



IDEM

INFORMATIVO DR. EDUARDO MONTEIRO



O espiritismo não é ponto de chegada. O espiritismo mostra um caminho para evolução do espírito. Um caminho racional e desafiador. Outras possibilidades existem e o estudo comparado e crítico dessas alternativas, tal como preconizado por Kardec, só engrandecem o espiritismo.

*Herculano Pires
(Agonia das Religiões)*

Edição 354

DEZEMBRO/2025 | JANEIRO/2026

ÍNDICE

03 Reflexão de Novo Ciclo

04 O Que Disse Kardec
A EXCELÊNCIA METODOLÓGICA
DO ESPIRITISMO

05 Filosofia e Espiritismo
A AUTORIDADE DA FILOSOFIA ESPÍRITA

07 Psicologia Espírita por
Joanna de Ángelis
Silêncio Interior

08 O Livro dos Espíritos Sob a Ótica
Filosófica de Miramez
Mundos Transitórios

10 Instruindo-se com a Revista Espírita
Os Talismãs -
Medalhas Cabalísticas

13 Desvendando O Evangelho
Segundo o Espiritismo
Os Falsos Profetas da Erraticidade

15 Ciência e Espiritismo
Pinel - A União do Corpo e da Alma

20 Aprofundando o Conhecimento
das Leis Divinas
Lei de Justiça, Amor e Caridade

25 Obras Básicas em Foco
O Livro dos Médiuns
Charlatanismo e Prestidigitação

27 Herculano Pires - Apóstolo de Kardec
O Espírita e o Mundo Atual

30 Para Reflexão
Os (Muitos) Determinismo Espíritas

35 Fala, Irmão José
Narciso

36 Espaço Chico Xavier
Conselhos de Chico a um
Médium Amigo

39 Sugestão de Leitura
O Que é o Espiritismo Hoje
(Elias Moraes)

39 Conexão Conhecimento
Como Lidar com Pensamentos Ruins
e Os Filósofos

40 Por Que Allan Kardec?

42 Jesus Crucificado, O Farasaísmo
no Movimento Espírita

46 Um Rumo no Movimento Espírita

48 O Elixir da Juventude

Fora da Caixa

50 Curiosidades Incríveis de
Grandes Obras de Arte

55 Palavras em Verso, Prosa e Poesia
Dora Incontri - Deus do Tempo

56 Saúde Mental:
Melancolia, Depressão e
Festas de Final de Ano

59 08 Expressões Racistas que
Precisam Sair do Seu Vocabulário

O encerramento de um ano costuma vir carregado de lembranças, lições e expectativas. Para nós, espíritas, esse momento é oportunidade para examinar a consciência, agradecer pelo aprendizado e renovar o compromisso com nosso progresso moral.



Reflitamos sobre o ano que passou. O que ficou? O que foi difícil? O que cresceu? Quais atitudes foram de amor e quais exigem reparação?

Aproveitemos essa passagem no calendário para nos lembrar do valor do recomeço. Que carreguemos conosco o que nos fortalece e deixemos ir o que já não serve. Que a esperança e a fé não sejam apenas desejo, mas pequena disciplina diária. Que cuidemos uns dos outros com mais atenção e que, no fim deste novo ano, possamos olhar para trás e reconhecer: plantamos com coragem e colhemos com ternura.

Tenhamos gratidão pelos aprendizados: cada prova e cada alegria contribuíram para o aperfeiçoamento do espírito; Reconheçamos nossas limitações: Aceitemos nossas falhas, que é o primeiro passo para transformá-las em esforço evolutivo.

No abrir deste novo ciclo, que a humildade nos faça fortes e a coragem nos faça gentis. Que a Doutrina de Allan Kardec seja luz; que o Evangelho de Jesus, bússola; que o amor, prática constante.

Que 2026 nos encontre em paz com a consciência, dispostos ao autoconhecimento e prontos para servir com amor. Que a esperança seja atuante e a caridade, constante. Que nossa fé seja inabalável, mas não esqueçamos que para termos essa fé inabalável é preciso que a alicercemos em conhecimentos suficientes para abalar as exigências de nosso pensar.

Enfim, que o novo ano traga dias em que a coragem supere o medo, a presença suplante a pressa e os pequenos passos se transformem em grandes rumos e que haja espaço para recomeçar com mais carinho por si mesmo.

Façamos um feliz ano novo!



O Que Disse Kardec

A EXCELÊNCIA METODOLÓGICA DO ESPIRITISMO

O Espiritismo não pode considerar crítico sério senão aquele que tudo tenha visto, estudado e aprofundado com a paciência e a perseverança de um observador consciencioso; que do assunto saiba tanto quanto o adepto mais esclarecido; que haja, por conseguinte, haurido seus conhecimentos algures, que não nos romances da ciência; aquele a quem não se possa opor fato algum que lhe seja desconhecido, nenhum argumento de que já não tenha cogitado e cuja refutação faça, não por mera negação, mas por meio de outros argumentos mais peremptórios; aquele, finalmente, que possa indicar, para os fatos averiguados, causa mais lógica do que a que lhe aponta o Espiritismo. Tal crítico ainda está por aparecer.

Allan Kardec, O Livro dos Médiuns, § 14, n. 8. 1

Fonte: O Livro dos Médiuns

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



O Estudo do Evangelho no Lar é uma reunião em família, num determinado dia e horário da semana, para uma leitura e troca de ideias sobre os ensinamentos cristãos, em proveito do nosso próprio esclarecimento e do equilíbrio no lar. Momento que nos permite elevar nossos pensamentos e sentimentos, favorecendo assim a assistência dos Mensageiros do Bem e harmonizando o ambiente de nosso lar.

Músicas para Evangelho no Lar:

https://www.youtube.com/playlist?list=PLzuBibNwvcF6UmbKaPwyJ9BCGFvi3C_a

Faça o download do roteiro para Evangelho no Lar aqui:

https://www.geedem.org.br/_files/ugd/e8d4a7_dfb6f62430e41748ac-08d405f128738.pdf



Filosofia e Espiritismo

A filosofia, um dos três vértices basilares do Espiritismo, nos propicia expandir e quebrar paradigmas, além da reflexão diária necessária para ressignificarmos a vivência na Terra. Quando se diz que o Espiritismo é uma filosofia, não se pode confundi-lo com um sistema filosófico, do tipo do sistema de Kant, ou de Hegel. A

Filosofia espírita nos comporta a ideia de que temos que nos conhecer, nos melhorar e de forma humanitária e coerente melhoraremos o mundo. Através dessa filosofia a educação do homem como um todo se torna mais evidente e mais dinâmica, misturando-se ao empirismo social e às novidades de características morais. O homem torna-se controlador de si mesmo a medida que se eleva e se conhece. Somente através disso é que a evolução se dá. Devemos tratar a filosofia espírita com o máximo de respeito pois foi através dessas inúmeras reflexões que Kardec pôde trazer um conteúdo tão rico de renovações e esperanças a todos nós!

A AUTORIDADE DA FILOSOFIA ESPÍRITA

O espiritismo, antes de tudo, em *O Livro dos Espíritos*, se nos apresenta, em formulação explícita, com a seguinte denominação contida no seu subtítulo: "*Filosofia Espiritualista*".

Kardec soube, na sua época, com aguda perspicácia, antever conteúdos de potencial relevância diante daquele novo espetáculo das mesas girantes, até ali pautado pela frivolidade e irreflexão de um público, no geral, um tanto distraído e superficial. Em tal ambiente, no entanto, explicaria o codificador, em um axioma, que de um efeito inteligente depreende-se uma causa correspondente, fundamento que tenderia a oferecer sentido e legitimidade a uma gama considerável de princípios, a partir dos quais, com lógica exemplar, iria se compor a Doutrina dos Espíritos, orientada "*segundo os ensinados dados por espíritos superiores com o concurso de diversos médiuns*"¹.

Coube a Kardec o relevante papel de coordenar e concatenar todo esse diversificado e rico conteúdo, no sentido de lhe atestar o horizonte, sempre filtrado pelo crivo de agudas e sábias formulações, em nada hesitantes, inclusive, por pôr à prova suas potenciais lacunas e contradições. Imerso em tal prisma, diante de ideias inaugurais, à maneira dos filósofos, se viu na necessidade de cunhar palavras novas para designar um campo novo constitutivamente claro e distinto, a salvo de ambiguidades e potenciais distorções. Com isso, garantiam-se vias para um horizonte inequivocamente filosófico, na base de um pensamento lúcido e radical, exigindo-se, desde o início, a segura postura validada a partir de perquirições desde a raiz, legitimando o aprofundamento das mais fundamentais questões do ser humano, perscrutadas desde há muito pela tradição filosófica.

A formulação de tais pensamentos em momento tão singular descortinava-nos uma fonte inesgotável de apreciações, em reflexões infinitas, notabilizando uma filosofia dinâmica e vivaz, que, insinuante, se pautava por uma exigência notavelmente racional e aberta. Sempre em transparente interlocução com os novos e aprofundados alcances do entendimento, prescrevia uma via de segurança, em pertinente atrevimento, capaz, inclusive, de flertar com o limite de se negar 99 verdades sem se sujeitar a qualquer ilusão ou mentira.

Kardec soube extrair do aparente e despretensioso fenômeno, outrora frívolo, aprofundamentos de substancial alcance. Inaugurou assim vias de reflexão junto a um horizonte ainda não devidamente preenchido, de há muito assinalado por tamanha expectativa, desdobrável ao infinito.

Vale, no entanto, considerar que, por si só, o seu repositório de sabedoria, desde a origem, evidenciouse autônomo e autossustentável, estruturando-se por uma articulação que, sem dispensar contribuições que lhe sejam enriquecedoras e bem-vindas, alcança a posição de não depender de apreciações exteriores e normativas que lhe pudessem conferir sustentação ou mesmo até legitimar seus conteúdos.

Por isso, “sábios” e academias, não obstante dignos da máxima consideração e apreço, no que tange a princípios novos, desdobrados pelo espiritismo, tendem a emitir opiniões fragilizadas e, por vezes, inconsistentes, quando eivadas de precipitação e preconceitos, em propensão quase irresistível e natural de se medir o que quer que seja consoante suas respectivas régua e regras, segundo a especialidade adotada pelo seu viés intelectual. Sabe-se, aliás, desde Kardec, que, para um pensar livre e sem amarras, a apreciação do espiritismo antes requisita a atenção de intelectuais “sérios, perseverantes, livres de prevenções”², e que a ele se dediquem com assiduidade e recolhimento, requisitos indispensáveis para então se poder considerar versado em assunto tão importante e exigente.

Não nos enganemos, verdade ou falsidade de qualquer coisa não deve (nem pode) depender da vontade exclusiva dos seus interlocutores, simpatizantes ou não.

Carlos Alberto Simões é expositor no NEF - Núcleo Espírita de Filosofia. Tem formação em Letras e Filosofia pela Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas da Universidade de São Paulo (USP).

Bibliografia:

1 Frontispício de O Livro dos Espíritos, FEB, 2004.

2 Ibidem, item VIII, p. 42.

Fonte nef.net.br

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.

Na Terra é através do pensamento, escrito ou oral, que se comunica a fé e que instruem os homens. No espaço, porém dizem-nos nossos guias, a música é a expressão sublime do pensamento divino.

Léon Denis



Psicologia Espírita por Joanna de Ângelis



Silêncio Interior

“Aquele que não faz silêncio interior, que não consegue fazer o auto-encontro, que não possui serenidade para admirar uma paisagem, não sabe orar e, por conseguinte, não encontra DEUS. Jesus estabeleceu: o Reino de DEUS está dentro de vós (Lucas, 17: 21).”

Daí a necessidade urgente do indivíduo se concentrar, manter o foco, meditar e refletir. Contudo, enquanto se mantiver preso como um viciado à tecnologia necessitando fugir de si mesmo a cada segundo, sem conseguir sequer manter uma conversa pessoal sem recorrer a aparelhos eletrônicos a cada passo, não passará de simples esboço do Homem Integral a caminho da felicidade.”

Fonte Ilumina-te - Psicografia Divaldo P. Franco

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.

Coloque nomes para Vibração:

<https://www.geedem.org.br/vibracao>



Reveja nossas lives:

https://www.youtube.com/playlist?list=PLzuBi_bNwvcEQ-nQ-m7ApH0FP3roHufbhG

Receba um Passe Virtual:

<https://www.youtube.com/watch?v=HS5079meNRQ>





O Livro dos Espíritos Sob a Ótica Filosófica de Miramez

“O Livro dos Espíritos é um sinal das leis universais. Quem nele estuda, meditando em seus ensinamentos, e com a ajuda de outros livros que lhe dão sequência, passa a compreender

que os sinais são frases e que as frases são forças indicativas para a libertação da alma.

A coleção Filosofia Espírita é um pequeno curso para despertar no estudante valores morais e espirituais. Ele pode abrir caminhos para que a caridade se solidifique nos corações dos leitores, ampliando o saber em seqüência admiráveis.” – Miramez.

O LIVRO DOS ESPÍRITOS > PARTE SEGUNDA —

DO MUNDO ESPÍRITA OU MUNDO DOS ESPÍRITOS > CAPÍTULO VI — DA VIDA ESPÍRITA > MUNDOS TRANSITÓRIOS - QUESTÃO 236

236. Pela sua natureza especial, os mundos transitórios se conservam perpetuamente destinados aos Espíritos errantes?

“Não, a condição deles é meramente temporária.”

a) – Esses mundos são ao mesmo tempo habitados por seres corpóreos?

“Não; estéril é neles a superfície. Os que os habitam de nada precisam.”

b) – É permanente essa esterilidade e decorre da natureza especial que apresentam?

“Não; são estéreis transitoriamente.”

c) – Os mundos dessa categoria carecem então de belezas naturais?

“A natureza reflete as belezas da imensidade, que não são menos admiráveis do que aquilo a que dais o nome de belezas naturais.”

d) – Sendo transitório o estado de semelhantes mundos, a Terra pertencerá algum dia ao números deles?

“Já pertenceu.”

Nada é inútil na natureza; tudo tem um fim, uma destinação. Em lugar algum há o vazio; tudo é habitado, há vida em toda parte.

Assim, durante a dilatada sucessão dos séculos que passaram antes do aparecimento do homem na Terra, durante os lentos períodos de transição que as camadas geológicas atestam, antes mesmo da formação dos primeiros seres orgânicos, naquela massa informe, naquele árido caos, onde os elementos se achavam em confusão, não havia ausência de vida. Seres isentos das nossas necessidades, das nossas sensações físicas, lá encontravam refúgio. Quis Deus que, mesmo assim, ainda imperfeita, a Terra servisse para alguma coisa. Quem ousaria afirmar que, entre os milhares de mundos que giram na imensidade, um só, um dos menores, perdido no seio da multidão deles, goza do privilégio exclusivo de ser povoado? Qual então a utilidade dos demais? Tê-los-ia Deus feito unicamente para nos recrearem a vista? Suposição absurda, incompatível com a sabedoria que esplende em todas as suas obras, e inadmissível desde que ponderemos na existência de todos os que não podemos perceber. Ninguém contestará que, nesta ideia da existência de mundos ainda impróprios para a vida material e, não obstante, já povoados de seres vivos apropriados a tal meio, há qualquer coisa de grande e sublime, em que talvez se encontre a solução de mais de um problema.

Comentário de Miramez

Cap. 32 - Progresso no Mundo Transitório

Deus, na sua grandiosidade e sendo a Inteligência Suprema do universo, não iria criar os- mundos somente para Sua satisfação e dos Espíritos; todos eles têm sua missão em variados esquemas que o progresso aciona.

Os mundos transitórios, que recebem Espíritos de todas as naturezas, evoluem com as almas que nele habitam temporariamente. Nada estaciona; há leis para governar tudo que existe na criação.

Os Espíritos errantes habitam mundos nos quais, por vezes, permanecem em Espírito, visto que essas casas do universo ainda não se encontram com capacidade para lhes fornecer corpos materiais. Somente com a marca do tempo e as bênçãos do Criador eles vão se preparando gradativamente para tal empreendimento. É, pois, a Geena tanto falada nos livros sagrados, capaz de educar as almas, ou dar algum toque de transformação aos Espíritos endurecidos. São escolas divinas, na dignidade do amor.

No entanto, nada no universo tem somente uma utilidade; existem mundos habitados por uma gama de Espíritos inferiores, onde eles tomam corpos materiais para se educarem com mais eficiência. Como exemplo, mostramos a Terra: aí estão inúmeros desses Espíritos aos quais se pode reconhecer pelos seus atos e pelas suas paixões desenfreadas, principalmente nestes fins de tempos apocalípticos.

Basta um pouco de razão, para que se possa cientificar dessas verdades anunciadas. Vários planetas, que descrevem a órbita solar, são mundos que não têm condições de fornecer corpos materiais para os Espíritos, porém se prestam como presídios onde a justiça cobra de todos as reações aos seus feitos em outras casas planetárias.

As condições de todos os mundos são temporárias, como as condições íntimas de todos os Espíritos, porque constantemente estamos mudando de costumes, exigidos pelo progresso. Somente Deus tem uma estabilidade. Ele foi, é e será sempre o mesmo, naquilo que D'ele conhecemos.

Não existe acídia em nenhum dos mundos, nem nas coisas criadas; tudo se encontra em pleno cinetismo, porque a vida é movimento constante.

Os mundos, tanto na sua formação como na sua decadência, servem como hospedaria para os Espíritos retardatários, como oportunidade de educação e corrigenda.

Nada que existe se encontra na inutilidade, por ser Deus a inteligência das inteligências e ser onisciente das Suas criações. O Cristo de Deus, Governador da Terra, que assistiu a sua formação, está sempre presente e consciente das suas transformações, observando passo a passo o que pode mudar, porque, o que não deve ser, imediatamente será transformado. Não se deve, portanto, temer a destruição total do planeta, pois isso somente acontece na idéia dos homens que vivem no clima de um pária subjugados pelo desânimo e ainda se esforçando para tirar da mente a vida que continuam a viver.

Jesus se encontra na direção do nosso planeta, e Ele sabe o que fazer com os cientistas na direção do nosso planeta, de certos recursos da natureza para alarmarem as consciências que trabalham para a paz dos povos. E o Evangelho é o antídoto de todas essas forças negativas, bem como portador dos meios de fazer da Terra o paraíso onde todos devem alcançar a felicidade, até mesmo os que nela não crêem. Os mundos habitados são escolas de Deus, para a libertação das almas.

Fonte O Livro dos Espíritos e Filosofia Espírita Volume V

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



**Instruindo-se com
a Revista Espírita**

**1858» SETEMBRO
Os TALISMÃS - MEDALHA CABALISTICA**

O Sr. M. tinha comprado num antiquário uma medalha que se lhe afigurou de notável originalidade. Era do tamanho de um escudo de seis libras. Tinha o aspecto da prata, posto que um pouco oxidada. Sobre as duas faces há uma porção de sinais, gravados em baixo relevo, entre os quais se notam os planetas, círculos entrelaçados, um triângulo, palavras ininteligíveis e iniciais em caracteres vulgares; depois outras em caracteres bizarros, tendo algo de árabe, tudo disposto de modo cabalístico, à maneira dos livros de magia.

Tendo interrogado a Srta. J..., médium sonâmbula, a respeito dessa medalha, foi dito ao Sr. M... que ela era composta de sete metais; que havia pertencido a Cazzotte e que possuía o poder especial de atrair os Espíritos e facilitar as evocações.

O Sr. Caudemberg, autor de uma série de comunicações que diz ter recebido, como médium, da Virgem Maria, lhe disse que era uma coisa maléfica, própria para atrair os demônios. A senhorita de Guldenstube, médium, irmã do Barão de Guldenstube, autor de uma obra sobre pneumatografia, ou escrita direta, lhe disse que a medalha tinha uma virtude magnética e poderia provocar o sonambulismo.

Pouco satisfeito com estas respostas contraditórias, o Sr. M... apresentou-nos essa medalha, pedindo nossa opinião pessoal a respeito, ao mesmo tempo que desejava interrogássemos um Espírito superior sobre o valor real do ponto de vista da influência que a mesma pudesse ter.

Eis a nossa resposta:

Os Espíritos são atraídos ou repelidos pelo pensamento e não por objetos materiais, que nenhum poder exercem sobre eles. Em todos os tempos, os Espíritos superiores condenaram o emprego de signos e de formas cabalísticas, e todo Espírito que lhes atribui uma virtude qualquer ou que pretende dar talismãs que denotam magia, por aí revela a própria inferioridade, quer quando age de boa-fé e por ignorância, levado por antigos preconceitos terrenos, de que ainda se acha imbuído, quer quando conscientemente se diverte com a credulidade, como Espírito zombeteiro.

Os sinais cabalísticos, quando não são mera fantasia, são símbolos que lembram crenças supersticiosas na virtude de certas coisas, como os números, os planetas e sua correspondência com os metais, crenças nascidas no tempo da ignorância e que repousam sobre erros manifestos, aos quais a Ciência fez justiça, mostrando o que há sobre os pretensos sete planetas, os sete metais, etc. A forma mística e ininteligível de tais emblemas tem o objetivo de impô-los ao vulgo, sempre inclinado a considerar maravilhoso aquilo que não compreende. Quem quer que tenha estudado a natureza dos Espíritos, não poderá racionalmente admitir sobre eles a influência de formas convencionais, nem de substâncias misturadas em certas proporções. Seria renovar as práticas do caldeirão das feiticeiras, dos gatos pretos, das galinhas pretas e de outras secretas maquinações. Já o mesmo não se dá com um objeto magnetizado, pois, como se sabe, têm o poder de provocar o sonambulismo ou certos fenômenos nervosos sobre a economia orgânica. Mas, então, a virtude de tal objeto reside unicamente no fluido de que se acha momentaneamente impregnado e que assim se transmite, por via indireta, e não na forma, na cor, nem, principalmente, nos sinais de que possa estar sobrecarregado.

Um Espírito pode dizer: *“Trace tal sinal e por ele saberei que você me chama, e eu virei.”*

Mas neste caso o sinal traçado é a expressão do pensamento; é uma evocação traduzida de modo material. Ora, seja qual for sua natureza dos Espíritos, eles não necessitam de semelhantes meios de comunicação. Os Espíritos superiores jamais os empregam. Os Espíritos inferiores podem fazê-lo visando seduzir as pessoas crédulas que querem sob sua dependência.

Regra geral: Para os Espíritos superiores a forma nada é. O pensamento é tudo. Todo Espírito que liga mais importância à forma que ao fundo, é inferior, e não merece nenhuma confiança, mesmo quando, vez por outra, diga algumas coisas boas, porque as boas coisas são por vezes um meio de sedução.

Tal era, de maneira geral, o nosso pensamento a respeito dos talismãs, como meio de entrar em relação com os Espíritos. Desnecessário dizer que ele também se aplica a outros meios empregados supersticiosamente, como preservativos de doenças e acidentes.

Não obstante, para edificação do dono da medalha e para melhor aprofundar a questão, na sessão de 17 de junho de 1858, na Sociedade, pedimos ao Espírito de São Luís, que tem a bondade de se comunicar conosco sempre que se trata de nossa instrução, que nos desse sua opinião a respeito. Interrogado sobre o valor dessa medalha, eis a sua resposta:

“Fazeis bem não admitindo que os objetos materiais possam ter qualquer virtude sobre as manifestações, tanto para provocá-las quanto para impedi-las. Muito frequentemente temos dito que as manifestações são espontâneas e que, além disso, jamais nos recusamos a responder ao vosso apelo.

Por que pensais que sejamos obrigados a obedecer a uma coisa fabricada pelas criaturas?

P. - Com que objetivo foi fabricada essa medalha?

R. - *Foi feita com o objetivo de chamar a atenção das pessoas que poderiam crer nisso; mas só por magnetizadores é que ela poderá ter sido feita com a intenção de magnetizar e adormecer um sensitivo. Os signos são mera fantasia.*

P. - Dizem que ela pertenceu a Cazotte. Poderíamos evocá-lo para nos dar algumas informações a respeito?

R. - *É desnecessário. Ocupai-vos antes de coisas mais sérias.”*

Fonte: Revista Espírita Stembro/1858

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



Desvendando o Evangelho Segundo o Espiritismo

Lançada em 15 de abril de 1864, esta terceira obra básica da codificação espírita aborda os chamados evangelhos canônicos sob a ótica do espiritismo. Não se trata de uma "bíblia espírita" ou mesmo de reinterpretação doutrinária deste livro. Sua introdução define seu objetivo: abordar exclusivamente o ensinamento moral do evangelho, pois esse código divino “é, acima de tudo, o caminho infalível da felicidade esperada”.

Baseado em instruções dos espíritos superiores, Allan Kardec se empenha em extrair dos evangelhos princípios universais de ordem ético moral e demonstrar sua consonância com aqueles defendidos pelo espiritismo.

CAPÍTULO XXI: FALSOS CRISTOS E FALSOS PROFETAS

INSTRUÇÕES DOS ESPÍRITOS, ITEM 10

OS FALSOS PROFETAS DA ERRATICIDADE

Erraticidade é o nome dado por Kardec ao plano espiritual, onde vivem os Espíritos em processo evolutivo, nos intervalos entre as reencarnações. Erasto vem, nesta mensagem, completar seu estudo anterior.

Afirma que os falsos profetas não estão apenas entre os encarnados. Vivem, e são muito mais numerosos na erraticidade, onde se organizam em grupos, para impedir a melhoria da humanidade.

São Espíritos contrários ao progresso espiritual, acomodados na sua imperfeição, no orgulho, no prazer do mal, que têm medo de perder seu poder de domínio sobre os mais fracos, se o bem se desenvolver nas mentes e nos corações dos demais.

São eles que, auxiliados pelo orgulho, pelo egoísmo e a vaidade dos homens, semeiam a discórdia entre os grupos bem intencionados, mas ainda frágeis na manutenção dos seus propósitos nobres, quando, se estivessem alertas, no conhecimento doutrinário e na prática do bem, perceberiam a ação desses perturbadores desencarnados, que contrariam, no que pregam, os ensinamentos do Mestre Jesus e do espiritismo.

Assim, disfarçam-se, fingindo amor e bondade, usando nomes respeitados na Terra, para melhor divulgar suas teorias, “através dos médiuns, que os servem”.

Erasto discorre sobre os meios de reconhecer a atuação desses falsos profetas.

Considerando que todos os Espíritos superiores, que eles admitem ser, além de bons, são “também eminentemente racionais”, deve-se passar tudo que todos os Espíritos dizem, pelo crivo da razão e do bom senso, como fez Alan Kardec, tanto as idéias que contradizem o bem, quanto as que contradizem os conhecimentos científicos. Em assim fazendo, os encarnados não se deixarão iludir.

Ele cita também, como meio de avaliar dois princípios que se contradizem, qual deles é o mais aceito, ganha mais adeptos, porque Deus quer que a verdade surja para todos, apareça em diferentes lugares, para que *“por toda a parte, a luz se apresente ao lado das trevas”*, característica de mundos inferiores.

Kardec colocou esse caráter da universalidade dos ensinamentos como base para a aceitação de um fato ou uma ideia na doutrina espírita, como se lê na Introdução deste livro, item II. A revelação dos princípios doutrinários veio através de muitos médiuns, de muitos lugares diferentes e de muitos Espíritos também diferentes.

Há Espíritos que se manifestam como conselheiros exclusivos, o que isola o grupo dos demais. Ora, aprende-se uns com os outros, o isolamento estimula o orgulho de superioridade, produz acomodação no progresso alcançado, e leva a submissão a um Espírito ávido por poder, por dominar.

Erasto afirma que, não existindo médium perfeito, qualquer um pode ser obediado, se não estiver sempre vigilante e ligado aos Espíritos superiores, através do esforço de desenvolver sentimentos bons, pensamentos elevados e ações no bem.

E, continua, *“há obsessão evidente quando um médium só recebe comunicações de um determinado Espírito, por mais elevado que este pretenda ser”*.

Jesus sabia o que dizia quando proferiu: *“Vigiai e orai para não cairdes em tentação.”* (Mateus, 26: 41)

Vigilância pede conhecimento e raciocínio. Oração pede fé em Deus, nas Suas leis.

Assim, ao submeter tudo que os Espíritos expressam, independente dos nomes pelos quais se apresentam, ao cadinho da razão, pode-se rejeitar o absurdo e o erro, considerando sempre, numa posição de humildade, que *“um médium pode ser fascinado e um grupo enganado”*, mas, com diálogos com outros grupos, baseados nos conhecimentos espíritas, na sincera intenção de acertar, os médiuns e o grupo serão auxiliados a distinguir o joio do trigo, sem melindres, na fraternidade e na humildade, que devem imperar em todo trabalho espírita.

“Desconfiai das comunicações que se caracterizam pelo misticismo e pela extravagância, ou que prescrevem cerimônias e práticas estranhas.”

“Desconfiai, portanto, dos falsos profetas, sobretudo numa época de renovação, porque muitos impostores se apresentarão como enviado de Deus.”

(Ver em O Livro dos Médiuns, o cap. XXIII: Da obsessão)

Leda de Almeida Rezende Ebner – Maio/2017

Fonte: cebatuira.org.br

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



Ciência e Espiritismo

“O Espiritismo e a Ciência se complementam reciprocamente; a Ciência, sem o Espiritismo, se acha na impossibilidade de explicar certos fenômenos só pelas leis da matéria; ao Espiritismo, sem a Ciência, faltariam apoio e comprovação.”

PINEAL - A UNIÃO DO CORPO E DA ALMA

DR. SÉRGIO FELIPE DE OLIVEIRA

A glândula pineal surge como o centro de nosso relacionamento com outras dimensões, e tem sido assim nas mais variadas correntes religiosas e místicas, há milhares de anos. O especialista no assunto, Dr. Sérgio Felipe de Oliveira, psiquiatra e mestre em Ciências pela Universidade de São Paulo, Diretor-clínico do Instituto Pineal Mind, e diretor-presidente da AMESP (Associação Médico-Espírita de São Paulo), Sérgio Felipe de Oliveira é um dos maiores pesquisadores na área de Psicobiofísica da USP, e vem ganhando destaque em meios de comunicação com suas pesquisas sobre o papel da glândula pineal em características como a mediunidade. O mistério não é recente. Há mais de dois mil anos, a glândula pineal, ou epífise, é tida como a sede da alma. Para os praticantes da ioga, a pineal é o ajna chakra, ou o “terceiro olho”, que leva ao autoconhecimento. O filósofo e matemático francês René Descartes, na Carta a Mersenne, de 1640, afirma que *“existia no cérebro uma glândula que seria o local onde a alma se fixaria mais intensamente”*.

Atualmente, as pesquisas científicas parecem ter se direcionado especificamente para o estudo mais atento desta glândula. Estaria a humanidade próxima da comprovação científica da integração entre o corpo e o que se chamaria de alma? Haveria um órgão responsável pela interação entre o homem e o mundo espiritual? Seria a mediunidade, de fato, um atributo biológico e não um conceito religioso, como postulou Allan Kardec?

Fale um pouco sobre seu trabalho à frente do Instituto Pineal Mind.

O Pineal Mind é minha clínica, um instituto de saúde mental, onde fazemos pesquisas e atendemos psicoses, síndromes cerebrovasculares, ansiedades, depressão, psicoses infantis, uso de drogas e álcool.

Temos um setor de psiconcologia (psicologia aplicada ao câncer) e estudamos também os aspectos psicossomáticos ligados à cardiologia, etc. Agora, particularmente nas pesquisas comportamentais, eu estudo os estados de transe e a mediunidade. Mas não pesquiso apenas a glândula pineal; ela é o que eu pesquiso no cérebro, interessado em entender a relação entre corpo e espírito.

O que é psicobiofísica?

É uma ciência que integra a psicologia, a física e a biologia. Na biologia, estudamos o lobo frontal, responsável pela crítica da razão; mas o cérebro funciona eletricamente – aí entra a física, que serve de substrato para o pensamento crítico, que é o psicológico.

Quando surgiu seu interesse no aprofundamento do estudo da pineal?

Foi por volta de 1979/80, quando eu estava estudando a obra de André Luiz, psicografada por Chico Xavier. Em Missionários da Luz, a pineal é mencionada acima. Nesta mesma época, eu já pleiteava o curso de Medicina. No colégio, estudando Filosofia, fiquei impressionado com a obra de Descartes, que dizia que a alma se ligava ao corpo pela pineal. Quando entrei na faculdade, corri atrás dessas questões, do espiritual, da alma e de como isso se integra ao corpo.

O que é a glândula pineal, onde está localizada e qual a sua função no organismo?

A pineal está localizada no meio do cérebro, na altura dos olhos. Ela é um órgão cronobiológico, um relógio interno. Como ela faz isso? Captando as radiações do Sol e da Lua. A pineal obedece aos chamados Zeitbergers, aos elementos externos que regem as noções de tempo. Por exemplo, o Sol é um Zeitberger que influencia a pineal, regendo o ciclo de sono e de vigília, quando esta glândula secreta o hormônio melatonina. Isso dá ao organismo uma referência de horário. Existe também o Zeitberger interno, que são os genes, trazendo o perfil de ritmo regular de cada pessoa. Agora, o tempo é uma região do espaço. A dimensão espaço-tempo é a quarta dimensão. Então, a glândula que te dá a noção de tempo está em contato com a quarta dimensão. Faz sentido perguntarmos: “Será que a partir da quarta dimensão já existe vida espiritual?”

Nós vivemos em três dimensões e nos relacionamos com a quarta, através do tempo. A pineal é a única estrutura do corpo que transpõe essa dimensão, que é capaz de captar informações que estão além dessa dimensão nossa.

A afirmação de Descartes, do ponto em que a alma se liga ao corpo, tem uma lógica até na questão física, que é esta glândula que lida com a outra dimensão, e isso é um fato.

Outros animais possuem uma epífise? Ela está relacionada à consciência?

Todos os animais têm essa glândula; ela nos orienta nos processos migratórios, por exemplo, pois ela sintoniza o campo magnético.

Nos animais, a glândula pineal tem fotorreceptores iguais aos presentes na retina dos olhos, porque a origem biológica da pineal é a mesma dos olhos, é um terceiro olho, literalmente.

Esta glândula seria resquício de algum órgão que está se atrofiando, ou estaria ligada a uma capacidade psíquica a ser desenvolvida?

Eu acredito que a pineal evolui de um órgão fotorreceptor para um órgão neuro-endócrino. A pineal não explica integralmente o aspecto mediúnico, como simplesmente os olhos não explicam a visão. Você pode ter os olhos perfeitos, mas não ter uma área cerebral que interprete aquela imagem. É como um computador: você pode ter todos os programas em ordem, mas se a tela não funcionar, você não vê nada. A pineal, no que diz respeito à mediunidade, capta o campo eletromagnético, impregnado de informações, como se fosse um telefone celular. Mas tudo isso tem que ser interpretado em áreas específicas, como por exemplo, o córtex frontal. Um papagaio tem a pineal, mas não vai receber um espírito, porque ele não tem uma área no cérebro que lhe permita fazer um julgamento. A mediunidade está ligada a uma questão de senso-percepção. Então, a ela não basta a existência da glândula pineal, mas sim, todo o cone que vai até o córtex frontal, que é onde você faz a crítica daquilo que absorve. A mediunidade é uma função de senso (captar)-percepção (faz a crítica do que está acontecendo). Então, a mediunidade é uma função humana.

A pineal converte ondas eletromagnéticas em estímulos neuroquímicos? Isso é comprovado cientificamente?

Sim, isso é comprovado. Quem comprovou isso foram os cientistas Vollrath e Semm, que têm artigos publicados na revista científica Nature, de 1988.

A parapsicologia diz que estes campos eletromagnéticos podem afetar a mente humana. O Dr. Michael Persinger, da Laurentian University, no Canadá, fez experiências com um capacete que emite ondas eletromagnéticas nos lobos temporais.

As pessoas submetidas a essas experiências tiveram “visões” e sentiram presenças espirituais. O Dr. Persinger atribuiu essas tendências à influência dessas ondas eletromagnéticas. O que o senhor teria a dizer sobre isso?

Veja, a idade espiritual pelo campo eletromagnético. Então, dizer que este campo interfere no cérebro não contraria a hipótese de uma influência espiritual.

Porque há uma interferência espiritual, esta se dá justamente pelo campo eletromagnético. Quando se fala do espiritual, em Deus, a interferência acontece na natureza pelas leis da própria natureza. Se o campo magnético interfere no cérebro, a espiritualidade interfere no cérebro PELO campo magnético. Uma coisa não anula a outra. Pelo contrário, complementa-se.

A mediunidade seria um atributo biológico e não um conceito religioso? Existe uma controvérsia no meio científico a esse respeito?

A mediunidade é um atributo biológico, realmente, que acontece pelo funcionamento da pineal, que capta o campo eletromagnético, através do qual a espiritualidade interfere. Não só no espiritismo, mas em qualquer expressão de religiosidade, ativa-se a mediunidade, que é uma ligação com o mundo espiritual. Um hindu, um católico, um judeu ou um protestante que está fazendo uma prece, está ativando sua capacidade de sintonizar com um plano espiritual. Isso é o que se chama mediunidade, que é intermediário. Então, isso não é uma bandeira religiosa, mas uma função natural, existente em todas as religiões. E isso deve acontecer através do campo magnético, sem dúvida. Se a espiritualidade interfere, é pelo campo eletromagnético, que depois é convertido, pela pineal, em estímulos eletroneuroquímicos. Não existe controvérsia entre ciência e espiritualidade, porque a ciência não nega a vida após a morte. Não nega a mediunidade. Não nega a existência do espírito. Também não há uma prova final de que tudo isto existe. Não existe oposição entre o espiritual e o científico. Você pode abordar o espiritual com metodologia científica, e o espiritismo sempre vai optar pela ciência. Essa é uma condição precípua do pensamento espírita. Os cientistas materialistas que disserem “esta é a minha opinião pessoal”, serão consistentes. Mas se disserem que a opção materialista é a opinião da ciência, estarão subvertendo aquilo que é a ciência. A American Medical Association, do Ministério da Saúde dos EUA, possui vários trabalhos publicados sobre mediunidade e glândula pineal. O Hospital das Clínicas sempre teve tradição de pesquisas na área da espiritualidade e espiritismo. Isso não é muito divulgado pela imprensa, mas existe um grupo de psiquiatras lá defendendo teses sobre isso.

Como são feitas as experiências em laboratório?

Existem dois tipos: um, que é a experiência de pesquisa das estruturas do cérebro, responsáveis pela integração espírito/corpo; e outra, que é a pesquisa clínica, das pessoas em transe mediúnico.

São testes de hormônios, eletroencefalogramas, tomografias, ressonância magnética, mapeamento cerebral, entre outros. A coleta de hormônios, por exemplo, pode ser feita enquanto o paciente está em estado de transe. E os resultados apresentam alterações interessantes.

As alterações em exames de tomografia, por exemplo, são exclusivas ou condicionantes com outras patologias? O senhor descartou a possibilidade de uma crise convulsiva?

Isso é bem claro: a suspeita de uma interferência espiritual quando a alteração nos exames não justifica a dimensão ou a proporção dos sintomas. Por exemplo: o indivíduo tem uma crise convulsiva fortíssima, é feito o eletroencefalograma e aparece uma pequena lesão. Não há, então, uma coerência entre o que está acontecendo e o que o exame está mostrando.

A ocorrência não é proporcional à causa. A mediunidade mexe com o sistema nervoso independente – descarga de adrenalina, atualização do ritmo cardíaco, aumento da pressão arterial.

Como o senhor diferencia a doença mental da mediunidade?

Na doença mental, o paciente não tem crítica da razão; no transe mediúnico, ele tem essa crítica. Quando o médium diz que incorporou tal entidade espiritual, mas que ele, médium, continua sendo determinada pessoa, ele usou uma crítica, julgou racionalmente o que aconteceu. Agora, um indivíduo que diz ser Napoleão Bonaparte? Aí ele perdeu a crítica da razão. Essa é uma diferença. O que não quer dizer que o indivíduo que está em psicose não pode estar em transe também. A mediunidade se instala no indivíduo é, ou pode dar uma dimensão muito maior a uma doença. A mediunidade sempre vai dar um efeito superlativo. Se a pessoa alimenta bons sentimentos, ela cresce. Se ela tem uma doença, aquela doença pode ficar fora de controle.

É verdade que a pineal se calcifica com a meia-idade? Essa calcificação prejudica a mediunidade?

Não, a pineal não se calcifica; ela forma cristais de apatita, e isso independe da idade. Estes cristais têm a ver com o perfil da função da glândula. Uma criança pode ter esses cristais na pineal em grande quantidade enquanto um adulto pode não ter nada. Percebemos, pelas pesquisas, que quando um adulto tem muitos cristais na pineal, ele tem mais facilidade de sequestrar o campo eletromagnético. Quando uma pessoa tem muitos desses cristais e seqüestra esse campo magnético, esse campo chega num cristal e ele é repelido e rebatido pelos outros cristais, e este indivíduo então apresenta mais facilidade no específico da incorporação. Ele incorpora o campo com as informações do universo mental de outro lado.

As crianças teriam mais sensibilidade mediúnica?

A mediunidade na criança é diferente de um adulto. É uma mediunidade anímica, é de saída. Ela sai do corpo e entra em contato com o mundo espiritual.

A pineal pode ser estimulada com a entoação de mantras, como pregar os místicos?

A glândula está localizada em uma área cheia de líquido. Talvez alguns desses mantras façam vibrar o líquido, provocando alguma ocorrência na glândula. Os cristais também recebem influências de vibração. Deve vibrar o licor, a glândula, alterando o metabolismo. Teria lógica.

Fonte: espirito.org.br

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



Apronfundando o Conhecimento das Leis Divinas

O objetivo desta coluna é ressaltar a importância do estudo e conhecimento das leis naturais ou divinas. O tema é tão vasto e valioso que sempre se poderá falar dessas leis, inesgotáveis em sua fonte de ensinamentos.

Suas sublimes lições à vida do transeunte na jornada terrena são repletas de preciosas instruções, merecedoras de reflexão e esforço para vivência cotidiana.

Lei de Justiça, Amor e Caridade

“A justiça consiste em cada um respeitar os direitos dos demais”
(*“O livro dos Espíritos”, item 875*).

De todas as Leis Morais, esta é a mais importante, uma vez que o progresso da humanidade tem seu princípio na sua aplicação, que se funda na certeza do futuro espiritual das criaturas e encerra todas as condições da felicidade do homem. Como alertam os Espíritos superiores, esta lei é a mais importante, por ser a que faculta ao homem adiantar-se mais na vida espiritual, visto que resume todas as outras (*“O Livro dos Espíritos”, item 648*).

Por si só, a existência e o funcionamento das outras leis morais constituem a maior prova da Justiça, do Amor e da Caridade com que a Providência Divina distingue as suas criaturas.

Entretanto, quis Deus que também os homens praticassem essas leis entre si. Por isso, devemos procurar em nosso relacionamento com os semelhantes, e mesmo conosco, o ideal de Justiça, Amor e Caridade.

Entre os Ocidentais, a Justiça, na definição herdada do Direito Romano, de cunho pragmático, material, é a constante e firme vontade de dar a cada um o que é seu. A definição dada pelos Espíritos, a nosso ver, contudo, é mais abrangente e precisa: ***“A justiça consiste em cada um respeitar os direitos dos demais”*** (*“O livro dos Espíritos”, item 875*).

O sentimento de Justiça é inato (pré-existente) no homem, o qual se revolta com a simples ideia de uma injustiça, entretanto, esse sentimento precisa ser aprimorado e desenvolvido pelo progresso moral de cada um de nós, pela prática do bem e da compreensão dos problemas alheios. Muitas vezes, em meio ao sentimento de justiça natural, misturam-se as paixões humanas que induzem as pessoas ao erro.

Por isso se diz que as leis humanas ainda são um pálido reflexo da Justiça verdadeira, porque, sendo mutáveis, elas apenas refletem os costumes e os caracteres da sociedade de uma determinada época. Assim, a justiça terrena é do tamanho da evolução do homem, o que já não acontece com a Justiça Divina, que é imutável.

Jesus, o mestre dos mestres, legou-nos a base da verdadeira Justiça, consagrada na sublime lição: **“Queira cada um para os outros o que quereria para si mesmo”**, o que significa dizer que Deus imprimiu no coração do homem a regra da verdadeira justiça, fazendo com que cada um deseje ver respeitados os seus direitos. Afinal, em condições normais, ninguém desejaria o próprio mal.

Quando estivermos em dúvida quanto ao nosso procedimento em relação ao semelhante, procuremos saber como gostaríamos que o semelhante procedesse em relação a nós, em circunstância idêntica. A resposta que encontrarmos será a que deverá ditar nosso comportamento em qualquer circunstância da vida.

O primeiro de todos os direitos naturais do homem é o de viver, motivo pelo qual ninguém tem o direito de agir contra a vida do semelhante.

O desejo de possuir no homem é natural, mas se transforma em egoísmo quando este deseja possuir somente para sua satisfação pessoal. A propriedade legítima é a aquela que foi adquirida sem prejuízo de outrem. Todavia, a acumulação de bens sem utilidade para ninguém, ou apenas para saciar as paixões, constitui um atentado contra a Lei da Justiça, do Amor e da Caridade (*“O livro dos Espíritos”, itens 881 a 885*).

Caridade não é, como muita gente imagina, pura e simplesmente prestar auxílio material aos necessitados.

Concitados por Kardec a falarem sobre a esmola, os Espíritos mostraram-se enfáticos: “Condenando-se a pedir esmola, o homem se degrada física e moralmente: embrutece-se. Uma sociedade que se baseie na lei de Deus e na justiça deve prover (a) à vida do fraco, sem que haja para ele humilhação. Deve assegurar a existência dos que não podem trabalhar, sem lhes deixar a vida à mercê do acaso e da boa-vontade de alguns” (*“O livro dos Espíritos”, item 888*).

O que os Espíritos reprovam não é a esmola ou o auxílio material em si, que pode ser muito útil e indispensável numa emergência, mas a maneira porque habitualmente é dada. O homem de bem, que compreende a caridade de acordo com Jesus, vai ao encontro do miserável, sem esperar que este se humilhe, estendendo-lhe a mão (*“O livro dos Espíritos”, item 888, “a”*).

A legislação humana, inclusive a brasileira, nesse aspecto, vem sendo aperfeiçoada cada vez mais.

Atualmente, prestigia-se muito o promover o ser humano menos afortunado, dar-lhe condições de garantir por si mesmo o seu próprio sustento, por meio da educação, do ensino profissionalizante e de outras atividades úteis que o auxiliem na manutenção e lhe deem condições de vida digna. Não se concebe o auxílio material puro e simples a uma pessoa, durante vários anos, tornando-a dependente de nossa ajuda, como a prática da caridade legítima.

Foi muito feliz e verdadeiro certo autor (anônimo para nós), ao enunciar tão grande máxima: **“Dê um peixe a um homem e o estará alimentando por um dia; ensine-o a pescar e o estará alimentando por toda a vida”**.

Felizmente, a cidadania e o voluntariado estão caminhando rumo à maioria no Brasil. Nota-se a existência de uma revolução social silenciosa, neste sentido, que está apenas ensaiando os primeiros passos. Muitas famílias estão sendo beneficiadas com iniciativas desse gênero, por parte de organizações não-governamentais. As pessoas estão se sentindo mais úteis e mais felizes. Estão crescendo mais, em todos os sentidos. A doutrina jurídica cunhou o termo “Terceiro Setor” (o primeiro setor é o Governo, o segundo, as empresas e o terceiro, a sociedade civil) para identificar as instituições de direito privado, sem fins lucrativos, criadas e qualificadas com vistas ao exercício da solidariedade em favor do próximo. É a própria sociedade a ocupar o espaço deixado pelo Estado, em busca de uma qualidade de vida melhor para os cidadãos, em todos os aspectos.

Não sem motivo 2001 foi escolhido pelas Nações Unidas como o “ano internacional do voluntariado”, que encontrou grande repercussão no Brasil, graças à sua vocação espiritual, o que é uma grande oportunidade para se fortalecer em nossas terras as tradições de solidariedade que proporcionarão a construção de uma cultura de responsabilidade social enorme, inclusive nas empresas, uma vez que a economia não deve ser um fim em si mesma, mas sim um instrumento de engrandecimento humano, em todos os aspectos.

Como diz Stephen Kanitz, no suplemento do Guia da Cidadania, editado pela Abril: **“Para resolvermos nossos problemas sociais é necessário o envolvimento individual de cada um. Empresas podem doar recursos, o Estado pode recolher impostos, mas é o indivíduo em última instância que faz a diferença.”**

Entretanto, não podemos nos esquecer de que a fé sem obras é irmã das obras sem fé, posto que as atividades de benemerência constituem apenas um meio, uma vez que o fim almejado pelo trabalho social coletivo – que é a promoção do ser humano – repousa na espiritualização desse mesmo ser, de edificação paciente e progressiva, motivo pelo qual não pode basear-se apenas sobre a preocupação individualista dos seus empreendedores, sob o risco de degenerar em personalismo destruidor.

Como sabemos, há muito tempo os Centros Espíritas estão praticando esta modalidade de trabalho, sem estardalhaços, de forma silenciosa, fornecendo não somente o pão material e a instrução, mas principalmente a formação moral e espiritual dos seus frequentadores, com fundamento no Espiritismo, um contributo à conquista não só dos direitos de cidadão comum, mas também da cidadania espiritual, tornando-os pessoas conscientes da necessidade de seu engajamento na era espiritual que se avizinha.

O apego às coisas materiais denuncia a nossa inferioridade, porque, quanto mais nos apegamos aos bens deste mundo, tanto menos compreendemos o nosso “destino”. Pelo desinteresse, ao contrário, demonstramos vislumbrar o futuro de um ponto mais elevado (*“O livro dos Espíritos”, itens 895 e 897*).

Ressalve-se, porém, que o desinteresse caracterizado pela prodigalidade (gasto excessivo) revela irresponsabilidade daquele que assim age. A riqueza representa um depósito de que uns e outros terão de prestar contas, porque terão de responder por todo o bem que podiam fazer e não fizeram, por todas as lágrimas que podiam ter estancado com o dinheiro que deram aos que dele não precisavam (*“O livro dos Espíritos”, item 896*).

Conforme ensina Jesus, a Caridade (*“O livro dos Espíritos”, item 886*) abrange três requisitos essenciais:

- a) benevolência para com todos (inclusive auxílio material, em casos emergenciais);
- b) indulgência, isto é, compreensão para com as imperfeições do próximo [*“O livro dos Espíritos”, itens 903 e 904*], o que não significa cumplicidade com o erro; e,
- c) perdão às faltas alheias.

A Caridade é a maior das virtudes, porque proporciona aos homens colocar em prática o mandamento essencial que consubstancia os demais: **“amar ao próximo como a si mesmo”** (*“O evangelho segundo o Espiritismo”, Capítulo XI, itens 1-10*). A essência desse amor visa, acima de tudo (a) à regeneração do homem pela educação, pela conquista de si mesmo. Essa a proposta do Consolador (*“A Gênese”, capítulo I, itens 26-28*) prometido por Jesus (*“O livro dos Espíritos”, itens 876 e 878*). Consciente de que o progresso moral e intelectual liberta a criatura humana, o Espírito Emmanuel chegou a afirmar que a maior caridade que se faz é a divulgação da Doutrina Espírita.

Como ensinam os Espíritos, o amor e a caridade são o complemento da lei de justiça, pois amar ao próximo é fazer-lhe todo o bem que nos seja possível e que desejáramos nos fosse feito.

Jesus também ensinou que devemos amar aos inimigos, assim entendido não o amor terno e sem jaça (sem mácula) que ainda não sabemos dar, devido à nossa falta de evolução, mas que, pelo menos, nos esforcemos em perdoá-los e lhes retribuamos o mal com o bem (*"O livro dos Espíritos"*, item 887). Quem assim procede é o primeiro beneficiado, pois, além de não se nivelar ao erro do adversário, libera as suas tensões e torna-se mais livre. Trata-se de um procedimento científico, de uma terapêutica infalível, que nos assegura saúde física, psíquica e equilíbrio moral.

Christiano Torchi

Fonte: comkardec.net.br

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



Obras Fundamentais em Foco

O estudo das obras fundamentais possibilita ampliar a visão e o entendimento, a reflexão e a prática, sobretudo o que nos sensibiliza as percepções, dilatando gradativamente a nossa capacidade de compreensão, a zona lúcida, conforme expressão do estudioso francês Paul Gibier.

Nesta coluna, o IDEM publica trechos de O Livro dos Médiuns, O Céu e o Inferno, A Gênese, Obras Póstumas, além de O Que é o Espiritismo dando continuidade do estudo das Obras Fundamentais apresentadas nas colunas "O Que Disse Kardec" e "Desvendando o Evangelho Segundo o Espiritismo".

O LIVRO DOS MÉDIUNS CHARLATANISMO E PRESTIDIGITAÇÃO

O item é curto, tem apenas seis linhas. Está esquecido em O Livro dos Médiuns. Sua validade é de tanta atualidade, todavia, que é preciso vez por outra, ser lembrado.

Está na Segunda Parte, capítulo XXVIII – Charlatanismo e Prestidigitação. Como o item é muito compacto, permito-me transcrever na íntegra ao leitor, poupando-o de pesquisar. Todavia, ao trazer o texto curto, nosso intuito é sim motivar o leitor a ir ao capítulo, dada a preciosidade daquele conteúdo, normalmente esquecido. Afinal dentro do próprio capítulo estão os subtítulos Médiuns Interesseiros e Fraudes Espíritas, distribuídos nos itens 304 a 323.

Mas existem médiuns interesseiros, ocorrem fraudes espíritas? Como não? Onde está a criatura humana, está a imperfeição que a acompanha. Antes da mediunidade ou dos fenômenos produzidos pelos espíritos e possibilitados pelos médiuns, estamos nós, seres humanos, ainda na caminhada evolutiva.

Mas vamos ao item. É o que agora nos interessa. Em outras abordagens trataremos dos outros dois itens. Traz o item 322: “No capítulo Dos médiuns especiais, mencionamos, segundo os Espíritos, as aptidões mediúnicas comuns e as que são raras. Cumpre, pois, desconfiar dos médiuns que pretendam possuir estas últimas com muita facilidade, ou que ambicionem dispor de múltiplas faculdades, pretensão que só muito raramente se justifica”.

Note didaticamente as afirmações:

1 – Faz referência ao capítulo XVI – Médiuns especiais – na segunda parte.

2 – É mencionado: as aptidões mediúnicas, comuns e raras.

3 – Sugere, sem rodeios, desconfiar dos médiuns que pretendam possuir as aptidões consideradas raras com muita facilidade. Ou de disporem de múltiplas faculdades.

O item é de afirmação do próprio Codificador. E é firme em recomendar: “(...) desconfiar dos médiuns que pretendam possuir estas últimas com muita facilidade, ou que ambicionem dispor de múltiplas faculdades (...)”.

A advertência é oportuna e atual, face à ingenuidade, ou falta de conhecimento ou mesmo tentativas de endeusamento de médiuns. E mesmo o fascínio que muitos podemos nos deixar levar, médiuns ou não. É a prudência e o bom senso que a própria Doutrina Espírita recomenda.

Nunca será demais consultar O Livro dos Médiuns, esse manancial de conhecimentos, verdadeiro tratado sobre essa faculdade humana, absolutamente natural, que não tem mistérios e nem precisa de misticismo ou adulações dispensáveis.

Temos sim é que aprender com as orientações disponíveis para não cairmos na areia movediça da vaidade ou do fanatismo, sempre extremos muito perigosos para uma saudável prática mediúnica.

É através da vaidade e do fanatismo, ou em outras palavras, da falta de análise racional do que a mediunidade produz, que entramos no perigoso terreno da fascinação....

Aliás, procure passear pelo índice da citada obra. Um tesouro à disposição.

E diga-se: esse “desconfiar” não é no sentido agressivo, é antes na direção preventiva, justamente para não adentrarmos o sempre avassalador mecanismo da vaidade e da falta de bom senso e seus lamentáveis desdobramentos.

Orson Peter Carrara

Fonte: espirito.org.br

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



José Herculano Pires

O Apóstolo de Kardec

Nessa coluna publicaremos artigos de José Herculano Pires, grande filósofo do Espiritismo, e tido por Emmanuel, através da mediunidade de Chico Xavier, como “o metro que melhor mediu Kardec”.

A maior característica do conjunto de suas obras é a luta por demonstrar a consistência do pensamento Espírita e por defender a valorização dos aspectos crítico e investigativo da proposta sistematizada por Allan Kardec.

O ESPÍRITA E O MUNDO ATUAL

A Terra está passando por um período crítico de crescimento. Nosso pequeno mundo, fechado em concepções mesquinhas e acanhados limites, amadurece para o infinito. Suas fronteiras se abrem em todas as direções. Estamos às vésperas de uma Nova Terra e um Novo Céu, segundo as expressões do Apocalipse. O Espiritismo veio para ajudar a Terra nessa transição.

Procuremos, pois, compreender a nossa responsabilidade de espíritas, em todos os setores da vida contemporânea. Não somos espíritas por acaso, nem porque precisamos do auxílio dos Espíritos para a solução dos nossos problemas terrenos. Somos espíritas porque assumimos na vida espiritual graves responsabilidades para esta hora do mundo. Ajudem-nos a nós mesmos, ampliando a nossa compreensão do sentido e da natureza do Espiritismo, de sua importante missão na Terra. E ajudemos o Espiritismo a cumpri-la.

O mundo atual está cheio de problemas e conflitos. O crescimento da população, o desenvolvimento econômico, o progresso científico, o aprimoramento técnico, e a profunda modificação das concepções da vida e do homem, colocam-nos diante de uma situação de assustadora instabilidade. As velhas religiões sentem-se abaladas até o mais fundo dos seus alicerces. Ameaçam ruir, ao impacto do avanço científico e da propagação do ceticismo. Descrentes dos velhos dogmas, os homens se voltam para a febre dos instintos, numa inútil tentativa de regressar à irresponsabilidade animal.

O espírita não escapa a essa explosão do instinto. Mas o Espiritismo não é uma velha religião nem uma concepção superada. É uma doutrina nova, que apareceu precisamente para alicerçar o futuro. Suas bases não são dogmáticas, mas científicas, experimentais. Sua estrutura não é teológica, mas filosófica, apoiada na lógica mais rigorosa. Sua finalidade religiosa não se define pelas promessas e as ameaças da Teologia, mas pela conscienciada liberdade humana e da responsabilidade espiritual de cada indivíduo, sujeita ao controle natural da lei de causa e efeito.

O espírita não tem o direito de tremer e apavorar-se, nem de fugir aos seus deveres e entregar-se aos instintos. Seu dever é um só: lutar pela implantação do Reino de Deus na Terra.

Mas como lutar? Este livrinho (Tesouro dos Espíritas ⁽¹⁾) procurou indicar, aos espíritas, várias maneiras de proceder nas circunstâncias da vida e em face dos múltiplos problemas da hora presente. Não se trata de oferecer um manual, com regras uniformes e rígidas, mas de apresentar o esboço de um roteiro, com base na experiência pessoal dos autores e na inspiração dos Espíritos que os auxiliaram a escrever estas páginas. A luta do espírita é incessante. As suas frentes de batalha começam no seu próprio íntimo e vão até os extremos limites do mundo exterior. Mas o espírita não está só, pois conta com o auxílio constante dos Espíritos do Senhor, que presidem à propagação e ao desenvolvimento do Espiritismo na Terra.

A maioria dos espíritas chegaram ao Espiritismo tangidos pela dor, pelo sofrimento físico ou moral, pela angústia de problemas e situações insolúveis. Mas, uma vez integrados na Doutrina, não podem e não devem continuar com as preocupações pessoais que motivaram a sua transformação conceptual. O Espiritismo lhes abriu a mente para uma compreensão inteiramente nova da realidade. É necessário que todos os espíritas procurem alimentar cada vez mais essa nova compreensão da vida e do mundo, através do estudo e da meditação. É necessário também que aprendam a usar a poderosa arma da prece, tão desmoralizada pelo automatismo habitual a que as religiões formalistas a relegaram.

A prece é a mais poderosa arma de que o espírita dispõe, como ensinou Kardec, como o proclamou Léon Denis e como o acentuou Miguel Vives. A prece verdadeira, brotada do íntimo, como a fonte límpida brota das entranhas da terra, é de um poder não calculado pelo homem. O espírita deve utilizar-se constantemente da prece. Ela lhe acalmará o coração inquieto e aclarará os caminhos do mundo. A própria ciência materialista está hoje provando o poder do pensamento e a sua capacidade de transmissão ao infinito. O pensamento empregado na prece leva ainda a carga emotiva dos mais puros e profundos sentimentos. O espírita já não pode duvidar do poder da prece, pregado pelo Espiritismo. Quando alguns "mestres" ocultistas ou espíritas desavisados chamarem a prece de muleta, o espírita convicto deve lembrar que o Cristo também a usava e também a ensinou. Abençoada muleta é essa, que o próprio Mestre dos Mestres não jogou à margem do caminho, em sua luminosa passagem pela Terra!

O espírita sabe que a morte não existe, que a dor não é uma vingança dos deuses ou um castigo de Deus, mas uma força de equilíbrio e uma lei de educação, como explicou Léon Denis. Sabe que a vida terrena é apenas um período de provas e expiações, em que o espírito imortal se aprimora, com vistas à vida verdadeira, que é a espiritual. Os problemas angustiantes do mundo atual não podem perturbá-lo.

Ele está amparado, não numa fortaleza perecível, mas na segurança dinâmica da compreensão, do apercebimento constante da realidade viva que o rodeia e de que ele mesmo é parte integrante. As mudanças incessantes das coisas, que nos revelam a instabilidade do mundo, já não podem assustar o espírita, que conhece a lei de evolução. Como pode ele inquietar-se ou angustiar-se, diante do mundo atual?

O Espiritismo lhe ensina e demonstra que este mundo em que agora nos encontramos, longe de nos ameaçar com morte e destruição, acena-nos com ressurreição e vida nova. O espírita tem de enfrentar o mundo atual com a confiança que o Espiritismo lhe dá, essa confiança racional em Deus e nas suas leis admiráveis, que regem as constelações atômicas no seio da matéria e as constelações astrais no seio do infinito. O espírita não teme, porque conhece o processo da vida, em seus múltiplos aspectos, e sabe que o mal é um fenômeno relativo, que caracteriza os mundos inferiores. Sobre a sua cabeça rodam diariamente os mundos superiores, que o esperam na distância e que os próprios materialistas hoje procuram atingir com os seus foguetes e as suas sondas espaciais. Não são, portanto, mundos utópicos, ilusórios, mas realidades concretas do Universo visível.

Confiante em Deus, inteligência suprema do Universo e causa primária de todas as coisas, - poder supremo e indefinível, a que as religiões dogmáticas deram a aparência errônea da própria criatura humana, - o espírita não tem o que temer, desde que procure seguir os princípios sublimes da sua Doutrina. Deus é amor, escreveu o apóstolo João. Deus é a fonte do Bem e da Beleza, como afirmava Platão. Deus é aquela necessidade lógica a que se referia Descartes, que não podemos tirar do Universo sem que o Universo se desfaça. O espírita sabe que não tem apenas crenças, pois possui conhecimentos. E quem conhece não teme, pois só o desconhecido nos apavora.

O mundo atual é o campo de batalha do espírita. Mas é também a sua oficina, aquela oficina em que ele forja um mundo novo. Dia a dia ele deve bater a bigorna do futuro. A cada dia que passa, um pouco do trabalho estará feito. O espírita é o construtor do seu próprio futuro do mundo. Se o espírita recuar, se temer, se vacilar, pode comprometer a grande obra. Nada lhe deve perturbar o trabalho, na turbulenta mas promissora oficina do mundo atual.

Em resumo:

O espírita é o consciente construtor de uma nova forma de vida humana na Terra e de vida espiritual no Espaço; sua responsabilidade é proporcional ao seu conhecimento da realidade, que a Nova Revelação lhe deu; seu dever de enfrentar as dificuldades atuais, e transformá-las em novas oportunidades de progresso, não pode ser esquecido um momento sequer; espíritas, cumpramos o nosso dever!



Os (MUITOS) DETERMINISMOS ESPÍRITAS

É essencial fugirmos dos determinismos espíritas. É preciso mudar a forma de pensar e de entender a vida. Caso contrário, continuaremos como cegos diante da realidade, seguindo apenas aquilo que uns e outros estabelecem como “a interpretação única” dos fatos.

Minha saudosa mãe, desde os meus dias de criança, tinha uma expressão que, volta e meia, aparecia, em distintas situações do cotidiano. Dizia, ela: – Não cai um fio de cabelo sequer de nossas cabeças, se não for da vontade de Deus!

Confesso que aquilo, desde a tenra idade, me instigava...

Evidentemente, a fala não era originária dela. Ela havia ouvido esta expressão, durante a sua vida, certamente em ambientes religiosos, posto que era católica antes de se tornar espírita.

O fato é que a tal (curiosa) expressão era uma espécie de mantra. Volta e meia era “entoado”. E era aplicado, sobretudo, em relação às diversificadas situações da existência: seja em relação a si, ao contexto familiar, à ambiência profissional, como, também, em relação a situações existenciais daqueles com quem ela conversava.

Para mim, entendo até que ela acreditava piamente nisto. E esta crença (cega, é fato) não a fazia uma criatura melhor nem pior, posto que isto pertencia ao contingente das crenças pessoais, que são ensinadas e passam a fazer parte do imaginário e das convicções íntimas. Convenhamos: cada um tem as suas.

Mas eu – muito tempo depois – entendi que aquilo soava como uma espécie de lenitivo ou consolo, uma justificação imaterial ou transcendental para as inúmeras situações da existência. Assim, quando o noticiário divulgava uma catástrofe, uma inundação, um terremoto, uma queda de uma aeronave, ao lado da comoção que ela – e nós – sentia (sentíamos), havia a repetição daquele bordão.

Depois, ela passou a estudar com afinco o Espiritismo e a educar e aplicar a sua prodigiosa mediunidade, nas instituições que frequentou, atendendo a quantitativos representativos de pessoas. Mesmo assim, ela continuava entendendo aquele determinismo divino.

Traduzindo a expressão e compreendendo-lhe o conteúdo, a partir da ideia religiosa (e porque não dizer dogmática, mítica e mística), tem-se a representação de um “Deus-humano”, feito à imagem e semelhança dos homens da Terra. Assim, a frase conduz ao entendimento de que ele, Deus, participa diretamente dos atos e fatos da vida planetária, sejam os individuais ou os coletivos. Curioso isso, não?

Muitas pessoas, mesmo espíritas, acabam não se dando conta disto. Repetem frases como essa – as quais possuem algum sentido, no conteúdo das crenças e da religiosidade íntima – e passam a acreditar realmente que haja toda uma previsão inafastável, uma espécie de roteiro infalível, com predeterminações espirituais (divinas) para o desenrolar dos atos e fatos da existência (material, física) das individualidades e das sociedades. Como se tudo estivesse previamente traçado...

É preciso salientar que, no Brasil, a Filosofia Espírita tem sido entendida e praticada com certas particularidades. É, como se tem dito, um “Espiritismo à brasileira”. Isto porque a incidência do Cristianismo (leia-se das igrejas cristãs e de sua filosofia doutrinária) no meio espírita é ampla e permanente – sobretudo se considerarmos que a conjuntura terrena, formada pelos adeptos do Espiritismo, compõe o chamado “período religioso”, como Kardec acentuou (*Revista Espírita*, “*Período de Luta*”). Assim, é muito comum que as expressões da ambiência espírita, nas manifestações de simpatizantes, adeptos, estudiosos, dirigentes, expositores e escritores, estejam carregadas de símbolos e cores que advém da interpretação cristã – e não da espiritual-espírita, entendida como o contexto distante das alegorias religiosas.

Neste sentido, também a chamada “Codificação Espírita”, ou seja, o conjunto de 32 obras legadas por Rivail-Kardec à Humanidade, está repleto de afirmações do Cristianismo, dentro da liturgia religiosa, posto que as principais assinaturas nas psicografias sejam de vultos religiosos, católicos em sua imensa maioria. Assim, como a morte não transforma NINGUÉM naquilo que NÃO É, o natural é que os desencarnados, mesmo com apreciável e destacada condição moral – um dos dois elementos que constituem o progresso espiritual, aliado à inteligência – continuem se manifestando com suas idiossincrasias, crenças e valores religiosos, exatamente como nutriram em suas existências “na batina”.

Assim sendo, aquela ideia de hominização divina, contida na expressão materna que destacamos inicialmente acaba determinando a forma pela qual encaramos a Divindade e como nos relacionamos (espiritualmente) com ela. Neste cenário, também devemos considerar o aspecto espiritual de cada um, porque os espíritas (encarnados) são seres espirituais que possuem uma bagagem (pregressa) e uma educação (planetária) e, como tal, trazem e expressam um componente que possui contornos de espiritualidade, herdados tanto das vivências em agremiações religiosas (cristãs, em sua maioria), mantendo-os na forma de comportamentos na própria ambiência “espírita-cristã”, que se vivencia no Brasil espírita – isto desde sua origem, no final do século XIX (a partir do pioneiro Teles de Menezes).

Todavia, cabe-nos, no exercício da racionalidade e da lógica, premissas, aliás, estabelecidas pelo próprio Codificador, em termos de mensagens e atividades espirituais, saber separar o que é da individualidade e o que é principiológico, calcado na expressão (nem sempre utilizada ou presente) do Controle Universal dos Ensinos dos Espíritos.

Assim, devemos voltar ao tema do(s) determinismo(s) espírita(s).

Seria adequado, assim, entender que as mais diversificadas situações do cotidiano, atos e fatos, individuais e coletivos, seriam ocorrências baseadas na VONTADE de Deus? O que pensar disto... Como seria a representação divina, a partir dos conceitos da Doutrina dos Espíritos? Em outras palavras, como é o “Deus do Espiritismo”?

Você já parou pra pensar sobre a (sua) ideia (pessoal) acerca de Deus? E, também, a ideia (coletiva) presente nas ambiências espíritas, de que você frequenta ou participa, presencial ou virtualmente, qual é a noção de Deus que sobressai?

Pense um pouco...

Há um Deus punitivo? Há um Deus severo? Há um Deus administrador da Justiça Divina? Há um Deus conselheiro? Há um Deus que se manifesta (verbalmente) em relação às Suas criaturas? Há um Deus que se entristece ou se irrita, quando agimos equivocadamente; ou se alegra e exulta, ao constatar que acertamos? Há um Deus que premia ou castiga?

Pense mais um pouco...

Quando algo de bom, positivo, vitorioso acontece na sua vida, você acredita que é uma benesse divina? E quando passa por percalços, infortúnios, males, é uma espécie de maldição da divindade?

Hum...

Se você acredita que a Justiça Divina se baseia nestas premissas salientadas nos dois parágrafos anteriores, minha amiga e meu amigo, penso que este possa ser o momento para você REVER CONCEITOS.

Durante muito tempo (e até hoje) sempre que sou convidado a expor temas que guardem correlação com a dinâmica do Universo e a aplicabilidade das Leis Divinas, tenho feito estas afirmações: *“Deus não se imiscui na rotina das individualidades espirituais humanas”; “Deus não joga dados”; “Deus não se acha sujeito às variações de humor, presentes no homem”; “Deus, o Pai, não se alegra nem se irrita com os atos falíveis de seus filhos, os Espíritos”; “Deus não concede honrarias ou premiações, nem punições ou represálias”;*

“A administração do Universo não está nas mãos de Deus, mas decorre da aplicação direta das Leis Universais, sem a interferência pessoal de Deus”.

Estes paradigmas, para mim, fazem todo o sentido! Eles não terceirizam a responsabilidade nem transferem para uma entidade “sobrenatural” a distribuição da própria Justiça (Divina). Quando Kardec perguntou às Inteligências Superiores acerca do conhecimento (humano e espiritual, porque somos Espíritos) sobre o conjunto das Leis Divinas (ou Leis Espirituais), para, assim, justificar a aplicação da própria lei às individualidades, eles responderam: as leis estão grafadas na consciência (de cada um).

Na atualidade, assim, vejo muitas pessoas – e, dentre elas, um grande número de espíritas – que parecem buscar uma justificativa para as mais diversas situações da vida. Veja-se, por exemplo e recentemente, a questão da pandemia que assola este planeta. Muitos espíritas acham que ela, a pandemia, teria sido algo “arquitetado espiritualmente” para “acelerar” o progresso (individual e planetário). Uma espécie de “seleção espiritual” para contemplar os mais aptos (aqueles, por exemplo, nesta ilação, que não estejam desencarnando por efeito da doença). E, também, como vez por outra é repetido em fóruns espíritas, que é necessária a “intervenção” espiritual para que o progresso da Terra, deixando a fase provacional-expiatória e alcançando a regenerativa, ocorra.

O que dizer, respeitosamente, deste raciocínio? Será que ele respeita as premissas da Doutrina dos Espíritos? Este pensamento se constitui em elementos de AUTONOMIA do Espírito, onde cada qual age e responde acerca de suas decisões e escolhas, tal qual teria dito Yeshua, sobre “ser livre a sementeira e obrigatória a colheita”?

Lembro-me, também, de, ainda no momento pandêmico, mas já na fase menos aguda, ouvir de duas senhoras com quem eu conversava em uma ambiência espírita: – Ah, pra que usar máscara? Pra que se precaver tanto? Não seria melhor obter os anticorpos para que o vírus não alcance a gente? Deus é que sabe! Só morre quem tem de morrer!”.

E por aí, vai...

Há um expressivo contingente de espíritas que, realmente, “acredita” nisto. E segue a vida, entendendo que “o que é seu está guardado”, no sentido de que não vá acontecer, a eles, nada do que não esteja “programado”. Como se a dinâmica da vida fosse agir de uma forma “teleguiada” ou cumprindo um “roteiro” totalmente pré-estabelecido. Como se as esquinas das ruas da cidade não permitissem, a cada passo, a cada novo instante, divisar situações extraordinárias, inéditas, de livre entendimento e decisão, o que faz, certamente, da vida (de encarnados) essa mágica de poder se surpreender (positiva ou negativamente) a cada passo.

Um raciocínio tido como espírita em que tudo seja “controlado” ou “decidido” por Deus, me parece, como disse Rita Lee em uma de suas canções “muito chatinho”. Ao invés de assumirmos o protagonismo existencial, a condição de artistas principais do cenário de nossas vidas, deixamos que o “destino”, a “programação encarnatória” ou “Deus” tomem as rédeas do nosso viver.

E, então, diante dos FRACASSOS, dos ERROS, das DESGRAÇAS, das PROVAS/EXPIAÇÕES, só resta aos que assim pensam, o lamento, a tristeza, as lágrimas e a subserviência àquilo que, dizem eles, não pode ser mudado. Tudo pode ser mudado! Tudo parte de nós e a nós retorna, como a figura do bumerangue...

É preciso fugir dos determinismos espíritas! Como? Mudando a forma de pensar e de entender a vida. Ficando atentos para a explicação coerente das Leis Espirituais – e não a tradução religiosa para textos ou máximas contidas, até mesmo, nas obras de Kardec. Vejo muitos “ditando” a forma de entendimento das questões espirituais e espíritas. E observo, aqui ou ali, uma multidão de seguidores cegos daquilo que uns e outros estabelecem como “a interpretação única”.

Se, APENAS, como disseram os Espíritos a Kardec, há uma única SITUAÇÃO FATAL na existência humana, que é o momento de consumação da morte (física, porque o Espírito a ela sobrevive), no sentido de que, ao ocorrer a mesma, não há retorno, ou seja, ninguém “revive” naquela existência e circunstância, nenhum de nós pode dizer, com exatidão, qual seja o INSTANTE DA MORTE. Isto é, até em relação a ela (se quisermos evitar as circunstâncias de perigo, de risco e de favorecimento ao desencarne, por opção pessoal), NÃO HÁ determinismo!

E o “morreu porque foi da VONTADE de Deus” passa a não fazer mais nenhum sentido. Morreu, sim. Mas por decorrência das Leis Espirituais, o que afasta, das “mãos de Deus” qualquer responsabilidade na execução (e nos efeitos) dos mínimos atos da existência.

Concorde você, ou não, com estas linhas, tenho certeza de que elas lhe farão pensar muito – e diferentemente – sobre os tais “determinismos espíritas”.

E, só por isso, já valeu a pena escrever este artigo...

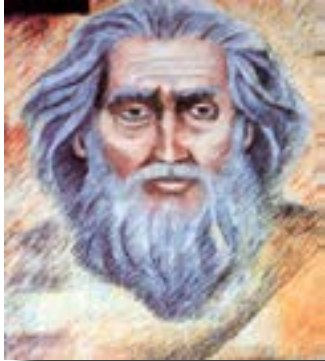
Marcelo Henrique

Fonte: comkardec.net.br

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.

" Com efeito, como poder-se-ia vencer o mal, o erro, a injustiça no mundo se não se começar a vencê-la em cada ser em particular?"

Léon Denis



Fala, Irmão José

Irmão José, um dos mentores espirituais do GEEDM, ensina-nos reflexões a respeito do cotidiano à luz do Evangelho, para que, com Jesus, saibamos enfrentar e vencer todos os problemas e desafios com os quais nos defrontamos.

NARCISO

Não sejas o Narciso dos tempos hodiernos.
Não te embeveças com a imagem refletida no espelho da tua vaidade.
Não te extasies ouvindo o timbre da própria voz.
Não provoques elogios à tua performance.
Não queiras te sobrepôr aos demais participantes da peça que protagonizas.
Não te idolatres, prostrando-te de joelhos diante do altar em que te entronizas.
Não oprimas o coração com o peso do cérebro delirante.
Não percas a tua identidade.
Não te esqueças de tuas raízes.
Não ignores a beleza à tua volta.
Não te faças voluntariamente cego à realidade, especialmente à tua.
E não te precipites no lago profundo da ilusão, abraçado à sombra de uma miragem.

Fonte: Dias Melhores (Irmão José - Chico Xavier/Carlos Baccelli)

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.

O indivíduo deve "optar por si mesmo", como escreveu Kierkegaard, o filósofo e teólogo dinamarquês do século XIX. "Optar por si mesmo" significa o resultado de uma análise cuidadosa da vida e das suas finalidades extraordinárias, representando um esforço para viver, para descobrir-se que existe, e nada, jamais, pode destruir a sua realidade. Descobrir-se como se é, e aceitar-se, constitui a "opção por si mesmo", trabalhando-se para novos e futuros logros que levam ao cumprimento do seu destino de ser pensante, facultando o discernimento de realizar as suas aspirações fundamentais, essenciais.

Livro: Momentos de Iluminação - Joanna de Ângelis



Espaço Chico Xavier

Chico Xavier, por meio de sua mediunidade excepcional, decodificou os ensinamentos espíritas transmitindo as idéias e interpretações dos Espíritos orientadores. Ele foi um exemplo de edificação moral, pelo conhecimento e vivência do Evangelho. Mostrou a todos nós como será a humanidade do futuro: portadora de conhecimento intelectual e moral.

CONSELHOS DO CHICO A UM MÉDIUM AMIGO

Paz, saúde e alegria.

Recebi com muito prazer seu obsequioso cartão, pelo qual me demonstrou não haver se esquecido de minha insignificante pessoa, apenas encontrada no meio de tanta gente importante, que o rodeou curiosa e reverente em São Paulo.

Guardei excelente impressão do nosso encontro e nenhum elogio ou adulação vai ao dizer-lhe, com sinceridade, que aprecio o seu dom mediúnico.

Sei que não é motivo de orgulho para o amigo possuir a faculdade de entrar na percepção das coisas espirituais que escapam nos sentidos comuns dos homens. Entretanto, não me atreveria a exaltar o seu caráter se não quisesse dizer algumas palavras sobre sua mediunidade. Sensitivo como é, não verá no que se segue senão o fruto de minha admiração e apreço.

Como sabe, uma das qualidades mais estimadas no médium — e que o amigo possui — é a simplicidade. Oxalá jamais a perca, meu amigo, no convívio conosco, que somos cheios de defeitos.

Pelo fato de ter sido aquinhado com um favor divino, mais lhe será pedido por Deus. Esse quinhão, que o torna em qualquer parte do mundo mais esclarecido, mais iluminado do que nós, precisa ser cuidado com todo o carinho, porque pode ser corrompido.

Três são os grandes inimigos da simplicidade, na qual deve permanecer o bom médium: a soberba, o egoísmo e a cobiça.

Seu guia familiar Emanuel, teria muitas vezes falado desses escolhos da mediunidade. Mas sempre é bom que a gente que o estima e o quer ver triunfante, recorde de vez em quando a lição.

Falo por longa experiência no mediunismo.

Tenho visto a exaltação, a glorificação, o declínio, a queda, o aniquilamento de muitos médiuns, que esqueceram, na hora da prova, a lição do guia.

Se muitos tivessem de quando em quando quem se atrevesse, como ora faço, a repisar o assunto, por certo teriam encontrado meios de sustar a marcha para o abismo, onde há choro e ranger de dentes e clamores de arrependimento.

Da soberba você se livrará pensando, dia e noite, que é um simples depositário duma graça que lhe não pertence.

Do egoísmo você se defenderá usando dessa graça, dia e noite com a maior liberalidade possível em proveito do Bem.

Da cobiça você se resguardará não se esquecendo, dia e noite, de que, se se inclinar para esse lado perigoso, tirando proveito material do dom que lhe foi emprestado para o Bem, só recolherá torturas espirituais, que estão reservadas pela Justiça de Deus aos que sucumbem à tentação.

Esse três inimigos o espreitam, dia e noite. Dia e noite é preciso que você ore e vigie, para não tombar.

A primeira réplica dos médiuns às nossas fraternais recomendações costuma ser:

— Porventura seria eu capaz de me orgulhar da mediunidade, de me servir dela para tirar lucros materiais?

Nossa resposta deve ser:

— Não, meu caro, nem é preciso chegar a tanto, para revelar a soberba, a vaidade e a cobiça. Basta querer parecer, como médium, mais esforçado, mais trabalhador, mais beneficiado do que os outros.

Basta dispensar os favores da mediunidade a uns, que agradam, negando-os a outros que são antipáticos, impertinentes ou simplesmente curiosos.

Cobiça é ostentar a mediunidade.

Cobiça é negá-la aos humildes.

Cobiça é dispensá-la às pessoas graduadas com preterição das pequeninas.

Cobiça é dá-la em maior porção aos confrades, aos crentes, aos amigos, aos familiares e, em menor porção, com desconfiança, aos inimigos.

Egoísmo é coisa que mais vemos em certos médiuns.

Egoísmo é dizer, por exemplo:

— Agora não posso estou cansado, preciso almoçar. Ou, estou adoentado, estou triste, estou em más condições de receptividade.

Egoísmo é dizer ao necessitado que acode cheio de esperança:

— Só dou consultas em tal parte, com tal círculo, ou em tais condições. Se quiser procure-me mais tarde, ou em tal parte.

Egoísmo é temer parecer ridículo diante dos incrédulos.

Egoísmo é recear uma crítica desagradável.

Ora de tudo isso o amigo se livrará se continuar a viver na simplicidade, em que eu o vi entre nós. Não saia dela jamais, por Deus.

É o ardente pedido que lhe faço pela amizade, que lhe dedico.

Seja sempre simples, sincero, de boa vontade, atencioso, despretensioso, servicial, como aqui foi.

Oxalá assim triunfe até o fim para sua felicidade, para o triunfo do bem.

Peça ao Emanuel desculpas pelo meu atrevimento de entrar na seara dele com estes avisos de irmão mais velho. É que muitas vezes ele não pode, por mais adiantado do que eu, ferir o seu livre arbítrio, ou intervir nos seus pensamentos. E eu, como Espírito atrasado, posso, bastando para isso ser ousado como ora sou.

Queira-me bem. Escreva-me quando puder. Ore por mim, que sou pobre de coração e no espírito das virtudes e vivo, neste vale de lágrimas, coberto da lepra do orgulho, da cobiça e do egoísmo.

Fonte: Caderno de Mensagens — Autores diversos

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.

A revolta constante gera desequilíbrios na mente, no corpo e na alma. Não é o corpo que é fraco, mas o Espírito que permanece rebelde. Controla as tuas energias, não deixando que elas te desconcertem. A revolta intoxica e expele venenos que a todos desagradam. A pessoa revoltada não inspira amizade, nem sequer compaixão. Tenha calma sempre. O que agora não se resolve está a caminho da solução.

Livro: Vida Feliz - Joanna de Ângelis

Sugestão de Leitura



O QUE É ESPIRITISMO HOJE ELIAS MORAES

Nesta publicação, o autor Elias Moraes retoma os princípios básicos do Espiritismo e oferece uma interpretação atualizada sobre a ideia de Deus, a reencarnação, a vida após a morte, a comunicabilidade dos Espíritos, evolução e progresso e o



Conexão Aprendizado

Nessa coluna o IDEM trará um curso sobre os aspectos científicos com Dr. Sérgio Felipe de Oliveira e outro sobre o aspecto filosófico do Instituto Espírita Herculano Pires com Lindemberg Farias e Eduardo Silveira. Daremos espaço à esses cursos por serem os dois aspectos menos estudados do Espiritismo porém fundamentais para o melhor entendimento da doutrina de Allan Kardec.

Nesta live, Dr. Sérgio Felipe de Oliveira aborda o tema **Como lidar com pensamentos ruins**, dentro do conceito de Neurociências e Neuroespiritualidade.

https://www.youtube.com/watch?v=dc_gqFVsnlA&list=PL-RUj2ikLanHXyRY3SIH_PiJL8IFm_-_g&index=1



Curso do Instituto de Filosofia Espírita Herculano Pires, ministrado por Lindemberg Farias e Eduardo Silveira sobre o livro "Os Filósofos" de Herculano Pires.

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLqQVfZ9cKQDzE07coiTM3uBfrZPXFTqve>





POR QUE ALLAN KARDEC ?

Dogmatismo? Tradicionalismo? Fanatismo? Visão estreita? Vejamos:

- 1.** A obra de Allan Kardec, quando analisada internamente, revela uma solidez lógica, uma acionalidade, uma limpidez argumentativa, uma coerência de fazerem inveja aos mais conceituados tratados filosóficos que a Humanidade possui;
- 2.** Allan Kardec revelou, em tudo o que fez, uma prudência, um equilíbrio, uma sobriedade, um espírito positivo e despreconcebido, um bom senso, enfim, que singularizam sua figura entre todos os expoentes da cultura humana;
- 3.** A obra de Allan Kardec, contrariamente ao que em geral acontece com outras que abordam os mesmos assuntos, está firme e amplamente baseada em fatos, cuidadosa e minuciosamente examinados à luz dos referidos critérios racionais; não surgiu entre as quatro paredes de um gabinete, mas de uma extensa convergência de informações;
- 4.** Allan Kardec era possuidor de uma vasta erudição, transitando inteiramente à vontade pelos mais variados campos do saber – das ciências às artes, das filosofias às religiões – o que lhe permitiu trazer ao seu domínio de estudo os mais relevantes problemas que interessam ao homem, dentro de uma visão abarcante e integrada da realidade;
- 5.** A obra de Allan Kardec apresenta-se dentro de padrões de clareza e objetividade tais, que não deixa nenhuma margem a ambigüidades e malentendidos, especialmente quanto aos pontos fundamentais;
- 6.** Allan Kardec soube ser impessoal, separando com rigor suas opiniões pessoais e peculiaridades de sua vida privada do conhecimento doutrinário, que é independente e objetivo; jamais pretendeu a posse exclusiva e completa da verdade, nunca recusou um princípio pelo só fato de ter sido descoberto ou proposto por outrem, nunca hesitou em abandonar uma idéia quando provada errônea por argumentos insofismáveis;
- 7.** A obra de Allan Kardec é incomparavelmente abrangente, ocupando-se desde os fatos mais palpáveis, destacadamente os relativos à sobrevivência do ser, até as mais profundas investigações da ética, passando pelo exame lúcido das grandes questões filosóficas que ao longo das eras têm desafiado o raciocínio do homem;

8. Allan Kardec tem sido confirmado, por fontes independentes e fidedignas, como um grande emissário de Jesus, especialmente escolhido por Ele para concretizar na Terra a Sua promessa do envio do Consolador,¹ que nada mais é do que o Espiritismo, que veio para nos ensinar todas as coisas (o esclarecimento abundante que traz), para nos fazer lembrar tudo o que Jesus nos disse (a sanção e explicação que ele nos dá dos Evangelhos), e que estará sempre conosco (a perenidade do Espiritismo);

9. A obra de Allan Kardec não é uma estrutura estática e fechada, mas sim dinâmica e aberta a complementações futuras, incorporando a característica da progressividade, essencial a todo sistema científico ou filosófico que não pretenda ser sepultado pelas constantes e inevitáveis descobertas de fatos novos e pela ampliação geral do conhecimento humano;

10. Allan Kardec testemunhou em todos os atos de sua vida a sua condição de Espírito de escol: jamais prejudicou a alguém; só com o bem retribuiu as ingratidões, ofensas e calúnias com que em vão tentaram embaraçar-lhe os passos; doou-se por completo à grande obra de educação dos homens que é o Espiritismo: a ela sacrificou o conforto, o repouso, os bens materiais, a saúde e até a própria vida. Estudemos com seriedade essa obra.

Conheçamos de perto esse autor.

Depois, comparemo-los à obras e autores que os pretendam superar.

Quais se poderão gloriar de fazer-lhes frente em apenas algumas das dez características enumeradas (para não dizer em todas)? Retornemos, por fim, à questão: Por que Allan Kardec?

Talvez já não seja difícil respondê-la...

Silvio Seno Chibeni

Fonte: Reformador-Abril/1986

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.

Quanto orgulho, no homem, disfarçado de humildade... Quanta cultura desprovida de sabedoria... Quanta intenção escusa por detrás de um único gesto... Quantas palavras melífluas ocultando sentimentos inconfessos... Quanta vaidade sob aparência andrajosa... Quanta conveniência de ocasião... Quanta teoria e escassez de ação... Quanto preconceito em nome da tolerância... Quanta violência reprimida à espera de uma oportunidade... Quanto apego simulando desprendimento... Quanto afeto que escraviza, ao invés de amor que liberta... Quanta fé incentivando fanatismo!...

Irmão José

Livro: Dias Melhores



Jesus Crucificado: O Farisaísmo no Movimento Espírita

O farisaísmo espírita é sutil, mas corrosivo. Ele se esconde atrás de reuniões bem organizadas, de discursos eloquentes, de eventos beneficentes que não tocam a alma. E, assim, Yeshua é novamente crucificado — não por ignorância, mas por vaidade, por medo da verdade que exige renúncia, revisão e autenticidade.

“Mas ai de vós, escribas e fariseus, hipócritas! Pois que fechais aos homens o reino dos céus; e nem vós entraís, nem deixais entrar aos que estão entrando” (Mateus 23:13). ^[1]

Hoje despertei assim — estranhamente cristão. Reflexivo, veio-me à memória a passagem evangélica acima transcrita 23 que, para os de bom senso, ressoa como um manifesto moral e ético. De fato, quase um plano de reeducação sociopolítica, religiosa-educativa e cultural para os dias atuais. Para outros, porém, ecoa como heresia — propostas necessárias, mas ainda distantes da realidade existencial dos homens. Por vezes consideradas desnecessárias por alguns (ou muitos!) — justamente por exigirem esforço, desconforto e mudança.

Nesse clima de verdades indigestas, refletidas no capítulo em questão, é certo que, se Yeshua surgisse hoje, seria cancelado — nas redes sociais, nas igrejas em geral e, sim, nos centros espíritas, onde o estudo virou formalismo, o acolhimento tornou-se protocolo e até os gestos cotidianos perderam a espontaneidade.

Sua presença, aliada ao verbo desafiador e sem concessões, incomodaria não apenas os sistemas religiosos e políticos — poderes institucionais e ideológicos que perpetuavam injustiças, algo muito presente na cultura judaica da época, sob domínio romano, e ainda na atual — mas também aqueles que, em nome da espiritualidade, se afastaram da simplicidade e da coerência que o evangelho propõe: *“Amai uns aos outros como eu vos amei.”*

A proposta de Kardec

Allan Kardec, ao codificar o Espiritismo, não o fez para criar mais uma estrutura religiosa, mas para oferecer uma ferramenta de esclarecimento e transformação moral. Em “O evangelho segundo o Espiritismo”, ele afirma que *“reconhece-se o verdadeiro espírita pela sua transformação moral e pelos esforços que faz para domar suas más inclinações”* ^[2]. Essa proposta exige coragem, lucidez e ação — não apenas estudo ou discurso.

Por isso, causa espanto ouvir, com frequência, a repetida máxima entre os espíritas: “Falta estudar o Espiritismo!”. Como se o estudo, por si só, teórico, fosse suficiente para garantir coerência, ética e vivência espiritual. A grande maioria dos desvios não nasce tão só da ignorância, mas da cátedra espírita — onde o saber virou palanque, e o conhecimento doutrinário, instrumento de vaidade. O estudo tornou-se égide, não espelho. E assim, o evangelho é citado, mas raramente vivido.

Farisaísmo e vaidade espiritual

Homens de pouca fé — bate-se no peito e se glorifica diante dos céus: *“Eis-me aqui, Senhor. Vosso servo fiel, bem sabeis* — ainda que dita no inconsciente — *que não sou como esses publicanos”*.

Essa postura — sutil, quase sempre inconsciente e, por vezes, tendenciosa — revela traços existenciais que se perpetuam ao longo da jornada do Espírito, encontrando abrigo em estruturas que preferem o brilho da aparência à luz silenciosa da sabedoria vivenciada.

É aí então que a disputa pela liderança no movimento espírita dá forma aos seus sacerdotes — e sustenta, em torno deles, os que preferem a segurança da forma à inquietação da verdade.

Exemplos clássicos disformes, que ligam o passado ao presente, acendem um alerta para o futuro do Espiritismo. Entre eles o fato de que os expositores disputam espaço para falar, priorizando títulos e currículos, enquanto evitam temas desafiadores ou autocríticos. Na tribuna, em vez da coragem do profeta, ergue-se a vaidade do doutor. O público se contenta com o aplauso; o expositor, com o título. Ambos se afastam do Evangelho vivo.

Muitas vezes, assim, a tribuna se transforma em vitrine de erudição, onde o objetivo é impressionar, e não transformar. O resultado é um distanciamento entre o expositor e a plateia, que sai sem reflexão ou motivação para um despertar ético.

Naquele tempo, pães e peixes saciavam multidões sem distinção — plebeus, soldados, membros da corte — todos acolhidos sob o olhar do Nazareno. Hoje, cestas básicas e ações assistenciais seguem seu curso justo, mas a distância entre as classes não apenas persiste: tornou-se parte do cenário, naturalizada pela rotina institucional espírita — tudo isso tutelado pelo verniz da caridade.

O farisaísmo não é uma figura do passado. Ele sobrevive, disfarçado de zelo doutrinário, de autoridade moral e de aparente fidelidade aos princípios. No movimento espírita, ele se manifesta quando o estudo vira ritual, o acolhimento se torna protocolo e a caridade se converte em evento.

Há, então, uma crescente preocupação com a forma, com o discurso correto, com a aparência de espiritualidade — enquanto a essência espírita, de base científica, filosófica e moral, aquela que esclarece, liberta e transforma, vai sendo esquecida.

Yeshua — o homem, e não o Cristo teológico — denunciou os fariseus por limparem o exterior do copo, enquanto o interior permanecia impuro. Hoje, muitos centros espíritas parecem repetir esse padrão: priorizam a imagem pública, a estrutura organizacional, os títulos e cargos, mas negligenciam o compromisso íntimo com a reforma moral e com o Evangelho Redivivo.

A fé raciocinada, proposta por Kardec, tem sido substituída por uma fé protocolar, onde o estudo é mecânico e a prática, condicionada por conveniências. Isso quando não se promove uma verdadeira miscelânea, deturpando e distorcendo princípios basilares da Doutrina dos Espíritos em nome de ideologias pessoais.

O verdadeiro espírita, no entanto, é aquele que se aprofunda nos estudos, pesquisa, observa, renova-se e debate — sem perder o filtro da consciência, nem o respeito às diferenças, sobretudo no campo social, no ambiente familiar, na própria casa espírita e no movimento que escolheu servir.

Vale recordar que o conselho de Erasto, em “O livro dos Médiuns”, permanece atual e necessário: *“Ao aparecer uma nova opinião, por menos que vos pareça duvidosa, passai-a pelo crivo da razão e da lógica. O que a razão e o bom senso reprovam, rejeitai corajosamente”* ^[3].

Esse comportamento, embora sutil, revela um risco maior: o de que o Espiritismo, em sua essência, seja desfigurado pela institucionalização precoce e pela perda de sua proposta original.

Espiritismo em Risco

Allan Kardec, em “Obras Póstumas”, já alertava para o risco da institucionalização do Espiritismo. Ele dizia que o movimento deveria se manter livre, simples e comprometido com a verdade — sem se deixar contaminar pelos vícios das religiões tradicionais. Como ele próprio afirma no capítulo Constituição do Espiritismo – § I. Considerações Preliminares ^[4]:

“Por isso mesmo, constantemente procuramos, e com todas as nossas forças, afastar os espíritas do propósito de fundarem prematuramente qualquer instituição especial com base na Doutrina, antes que esta assentasse em alicerces sólidos. Fora exporem-se a fracassos inevitáveis, cujo efeito teria sido desastroso, pela impressão que produziriam no público e pelo desânimo em que lançariam os adeptos.”

Quando o Espiritismo se afasta da humildade e da coerência, ele se aproxima do erro que Yeshua combateu com firmeza.

O farisaísmo espírita é sutil, mas corrosivo. Ele se esconde atrás de reuniões bem organizadas, de discursos eloquentes, de eventos beneficentes que não tocam a alma. E, assim, Yeshua é novamente crucificado — não por ignorância, mas por vaidade, por medo da verdade que exige renúncia, revisão e autenticidade.

O movimento espírita, mesmo carregando contradições desde a época de Kardec, nasceu em sua essência como um espaço de acolhimento, esclarecimento e transformação moral. Quando bem vivido, é capaz de unir razão e sentimento, estudo e prática, fé e ação. Mas, ao se afastar dessa essência, torna-se apenas mais uma estrutura religiosa — com seus ritos, cargos e aparências.

Afinal, como advertiu Yeshua aos fariseus, com palavras duras, mas necessárias: **“Serpentes, raça de víboras! Como escapareis da condenação do inferno?”** (Mateus 23:33) ^[1].

O inferno físico, dantesco, já não nos assombra — mas a animosidade moral, alimentada por vaidades e incoerências, ainda arde em nossas atitudes e escolhas.

A nós, espíritas que defendemos a fé raciocinada, cabe uma pergunta essencial: seremos capazes de escapar dos erros que ele denunciou – ou seremos nós os novos fariseus, vestidos de espíritas?

Resta a advertência do discípulo: **“E sede cumpridores da palavra, e não somente ouvintes, enganando-vos a vós mesmos.”** — Tiago 1:22 ^[5].

Por fim — mas que não se encerra — cá estamos, aprendendo. Vida longa ao conhecimento teoprático ^[A].

Wilson Custódio Filho

Nota do Autor:

[A] Sobre o termo “teoprático”: é uma construção conceitual derivada da junção de *Theós* (Deus) e *prático* (relativo à ação), propondo a ideia de uma espiritualidade vivida — onde o conhecimento divino se traduz em prática ética, consciente e transformadora. Trata-se de uma síntese entre fé e ação, ou entre o saber espiritual e a coerência existencial.

Fontes:

[1] Bíblia Sagrada. “Evangelho de Mateus”. Capítulo 23, versículos 13 e 33.

[2] Allan Kardec. “O evangelho segundo o Espiritismo”. Cap. XVII, Item 4. Tradução de José Herculano Pires. São Paulo: Editora LAKE.

[3] Allan Kardec. “O livro dos Médiuns”. Cap. XX, Item 230. Tradução de José Herculano Pires. São Paulo: Editora LAKE.

[4] Allan Kardec. “Obras Póstumas”. Tradução de José Herculano Pires. São Paulo: Editora LAKE.

[5] Bíblia Sagrada. “Epístola de Tiago”. Capítulo 1, versículo 22.

Fonte: Harmonia - Revista Espírita Outubro/2025

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



UM RUMO POSSÍVEL DO MOVIMENTO ESPÍRITA

Recentemente, a desencarnação do conhecido médium baiano, Divaldo Pereira Franco, suscitou diferentes reflexões sobre as características culturais do movimento espírita brasileiro. Além de se reconhecer a sua profícua divulgação do Espiritismo, constata-se que ele foi o último dos grandes nomes cuja vasta produção mediúnica e eloquente oratória atravessaram as fronteiras nacionais e influenciaram os adeptos de dezenas de países. Tal produção é superada, apenas, pelo médium mineiro, Francisco Cândido Xavier, o qual foi, para muitos, o maior representante espírita brasileiro ao popularizar a doutrina a partir de meados do século XX.

Estudos sociológicos e antropológicos anteriores, como os de Hess (1991)^[1], Stoll (1999)^[2] e Lewgoy (2004)^[3], já destacaram o papel central que médiuns carismáticos desempenharam na formação cultural do Espiritismo no Brasil, imprimindo elementos muito peculiares.

Desde a formação dos primeiros grupos mediúnicos espíritas brasileiros, no final do século XIX, existiram tensões comportamentais, principalmente quanto à postura desviante religiosista, conforme relatam Arribas (2008)^[4] e Quintela (2010)^[5], apontando o embate ideológico entre os chamados “místicos” e “científicos” no Rio de Janeiro, então capital do Império. Observou-se a tendência de se adotar um comportamento de tom venerativo em relação aos Espíritos comunicantes, priorizando sua identidade e suposta elevação moral em detrimento dos cuidados metodológicos da universalidade e da fé raciocinada.

Apesar de não ser o desejado, é compreensível que, ao ser disseminada para diferentes contextos geográficos e culturais, qualquer filosofia ou sistema de pensamento passe por um processo de resignificação local. Essa “ambientação cultural” é objeto de estudo de diversas correntes das ciências sociais que observam como ideias universais são reinterpretadas conforme os códigos simbólicos, históricos e afetivos de cada sociedade.

Geertz (1978)^[6] destacou que não existe apropriação neutra de um corpo doutrinário: ele será necessariamente moldado por mediações simbólicas e práticas locais. No caso do Espiritismo, sua chegada ao Brasil encontrou um solo promissor para esse tipo de recriação, marcado por uma religiosidade popular influenciada pela tradição católica, pelo sincretismo e pela valorização da autoridade carismática, fatores que contribuíram para a configuração de um modelo devocional próprio, ainda que sustentado por referências formais à codificação original de Kardec.

Entretanto, se por um lado tais adaptações culturais são compreensíveis no processo de disseminação de qualquer doutrina, por outro é igualmente esperado que, com o tempo, haja um amadurecimento capaz de promover o retorno crítico e consciente às suas bases originárias. Assim como a fase adulta supera a juvenil não por negar sua história, mas por ressignificá-la com maior lucidez, também o movimento espírita pode evoluir superando formas de adesão baseadas no carisma individual ou na emoção devocional. Esse percurso não representa um retrocesso, mas um avanço no sentido da coerência doutrinária e da fidelidade reflexiva. O próprio Espiritismo, ao propor-se como o Consolador prometido, não anulou a mensagem de Jesus, mas a retomou em sua essência moral e racional, despida das deturpações dogmáticas acumuladas ao longo dos séculos. Trata-se de um exemplo claro de progresso intelectual e ético que, longe de repetir o passado, o eleva e o depura. Da mesma forma, a valorização consciente aos fundamentos kardequianos ao invés de posições opinativas de determinados médiuns e Espíritos deve representar para o movimento espírita não uma negação de sua história, mas a continuidade de seu propósito de iluminação das consciências com liberdade, responsabilidade e razão.

Esse amadurecimento pode se concretizar por meio de uma educação doutrinária mais vigorosa e estruturada, que vá além da memorização de frases consagradas ou da aceitação automática de conteúdos atribuídos a médiuns renomados. O combate efetivo às más inclinações e o consequente aprimoramento moral, objetivos do verdadeiro espírita, decorrem da precisa compreensão da realidade espiritual, o que é possível quando se adota a fé raciocinada proposta por Kardec. Essa fé não se sustenta em crenças passivas ou emocionais, mas em uma postura analítica, capaz de avaliar racionalmente as informações recebidas e de submetê-las ao crivo da lógica, da moral universal e da coerência com o conjunto do ensino dos Espíritos. Assim, incentivar o estudo aprofundado dos princípios doutrinários, o debate respeitoso com outras áreas do saber e, sobretudo, a adoção sistemática do critério da universalidade como método de validação de conteúdo, são práticas fundamentais para o desenvolvimento consciente e autêntico do movimento espírita. Dessa forma, o Espiritismo seguirá fortalecido em sua proposta original, marchando com solidez e discernimento no cumprimento de sua missão esclarecedora e moralizadora.

A crescente oferta de cursos e estudos sistemáticos das obras de Kardec tem favorecido uma compreensão mais crítica e robusta do Espiritismo, enquanto o estímulo ao diálogo com a ciência contribui para consolidar uma abordagem mais racional e menos fantasiosa. Paralelamente, pesquisas acadêmicas sobre temas como reencarnação, experiências de quase-morte e mediunidade, conduzidas por estudiosos não espíritas em diversos países, reforçam a legitimidade do estudo da realidade espiritual em bases empíricas e interdisciplinares.

Diante dos desafios e possibilidades do presente, os rumos do Espiritismo envolvem o resgate integral de sua proposta filosófico-científica: uma doutrina fundamentada na razão, no método e na moral, sem o devocionalismo que a obscurece. O caminho para que o movimento espírita brasileiro avance com firmeza e serenidade é pautado pelo conhecimento que liberta dos grilhões da ignorância mística e supersticiosa.

[1] HESS, David J. *Spirits and Scientists: Ideology, Spiritism, and Brazilian Culture*. University Park, PA: Penn State University Press, 1991

[2] STOLL, Sandra J. *Entre dois mundos: o Espiritismo da França e no Brasil*. Tese de Doutorado, São Paulo, USP, 1999.

[3] LEWGOY, Bernardo. *O grande mediador: Chico Xavier e a cultura brasileira*. Bauru: Edusc, 2004.

[4] ARRIBAS, Célia G. *O crescimento do aspecto religioso do Espiritismo no Brasil no século XX e XXI: um estudo das representações sociais da doutrina espírita na contemporaneidade*. Dissertação de Mestrado, São Paulo, PUC, 2008.

[5] QUINTELLA, Mauro. *História do espiritismo no Brasil: origens, consolidação e desenvolvimento*. AJEE, 2010.

[6] GEERTZ, Clifford. *A interpretação das culturas*. Rio de Janeiro: Zahar, 1978

Marco Milani

Fonte: <https://educadorespirita1.blogspot.com/>

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.



O ELIXIR DA JUVENTUDE

O elixir da juventude — esse mito que atravessa séculos e civilizações — sempre fascinou a humanidade, porque reflete um anseio mais profundo que o simples desejo de prolongar os dias: o desejo de vencer o tempo. Desde as epopeias antigas, quando os deuses brindavam com néctar os escolhidos, até os laboratórios modernos, onde a biotecnologia promete deter o envelhecimento celular, o homem tem buscado a eternidade naquilo que perece.

Mas a verdade é que nenhum corpo, por mais perfeito que seja, escapa à lei da transformação. Toda forma visível é apenas um estágio provisório da substância invisível que a sustenta. Como um rio que nunca é o mesmo, os corpos se renovam, se desintegram e se refazem em outros corpos, obedecendo ao princípio universal da mutação. A matéria é fluxo, não permanência; é movimento, não repouso.

E, no entanto, persistimos — com romântica teimosia — tentando fixar o instante. Buscamos criar a imortalidade das coisas através da arte, da ciência, da religião, da poesia. Esforçamo-nos em deixar vestígios: construímos academias, monumentos, versos e memórias, imaginando que algo de nós permanecerá. Essa é talvez a mais humana das ilusões — a de confundir o eco com a voz, a sombra com a luz.



O que, porém, raramente compreendemos é que a juventude verdadeira não é um estado do corpo, mas do espírito. O corpo é o instrumento; o espírito, o músico. Quando a melodia é pura, o instrumento vibra em harmonia. Mas quando o músico se eleva em consciência, a música já não depende mais do instrumento. É nesse ponto que a morte deixa de ser o fim e se torna apenas uma mudança de palco.

Allan Kardec, em *O Livro dos Espíritos*, define o espírito como o ser essencial, o princípio inteligente do Universo. E acrescenta que o corpo é apenas seu envoltório transitório, “um vestuário que se gasta com o uso”. Essa concepção dissolve a angústia da velhice física, pois nela o desgaste não é ruína, mas libertação. O espírito não envelhece; ele amadurece. E amadurecer, espiritualmente, é aprender a amar com mais sabedoria e menos apego.

Léon Denis, em *Depois da Morte*, dirá que “a alma é um foco de vida que não se apaga, mas se transforma, e cuja juventude se renova nas sucessivas existências”. Ele via, na reencarnação, a pedagogia divina que conduz o ser à perfeição. A juventude do espírito é, pois, o resultado de sua própria educação através das experiências do tempo. É a eterna capacidade de recomeçar.

Assim, o verdadeiro elixir da juventude não está nos laboratórios da Terra, mas na química sutil da consciência. O espírito que ama, que aprende e que serve é eternamente jovem, porque vive em estado de expansão. A juventude espiritual é o reflexo da harmonia interior, da liberdade conquistada sobre as paixões e do entendimento das leis divinas.

Os corpos, todos, são perecíveis e transformáveis; possuem uma permanência impermanente. São como vestes que usamos para dançar brevemente no palco do mundo.

Quando o pano se rasga, o dançarino prossegue — e, em novo cenário, retoma a dança. O tempo, que parece destruidor, é na verdade o grande restaurador. Ele dissolve as formas, mas conserva as essências; apaga as aparências, mas guarda a memória luminosa das experiências vividas.

O que chamamos juventude é, portanto, um estado da alma que vibra na alegria de existir. O espírito jovem é aquele que nunca se cansa de aprender, que se renova diante do mistério, que não teme a travessia das sombras. A velhice, por outro lado, é o endurecimento das ideias, a cristalização das emoções, a recusa de continuar o aprendizado.

Eis a grande descoberta — o “grito de Eureka” de que fala a sabedoria antiga: a de que somos imortais não por decreto divino, mas por natureza espiritual. Somos centelhas de uma chama que não se apaga. A consciência é a juventude eterna do ser, porque nela pulsa o infinito. Quando o espírito percebe isso, abre um sorriso vitorioso. Sabe, enfim, que encontrou o verdadeiro e único elixir da juventude.

Wilson Garcia

Fonte: expedienteonline.com.br

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.

Fora da Caixa



CULTURA

Curiosidades incríveis sobre algumas das obras de arte mais famosas

A obras de arte famosas na história tem o poder de fascinar e estimular a curiosidade das pessoas desde o momento em que ganham reconhecimento e projeção.

Muitas dessas peças possuem histórias e fatos curiosos que muitas vezes não chegam ao conhecimento do grande público.

Assim, selecionamos obras emblemáticas e conhecidas e trazemos algumas das curiosidades em torno delas.



Pietá, de Michelangelo (1498-1499)

Uma das esculturas mais famosas da história da arte é Pietá, que representa Virgem Maria com Jesus sem vida em seus braços. A escultura pode ser vista na Basílica de São Pedro, no Vaticano, e foi produzida entre 1498 e 1499 pelo renascentista Michelangelo.

Uma curiosidade que poucos sabem sobre a obra é que ela é a única que foi assinada pelo artista.

Seu nome pode ser lido em uma faixa que cruza o peito de Virgem Maria, onde se lê: *MICHEA[N]GELVS BONAROTVS FLORENT[INVS] FACIEBAT*. A tradução da frase diz: Michelangelo Buonarroti, o florentino, fez.

O artista só incluiu seu nome depois que a peça já havia sido entregue. A assinatura ocorreu em um momento de raiva, pois estavam correndo boatos de que a autoria seria de outra pessoa, devido à pouca idade de Michelangelo.

Assim, para esclarecer as dúvidas, o gênio decidiu marcar seu nome na escultura, marcando-o também na história.



Mona Lisa, de Da Vinci (1503-1506)

A pintura mais famosa do mundo é também uma das obras com mais fatos curiosos e mistérios. Mona Lisa (La Gioconda, em italiano) é um pequeno quadro de 77 x 53 cm que está localizado no Museu do Louvre, em Paris.

Pintado por Leonardo Da Vinci entre 1503 e 1506, esse óleo sobre madeira exibe o retrato de uma mulher jovem com olhar e sorriso enigmáticos.

Em 2015 foram feitos estudos com alta tecnologia para verificar as diversas camadas de tinta e constatou-se que existem, na verdade, quatro retratos distintos na obra, três deles ficaram escondidos atrás da Mona Lisa que hoje conhecemos.

Outra curiosidade interessante descoberta nesse mesmo estudo é que, ao contrário do que se imaginava, Da Vinci pintou cílios e sobrancelhas na retratada, mas na pintura atual não se nota.

Além disso, a tela já foi roubada no começo do século XX, em 1911. Na ocasião se suspeitou do pintor Pablo Picasso, mas depois se soube que um ex-funcionário havia retirado a obra do museu e tentado vendê-la. Assim, se recuperou a tela.



O grito, de Munch (1893)

O Grito é uma daquelas obras de arte que se tornam ícone de um momento histórico e, mais do que isso, traduzem um tipo muito específico de sentimento: a angústia.

Pintada pelo norueguês Edward Munch em 1893, a obra possui 4 versões.

Especialistas afirmam que a figura aterrorizada que vemos no centro da imagem teve como inspiração uma múmia peruana presente em uma exposição de 1850 em Paris.

A tela também foi furtada da Galeria Nacional de Oslo, na Noruega. O roubo ocorreu em 1994 e os ladrões tiveram a ousadia de deixar um bilhete no local agradecendo pela falta de segurança. No ano seguinte a obra foi recuperada e a segurança da galeria reforçada.



Moça com brinco de pérola, de Vermeer (1665)

A obra mais conhecida do holandês Johannes Vermeer é Moça com brinco de pérola, de 1665.

Sua fama é enorme e a pintura ganhou os cinemas em 2003 com um filme que conta de forma ficcional como foi o processo de criação da tela e a relação do pintor com a modelo.

Mas na realidade pouco se sabe sobre o assunto, apenas que a musa inspiradora era uma jovem retratada com serenidade e certa sensualidade, observada em seus lábios entreabertos.

A joia pendurada em sua orelha ganha destaque na tela ao revelar um brilho parecido com o que está presente nos lábios e nos olhos.

É curioso também observar que, em realidade, o pintor não inseriu na imagem um gancho que ligue a pérola ao lóbulo da orelha da jovem.

Assim, o brinco ganha uma característica sobrenatural, como se fosse uma esfera brilhante pairando no ar. Podemos inclusive comparar o adereço ao próprio planeta flutuando no espaço.

A pintura é tão icônica que é comparada à Mona Lisa, ganhando status de “Mona Lisa holandesa”.



O pensador, de Rodin (1917)

A escultura O pensador, do francês Auguste Rodin, é uma das grandes obras do século XX.

Finalizada em 1917, foi criada inicialmente para compor A porta do Inferno, uma obra que integra várias esculturas e foi feita em homenagem ao poema de Dante Alighieri A Divina Comédia.

Com o sucesso dessa escultura especificamente, foram feitas novas versões. Ao todo, o escultor realizou uma dezena de “novos pensadores”.

O nome inicial seria O poeta, em referência à Alighieri, mas como a figura retratada não condizia com a do escritor, mudou-se para O pensador.

O artista tinha consciência da genialidade de sua obra e chegou a afirmar:

O que pensa o meu pensador é que ele pensa não só com o cérebro, com as sobrancelhas, as narinas distendidas e os lábios comprimidos, mas com cada músculo de seus braços, costas e pernas, com o punho cerrado e o aperto dedos do pé.



Abaporu, de Tarsila do Amaral (1928)

Quando se fala em uma pintura famosa brasileira, quase todos se lembram de Abaporu, de Tarsila do Amaral.

Ícone da primeira fase do modernismo no Brasil, a tela foi concebida em 1928 e foi oferecida por Tarsila ao seu marido Oswald de Andrade como um presente.

Comparando a pintura à escultura O pensador, vemos a evidente semelhança na posição corporal das figuras. Por isso, associa-se as duas obras, como se Abaporu fosse uma espécie de “releitura” da escultura de Rodin.

Por outro lado, a neta da artista afirmou em entrevista em 2019 que na casa de Tarsila havia um grande espelho inclinado.

Assim, a figura desproporcional exibida seria um autorretrato da artista, que se posicionou em frente ao espelho e observou os pés e mãos enormes, em detrimento da cabeça.

De qualquer forma, a tela se tornou um símbolo do “antropofagismo”, movimento que pretendia valorizar a cultura brasileira.



A persistência da memória, de Salvador Dalí (1931)

A célebre tela surrealista A persistência da memória, do espanhol Salvador Dalí, exibe a imagem absurda de relógios derretendo, formigas e moscas, um corpo sem forma e uma insólita paisagem ao fundo.

Com dimensões reduzidas (24 x 33 cm), foi criada em 1931 em apenas cinco horas durante uma catarse criativa do artista.

Conta-se que Dalí havia comido queijo camembert naquele dia e estava indisposto. Enquanto sua esposa se divertia com amigos, o artista decidiu ficar em casa.

Ao se isolar no ateliê concebeu a pintura que se tornou uma das mais importantes do movimento das vanguardas europeias.



A noite estrelada, de Van Gogh (1889)

Uma das pinturas mais reproduzidas na contemporaneidade é A noite estrelada, do holandês Vincent Van Gogh.

Pintada em 1889, a tela de 73 x 92 cm exibe uma paisagem noturna com um enorme céu que se movimenta em espiral, sugerindo o turbilhão emocional que o artista vivenciava.

A obra foi concebida durante o tempo em que ele esteve voluntariamente no hospital psiquiátrico de Saint-Rémy-de-Provence e retrata a vista da janela de seu quarto combinada com elementos da imaginação.

Assim, o vilarejo e a pequena igreja fazem alusão à Holanda em que passou sua juventude. Estudos sugerem que o céu representado exibe a posição exata dos astros naquele momento, demonstrando grande conhecimento de astronomia.

Fonte: Compilação de Pesquisa

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.





Palavras em Verso, Prosa e Melodia

Dora Incontri



Dora Incontri é paulistana, nascida em 1962. Jornalista, educadora e escritora. Suas áreas de atuação são Educação, Filosofia, Espiritualidade, Artes, Espiritismo. Tem mestrado, doutorado e pós-doutorado em Filosofia da Educação pela USP. É sócia-diretora da Editora Comenius e coordenadora geral da Associação Brasileira de Pedagogia Espírita. Coordenadora geral da Universidade Livre Pampédia.

Tem mais de 40 livros publicados. Livros sobre Educação, Filosofia, Espiritualidade; livros didáticos; livros psicografados.

Trabalha em prol do diálogo inter-religioso, milita por uma nova educação, que inclua interdisciplinaridade, espiritualidade, autonomia do educando, com mudança radical da escola tradicional. Inspira-se nos grandes clássicos da Educação, como Comenius, Rousseau e Pestalozzi, que tinham uma visão integral do ser humano.

*O tempo é um tecido rústico
Que nos veste de ti.
E pode ser uma tecitura leve
Que te desvenda em nós.*

*Às vezes, o tempo da Terra
Nos pesa tanto
Que queríamos rasgá-lo.
Arrancá-lo com mãos vorazes
Para abrir brechas
Na tua eternidade translúcida.*

*Então urge de leveza
Sonha uma cadência fútil
De valsa vienense.*

*O tempo pede generosas horas
Ao pé de minutos humanos.*

*O tempo, estás nele
Mas te escondes além do tempo.*

*Com o tempo, estás nele
Mas te escondes além do tempo.
Com o tempo te aprendemos
Depois do tempo, te encontraremos.*

Do livro: Poemas Militantes e dos afetos



Melancolia, Depressão e as Festas de Fim de Ano

Para algumas pessoas as festas de fim de ano são sinônimo de confraternização, celebração, além de serem um motivo a mais para estar junto dos amigos e da família. Para outras, no entanto, o fim de ano tem um outro significado. Embora muita gente associe essa época à felicidade, ela também pode ser um período de melancolia e depressão.

Segundo pesquisa realizada pela National Alliance on Mental Illness (NAMI), 64% das pessoas que sofrem com questões de saúde mental afirmam que as festas de final de ano agravam os sintomas. Na pesquisa, 24% dos entrevistados que possuem um transtorno mental diagnosticado afirmam que costumam se sentir muito piores durante essa época. Para 40% dos entrevistados, no entanto, as festas de final de ano pioram os sintomas, mas de forma leve ou moderada.

Melancolia de final de ano ou depressão?

Embora já existam dados indicando que as festas de final de ano agravam os sentimentos de melancolia de algumas pessoas e podem acentuar os sintomas de quem tem depressão ou sofre com a ansiedade, psiquiatras e psicólogos não tratam a melancolia de final de ano ou a depressão de final de ano como transtornos específicos.

Segundo a American Psychological Association fatores como o acúmulo de tarefas no trabalho, pressão para realizar reuniões e confraternizações, organização das férias, falta de dinheiro e consumismo impactam o equilíbrio psicológico e o comportamento de qualquer um. No caso de quem perdeu um familiar, amigo querido, ou mesmo um animal de estimação, as festas de fim de ano podem ser particularmente difíceis em razão do profundo sentimento de ausência.

Mas, independentemente de algumas pessoas serem menos ou mais suscetíveis nessa época, é preciso estar atento a alguns sinais de alerta.



Mudanças no apetite, perda ou ganho rápido de peso, alteração nos padrões de sono, dificuldade de concentração, sentimentos de inutilidade ou culpa, cansaço excessivo, tensão, preocupação e ansiedade são alguns dos indicadores de que algo não vai bem.

Caso eles se prolonguem por algum tempo, ou seja, ultrapassem o período das festas de fim de ano, é importante conversar com um profissional e buscar auxílio.

Por que essa tristeza agora?

Embora as festas de fim de ano sejam associadas a momentos de animação, está tudo bem não estar bem. Até porque, existem diversos motivos que tornam essa época bastante propícia para o surgimento de sentimentos como a tristeza e a melancolia, já que mudamos a rotina e acabamos expostos a uma pressão enorme para finalizar tudo antes do ano acabar. Por isso é importante ficar atento à rotina e buscar o equilíbrio, mesmo com a correria.

Para quem sofre de transtornos como ansiedade e depressão, vale a pena prestar a atenção em alguns fatores que podem ajudar a equilibrar nossa saúde mental, tais como:

Durma bem

No fim do ano, todos nós ficamos com uma agenda agitada. Por isso, muita gente acaba negligenciando uma boa noite de sono. Dormir é essencial para o equilíbrio do nosso corpo e da nossa mente, já que auxilia na administração do estresse diário e também diminui os níveis de ansiedade. Para quem anda muito ansioso ou se sentindo mais deprimido é bom se acolher e respeitar uma boa rotina de sono.

Evite excessos na alimentação e no álcool

Muita gente exagera na bebida e na comida durante as festas de final de ano. O excesso, em alguns casos, acontece simplesmente pela abundância de alimentos, que é comum em qualquer tipo de celebração. Contudo, ele também pode ser uma espécie de mecanismo de defesa. Para algumas pessoas, comer e beber é uma forma de fugir da tristeza e sentimentos desconfortáveis. Assim, vale a pena se observar com relação a alimentação e ficar atento sobre como estamos nos relacionando com a comida e principalmente com o álcool durante essa época.

Programe-se financeiramente durante o ano

O estresse financeiro também é algo que acentua sensações como impotência e frustração.

Nessa época do ano, muita gente se sente obrigada a presentear amigos e familiares, outras gostariam de fazer uma viagem de férias, mas o orçamento está apertado. Situações como essa geram bastante estresse e podem afetar nossa saúde mental.

Para quem chegou ao final do ano com o orçamento apertado, vale a pena uma reflexão e um planejamento para o ano seguinte. Em vez de se culpar ou se sentir frustrado, que tal buscar formas de adequar o orçamento para o próximo ano? Além de cortar despesas e mudar alguns hábitos, vale a pena colocar tudo no papel para organizar as finanças.

Fique atento ao isolamento e a solidão

Nem todas as pessoas conseguem passar as festas de final de ano com a família e os amigos. Alguns estão longe, moram em cidades ou países diferentes, por exemplo. Outras lidam com a ausência de um ente querido. Nesses casos, é quase inevitável lidar com o sentimento de solidão e isolamento. Como a pandemia já nos mostrou, que a convivência e o contato social são especialmente importantes para a nossa saúde mental, por isso é importante diminuir as distâncias e evitar o isolamento. Para quem não pode passar com a família, que tal buscar os amigos mais próximos? Para quem perdeu entes queridos, que tal celebrar os momentos alegres que viveram? O isolamento e a solidão podem ampliar a dor, por isso conversar com alguém sobre como está se sentindo é uma boa maneira de lidar melhor com sentimentos complexos e difíceis.

Estabelecendo expectativas realistas

Muita gente passou o ano todo trabalhando em cima de metas que nem sempre foram concretizadas. Com a chegada do final do ano, o sentimento de frustração por não ter feito aquilo que gostaria pode pesar, trazendo tristeza e estresse. Além disso, a pressão por estar feliz nas festas de final de ano pode se tornar um fator ainda mais nocivo, acentuando essa sensação de que *“esse ano nada deu certo”*. É importante colocar as coisas em perspectiva e analisar qual é a história que contamos para nós mesmos diante das nossas frustrações. Muitas vezes, vale a pena rever as metas e realmente refletir se elas foram realistas.

Em busca do equilíbrio

As festas de fim de ano podem ser um período particularmente desafiador para muitas pessoas. Para não comprometer a nossa saúde mental, o melhor caminho é buscar se escutar e ser amoroso consigo mesmo, respeitando os próprios limites.

Aceitar que não precisamos estar felizes e podemos dar espaço para a nossa tristeza é tão importante quanto celebrar o fim de mais um ano.

Cuidar da nossa saúde mental envolve diferentes aspectos da nossa vida. Assim, mesmo quando a agenda está apertada e temos pressa de cumprir todas as nossas promessas antes do ano acabar, vale a pena desacelerar, priorizando equilíbrio e o bem-estar.

Fonte: amesuamente.org.br

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.

08 Expressões Racistas que Precisam Sair do Seu Vocabulário



Como não ser racista? A resposta é tão complicada, afinal somos educados para o inverso: o racismo é imposto e naturalizado, e, mesmo não querendo (existem casos que ele é sim intencional), muitos acabam reproduzindo o discurso opressivo para com negros.

Desconstruir esse discurso, até em expressões simples e que aparentemente não parecem ser ofensivas, mas no fundo são, é necessário e urgente. Pensando em quebrar esse ciclo, te mostro 8 exemplos de racismo cotidiano presente em expressões e palavras que ouvimos com frequência, mas que devem ser eliminadas do vocabulário já.

1- “Amanhã é dia de branco”

Qualquer pesquisa rápida no Google mostrará mais de uma origem para essa expressão, e a maioria negando que ela tem algum cunho racista. Porém, vivemos em um país onde a escravidão do povo negro durou mais de 300 anos, e os escravos, mesmo sendo forçados a trabalhar, geralmente eram vistos como “vagabundos”.

As consequências disso duram até hoje, o negro é sempre visto como a pessoa que faz “corpo mole”, aquele “malandro” que não faz nada. Inclusive, entre as opiniões que mais afloram quando o assunto é cotas sociais para negros, a de que não existe esforço da nossa parte é a mais frequente. Tanto que podemos fazer um paralelo entre essa e a expressão seguinte.

2- “Serviço de preto”

Comum no nosso dia a dia, essa expressão é usada para desqualificar determinado esforço e/ou trabalho, ou seja, fazer “serviço de preto” é igual a ser desleixado.

3- *“A coisa tá preta”*

A expressão “a coisa tá preta” fala por si só: se a coisa está preta, é porque ela não está agradável, ou seja, uma situação desconfortável é o mesmo que uma situação negra? Isso é racismo.

4- *“Mercado negro”*

O mercado negro é aquele que promove ações ilegais, e mais uma vez é a palavra negro sendo usada com conotação desfavorável. O negro, na expressão, significa ilícito.

5- *“Denegrir”*

Já a palavra “denegrir” é recorrente quando acreditamos que estamos sendo difamados, é uma palavra vista como pejorativa, porém seu real significado é “tornar negro”. Se tornar algo negro é maldoso, temos mais um caso de racismo.

6- *“Inveja branca”*

Finalizando a leva de palavras e expressões que associam negro e preto à comportamentos negativos, o exemplo 6, que mostra a “inveja branca” como sendo a inveja boa, “positiva”.

7- *“Cabelo ruim”, “Cabelo de Bombril”, “Cabelo duro” e, a mais desnecessária, “Quando não está preso está armado”*

A questão da negação da nossa estética é sempre comum quando vão se referir aos nosso cabelo Afro. São falas racistas usadas, principalmente na fase da infância, pelos colegas, porém que se perpetuam em universidades, ambientes de trabalho e até em programas de televisão, com a presença negra aumentando na mídia. Falar mal das características dos cabelos dos negros também é racismo.

8- *“Nasceu com um pé na cozinha”*

Expressão que faz associação com as origens, “ter o pé na cozinha” é literalmente ter origens negras. A mulher negra é sempre associada aos serviços domésticos, já que as escravas podiam ficar dentro das casas grandes na parte da cozinha, onde, inclusive, dormiam no chão (sua presença dentro da casa grande facilitava o assédio e estupro por parte dos senhores). Pós-abolição, continuamos sendo estereotipadas como as mulheres da cozinha, já que somos maioria nos serviços domésticos, visto todas as políticas que tentaram e tentam barrar a ascensão negra.

Fonte: GELEDES - Instituto da Mulher Negra

Citação parcial para estudo, de acordo com o artigo 46, item III, da Lei de Direitos Autorais.