



**FOLHA ESPÍRITA
FRANCISCO CAIXETA**
ASSOCIAÇÃO ESPÍRITA
OBRAS ASSISTENCIAIS FRANCISCO CAIXETA
ARAXÁ - MG

Julho/Agosto de 2023 nº111 Ano 19

CENTRO ESPÍRITA FRANCISCO CAIXETA
BIBLIOTECA IRMÃ INEZ
BANCA DO LIVRO ESPÍRITA CHICO XAVIER

Editorial

Allan Kardec¹ nos elucida: “Pelos palavras bem-aventurados os aflitos, porque eles serão consolados, Jesus indica, ao mesmo tempo, a compensação que espera os que sofrem e a resignação que nos faz bendizer os sofrimento, como o prelúdio da cura.” Isso mesmo: Cura. Kardec é muito claro quando fala que a resignação é a condição para alcançarmos a cura. O que nos faz refletir que temos que estar lado a lado com a resignação no decorrer da nossa caminhada evolutiva. Conhecedores que somos, das dificuldades que ainda temos que vivenciar no Planeta Terra, visto que ainda se encontra no estágio de Provas e Expições. Sendo assim, é por meio das dores, das dificuldades, é que conseguiremos quitar as nossas dívidas, adquiridas por meio das nossas imperfeições morais. Sabedores que somos muito imperfeitos ainda e Espíritos rebeldes. Vale lembrar também que Um Espírito Amigo² assevera que “A dor é uma bênção que Deus envia aos seus eleitos; não vos aflijais, pois, quando sofrerdes; antes, bendizei de Deus onipotente que, pela dor, neste mundo, vos marcou para a glória no céu.” Portanto, quando chega a hora de quitar uma dívida, é motivo de alegria. Ficar livre do débito com a Lei Divina é uma bênção. É ter a felicidade de vislumbrar um futuro melhor. Por isso, devemos sempre estar em estado de alerta, para nunca, revoltarmos durante as dificuldades da vida. A vida, às vezes, é dura; sentimos o peso insuportável, porém com Jesus, o fardo fica mais leve. Cultivemos em nossos corações a gratidão. Gratidão por estarmos prontos e fortes para quitar débitos passados! Gratidão por termos a certeza de um futuro promissor! Gratidão por termos Espíritos bondosos ao nosso lado, nos encorajando e nos auxiliando! Gratidão por Deus e Jesus serem tão misericordiosos para conosco! Gratidão por Jesus nos ter enviado a terceira revelação! Gratidão por nosso irmão Allan Kardec ter dedicado tanto, para nos deixar este rastro de luz da palavra de Jesus! Gratidão, Gratidão, Gratidão sempre!

¹ KARDEC, A. *O evangelho segundo o espiritismo*. Cap. V, item 12, Motivos de resignação. FEB.

² _____. Cap. IX, Item 7. Paciência. Um Espírito Amigo. FEB.

AGRADECEMOS

Senhor Jesus!

Nós te agradecemos:

- pela coragem de facear as dificuldades criadas por nós mesmos;
 - pelas provas que nos aperfeiçoam o raciocínio e nos abrandam o coração;
 - pela fé na imortalidade;
 - pelo privilégio de servir;
 - pelo dom de saber que somos responsáveis pelas próprias ações;
 - pelos recursos nutrientes e curativos que trazemos em nós;
 - pelo reconforto de reconhecer que a nossa felicidade tem o tamanho da felicidade que fizemos para os outros;
 - pelo discernimento que nos permite diferenciar aquilo que nos é útil daquilo que não nos serve;
 - pelo amparo da afeição no qual nossas vidas se alimentam em permuta constante;
 - pela bênção da oração que nos faculta apoio interior para a solução de nossos problemas;
 - pela tranquilidade de consciência que ninguém nos pode subtrair...
- Por tudo isso, e por todos os demais tesouros de esperança e amor, alegria e paz de que nos enriqueces a existência, sê bendito, Senhor, ao mesmo tempo que te louvamos a Infinita Misericórdia, hoje e para sempre.

Emmanuel.

Item 50 — *Coragem*

Psicografia de Francisco Cândido Xavier

PROGRAMA ESPÍRITA ENTRE A TERRA E O CÉU

Aos domingos, às 8h, pelas ondas da
Rádio Imbiara de Araxá, 91,5 FM
e pela internet
www.radioimbiara.com.br



VEJA NESTA EDIÇÃO

Suicídio — p.2
Humildade — p.3

Cérebro e mente: a obra divina — p.4
A verdadeira desgraça — p.7

SOBRE A ALIMENTAÇÃO DO HOMEM

(Sociedade de Paris, 4 de julho de 1862 – Mèdium: Sr. A. Didier)

O sacrifício da carne foi severamente condenado pelos grandes filósofos da antiguidade. O Espírito elevado revolta-se à idéia do sangue e, sobretudo, à idéia de que o sangue é agradável à Divindade. E notai bem que aqui não se trata absolutamente de sacrifícios humanos, mas tão-só de animais oferecidos em holocausto. Quando o Cristo veio anunciar a Boa Nova, não ordenou o sacrifício do sangue: ocupou-se unicamente do Espírito.

Os grandes sábios da antiguidade igualmente tinham horror a estas espécies de sacrifícios e eles próprios só se alimentavam de frutos e raízes. Na Terra os encarnados têm uma missão a cumprir; têm um Espírito, que deve ser nutrido pelo Espírito, e um corpo, que deve ser alimentado pela matéria; mas a natureza da matéria influi sobre a espessura do corpo e, em consequência, sobre as manifestações do Espírito, o que é facilmente compreensível. Os temperamentos bastante fortes para viver como os anacoretas fazem bem, porque o esquecimento da carne leva mais facilmente à meditação e à prece. Mas para viver assim, em geral seria necessária uma natureza mais espiritualizada que a vossa, o que é impossível com as condições terrestres. E como, antes de tudo, a Natureza jamais age com disparate, é impossível ao homem submeter-se impunemente a essas privações. Pode ser-se bom cristão e bom espírita e comer a seu gosto, contanto que seja razoável. É uma questão um tanto leviana para os nossos estudos, mas não menos útil e proveitosa.

Lamennais

Allan Kardec

Revista Espírita - Dezembro de 1863

Suicídio

“ — Quais as primeiras impressões dos que desencarnam por suicídio?”

— A primeira decepção que os aguarda é a realidade da vida que se não extingue com as transições da morte do corpo físico, vida essa agravada por tormentos pavorosos, em virtude de sua decisão tocada de suprema rebeldia.

Suicidas há que continuam experimentando os padecimentos físicos da última hora terrestre, em seu corpo somático, indefinidamente. Anos a fio, sentem as impressões terríveis do tóxico que lhes aniquilou as energias, a perfuração do cérebro pelo corpo estranho partido da arma usada no gesto supremo, o peso das rodas pesadas sob as quais se atiraram na ânsia de desertar da vida, a passagem das águas silenciosas e tristes sobre os seus despojos, onde procuraram o olvido criminoso de suas tarefas no mundo e, comumente, a pior emoção do suicida é a de acompanhar, minuto a minuto, o processo da decomposição do corpo abandonado no seio da terra, verminado e apodrecido.

De todos os desvios da vida humana o suicídio é, talvez, o maior deles pela sua característica de falso heroísmo, de negação absoluta da lei do amor e de suprema rebeldia à vontade de Deus, cuja justiça nunca se fez sentir, junto dos homens, sem a luz da misericórdia.”

Emmanuel

O Consolador

Psicografia de Chico Xavier

**Respeite a vida.
Suicídio, não!**

2

Banca do Livro Espírita “Chico Xavier”

Segunda à sexta - 10h às 14h

Sábados - 10h às 12h

Av. Antônio Carlos s/n.

Araxá/MG



Folha Espírita Francisco Caixeta

Editado pela

Associação Espírita

Obras Assistenciais “Francisco Caixeta”

Grupo Editorial

Carlos Humberto Martins

Fábio Augusto Martins

Lívia Cristina Martins

Todos colaboram gratuitamente.

Rua Cônego Cassiano, 802

38183-122 Centro Araxá-MG

Impressão:

Grupo editorial

Tiragem: Digital

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

Jesus Contigo

Dedica uma das sete noites da semana ao Culto Evangélico no Lar, a fim de que Jesus possa pernoitar em tua casa.

Prepara a mesa, coloca água pura, abre o Evangelho, distende a mensagem da fé, enlaça a família e ora. Jesus virá em visita.

Quando o Lar se converte em santuário, o crime se recolhe ao seu. Quando a família ora, Jesus se demora em casa. Quando os corações se unem nos liames da Fé, o equilíbrio oferta bênçãos de consolo e a saúde derrama vinho de paz para todos.

Jesus no Lar é vida para o Lar.

Não aguardes que o mundo te leve a certeza do bem invariável. Distende, da tua casa cristã, a luz do Evangelho para o mundo atormentado. (...)

Joanna de Ângelis

S.O.S. Família

Psicografia de Divaldo P. Franco

HUMILDADE

Por Carlos Humberto Martins

Vamos refletir um pouco sobre nossas atitudes, pensamentos, verbalizações, atos e ações em nosso cotidiano. Os movimentos, desde os pensamentos até a consumação das atitudes, é que devemos pautá-los de acordo com os ensinamentos de Jesus.

“A humildade é virtude muito esquecida entre vós. Bem pouco seguidos são os exemplos que dela se vos têm dado. Entretanto, sem humildade, podeis ser caridosos com o vosso próximo?”¹

Jesus, nosso guia e modelo, deixou um vasto ensinamento referente a humildade;



**É necessário:
Ler Kardec!
Estudar Kardec!
Sentir Kardec!
Viver Kardec!**

ATIVIDADES DO CENTRO ESPÍRITA

“FRANCISCO CAIXETA”

Rua Cônego Cassiano, 802
38183-122 Centro Araxá/MG

Segunda-feira às 19h30

Reunião *online*

O Livro dos Espíritos

Terça-feira às 19h30

Reunião presencial, aberta ao público
O Livro dos Espíritos e O Evangelho Segundo o Espiritismo / Passe

Evangelização da criança

Quarta-feira às 19h30

Reunião *online*

O Evangelho Segundo o Espiritismo

Quinta-feira às 19h15

Reunião presencial fechada ao público
Reunião mediúnica

Sexta-feira às 19h30

Reunião presencial, aberta ao público
O Evangelho Segundo o Espiritismo/
Passe -

Domingo às 18h

Reunião aberta ao público

Grupos de Estudos da Doutrina
Obras de André Luiz

*O link das reuniões *online* é postado às 19h25, no grupo do Caixeta.

•Salve o trabalho, viva o amor!•

Zequinha Ramos

vamos lembrar de uma de muitas passagens em que Ele nos dá o exemplo de ser humilde.

Quando da última ceia em que Ele lava os pés dos apóstolos, simbolizando ato de humildade, e dizendo que veio para servir e não para ser servido.

Voltando para nós Espíritos imperfeitos, habitantes do planeta Terra, que ainda é de provas e expiações. Como estamos lidando com os ensinamentos de Jesus?

Na escala espírita, a Terceira Ordem, que é a dos Espíritos Imperfeitos, tem algumas “características que são a predominância da matéria sobre o Espírito. Propensão para o mal. Ignorância, orgulho, egoísmo e todas as paixões que lhes são consequentes...”²

Ora, embasados na questão supracitada, de *O Livro dos Espíritos*, sabemos que a matéria ainda nos comanda, por isso, nossas atitudes ainda são de muito orgulho, vaidade e egoísmo.

Como fazer para quebrar essa ciranda em que nos encontramos? Encarnamos, desencarnamos e continuamos carregando dentro de nós os mesmos defeitos e erros.

No início de nossa reflexão citamos que Jesus é nosso Guia e Modelo. Guia é para seguir e Modelo é para ser copiado. Aqui está a chave e resposta de nosso problema.

Paulo de Tarso, quando na estrada de Damasco viu Jesus e disse, “que queres que faça?”³ seguiu e copiou Jesus.

Tornando um dos grandes divulgadores do Cristianismo primitivo, Paulo viajou pelas cidades de sua época, não medindo esforços para servir a Jesus.

Em nosso tempo, o que estamos fazendo para divul-

gar e difundir o Cristianismo redivivo que é a Doutrina Espírita?

Não preciso fazer viagens, nem sofrer perseguições para trabalhar em prol de Jesus. Apenas seguir seus ensinamentos, em nossa área de trabalho, convivo familiar e social temos muito como contribuir e divulgar os ensinamentos de Jesus.

Sendo mais tolerantes uns para com os outros, sendo fraternos, perdendo-nos mais altruísta, amando a todos conforme Jesus nos ensinou.

Como seremos caridosos sem cultivar a humildade dentro de nós?

Para sermos humildes necessitamos de destruir dentro de nós as mazelas que carregamos.

É necessário desconstruir o orgulho e o egoísmo dentro de nossos corações e construir em nós a humildade e a bondade.

Que Jesus nos abençoe sempre!

¹ KARDEC, A. *O evangelho segundo o espiritismo*. – Cap.VII – item 11— Espírito Larcordaire. FEB.

² _____ *O livro dos Espíritos* – Cap. I – Q. 101. FEB.

³ XAVIER, F. C. *Paulo e Estêvão* — Cap. X — Espírito Emmanuel. FEB.

“O orgulho, eis a fonte de todos os vossos males. Aplicai-vos, portanto, em destruí-lo, se não lhe quiserdes perpetuar as funestas consequências. Um único meio se vos oferece para isso, mas infalível: tomardes para regra invariável do vosso proceder a lei do Cristo, lei que tendes repellido ou falseado em sua interpretação.”

Adolfo, bispo de Argel (Marmande, 1862.) - Kardec - OESE - Cap. VII, 12.



CÉREBRO E MENTE

A OBRA DIVINA

Por Lindberg Garcia

“O cérebro é o órgão sagrado de manifestação da mente, em trânsito da animalidade primitiva para a espiritualidade humana” (André Luiz – No Mundo Maior)

“Aprender é a única coisa que a mente nunca se cansa, nunca tem medo e nunca se arrepende” (Leonardo da Vinci)

“A mente centralizada na oração pode ser comparada a uma flor estelar, aberta ante o infinito, absorvendo-lhe o orvalho nutriente de vida e luz” (André Luiz, em Mecanismos da Mediunidade, cap. XXV)

Quando René Descartes¹, proferiu a frase, *“Cogito, ergo sum”*, que em latim significa, *“Penso, logo existo”*, no vanguardista Discurso do Método, expôs o seu pensamento após chegar à conclusão, que mesmo duvidando de todas as coisas não poderia duvidar que ele mesmo existe, pelo menos, como coisa que pensa. Descartes, incita assim, a separação do corpo físico, da alma, composta esta, por uma dualidade psicofísica, ou seja; por uma mente ou alma (psique) e por um corpo físico. Tais elementos, designados pelo filósofo francês, *res cogitans* (coisa pensante), é o atributo maior do ser humano, e *res extensa* (coisa extensa), o seu corpo físico, que compõem os elementos constitutivos do ser inteligente para habitar no mundo físico.

Logicamente, Descartes não logrou descerrar as cortinas do patrimônio da evolução do ser inteligente. Entretanto, abriu caminhos para a abordagem do “ato reflexo que obedece ao influxo nervoso, no automatismo em que a alma evolui para mais altos planos de consciência, através do nascimento, morte, experiência e renascimento na vida física e extrafísica, em avanço inevitável para a vida Superior.”²

Vários cientistas, principalmente os adeptos da corrente positivista, surgida em meados do século XIX, na França, vêm insistindo na tese de ser a mente produto da atividade cerebral. Para eles, o cérebro é substância física e a mente produto do consciente dos neurônios ativos, segundo a referida tese clássica. Entretanto, há de se convir que “O penso, logo existo, decorre da necessidade da existência de um interlocutor interno para que o ego se sinta referenciado.”³

Vejamos então, como se processam as atividades desse maravilhoso órgão chamado “cérebro”. Conforme Santiago Ramon y Cajal⁴, o cérebro tem 86 bilhões de neurônios⁵. Esses neurônios, estão interligados por longos filamentos, os dendritos e axônios. Cada neurônio, recebe sinais elétricos de dezenas de outros neurônios, através de sinapses presentes nos dendritos e, dependendo de quanto é estimulado ou inibido por esses sinais, envia sinais elétricos para outros neurônios através de seu axônio.

Esta descoberta, gerou a analogia, que é usada até hoje para explicar o funcionamento do cérebro: uma gigantesca rede de interconexões de axônios, que conectam os olhos às regiões do cérebro que controlam a visão, e também às regiões que controlam os músculos e demais funções do corpo, tais como motricidade e inteligência. Esta rede, que conecta os 86 bilhões de neurônios entre si, é designada por conectoma e está longe de ser totalmente conhecida. Há de se ressaltar, que o estudo do cérebro humano, como não poderia deixar de ser, envolve conhecimentos de anatomia e fisiologia. Todo o metabolismo orgânico, vai ao cérebro e vem ao cérebro. “Os impulsos sensitivos vêm pelos nervos e vão aos órgãos denominados **tálamo e hipotálamo, do diencéfalo**, de onde são encaminhados, **mas não interpretados**. Os processos de interpretação são desconhecidos da ciência, porque escapam da função material do cérebro.”⁶

Note-se entretanto, que embora a Psicologia, ciência que estuda a mente e o comportamento humano e suas interações com o ambiente físico e social, **não** possui uma definição unânime da mente.

Vemos, que a maioria dos cientistas da área da psicologia, associaram a mente aos processos de percepção, pensamento, recordação e comportamento inteligente. Um **exemplo de tais percepções, Freud**⁷ as denomina como sendo o **ID**, a fonte de nossa energia psíquica, e representa a nossa libido. O **Ego**, desenvolvido a partir do nosso **ID**, tem o intuito de tornar nossos impulsos efetivos, como se fosse o nosso princípio da realidade. Finalmente, o **Superego** é a parte moral da mente humana e age de acordo com os valores da sociedade em que vivemos.

Mas, o que diz a **Doutrina Espírita** sobre o que vem a ser a mente? Como ela se relaciona com o cérebro? Como avaliar os sentimentos e comportamentos do ser inteligente? Que contribuição a Doutrina Espírita nos oferece para melhor compreender a interação mente/cérebro?

Para Carlos Toledo Rizzini, no contexto físico “o cérebro surge como um receptor de ondas mentais; o pensamento é um fluxo energético do campo espiritual; é ainda considerado matéria (matéria mental), mas, segundo os nossos padrões, matéria rarefeita que se comporta como energia”⁸.

Portanto, André Luiz, define o pensamento como “manifestação energética da alma através dos recursos físicos disponíveis. Estruturada sobre a matéria física ou sobre os campos energéticos espirituais que lhe oferecem os elementos específicos de manifestação”⁹. Isto equivale dizer, que o ato de pensar é imanente ao ser *inteligente*, sobrevivendo-lhe ao corpo físico, indo além do funcionamento físico do cérebro, ou seja, a existência de um *interlocutor interno*. Siegel, em seus estudos conclui que “A mente está para além dos

fenômenos físicos produzidos pelos neurônios dentro de nosso cérebro.”¹⁰

André Luiz, em seus estudos no plano espiritual, trazidos pela exuberante psicografia de Chico Xavier, e Valdo Vieira, nos revela que: “O homem não é apenas uma estrutura mental. É um ser espiritual, um organismo psíquico. **A mente é sua cabine de comando** (grifo nosso). Por isso mesmo recebe ordens e expede comunicações do psiquismo em que a efetividade e a volição, ou seja, as regiões profundas do sentimento e da vontade se fazem traduzir em signos dinâmicos, que são os pensamentos”. Ou seja; “o ser imaterial e individual que em nós reside e sobrevive ao corpo”¹¹, imerso na carne, expressa-se na matéria e fora dela pelos recursos energéticos da mente. Portanto, o conceito de pensamento dado pelos Espíritos Instrutores, é secreção do Espírito, e não do cérebro.

Nos livros Pensamento e Vida, de Emmanuel, Ação e Reação, Evolução em Dois Mundos e Mecanismos da Mediunidade, de André Luiz, são acordos em afirmar que a alma está situada fora da matéria, que dirige o corpo, e que o pensamento é formação de átomos e partículas que exercem função quântica; e explícita, ora o pensamento age como matéria (partícula), ora age como onda eletromagnética (supraluminais), com velocidade superior à da luz.

André Luiz, no livro Mundo Maior, nos mostra com clareza a função cérebro: “(...) Não podemos dizer que possuímos três cérebros simultaneamente. Temos apenas um que, porém, se divide em três regiões distintas. Tome-lo como se fora um castelo de três andares: no primeiro situamos a “residência de nossos impulsos automáticos”, simbolizando o sumário vivo dos serviços realizados; no segundo localizamos o “domicílio das conquistas atuais”, onde se erguem e se consolidam as qualidades nobres que estamos edificando; no terceiro, temos

a “casa das noções superiores”, indicando as eminências que nos cumpre atingir. Num deles moram o hábito e o automatismo; no outro residem o esforço e a vontade; e no último deles moram o ideal e a meta superior a ser alcançada. Distribuímos, deste modo, nos três andares, o *subconsciente*, o *consciente* e o *superconsciente*. Como vemos, possuímos, em nós mesmos, *o passado, o presente e o futuro..*”

Ora, ao denominar o **primeiro andar** de nossa casa mental, conforme descreve Calderaro, o instrutor que acompanhava André Luiz, dá a seguinte informação: “No sistema nervoso, temos o cérebro inicial, repositório dos movimentos instintivos e sede das atividades subconscientes; figuremo-lo como sendo o porão da individualidade, onde arquivamos todas as experiências e registramos os menores fatos da vida.”¹² Significa, que todas as experiências vividas pelo ser inteligente, nos evos da história, de princípio inteligente, ao ser inteligente da criação, estão registradas no seu psiquismo. Conforme explica André Luiz, “o espírito é constrangido a viver no centro de suas criações.” Portanto, somos criações de nós mesmos, não estamos vinculados à vontade de Deus, como muitos erroneamente insistem, tentando se livrar da própria responsabilidade das más ações cometidas no ontem da vida na matéria. O entrelaçamento das coisas do ontem, com as do hoje, e as do amanhã, gerado em um determinado momento, permanecem indissociável no momento subsequente. As ações, por menores que sejam, mesmo as mais insignificantes, as mais pueris, são registradas em nosso psiquismo. Somos hoje, o arquétipo instalado em nosso subconsciente, segundo o *piso moral* em que nos situamos. Nosso passado existe e está arquivado em nosso subconsciente, vivemos no hoje, o nosso ontem. Os problemas do ser, do destino e da dor, está pois, inexoravelmente ligado às ações pretéritas do Espírito quando de sua

experiência na carne. Sua vida futura, se condiciona à vida presente, é no hoje que ele semeará para colher no amanhã. A semeadura é livre, a colheita é inexoravelmente obrigatória. A Lei Natural da Reencarnação, é eterna e imutável como o próprio Criador, e segue seu curso, perenemente justa, a cada qual, segundo suas obras, como nos alerta o Cristo de Deus (Vide Mateus 16:27).

Mas, eis que no **segundo andar**, localizamos o “*domicílio das conquistas atuais*”. Conforme explica o Instrutor Espiritual de André Luiz, o psiquismo do ser inteligente, está moldado nos “*impulsos automáticos*” do passado. O hoje, portanto, dá oportunidade ao espírito, em sua romagem pela vida na carne, de incorporar novos valores morais ao seu psiquismo, e de avançar nos degraus de sua evolução. Na eternidade do tempo, vamos escrevendo nossas experiências, capítulo a capítulo, feliz ou infeliz nas páginas do livro de nossas vidas. Nossas ações, são as tintas de nossa pena que nos obriga a reescrevermos nossa história, sempre que nos embarçarmos nas linhas tortas da vida. Temos a observar, que nosso psiquismo, muitas vezes é responsável pelas doenças psicossomáticas, psicológicas e espirituais por nos afastarmos, ou nos descurarmos das Leis Divinas. O nosso ontem, vive em nosso subconsciente, e se repete no nosso hoje.

Joana de Ângelis, mentora do tribuno Divaldo Franco, psicografado pelo próprio, nos alerta que “As tendências, que promanam do passado em forma de inclinações e desejos, se transformam em hábitos salutaros ou prejudiciais, quando não encontram a vigilância e os mecanismos da educação pautando os métodos de disciplina e correção. Sob a impulsão do atavismo que se prende nas faixas primevas,

Continua

Siga a Folha

<http://twitter.com/FolhaCaixeta>



das quais a longo esforço o Espírito empreende a marcha da libertação, os impulsos violentos e a comodidade que não interessa pelos esforços de aprimoramento moral amolentam a individualidade ressurgindo como falhas graves da personalidade.”

Mas, o que são hábitos, mencionados pela Mentora Espiritual? Por que devemos cuidar deles com a devida vigilância e disciplina? Bem, primeiramente vejamos o que conceitua a Psicologia sobre o que seja o hábito, e de que forma eles podem prejudicar ou auxiliar o indivíduo.

Segundo a Psicologia, hábito é a modalidade motriz da memória que se manifesta na forma de atividades facilitadas pela sua repetição. Os hábitos, uma vez adquiridos, são realizados de modo automático pelo que não requeiram a participação de certos processos mentais superiores como a atenção, o processamento da informação, a intervenção consciente, por exemplo. Esta é uma característica que pode gerar consequências positivas ou negativas na vida do homem.

Perfeitamente acorde à Psicologia, nossos Mentores Espirituais, revelam que “O hábito é uma esteira de reflexos acumulados, operando constante indução à rotina”¹³, ou seja, uma vez incorporados ao nosso psiquismo, tendem a repetir-se por ordem instintiva, podendo resultar em comportamentos salutareos ou prejudiciais ao indivíduo em sua romagem na carne. Incorporar hábitos saudáveis à nossa rotina, como orar, praticar exercícios físicos, ser gentil com nossos semelhantes, praticar a caridade, respeitar as leis do país, agir segundo o senso moral e ético, são atitudes positivas que devemos incorporar ao nosso psiquismo. Vícios como o alcoolismo, o tabagismo, a gluttonaria, o sexismo, por exemplo, são atos que devemos extirpar do nosso *eu psíquico*, por imporem violenta dominação ao indivíduo, seja homem ou mulher.

O indivíduo, ao passar pela fileira das vidas sucessivas, vai

elaborando o seu psiquismo de acordo com a plasticidade moral dos atos praticados por ele em determinada existência na matéria. O seu eu psíquico, tende assim, em uma outra reencarnação, voltar a sentir a mesma compulsão e dependência ao vício adquirido anteriormente em vidas passadas. É que a fixação do vício, no psiquismo do Espírito, altera as estruturas sutis do perispírito, ocasionando que pessoas nascam com problemas inatos, tais como crianças portadoras de enfisema pulmonar, outras portadoras de cardiopatias graves, por exemplo. Compreende-se, que o novo corpo espiritual está intrinsecamente vinculado ao piso moral em que o Espírito se situe. Se o indivíduo esteve sob influência de vícios e hábitos nocivos, ou a atos desconformes às leis naturais, conservará as mesmas vontades e tendências à repetição dos erros das vidas passadas, expondo-o à doenças e deficiências em sua vida futura.

Emmanuel, adverte que, “Ninguém poderá dizer que toda enfermidade, a rigor, esteja vinculada aos processos de elaboração da vida mental, mas todos podemos garantir que os processos de elaboração da vida mental guardam positiva influência sobre todas as doenças. (...) Há moléstias que têm, sem dúvida, função preponderante nos serviços de purificação do Espírito, surgindo com a criatura no berço ou seguindo-a, por anos a fio, na direção do túmulo”¹⁴.

Assim, qual a maneira mais eficiente e mais efetiva de incorporar os hábitos saudáveis ao psiquismo do Espírito? “Agir primeiramente sobre a inteligência e a consciência do indivíduo, porquanto aí está a origem de todos os males, a ignorância e a inferioridade moral”¹⁵.

Chegamos agora ao **terceiro andar**, “casa das noções superiores”; para tanto, necessário se torna sairmos do imobilismo e iniciarmos uma nova era do bem. Para tanto, devemos trilhar as duas vias do progresso espiritual: a

intelectual, que é a assimilação do conhecimento superior por meio do estudo (ler e estudar *O Livro Dos Espíritos*, e *O Evangelho Segundo O Espiritismo*, já é um bom começo); e a afetiva, qual seja, o desenvolvimento dos sentimentos e a sementeira de simpatia mediante o serviço ao próximo. Assim, creio ser de grande utilidade aos que buscam o caminho da redenção – como proposto por André Luiz, ao estudar nossa Casa Mental – seguir o conselho dado pelo nosso querido e saudoso Chico Xavier, “a mudança está em tuas mãos, reprograma tuas metas, busca o bem e viverás melhor, embora ninguém possa voltar atrás e fazer um novo começo, qualquer um pode começar agora e fazer um novo fim”, pois nas Moradas do Pai, só o amor floresce e ninguém está apartado de sua misericórdia. “Sob a orientação das Inteligências Sublimes, cada sentido se instala em organização especial, formada de vários aparelhos e implementos. Também o cérebro integral se organiza em lobos diversos, com vasta margem de recursos para o futuro, quando a alma então nascente, em atividade instintiva na construção de seu próprio veículo, se erigirá em consciência desperta com capacidade de utilizar as vantagens potenciais que a Divina Sabedoria lhe oferta.”¹⁶

Portanto, sejamos vigilantes, e enviemos à nossa mente influxos de amor, paz e serenidade, e no tempo oportuno eles nos servirão de anteparo aos pensamentos menos edificantes. Afinal, não é o próprio Mestre dos Mestres que nos pede, “Se vos amardes uns aos outros, nisto conhecerão que sois meus discípulos.”

Graças a Deus!

1 – René Descartes (1596 – 1650) - Discurso sobre o Método;

2 – André Luiz – Evolução Em Dois Mundos;

3 – Adenauer Novaes – Psicologia do Espírito;

4 – Santiago Ramon y Cajal, Prêmio Nobel de 1906;

5 – Vide reportagem de O Estadão de 03/06/2023;

6 – Edgard Armond, Psiquismo, pela Editora Aliança;

7 – Sigmund Freud (1856 a 1939), criador da psicanálise;

8 – Carlos Toledo Rizzini – Evolução Para O Terceiro Milênio, parte II, item 11;
9 – André Luiz, em Mecanismos da Mediunidade;
10 – Dan Siegel, professor de psiquiatria da escola de medicina da University of Califórnia, Los Angeles – UCLA;
11 – Allan Kardec, em O Livro Dos Espíritos, Capítulo II, Introdução ao Estudo da Doutrina Espírita;
12 – André Luiz – Mundo Maior, Capítulo III;
13 – Emmanuel – Pensamento e Vida – Cp. 20;
14 – Emmanuel – Pensamento e Vida, cap. 28;
15 – Os Problemas do Ser do Destino e da Dor;
16 – André Luiz – Mecanismos da Mediunidade.

A VERDADEIRA DESGRAÇA

Por Fábio Augusto Martins

“Bem-aventurados os que choram, pois que serão consolados. Bem-aventurados os famintos e os sequiosos de justiça, pois que serão saciados. Bem-aventurados os que sofrem perseguição pela justiça, pois que é deles o Reino dos Céus.” (Mateus, 5:4, 6 e 10.)

Equivocadamente definimos os fatos extremamente indesejáveis como desgraça. No entanto, ao estudarmos os princípios espíritas organizados por Allan Kardec, na fundação do Espiritismo, com o auxílio dos Espíritos Superiores, sob a égide do Espírito de Verdade, o Cristo de Deus, verificamos que a verdadeira desgraça não está propriamente na “coisa”, mas na consequência da “coisa”.

O Espírito Delfina de Girardin¹ nos instrui “(...) que quase toda a gente se engana e que a desgraça real não é, absolutamente, o que os homens, isto é, os desgraçados, o supõe. Eles a veem na miséria, no fogão sem lume, no credor que ameaça, no berço de que o anjo sorridente desapareceu, nas lágrimas, no féretro que se acompanha de cabeça descoberta e com o coração despedaçado, na angústia da traição, na desnudação do or-

gulho que desejara envolver-se em púrpura e mal oculta a sua nudez sob os andrajos da vaidade. A tudo isso e a muitas coisas mais se dá o nome de desgraça, na linguagem humana. Sim, é desgraça para os que só veem o presente; a verdadeira desgraça, porém, está na consequência de um fato, mais do que no próprio fato.”

Com muita lucidez, Girardin vem nos instruir sobre a desgraça real. Ao analisarmos as instruções desse Espírito Superior, verificamos, realmente, que a desgraça não está propriamente na miséria, mas possivelmente na sua consequência. Aquele Espírito reencarnado que, ao passar pela prova, encara a miséria com resignação, ao lutar honestamente para a sua sobrevivência, com fé na vida futura, apesar das circunstâncias inóspitas, passa com serenidade e parte como um vencedor que triunfa ao final de uma batalha. No entanto, aquele que opta, por meio do livre arbítrio, pela delinquência como consequência da revolta e passa a utilizar de meios não lícitos para suprir suas necessidades, se torna, realmente um desgraçado. A desgraça real acontece na medida que esse “miserável” passa por criminoso, por exemplo, se comprometendo, não somente com as leis dos homens, mas sobretudo com as Leis Divinas, naufragando, possivelmente, mais uma vez no seu objetivo reencarnatório.

Da mesma forma que aquele que se depara com o credor impaciente batendo em sua porta, pode ou não ter, como consequência de sua atitude, mediante essa ocorrência, a desgraça em sua caminhada, mas não pelo fato propriamente dito, mas por suas atitudes como efeito do ocorrido. Esse

momento deve ser de exercitar a humildade ao solicitar ao impaciente credor, um prazo maior para a quitação de sua dívida. O momento é também de pedir perdão pelas ofensas e paciência para que, no momento oportuno, possa sanar suas dívidas. No entanto, se optar pelo desatino, coagido pelo orgulho ferido, o egoísmo eminentemente, e a covardia de não enfrentar a prova estabelecida por esse fato, pode vir ao absurdo extremo de dar cabo a própria vida com o intuito de se livrar do problema. Nesse caso, se a consequência for o suicídio, que nunca será uma saída para se livrar dos problemas, estará aí a desgraça real. Além de não cessar com a vida, pois a morte biológica acontece somente com o corpo físico, o Espírito sobreviverá e carregará consigo todos os efeitos do ato delituoso, cruel e inconsequente, ao ferir a Lei de Deus.

Outro exemplo, não menos importante ao ser relatado aqui, está no coração traído. A desgraça não está propriamente na traição, mas nas suas possíveis consequências. Quem trai, trai a si próprio e, com isso, carrega consigo as impressões da sua traição. Não simplesmente as traições dos cônjuges, mas de todos os matices. A verdadeira desgraça se encontrará, possivelmente, no teor das consequências. Caso a pessoa traída utilize de meios não lícitos como, por exemplo, do assassinato daquele ou daquela que o traiu ou seu comparsa, além de poder se comprometer com as leis humanas, não escapará das Leis Divinas, pois não há crime perfeito que não deixa suspeito, para o Criador. Se ficar ileso na atual existência, os compromissos do ato delituoso o acompanharão,

pode ser, por várias existências de sofrimento, até o seu devido resgate.

Muitas vezes, ao perder um ente querido, as pessoas se sentem injustiçadas e se revoltam, blasfemam contra Deus, deixam de viver e, não menos raro, entram em depressão por não aceitarem a ausência física da pessoa amada. A desgraça está nessa atitude, normalmente, de pessoas extremamente materialistas e que encaram a vida como sendo apenas a existência atual. A desgraça, portanto, não está no desencarne do filho, do pai, da mãe, da esposa ou esposo, seja de um amigo ou uma pessoa amada. A morte biológica faz parte da Lei de Deus, pois tudo que nasce, biologicamente, um dia morre. No entanto para quem tem fé inabalável na vida futura, sofre sim a ausência física do ente querido, mas ciente de que a vida continua, ora por quem partiu primeiro e lembra com saudade dos momentos que vivenciaram na atual existência, com alegria.

Girardin² acrescenta nas suas instruções: “Dizei-me se um acontecimento, considerado ditoso na ocasião, mas que acarreta consequências funestas, não é, realmente, mais desgraçado do que outro que a princípio causa viva contrariedade e acaba produzindo o bem. Dizei-me se a tempestade que vos arranca as árvores, mas que saneia o ar, dissipando os miasmas insalubres que causariam a morte, não é antes uma felicidade do que uma infelicidade.”

Será que a prova da miséria não será, para aquele que triunfa ao término existencial, um troféu para a glória evolutiva? Ao passo que, ao contrário, na abundância da riqueza, cuja sensualidade e

prazeres temporais, a facilidade efêmera não poderiam causar inconsequentes prejuízos para o Espírito no seu processo evolutivo?

Assim, não há males que vem para o bem? Não é verdade que após toda tempestade vem a bonança? A tempestade é passageira, e necessária. Precisamos coragem e serenidade para o enfrentamento de nossas próprias mazelas. Há que destinarmos a mola propulsora da vontade para sairmos do atual estágio de egoísmo para a construção de um novo paradigma altruísta, bem como quebrar o nosso orgulho.

No que diz respeito ao egoísmo, Emmanuel³ nos instrui que “O egoísmo é, pois, o alvo para o qual todos os verdadeiros crentes devem apontar suas armas, dirigir suas forças, sua coragem. Digo: coragem, porque dela muito mais necessita cada um para vencer-se a si mesmo, do que para vencer os outros.” Vencer a nós próprios se faz necessário para galgarmos novos patamares na escala evolutiva.

O Espírito Pascal⁴ nos instrui também a esse respeito: “O egoísmo é a negação da caridade. Ora, sem a caridade não haverá descanso para a sociedade humana. Digo mais: não haverá segurança. Com o egoísmo e o orgulho, que andam de mãos dadas, a vida será sempre uma carreira em que vencerá o mais esperto, uma luta de interesses, em que se calçarão aos pés as mais santas afeições, em que nem sequer os sagrados laços da família merecerão respeito.”

O egoísmo e o orgulho são as grandes chagas da Humanidade, pois daí derivam todos os vícios e males que contribuem, sobremaneira, na geração das funestas consequên-

cias que está a verdadeira desgraça.

O Espírito Delfina de Girardin⁵ prossegue suas instruções: “Esperai, vós que chorais! Tremei, vós que rides, pois que o vosso corpo está satisfeito! A Deus não se engana; não se foge ao destino; e as provações, credoras mais impiedosas do que a matilha que a miséria desencadeia, vos espreitam o repouso ilusório para vos imergir de súbito na agonia da verdadeira infelicidade, daquela que surpreende a alma amolentada pela indiferença e pelo egoísmo.”

Assim, pudemos constatar, por meio das instruções dos Imortais, que a desgraça não está, propriamente, no fato, mas, sobretudo, nas suas consequências.

A alegria de viver, a resignação perante os percalços, mas lutando com serenidade dentro dos princípios éticos-morais, e ao colocar as coisas dos Céus e a sua justiça acima das da Terra, farão parte, juntamente com a fé inabalável na vida futura, do antídoto para não cairmos nas armadilhas da nossa própria indiferença com a posição que, ainda, ocupamos na escala evolutiva e, conseqüentemente, fazermos parte do real contingente de desgraçados.

Jesus ilumine nosso caminho!

Deus nos abençoe!

¹ KARDEC, A. *O evangelho segundo o espiritismo*. Cap. V, Item 24. Espírito Delfina de Girardin. FEB.

² _____ . Cap. XI, Item 11. Espírito Emmanuel. FEB.

³ _____ . Item 12. Espírito Pascal. FEB.

⁴ _____ . Cap. V, Item 24. Espírito Delfina de Girardin. FEB.