que tange aos roteiros do lídimo repouso.

Os trabalhos assistenciais, os estudos e seminários, os bazares, as viagens doutrinárias, os encontros calorosos nas tarefas do quilo, as visitas a enfermos, enfim, o ambiente da casa espírita, constituem o refazimento indispensável que nenhuma outra forma de entretenimento nos tem oferecido. A oração e a meditação em torno dos novos ensinamentos auferidos nas realizações doutrinárias preenchem-nos com profundidade e louvor, em razão do contato com as correntes mentais superiores do universo, proporcionando ao corpo material a recomposição sutil da qual necessita para sua durabilidade e defesa.

Uma noção mais lúcida de descanso e refazimento deve fazer parte da vida de todos os homens, especialmente daqueles que foram agraciados com a luz dos conhecimentos imortais. A melhor noção de pausa e recuperação deveria ser trabalhar de outra forma, ou seja, ter uma ocupação útil em vez de se entregar às malhas da inércia e da ociosidade, que consomem e exaurem.

Atualmente, em face dos compromissos assumidos com as Leis Divinas, o trabalho humano assume feições provacionais para multidões de trabalhadores insatisfeitos, levando-os a separar a hora do trabalho da hora

do descanso, conquanto o trabalho, em si mesmo, é descanso e alegria para muitas criaturas. Sem sentir-se útil, o ser passa por uma das mais trágicas experiências da vida, o cansaço do espírito. O sentimento de utilidade, de cooperação com a vida e a sociedade é dos mais nutrientes e nobres alimentos da alma, razão pela qual os Luminares Orientadores da codificação afirmaram: “(...) o Espírito trabalha, assim como o corpo. Toda ocupação útil é trabalho”.<sup>29</sup> Vejamos que não foi assinalado assim: “Trabalho é toda ocupação útil”, porque, então, nesse caso, se a criatura sentir como sendo útil tudo o que realiza, a colocação daria margem para entronizar o mal como ocupação útil. Disseram os Bons Espíritos assim: “Toda ocupação útil é trabalho”, resta-nos analisar o que seja ocupação útil.

E ainda temos de considerar que quem empresta utilidade ao trabalho que realiza é o Espírito, por meio de sua relação com a atividade que desenvolve. Na Terra, com raríssimas exceções, a grande maioria dos homens não aprendeu o valor de servir, de ser útil ao outro ou à coletividade. Frequentemente, inverte a ordem e quer ser sempre atendido e servido por se sentir carente e lesado, sentimento este que, na verdade, não surgiu por causa de problemas sociais ou educacionais, mas provém do egoísmo que o Espírito já acalenta há longos evos.

A inércia de fora é doença na intimidade. Sentir-se útil é essencial para a saúde. É o descanso verdadeiro.

Para almas como nós, que anseiam romper com os estágios primários da evolução, o prazer de viver constitui sinônimo de felicidade e plenitude. Esforcemo-nos por edificar o prazer em bases retas, calcado nas emoções nobres e refazedoras, a fim de que a ilusão dos sentidos físicos não entorpeça a razão a caminho da queda. Saber viver em paz e descobrir nossos tesouros celestes por meio da autoconquista é o roteiro de elevação em favor desse almejado estado de ser.

Que haja muita sensatez entre nós, que cultivamos os propósitos de libertação espiritual, para não tratarmos o corpo como algo desprezível e de

menor importância para nossa ascensão. Assim manifestou uma alma querida na Sociedade Espírita de Estudos Parisienses:

“Deus tem Suas leis a regerem todas as vossas ações. Se as violais, vossa é a culpa. Indubitavelmente, quando um homem comete um excesso qualquer, Deus não profere contra ele um julgamento, dizendo-lhe, por exemplo: Foste guloso, vou punir-te. Ele traçou um limite; as enfermidades e muitas vezes a morte são a consequência dos excessos. Eis aí a punição; é o resultado da infração da lei. Assim em tudo”.<sup>30</sup>

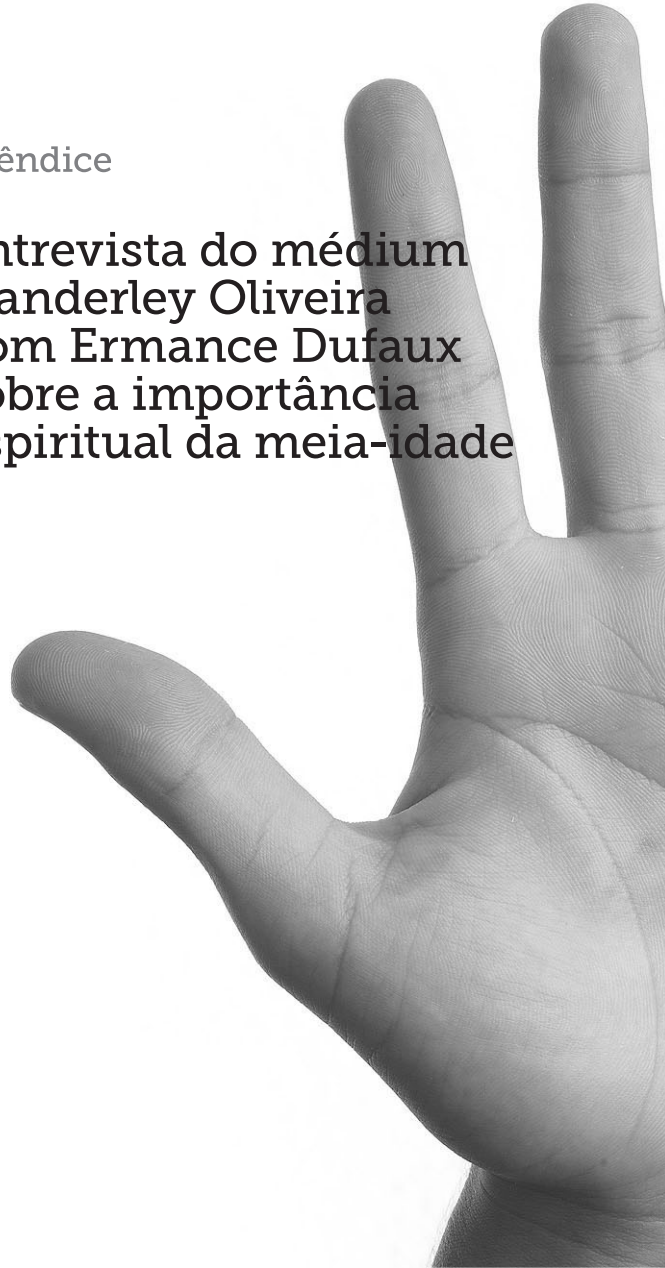


29. *O livro dos Espíritos*, questão 675.

30. *O livro dos Espíritos*, questão 964.

apêndice

**Entrevista do médium  
Wanderley Oliveira  
com Ermance Dufaux  
sobre a importância  
espiritual da meia-idade**



1. A senhora confirma a visão da psicologia sobre a fase chamada meia-idade, na qual acontecem mudanças fundamentais para a vida?

A meia-idade, assim como qualquer dos ciclos de maturação humana, é revestida de importância decisiva aos projetos de êxito durante a reencarnação.

A grande contribuição ao tema por parte da psicologia junguiana é ter estudado com seriedade quais são os acontecimentos emocionais e psicológicos que cercam tal etapa da existência, tornando claras as suas expressões educativas, nem sempre percebidas pela maioria das pessoas.

2. Nesta época há, de fato, uma maior erupção do inconsciente?

Excetuando a infância, na qual o inconsciente se encontra em condição especialíssima, sob a hipnose da vida cerebral, todos os ciclos da vida humana são marcados pela contínua erupção da vida inconsciente.

A juventude é a retomada do patrimônio milenar do Espírito, a adultidade é o período das decisões cruciais, e a terceira-idade é o preparo para conviver com a vida verdadeira em sua plenitude fora da matéria.

E a própria desencarnação é o ciclo definitivo de colheitas substanciais, quando nos vemos diante de nós próprios como somos.

3. Por que a meia-idade é crucial?

Nela se encerra a manhã da vida, convidando-nos para o entardecer das vivências. O ego já não se encontra completamente absorto pelas conquistas perecíveis da vida sensorial, permitindo, então, um ebulir dos apelos profundos da alma em favor de nosso progresso.

O mapa de Deus para nosso destino está no *Self*, todavia, a rota para alcançarmos essa meta está no inconsciente. De lá vem o curso a seguir. São os assuntos pendentes da trajetória que solicitam solução e os talentos que suplicam manifestação.

Somente após as conquistas mais elementares da existência por meio da renúncia, da responsabilidade e da persistência é que surge a maturidade básica para o trato com as questões mais profundas do ser.

O jovem e a criança não pensam nem reagem como o adulto. Cada ciclo tem seus desafios, e a meia-idade é o tempo da verdade lúcida no campo do Espírito.

Medos e culpas, desejos e aspirações, camuflados pela rotina dos dias, ressurgirão de forma abrupta diante dos acidentes da vida, ou gradativamente, obedecendo a um processo inestancável de amadurecimento da vida mental.

4. O que acontece de tão importante na vida mental nesta época da existência?

A perda da idealização e o convite para a realidade. Em outras palavras, somos devolvidos a nós mesmos.

Raríssimas criaturas são detentoras de uma vida consciente que lhe permita viver sem idealizar. A idealização é um mecanismo protetor cujo objetivo é nos levar adiante acreditando no que queremos.

Esse querer, entretanto, raramente vai ao encontro de nossas reais necessidades de crescimento. Idealizar é emprestar a um projeto de vida a nossa mais profunda crença de que ele significa o caminho certo para seguir.

A escolha pelo ideal implica fazer trocas, renunciar objetivos, matar sonhos, tentar esquecer o que não gostaria de lembrar.

A vida mental, porém, tem suas leis que regem os ciclos do ato de existir. O que não foi resolvido retornará, o oculto será revelado. É impostergável realizar o autoenfrentamento. Do contrário, aquilo que durante décadas nos manteve eretos moralmente por meio da idealização poderá se transformar em loucura e obsessão, tormenta e desequilíbrio, frustração e comodismo.

O que de mais importante acontece neste ciclo é, pois, a perda da ilusão de que podemos controlar a vida para que ela seja como gostaríamos, atitude típica de quem idealiza.

Em suma, na vida física, passa-se metade da existência voltado para as realizações que ultrapassam a esfera de nossos anseios mais subjetivos. Família, profissão, cultura e religião absorvem-nos as motivações intelectivas. Passado este estágio, somos devolvidos ao contato com nossa realidade profunda, iniciando a autêntica preparação para o regresso ao mundo da realidade, fora das fronteiras da matéria.

5. Como fazer um bom proveito desta etapa da reencarnação?

Com coragem, paciência e dignidade.

Coragem para investigar e confrontar todos os anseios, desejos, fantasias, frustrações, hábitos, vícios, condutas e tudo o que diga respeito aos mais secretos sentimentos da alma.

Paciência para fazer escolhas que não sejam apenas transferências de problemas com roupagem nova.

Dignidade para que tudo que signifique o novo na meia-idade seja fruto de tranquilidade consciencial.

Afora isso, a meia-idade pode não passar de uma fase de distrações, consumindo o restante dos dias da vida física em mais tormenta e insatisfação.

6. Seria uma fase na qual vamos ao encontro do nosso projeto reencarnatório?

É a fase na qual a grande maioria das pessoas reencarnadas vai, pela primeira vez, ao encontro daquilo que quer realmente. Passam a existência exercendo o papel de representantes dos desejos alheios, tolhidos pelo medo de escolher seu caminho divino de ascensão. Raríssimos são aqueles que escapam da alienação da vontade pessoal na casa terrena. Poucos renascem

com larga fatia de autonomia e consciência de propósitos singulares na escala do progresso espiritual.

Primeiro ouvem os pais, depois os amigos e professores, mais tarde os grupos sociais, mais adiante a própria família que gerou e na meia-idade descobre-se escasso de escolhas pessoais e com apelos veementes para realizar sonhos que foram sufocados pelo tempo.

É necessário sabermos qual é a nossa real intenção diante da vida, se nela queremos viver com equilíbrio. Não se trata de reviver antigas ilusões do querer egoístico, mas de saber com lucidez discernir o apelo profundo da alma na busca de sua estrada singular de libertação.

É, sem dúvida, o período no qual esmagadora parcela de almas se depara, no vasto terreno da intimidade subjetiva, com as motivações fundamentais que a trouxeram de regresso à matéria para a solução de velhos assuntos do Ser e o contato com seus talentos pessoais à espera de desenvolvimento nos escaninhos do *Self*.

7. E buscando seus verdadeiros interesses, a criatura ajusta-se com seu projeto antes da vinda para o corpo físico, seria isto?

Para alguns sim, mas nem sempre.

8. Por que nem sempre?

Devido às ilusões.

9. Podemos confundir nosso mapa individual de evolução com as nossas ilusões?

Exatamente com este objetivo de conduzir nossos destinos aos rumos estabelecidos por Deus é que surge a pressão psicológica da meia-idade.

10. Do contrário, sem estas motivações, que seria do restante da reencarnação?

Acontece que somente conseguiremos a conexão com o tesouro de nossa trajetória celeste colocando-nos acima dos desvios que em outros tempos nos conduziram à miragem da satisfação egoística e perniciosa.

11. Parece-me que a grande maioria de nós não está atenta para a importância desse período da vida. Falamos muito em juventude e velhice e saltamos a meia-idade. Pode comentar?

Nessa época das experiências, duas são as posturas mais comuns: a primeira é que multidões se acomodam e passam os seus dias enfurnadas no medo de perder o que conquistaram. A segunda é que muitos sentem que a vida acabou e, diante do pânico, procuram fugas enfermigas no intuito de se realizarem.

Os primeiros cometem um descuido com relação ao ato de viver, isto é, a dificuldade de desapegar de uma das mais sutis e enraizadas ilusões: a de que a vida pode permanecer do jeito que queremos.

Os segundos desistiram do ato de viver porque passaram idealizando a vida que nunca terão. Entregam-se nos braços sórdidos da rebeldia e da revolta pelos caminhos do imediatismo. Estes passam pela vida sem deixar que ela exista em seu mundo íntimo. Poucos vislumbram que é o momento de começar a viver através da sensação meritória de liberdade interior e de constante *impermanência*.

12. Como o inconsciente aflora em cada um destes dois grupos?

Nos controladores-acomodados, o primeiro grupo, surge por meio de acontecimentos externos, que em muitas ocasiões é a única forma de sacudir a vida interior. Isso, porém, não é uma regra. Estes acontecimentos são: perdas, mortes, doenças e outras variedades provacionais. Podem, também, ser acometidos por acidentes emocionais dolorosos, dependendo do que são chamados a elaborar em relação ao seu mundo mental.

Quanto aos que idealizam a vida, o maior chamado é a própria infelicidade, na qual se aprisionam. São mais suscetíveis à depressão e a vários gêneros de patologias mentais.

Em ambos os casos não existem regras e tudo será de conformidade com a posição espiritual de cada um.

13. Como fazer as melhores escolhas nessa fase da vida, diante de um mundo interior instável e abalado por provas diversas?

Fazer melhores escolhas é algo muito singular. Enquanto queremos definir melhores escolhas por meio de cardápios de conduta, quase sempre criados pela religião, estaremos fugindo da escolha consciencial pela qual devemos nos guiar.

Aprender a ouvir a consciência é a grande lição que nos espera.

Quem poderá, em sã juízo, definir algo por nós, sendo que esta é a fase da solidão para escolher e definir nossos próprios caminhos? A solidão necessária para nos conduzir à autenticidade.

O doutor Viktor Frankl abordou muito bem este tema da seguinte forma:

“Quando um homem descobre que seu destino lhe reservou um sofrimento, tem que ver neste sofrimento também uma tarefa sua, única e original. Mesmo diante do sofrimento, a pessoa precisa conquistar a consciência de que ela é única e exclusiva em todo o cosmo dentro desse destino sofrido. Ninguém pode assumir dela o destino, e ninguém pode substituir a pessoa no sofrimento. Mas na maneira como ela própria suporta este sofrimento está também a possibilidade de uma realização única e singular”.<sup>31</sup>

Nem sempre faremos as melhores escolhas, mas o certo é que na meia-idade seremos chamados a fazer as nossas escolhas pessoais, íntimas, intransferíveis. Qualificar escolhas é algo essencialmente consciencial. Algo entre Deus e a criatura.

14. Como espíritas, como nos situar diante deste tema?

O espiritismo é uma doutrina nova. Poucos são aqueles que já reencarnaram pela segunda vez como espíritas.

A realidade da vida imortal e todas as suas implicações em nossa conduta na vida terrena ainda se encontram povoadas de princípios fantasistas da religião tradicional.

A cultura espírita no mundo ainda pende muito mais para convenções que para a educação dos potenciais da alma. Ainda nos encontramos muito mais na cartilha do que não fazer, que na orientação para o que fazer e como fazer.

Esse caldo cultural serve de freio disciplinador e contenção das más tendências. Todavia, a proposta educativa de Jesus é toda centrada em valores, desenvolvimento de qualidades.

Somente buscando o caminho pessoal e intrínseco das necessidades e merecimentos poderemos encontrar na existência o nosso projeto de ser.

Os espíritas são pessoas humanas como quaisquer outras. Apenas sabem mais sobre a realidade da vida após a morte, mas mesmo assim são portadores das mesmas angústias de qualquer cidadão comum.

De fato, fica na acústica da memória o conhecido ensino do Mestre: “Muito será pedido a quem muito for dado”.<sup>32</sup> Isso, porém, não significa que devemos deixar de fazer escolhas a título de acertar mais e errar menos, pois o simples fato de não escolher já pode ser um desvio na trajetória particular de nossa evolução.

15. O espiritismo confere, por si só, um sentido à nossa existência?

O espiritismo é uma ferramenta de progresso. Seus ensinamentos despertam na alma uma atração incontrolável para a adesão a um estilo de vida distinto e mais digno, que passa a consumir esforços em torno do ideal.

O espiritismo, portanto, com sua qualidade inquestionável de conteúdos, é capaz de motivar o idealismo, passando automaticamente a ser

o sentido da vida para expressiva parcela de adeptos.

Mesmo assim, o ideal pode não passar de um mecanismo de contenção que a vida encontrou para educar ímpetos e adiar o momento decisivo do autoenfrentamento com nossa *sombra* pessoal.

Quantos companheiros motivados e com uma atuação impecável nas lides de serviço doutrinário, de hora para outra, tombam em crises sem precedentes.

É nesse momento que o ideal emprestado morre para a conquista do mundo real que nos pertence. É o momento de decisões e testemunhos de aferição.

Somente nesta ocasião saberemos se os ensinamentos que tomaram conta do cérebro estão descendo para o coração a refletir as expressões mais profundas da consciência.

16. Que traço psicológico melhor definiria a meia-idade à luz do espírito imortal?

A autenticidade. O encontro com o eu real e suas aspirações mais nobres.

17. Somente nos enfrentando conseguiremos a autenticidade?

É o primeiro passo.

18. Quais são os outros passos?

A dissipação das trevas da culpa que, sob o fecho luminoso da lucidez, conduz-nos aos braços da responsabilidade e do amor.

Para isso, somente renovando nossos modelos mentais ideais e vivendo sua realidade sem ser inimigo de si mesmo, procurando fazer-se um aliado nas experiências e escolhas.

19. Parar de nos culpar?

A culpa pode nos tornar hipócritas.

## 20. Como?

Quando não aceitamos nossas imperfeições, criamos os modelos ideais de Ser. Vivemos na órbita deste modelo, repreendendo-nos com crueldade e maus-tratos toda vez que não o atendemos.

Nessa experiência, sufocamos o que há de mais rico em nossa trajetória para Deus, ou seja, a nossa humanidade, a criatura imperfeita que somos.

O fato de sermos humanos causa pânico nas criaturas mais rígidas. A rigidez constitui uma defesa à própria humanidade da qual são também portadores.

A culpa, portanto, esconde nossas reais necessidades de crescimento espiritual, fazendo-nos ser o que não somos, para nos sentir bem com nosso modelo de Ser.

## 21. O que é a hipocrisia?

É adular uma criatura que não somos. Alimentar uma personalidade que esconde a nossa realidade mais profunda, com a qual não queremos tomar contato. A hipocrisia foi uma das doenças mais tratadas por Jesus em Sua celeste missão.

A senda para a autenticidade é permeada por etapas. Quando se prolonga demasiadamente o autoenfrentamento com nossa *sombra*, a hipocrisia passa a ser um resultado que ninguém tem como deter na marcha dos dias.

## 22. A culpa pode nos ajudar em alguma situação?

Usando-a como guia para rever valores e crenças ela pode nos ajudar. Do contrário, ela será caminho para o estado de remorso – raiz das mais variadas psicopatologias.

23. O que existe em nossa *sombra* que é tão difícil de olhar?

Desejos, carências, medos, traumas, frustrações, mágoas, tendências, memórias de culpa, sonhos sufocados, talentos relegados.

Na *sombra* está todo o conteúdo evolutivo para o qual não quisemos ou demos conta de olhar ao longo da peregrinação milenar do Espírito.

24. Como essa *sombra* nos prejudica?

De várias formas. Listemos algumas:

- ▶ fantasias dolorosas;
- ▶ sustentação de crenças nocivas;
- ▶ exaustão energética decorrente de conflitos;
- ▶ campo mental para ação espiritual exploratória;
- ▶ somatização de patologias orgânicas;
- ▶ depressões e variados quadros de doença mental;
- ▶ desprazer de viver.

Todas estas experiências, entretanto, sob a ótica da vida cósmica e suas leis, são mensagens do inconsciente manifestando que chegou o nosso instante de ser feliz, e de que não há mais como descuidar deste assunto na caminhada para a perfeição.

25. Gostaria de oferecer uma mensagem final sobre a meia-idade?

Nunca houve tanta proximidade entre a Terra visível e a invisível.

Em tempos de transição, até mesmo os acidentes naturais que varrem cidades e multidões têm implicações decisivas nas faixas do ecossistema espiritual. Guerras, ciclones, maremotos, poluição, terrorismo, miséria e *tsunamis* são fenômenos sociais que trazem mudanças nessa inter-relação de mundos físico e espiritual.

O doutor Barry já fazia esta análise nos tempos da Codificação nos livros básicos do espiritismo. Ele teve a oportunidade de dizer:

“Uma coisa que vos parecerá estranhável, mas que por isso não deixa de ser rigorosa verdade, é que o mundo dos Espíritos, mundo que vos rodeia, experimenta o contrachoque de todas as comoções que abalam o mundo dos encarnados. Digo mesmo que aquele toma parte ativa nessas comoções. Nada tem isto de surpreendente, para quem sabe que os Espíritos fazem corpo com a Humanidade; que eles saem dela e a ela têm de voltar, sendo, pois, natural que se interessem pelos movimentos que se operam entre os homens. Ficai, portanto, certos de que, quando uma revolução social se produz na Terra, abala igualmente o mundo invisível, onde todas as paixões, boas e más, se exacerbam, como entre vós. Indizível efervescência entra a reinar na coletividade dos Espíritos que ainda pertencem ao vosso mundo e que aguardam o momento de a ele volver”.<sup>33</sup>

Em tempo algum houve tão expressiva densidade populacional nas faixas invisíveis da humanidade terrena.

A resistência prolongada no mal durante milênios criou nas esferas inferiores da subcrosta as mais desconfortáveis condições de *habitat* no império da maldade. Em razão dessa asfixia nos porões da vida nas profundezas vibratórias do planeta, o inferno literalmente subiu para o solo terreno. Dilatou como nunca o volume das reencarnações e, cada dia mais, dilata-se o número daqueles que, largando o corpo físico, vivem como se nele ainda permanecessem. Essa realidade ainda resultou em outra causa de aumento da densidade populacional da psicofera terrena. Os Tutores e Condutores dos continentes destacaram todos aqueles em condição de zelar pelo bem na humanidade para missões consagradas perante as instituições de socorro e amparo que velam pelos destinos do bem em nossa casa planetária.

Com uma gama de aproximadamente trinta bilhões de almas envolvidas com as atividades e compromissos do planeta Terra, temos hoje pouco mais de seis bilhões de criaturas envergando o corpo físico, isto é, um quinto do montante geral do censo populacional terreno. Desse conjunto de vinte e

quatro bilhões de Espíritos fora da matéria, pelo menos a metade, segundo pesquisas realizadas nos últimos vinte anos em nosso plano de ação, carecem do retorno à escola das provas na vida corporal.

Consideremos, portanto, essa parcela de almas que regressou ao corpo como sendo os representantes de quantos se encontram guindados à condição de necessidades especiais na composição fora dele. Estar no corpo carnal, mesmo com os severos limites impostos pela expiação, significa uma bênção de proporções incalculáveis diante deste quadro.

É um instante definitivo para nossa sociedade.

Se leis físicas, químicas e biológicas submetem-se a este princípio interdimensional, que se dirá das leis que regem o mundo íntimo dos seres humanos?

Fora da vida tangível prolonga-se a extensão de cada mente submetida aos cinco sentidos. O reflexo de nós mesmos se faz ao redor de nossos passos em quaisquer expressões quânticas na ordem universal. Agimos e reagimos sob o imperativo de vínculos entre sociedades, física e espiritual.

Essa interação, que nunca teve antecedentes tão expressivos quanto agora, faz-nos refletir na força determinante da psicofera do orbe sobre a vida mental das criaturas encarnadas.

Qual o estado emocional predominante na população terrena? Que fatores íntimos e externos são decisivos no teor de nossos sentimentos? Qual o traço moral dominante nas relações humanas? Que doenças podem surgir a partir da simbiose psíquica entre almas em diferentes planos de vida? Qual o conceito de obsessão diante do quadro socioespiritual dos habitantes da nossa casa terrena? Como encontrar prazer de viver diante de expressões de miséria e dor que contrastam com a marcha inestancável do progresso?

Não teremos regeneração da humanidade sem descobrir as respostas essenciais na conquista de nossa real condição evolutiva. O prazer de viver está nessa arte sagrada de aprender a talhar nossa identidade espiritual

perante os estatutos cósmicos gravados no átrio da consciência. Somente com respostas lúcidas e individuais lograremos explorar o mundo desconhecido de nossas riquezas interiores.



31. *Em busca de sentido*, p. 76, “Perguntar pelo sentido da vida”, Vozes.

32. Lucas, 12:48.

33. *A gênese*, capítulo XVIII, item 9.

# Gráficos

REMORSO

EGOÍSMO / ILUSÃO



DESILUSÃO NA ERRATICIDADE



QUEDA  
sensação de fracasso



REMORSO  
fixação crônica no sentimento de culpa



REENCARNAÇÃO

DOR - RESGATE

DESAJUSTE COM AS PROVAS PESSOAIS



DESAPONTAMENTO + FRUSTRAÇÃO = REBELDIA

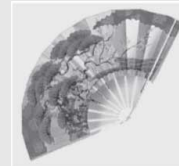
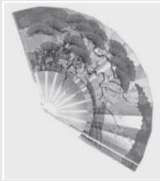


INSATISFAÇÃO CRÔNICA COM A VIDA

DOR - RESGATE

NOVO S-CICLO DE DOR

INSATISFAÇÃO CRÔNICA COM A VIDA  
leque emocional do remorso



MEDO

CULPA

TRISTEZA

PERFECCIONISMO

PUNIÇÃO

BAIXA AUTO-ESTIMA

ANGÚSTIA

ARROGÂNCIA

DESCRENÇA

ADOCIMENTO MENTAL

depressão / tédio / ausência de sentido para viver /  
retomada da programação mental  
de queda e remorso

ARREPENDIMENTO

EGOÍSMO / ILUSÃO



DESILUSÃO NA ERRATICIDADE



QUEDA

sensação de fracasso



ARREPENDIMENTO

consciência de culpa que impulsiona a reparação



REENCARNAÇÃO

EXPIAÇÃO

REAJUSTE / DESEJO DE MELHORA



TRISTEZA



ESTADO CRÔNICO DE PRESSÃO PSICOLÓGICA



# Colofão

título

Prazer de viver conquista de quem cultiva a fé e a esperança

autoria

Espírito Ermance Dufaux  
psicografado por  
Wanderley Oliveira

edição

1ª

editora

Dufaux (Belo Horizonte MG)

ISBN

978-85-63365-47-7

coordenação, preparação de originais e notas

Maria José da Costa

capa

Wanderley Oliveira

revisão

Mary Ferrarini

projeto gráfico & diagramação

Ary Dourado

anúncios/cadastro

**Wanderley Oliveira**

composição

**Adobe InDesign CS5**

**(plataforma Windows 7)**

tipografia

**Texto principal em Calluna**

**Títulos em Museo Slab 500**

**Notas de rodapé em Calluna**

**Epígrafes em Museo Slab**

produção

**Maio/2011**

Revisão do e-book

**Nilma Helena**

Produção do e-Pub

**[Schäffer Editorial](#)**