



Chegando à  
**CASA**  
**ESPÍRITA**



**AMÉRICO CANHOTO**

petit<sup>®</sup>

Leitura faz  
bem à alma

# DADOS DE COPYRIGHT

## Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe do *ebook espírita* com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo.

## Sobre nós:

O *ebook espírita* disponibiliza conteúdo de domínio público e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento espírita e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: [www.ebookespírita.org](http://www.ebookespírita.org).



[www.ebookespírita.org](http://www.ebookespírita.org)

# Chegando à CASA ESPÍRITA



Somos associados da **Fundação Abrinq** pelos direitos da criança.

Nossos fornecedores uniram-se a nós e não utilizam mão-de-obra infantil ou trabalho irregular de adolescentes.

# **Chegando à Casa Espírita**

Copyright by © Petit Editora e Distribuidora Ltda., 2006

Direção editorial: **Flávio Machado**  
Assistente editorial: **Dirce Yukie Yamamoto**  
Capa e diagramação: **Ricardo Brito**  
Revisão doutrinária: **Afonso Moreira Jr.**

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

Canhoto, Américo.

Chegando à casa espírita / Américo Canhoto. – São Paulo :  
Petit, 2006.

**ISBN 85-7253-140-8**

1. Auto-ajuda – Técnicas    2. Centros Espíritas – Administração  
3. Espiritismo – Filosofia    4. Perguntas e respostas    I. Título.

06-3261

CDD: 133.906

### **Índices para catálogo sistemático:**

1. Casas Espíritas : Espiritismo    133.906
2. Centros Espíritas : Espiritismo    133.906

Direitos autorais reservados.

É proibida a reprodução total ou parcial, de qualquer forma  
ou por qualquer meio, salvo com autorização da Editora.

(Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.)

Traduções somente com autorização por escrito da Editora.

# Chegando à CASA ESPÍRITA

AMÉRICO CANHOTO



**Rua Atuaí, 383/389 – Vila Esperança/Penha**

**CEP 03646-000 – São Paulo – SP**

**Fone: (0xx11) 6684-6000**

**Endereço para correspondência:**

**Caixa Postal 67545 – Ag. Almeida Lima**

**03102-970 – São Paulo – SP**

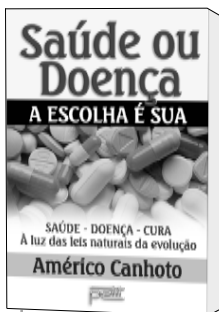
[www.petit.com.br](http://www.petit.com.br) | [petit@petit.com.br](mailto:petit@petit.com.br)

---

Outro livro de sucesso do autor Américo Canhoto:

– *Saúde ou doença: a escolha é sua*

---



**A**credite, é surpreendente: saúde não se compra na farmácia! Isso mesmo! Descubra neste livro as causas espirituais das doenças, a influência do passado nas enfermidades, a origem psicossomática das moléstias e ainda os pequenos descuidos que geram grandes problemas de saúde – explicações e sugestões práticas para prevenir o sofrimento e garantir uma vida verdadeiramente saudável!

E mais: conheça os efeitos negativos dos desejos e frustrações, da busca da felicidade em outras pessoas, das fixações mentais, da alimentação compulsiva, da vida sedentária, das crises existenciais e de outros fatores causadores de doenças e perturbações. Experiente médico de família, sempre sugerindo soluções, Américo Canhoto aponta na direção da saúde do corpo e da alma. Leitura fácil, derruba mitos e preconceitos, um guia excelente para quem deseja viver mais e muito melhor.

Prezado leitor(a),

Caso encontre neste livro alguma parte que acredita que vai interessar ou mesmo ajudar outras pessoas e decida distribuí-la por meio da internet ou outro meio, nunca deixe de mencionar a fonte, pois assim estará preservando os direitos do autor e conseqüentemente contribuindo para uma ótima divulgação do livro.

# SUMÁRIO

Palavras do autor, **7**

Capítulo 1  
Informações importantes, **9**

Capítulo 2  
Alguns esclarecimentos a respeito  
da Doutrina Espírita, **25**

Capítulo 3  
Motivos mais comuns que nos  
conduzem à casa espírita, **59**

Capítulo 4  
Tratamento espiritual, **93**

Capítulo 5

*Evangelho* no lar: o poder da prece, **99**

Capítulo 6

O que esperar da casa espírita, **105**

Considerações finais, **115**

Sugestão de leitura, **117**



## PALAVRAS DO AUTOR

A FINALIDADE DESTE LIVRO é ajudar aos que chegam à casa espírita<sup>1</sup> a esclarecer as dúvidas mais comuns a respeito da Doutrina Espírita, do que é um centro espírita e de como funciona. E também sobre o que é possível esperar como solução para o que motivou sua vinda.

Nosso trabalho de 27 anos de exercício de um tipo de medicina que procura acima de tudo auscultar a alma humana para tentar ajudar na cura das doenças do corpo e do espírito, somados aos 16 anos de estudo da Doutrina Espírita, 10 dos quais na tarefa de entrevistador, proporcionou-nos uma visão sobre os problemas existenciais que mais nos afetam e costumam nos levar à casa espírita: observações e experiências essas que desejamos dividir com os leitores.

---

1 – As denominações para a casa espírita são muitas: centro espírita, grupo de estudos espíritas, associação espírita, grupo socorrista etc. Recomendamos, antes de freqüentá-la, verificar se as diretrizes da casa estão baseadas nas Obras Básicas de Allan Kardec. (Nota do Autor)

Também aprendemos muito trocando idéias com os dirigentes das casas espíritas onde fomos convidados a dar palestras como divulgador da Doutrina. Ao longo do tempo notamos que algumas casas passam por dificuldades para as quais outras já têm soluções em andamento.

Refletindo sobre o assunto sentimo-nos motivados a compartilhar nossa experiência para ajudar aqueles que buscam auxílio e – por que não? – também para os que proporcionam esse auxílio na casa espírita.

*Américo Canhoto*

# Capítulo 1

CHEGAMOS ANSIOSOS, respeitosos e esperançosos.

Certamente a maioria de nós quando chega à casa espírita acredita que nossos problemas serão resolvidos de forma mística, milagrosa, sobrenatural. Nem imaginamos o quanto é difícil formar os tarefeiros<sup>2</sup> que nos atendem e quantos anos de esforço de muitas pessoas são necessários para mantê-los firmes e motivados na tarefa.

Ao chegar, admiramos as pessoas que circulam por ali na condição de trabalhadores da casa, com tanta desenvoltura, como se todos fossem médiuns. Engano nosso. A maior parte deles é simplesmente como nós. Se não são médiuns, o que será que os leva a tornarem-se

---

2 – **Tarefeiro:** trabalhador voluntário da casa espírita, que estuda a Doutrina Espírita para a prática da caridade. As tarefas que exerce podem ser na parte da recepção, do encaminhamento das pessoas que serão assistidas, na área espiritual ou assistência social, administração, divulgação etc. Trabalho é o que não falta. (N.A.)

tarefeiros da casa espírita? A resposta é simples: depois de um tempo (cada um a seu tempo), sentimos necessidade de retribuir os benefícios que, de uma forma ou de outra, recebemos quando buscamos a ajuda da espiritualidade.

Outra finalidade deste pequeno livro é auxiliar o leitor a utilizar-se dos benefícios da casa espírita com mais eficiência. Apontaremos ainda, de forma simples, os acontecimentos mais comuns que nos levam a procurar assistência espiritual (ao longo do tempo essas informações podem ser complementadas com leitura, estudo e palestras). Cada um de nós vem impulsionado por motivos semelhantes embora distintos:

- ◆ Problemas de saúde: quem não os tem de uma forma ou de outra?
- ◆ Problemas financeiros: sejam eles de pequeno ou de grande porte;
- ◆ Problemas familiares: só mudam de endereço;
- ◆ Desemprego;
- ◆ Dificuldades no trabalho;
- ◆ Ansiedade;
- ◆ Medo;
- ◆ Angústia;

- ✦ Depressão leve ou profunda;
- ✦ Traições e abandono.

Os motivos que nos levam à casa espírita se assemelham, pois representam os problemas comuns na fase de evolução em que nos encontramos. A maior parte de nós é encaminhada pela dor; alguns chegam movidos pelo interesse em aprender e poucos por simples curiosidade. Mas geralmente chegamos por indicação de alguém que freqüenta ou freqüentou uma casa espírita.

Esboçaremos também um ligeiro resumo da Doutrina Espírita, por meio de perguntas que imaginamos sejam feitas por boa parte dos que chegam, seguido de respostas rápidas que, com o tempo, devem ser complementadas pelos interessados com a leitura das Obras Básicas de Allan Kardec<sup>3</sup>.

Esperamos também contribuir para que as entrevistas de orientação e encaminhamento sejam mais simples e proveitosas tanto para quem consulta quanto para quem atende e até, quem sabe, tornem-se mais

---

3 – **Obras de Allan Kardec:** 1. *O Livro dos Espíritos*; 2. *O Livro dos Médiuns*; 3. *O Evangelho Segundo o Espiritismo*; 4. *O Céu e o Inferno* ou *A Justiça Divina Segundo o Espiritismo* e 5. *A Gênese*. (N.A.)

produtivas, pois a pessoa que busca ajuda já sabendo o que pode esperar pode tornar o auxílio da casa em algo mais eficiente.

Bem-vindos à Casa Espírita!

## Início

*“Conheço um centro espírita assim,  
assim, que pode te ajudar!”*

Talvez você já tenha recebido convites como esse. É mais que um simples convite, é um renovado e amoroso pedido para que vivamos sob o jugo das leis que o Mestre Jesus nos apresenta no *Evangelho*: perdão, amor, caridade. O belo caminho que ele nos descortina e por intermédio do qual nos guia, se nos dispusermos a segui-lo, é o mais fácil e curto na caminhada em direção às diretrizes do Pai.

Nossos familiares, amigos e até desconhecidos nos convidam, mas na verdade quem nos conduz à casa espírita são espíritos fraternos, nossos anjos guardiões, que agem intuindo nossos familiares e amigos para que renovem o seu chamado. Atendê-lo é que depende de cada um.

Somos convidados a nos aproximarmos da casa espírita, embora nem todos aceitemos o convite. Alguns até aceitam, mas assim que melhoram das suas aflições, logo se afastam.

Nossa chegada à casa espírita é uma nova oportunidade para que reafirmemos o nosso compromisso com a causa do bem. Não que sejamos criaturas más, não se trata disso. O problema é que estamos com o foco da consciência tão centrado nos interesses do dia-a-dia (que se tornam cada dia mais fortes e requisitam cada vez mais nosso tempo e atenção), que até nos esquecemos dos compromissos espirituais assumidos anteriormente ou na preparação da presente encarnação.

Chegamos à casa espírita quase sempre cabisbaixos, tristes e sem muito alento e muitas vezes até constrangidos. Geralmente nos acompanha a dor, pois sem sua “ajuda” nossos amigos espirituais teriam maior dificuldade para nos convencer a ouvir a palavra de Jesus, tão simples e convidativa na Doutrina Espírita, o que a torna um bálsamo que consola e esclarece, transformando o desalento em novas esperanças.

A dor é renovadora ao provocar a transformação íntima e dos relacionamentos, e breve conduz a um alívio e, depois, à tão sonhada cura e à renovação moral.



Mas se a casa espírita é tão eficiente, por que nem persistimos em freqüentá-la? Qual será o motivo que nos leva a debandar desse banquete espiritual? Imaturidade? Descuido? Receio de sermos impedidos de desfrutar os prazeres da vida? Talvez seja a soma de tudo isso o que nos leva a agirmos feito crianças que procuram novidade, agito, algazarra e, não encontrando isso na casa espírita, a abandonamos. Esperamos presenciar acontecimentos sobrenaturais, extravagantes, mas nos deparamos com um ambiente simples, despojado, onde recebemos recomendações para estudar e praticar os ensinamentos do *Evangelho*, que é a caridade, o amor a nós mesmos e ao próximo.

É evidente que ainda enfrentamos sérios impedimentos para atender ao chamado da espiritualidade. Embora alertados, ainda sentimos dificuldade para avaliar nossos próprios atos. Mas nossos amigos espirituais são incansáveis e nos convidam, tantas vezes quantas sejam necessárias, a comparecer à casa espírita, para aliviar nossa dor por intermédio da compreensão das razões que nos levaram ao estado de sofrimento.

Os benfeitores espirituais trabalham muito para nos despertar para o entendimento das leis divinas

que nos libertarão de nós mesmos e uns dos outros e principalmente para exercitar a caridade e o amor sem esperar recompensa ou retribuição, exceto nossa própria paz e felicidade.

## **Bem-vindos!**

Bem-vindos à casa espírita, aqueles que atenderam ao convite.

Esperamos que sejam fraternalmente recepcionados. Eventuais falhas ficam na conta de nossas imperfeições. Comecem desde já a exercitar o perdão, pois os trabalhadores espíritas são pessoas tão problemáticas e imperfeitas quanto as outras.

Por favor, sejam pacientes.

Onde observarem pressa, façam a caridade de entendê-la como ânsia de ajudar e de servir. No lugar de um rosto triste, procurem enxergar um sorriso tímido a se esboçar. Se a burocracia parecer excessiva, entendam-na como necessidade de disciplina. A informação eventualmente ineficiente deve ser atribuída à falta de tempo de quem nos atendeu. Quando a palestra deveria ser precedida pelo sorriso, um aperto de mão, um abraço, um olhar e não o foi, não entenda esse fato

como prepotência do saber. Com certeza o palestrante está assoberbado por suas obrigações e, quem sabe, ele mesmo enfrentando um momento difícil.

Amigos, aqueles que os recebem na casa espírita lutam com dificuldades parecidas com as de todos: doenças do corpo e da alma, problemas no lar, no emprego, falta de dinheiro, angústias, frustrações...

Sejam bem-vindos e compartilhem esta casa como irmãos necessitados que, afinal, somos todos nós.

Sintam-se em casa...

## A casa espírita

Centro, associação, grupo de estudos...

Quando vamos a uma casa espírita, não sabemos muito bem o que esperar nem o que ou quem vamos encontrar. É normal que, ao despertarmos para a necessidade de buscar a Deus seguindo os passos de Jesus, o sentimento da esperança nos encha o coração de expectativas que correm o risco de se transformar em frustrações.

Se tivermos eventualmente uma idéia, mesmo que vaga, do que podemos encontrar e esperar nessa casa, esse conhecimento inicial funciona como uma vacina contra eventuais desilusões.

## O que é uma casa espírita?

No sentido de assistência espiritual, é um local onde se reúnem encarnados e desencarnados com a finalidade de consolar, socorrer, instruir e evangelizar baseados na Doutrina Espírita. Os encarnados somos nós, espíritos que se encontram no momento usando um corpo físico, e desencarnados os que chamamos de mortos, espíritos que perderam o corpo físico.

No contexto social, a casa espírita é uma associação sujeita aos regimentos que regulamentam as entidades sem fins lucrativos e eventualmente mantém grupos de assistência social: creches, escolas, asilos, hospitais, cursos de formação profissional.

O local onde funciona pode ser próprio, alugado ou mesmo emprestado.

## Tenho que pagar alguma coisa?

Seguindo os ensinamentos de Jesus, “Dai gratuitamente o que recebestes gratuitamente”<sup>4</sup>, nada é

---

4 – Mateus, 10: 8. (Nota do Editor)

cobrado pela assistência espiritual prestada na casa espírita. Os espíritos benfeitores que trabalham junto aos médiuns e inspiram seus colaboradores nada exigem, gratificando-se com o bem-estar e o progresso moral alcançados por seus freqüentadores. Se desejarmos, podemos procurar seus dirigentes e oferecer nossa doação espontânea, sejam recursos financeiros, alimentos, equipamentos, mobiliário etc. Toda ajuda é bem-vinda, contribuindo para a manutenção, aprimoramento ou expansão da instituição. Não devemos, no entanto, em troca dessas doações, esperar um tratamento privilegiado – seja por parte dos tarefeiros da casa ou mesmo dos espíritos benfeitores que a amparam. A verdadeira caridade nada espera em retribuição ao bem que distribui.

## Como a casa espírita se mantém?

As necessidades financeiras da casa espírita são supridas basicamente de duas formas. A receita fixa estimada poderá, por exemplo, ser constituída da contribuição mensal dos associados e a receita variável de convênios com organizações governamentais ou não,

doações, livraria, eventos, bazares, lanchonete, cozinha industrial etc. Gastos fixos: luz, água, impostos, aluguel, salários, compromissos sociais definidos (despesas com alimentos, cestas básicas etc.).

## Como se formam?

A organização da casa espírita é apoiada pela espiritualidade. Seu desenvolvimento adequado depende dos encarnados. Os trabalhadores espirituais estão sempre à disposição para ajudar, pois cada nova casa espírita representa mais uma frente de trabalho em favor do progresso da humanidade, do seu desenvolvimento moral.

## Quem são os trabalhadores da casa espírita?

Do lado espiritual, a organização é funcional e disciplinada. As tarefas de socorro, cura, educação espírita de adultos e crianças, mocidade, são instituídas de acordo com as possibilidades e o conhecimento da equipe espiritual. A morte não transforma ninguém em sábio. Uma vez desencarnados, a evolução continua, sempre. Uma casa espírita representa uma oportunidade de aprendizado, de

trabalho e de resgate, que os espíritos conscientes de seus comprometimentos abraçam com prazer e alegria.

Do nosso lado, os trabalhadores são colaboradores voluntários que se propõem a uma tarefa que vai ajudá-los no aprimoramento íntimo e no resgate de débitos do passado, certos de que, quando ajudamos ao próximo, os maiores beneficiados somos nós mesmos.

## Todo tarefeiro da casa espírita é médium?

Nem todas as tarefas que se desenvolvem na casa espírita requerem percepções mediúnicas. Boa parte delas requer apenas estudo, disciplina e boa vontade. Atividades tão importantes e necessárias como varrer o chão, arrumar os livros, executar pequenos consertos, certamente não exigem a mediunidade, mas apenas a nossa boa vontade.

Para que funcione a contento na área administrativa e social<sup>5</sup>, a casa espírita necessita, às vezes, de

---

5 – Tarefeiros da área da assistência espiritual jamais são remunerados. “Dai gratuitamente o que recebestes gratuitamente”: se essa máxima de Jesus não for cumprida ao pé da letra, não estamos numa casa espírita. (N.A.)

trabalhadores remunerados para executar determinadas tarefas que não podem sofrer interrupções.

## **O que se pode esperar dos trabalhadores da casa?**

Do lado espiritual, dedicação, disciplina, respeito, amor, carinho, desvelo.

Dos tarefeiros encarnados, além de boa vontade, estudo, disciplina e empenho na própria reforma íntima (quanto mais a aprofundamos, mais descobrimos que temos muito ainda a melhorar).

## **Os tarefeiros da casa espírita são pessoas abençoadas ou mais evoluídas do que as outras?**

Claro que não!

Em nome dos tarefeiros das casas espíritas, damos as boas-vindas aos que chegam e pedimos que nos ajudem a melhorar, em todos os sentidos, apontando nossas falhas.



## **A quem se destina o atendimento na casa espírita?**

A todos aqueles que procuram consolo, esclarecimentos e esperança para viver melhor.



## Por que Doutrina Espírita?

NÃO FOI ALLAN KARDEC o criador nem o inventor do Espiritismo. Ele recebeu da espiritualidade a incumbência de organizar as informações ditadas de forma *espontânea* por vários espíritos, que se manifestaram em diversos lugares do mundo, por intermédio de muitos e diferentes médiuns. E o fez de forma brilhante.

Recomendamos a todos os que desejam conhecer o Espiritismo que estudem as Obras Básicas de Allan Kardec. *O Livro dos Espíritos* apresenta-nos a filosofia da doutrina. *O Livro dos Médiuns* mostra-nos a interatividade entre encarnados e desencarnados. *A Gênese* oferece-nos a idéia de como foi a criação e explica os milagres de Jesus. *O Céu e o Inferno* pode ser considerado um livro da religião espírita e *O Evangelho Segundo*

*o Espiritismo* oferece-nos a moral cristã, o Cristianismo redivivo.

Sem cessar, o trabalho da espiritualidade continua. Desse modo, a tarefa prosseguiu e outros espíritos ofertaram-nos obras que, por sua grandeza moral e conteúdo, são consideradas complementares às Obras Básicas de Allan Kardec.

## Quem somos? O que fazemos aqui?

Somos espíritos em evolução. Uma criança que acaba de nascer pode ser um espírito tão ou mais evoluído do que seus pais, tão problemático e endividado junto à justiça divina quanto eles. Manifesta seus impulsos e tendências desde o princípio da gravidez e é uma pena que esqueçamos essa verdade na hora de educá-los, pois de certa forma a reforma íntima começa no berço.

Nesta dimensão da vida, na condição de encarnados, aprimoramos nossa moral e desenvolvemos a inteligência e a criatividade sob o amparo das leis divinas que corrigem nossos passos na direção da evolução.

## Há classes distintas de seres humanos?

Somos todos iguais perante Deus, independente de nossa raça, sexo, condição social, credo religioso, aparência, cultura etc. Todos nós, em espírito, temos o mesmo potencial a ser desenvolvido, em todos os sentidos.

As diferenças entre as pessoas explicam-se porque, existência após existência, cada qual desenvolveu mais ou menos qualidades e virtudes segundo seu livre-arbítrio e também conforme as possibilidades e oportunidades que se propôs a aproveitar.

Como exemplo, podemos citar a forma pela qual alguns rejeitam as chances de instruir-se. Seus pais esforçam-se para lhes oferecer a melhor escola, cursos de línguas e outros, mas eles se recusam a estudar. Em próxima encarnação, privados desse benefício, é possível que sejam daqueles que se sintam injustiçados, reclamando da falta de oportunidade de educação e formação profissional.

A forma como usamos os recursos que nos oferece a casa espírita também serve de exemplo: muitos são assíduos participantes de palestras e recebem

religiosamente os passes. Outros, além disso, colaboram com as atividades da assistência social, tornam-se associados e participam dos eventos, o que é muito importante, pois a casa espírita precisa de recursos para manter-se e, principalmente, para expandir-se. Poucos são os que estudam a Doutrina Espírita para ajudar a divulgá-la. Raros ainda são aqueles que assumem alguma tarefa na casa espírita, trabalho voluntário para o qual não há remuneração.

Enfim, cada qual aproveita ou não as chances oferecidas conforme seu livre-arbítrio. Aqueles, porém, que não souberem aproveitá-las, um dia provavelmente se lamentarão, no plano espiritual e na próxima existência, pelas oportunidades perdidas.

## O que é reencarnação?

Não há limite de encarnações para a evolução do espírito. Nascemos, morremos e renascemos incontáveis vezes segundo nossas necessidades. O progresso é contínuo, seja aqui seja em outros mundos. No Espiritismo descobrimos que, de tempos em tempos, há expurgos nos vários mundos que se espalham pelo universo. Como disse Jesus, “Há muitas moradas na

casa de meu Pai”. Espíritos que não atingem a condição esperada são remanejados para outros mundos. Para entender como isso acontece, recomendamos a leitura do livro *A caminho da luz* (Rio de Janeiro: Federação Espírita Brasileira), ditado pelo Espírito Emmanuel a Francisco Cândido Xavier.

## Quem sou?

Igual a todos os outros, cada um de nós é um espírito muito antigo que já viveu muitas experiências, tanto boas quanto más. A necessidade de reencarnarmos sinaliza que, ao longo desse processo, continuamos em débito com as leis divinas e ainda necessitamos ganhar aprendizado no mundo material.

Ao renascer trazemos nosso projeto de vida a ser desenvolvido durante a existência, conforme nossas escolhas e experiências anteriores. Parte desse projeto é o simples resultado de escolhas anteriores mal resolvidas ou que exigem reparação. Por nosso mérito, nosso projeto reencarnatório pode ser escolha voluntária que faremos para desenvolver a virtude e nos aprimorar. Sempre recebemos orientação de nossos mentores espirituais para programar as tarefas de cada existência.

## **Por que esquecemos de existências passadas?**

Esquecer o passado é uma bênção de Deus. Se nos lembrássemos, sofreríamos inutilmente com essas recordações. O sentimento de culpa ou de remorso retardaria nosso desenvolvimento.

O Espiritismo auxilia-nos a ser práticos e nos concentrar nas tarefas que nos são apresentadas, entendendo-as à luz da Lei de Causa e Efeito. Ontem é um tempo que não existe mais e amanhã é um tempo que ainda não existe. A realidade é o presente e nele devemos concentrar toda nossa atenção e esforços, trabalhando, vigiando, orando, estudando e praticando boas ações.

## **Quem fui em existências anteriores?**

Secretamente todos temos o desejo de saber quem fomos em vidas passadas. Poderá ser difícil saber quem fomos e muitas vezes a descoberta não é nada interessante. Entretanto, conhecer nossa personalidade da existência passada é muito fácil.



Para começar, devo responder a estas perguntas: Quem sou neste momento? O que sei a respeito de minha personalidade hoje? Como penso, sinto e me comporto?

Infelizmente, quase sempre não há pessoa mais desconhecida para nós do que nós mesmos. Mas, para saber como me comportava no passado, devo analisar com honestidade meus impulsos e tendências. Na existência passada, provavelmente essas tendências eram mais marcantes. Por exemplo, para descobrir quem fui, se hoje, quando contrariado, sinto o impulso de agredir, lá para trás provavelmente cometi desatinos quando minhas vontades e desejos não eram satisfeitos. Se desejo ficar com objetos que não me pertencem, possivelmente fui ladrão. Se faço julgamentos a partir de fatos que não presenciei, certamente fui um caluniador e assim por diante... Nossas tendências, impulsos, compulsões, tudo aquilo que transparece em nós no dia de hoje, sob fortes estímulos, revela o estágio de nossa evolução espiritual.

Também é possível ter uma idéia aproximada de quem fomos e o que fizemos em outras existências ao analisar os rumos que nossa vida tomou desde que nos conhecemos por gente. Observando as situações

que já vivenciamos, prestando atenção no perfil das pessoas que surgiram em nosso caminho, avaliando a qualidade de nossos relacionamentos e o modo como desempenhamos nosso trabalho nos entenderemos melhor.

## **Há espíritos que pioram de uma existência para outra?**

Ninguém regride quando se trata do conhecimento e da moral conquistados e que não se perdem nunca: é Lei Divina. Embora algumas partes possam ficar encobertas numa ou em várias existências, um dia em espírito tomaremos consciência delas.

Ao final de uma existência podemos continuar quase na mesma condição ou sair dela ainda que um pouco melhorados. Ou até podemos fixar impulsos para o mal como tendências para mentir, roubar, assassinar etc. Quando trazemos essas tendências, ao reencarnar somos ajudados no decorrer dessa existência pelo sofrimento, o que é mais comum, ou então melhoramos por vontade própria, o que é mais raro.

O tempo todo influenciemos e somos influenciados para o bem ou para o mal, dependendo das nossas tendências e sintonia. Daí a possibilidade de desencarnarmos mais endividados uns com os outros e com nós mesmos. Quando praticamos o mal, contraímos dívidas perante a Lei Divina. Essas dívidas serão, obrigatoriamente, quitadas nas próximas existências ou mesmo na presente encarnação.

## Para onde vamos depois da morte?

No retorno ao plano espiritual nos encaminharemos de acordo com a forma como vivemos e com as virtudes que adquirimos.

A evolução do espírito é dinâmica e o progresso é interminável; daí, ninguém vai habitar o umbral ou as colônias espirituais para sempre. Progredir sem cessar é lei. Afirmações habituais como: “não vejo a hora de morrer para descansar”, “foi desta para a melhor”, “descansou para sempre” são enganos de quem vê as ocorrências da existência como problemas e não como lições a serem aprendidas. Quem faz tais afirmações

desconhece a lei da reencarnação e desconhece a vida após a morte<sup>6</sup>.

## Minha família

Interagir sempre é item da lei do amor.

Causamos bem ou mal uns aos outros desde que existimos. Se odiei alguém, preciso aprender a amar essa pessoa e o local mais apropriado para tal tarefa é na vida em família. Se prejudiquei, necessito reparar e ajudar.

Estamos na Terra aprendendo a nos amar e a família é a mais importante oficina para esse aprendizado. Parte dela encontra-se aqui, nesta dimensão, e a outra no plano espiritual.

O que Jesus procurou nos dizer quando afirmou “Quem é minha mãe e quem são meus irmãos?”<sup>7</sup> é que o conceito de família extrapola os laços de sangue.

---

6 – Em relação ao baixo nível moral dos habitantes do nosso planeta, mencionado neste item, a Doutrina Espírita, acompanhada por outras correntes filosóficas, lança uma luz de esperança para aqueles que almejam um mundo melhor: essa mudança já está ocorrendo com o reencarne de espíritos de grande bagagem moral, para justamente fazer o planeta evoluir espiritualmente. (N.E.)

7 – Mateus, 12: 46 a 50. (N.E.)

Alguns daqueles que fazem parte de nossa família espiritual, e que já se capacitaram para essa tarefa, são hoje nossos mentores nesta encarnação. A reencarnação nos abre novos horizontes para entendermos os laços que nos unem, existência após existência: hoje é nosso filho, na existência passada foi um adversário; hoje é nossa filha, ontem foi a mãe “madrasta”...

## Todos nós temos guias espirituais?

Todos, sem exceção, somos intuídos e influenciados por espíritos. Cada qual segundo as afinidades, sua forma de pensar, de sentir e de agir. Podemos ser guiados e conduzidos por espíritos bons ou maus, dependendo apenas da nossa vontade (esse repetido detalhe é muito importante).

Nossa aproximação desses espíritos também ocorre durante o sono quando, em espírito, nos afastamos parcialmente do corpo. Daí a importância de nos prepararmos para dormir. Essa recomendação, tão esquecida na atualidade devido ao que nos oferece a indústria do entretenimento, faz com que o preparo para adormecer seja um cuidado que poucos observam. Se cuidássemos

desse detalhe, nossa existência seria mais produtiva e menos sofrida, porque, dependendo dos interesses que nos guiam durante o dia, seremos influenciados durante o sono.

É preciso refletir muito sobre essa questão, pois ao dormir sempre nos encontraremos com espíritos de boa ou má índole, os quais nos influenciam muito mais do que imaginamos.

Bem que os bons espíritos tentam nos ajudar, mas por incrível que pareça muitas vezes recusamos essa ajuda. Mesmo que bons espíritos procurem nos intuir, eles somente serão bem-sucedidos caso estejamos receptivos a ouvi-los. Se estamos presos aos nossos desejos e interesses materiais, nossas companhias espirituais não serão das melhores, mas é preciso que fique claro que essa escolha foi nossa.

Para tornar a idéia mais clara, façamos uma comparação: imaginemos que a sintonia de padrão vibratório seja um telefone. Nossos protetores tentam o tempo todo “ligar” para nós, mas encontram sempre a “linha ocupada”, pois estamos de “namorico” com a espiritualidade inferior. O pior é que os nossos amigos nos deixam muitos recados na secretária eletrônica (nosso subconsciente), que apagamos sem ouvir (não damos atenção para essas intuições) e não damos o devido

retorno. Ainda bem que os benfeitores espirituais são evoluídos e nunca perdem a paciência.

## O que é educação espírita?

Cada qual é livre para escolher a forma de progredir. Uns escolhem o difícil caminho da dor e do sofrer, deixando-se conduzir pelo orgulho e pelo egoísmo; outros escolhem o caminho mais simples e mais fácil, que é o caminho da caridade e do amor.

No livro *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, de Allan Kardec, o roteiro do bem torna-se ainda mais fácil, simples e ao alcance de todos os que tenham boa vontade. Basta aplicá-lo ao tomar atitudes no dia-a-dia.

O *Evangelho* não é para ser apenas conhecido. Não adianta apenas lê-lo ou ouvi-lo, é preciso praticá-lo o tempo todo, sem que com isso nos tornemos fanáticos religiosos ou pregadores.

## O que é a reforma íntima?

Quem já está consciente de suas imperfeições e de seus débitos para com a justiça divina, busca por livre e espontânea vontade modificar-se para melhor.

Isso é reforma íntima. Temos a liberdade para nos reparar segundo nosso desejo, num ritmo próprio e, além disso, podemos nos melhorar gradualmente substituindo nossos defeitos por virtudes.

Quando nos recusamos a progredir pelo amor, a dor e o sofrer surgem à nossa frente, até que resolvamos agir no caminho do bem.

Assumir que somos espíritos imperfeitos e devedores é um passo importante. Mas isso não basta se ficarmos de braços cruzados. A reforma íntima é uma transformação pessoal, voluntária, inteligente e, sobretudo, planejada.

## Como começar a reforma íntima?

Primeiro, é preciso conscientizar-se de que algo no nosso modo de pensar, sentir e agir deve mudar.

Depois, devemos nos preocupar em mudar a nós mesmos, ao invés de ficar tentando reformar os outros. Exemplo: se não estivermos vigilantes ao assistir a uma palestra espírita, logo pensamos: “Meu marido é que precisava ouvir isso!”, “Se minha mulher estivesse aqui, isso serviria bem para ela!”. O passo seguinte



da reforma interior é definir com clareza o que é preciso reformular: a isso damos o nome de autoconhecimento, que é a clara consciência de quem somos.

A fase seguinte é vigiar e orar para estar sempre em sintonia com os benfeitores espirituais que nos intuem e nos ajudam. Vigiar e orar não significa estar o tempo todo orando, mas sim cuidar do pensamento, mantendo-o elevado. Depois, é atenção, trabalho e boa vontade para recomeçar, sempre com prazer e alegria quando falharmos de novo, a fim de não desperdiçar as mínimas oportunidades que se apresentem no dia-a-dia.

## Por que tenho que mudar?

Se desconheço por que mudar, o que mudar e como fazê-lo, estou convidando a dor a ser minha mestra e condutora e, como já foi dito, todos temos um sério problema: geralmente não há pessoa mais desconhecida para nós do que nós mesmos. Temos uma autoimagem bastante distorcida, pois imaginamos ser alguém do qual nem sombra ainda somos.

Como descobrir nossa condição em termos de evolução espiritual? A forma mais simples e ao alcance da maioria é estudar seus sofrimentos, os mínimos

acontecimentos do seu dia-a-dia e deles extrair reflexões. Por que isso está acontecendo? O que devo fazer para mudar ou melhorar minha vida?

Quando Jesus nos disse “Bem-aventurados os aflitos”<sup>8</sup>, ele nos sinalizou a importância do sofrer para aprender e mudar. Sofrer por sofrer é algo tão sem sentido que um mínimo de bom senso o descarta. Deus não nos criou para o sofrimento, isso é tão lógico! Sofremos porque nos desviamos das leis divinas. Deus não castiga ninguém.

## O que usar para aprender?

A doença é uma ferramenta de aprendizado disponível o tempo todo: às vezes, uma simples dor de cabeça é um convite para parar e pensar, antes de tomar um analgésico. Caso seja repetitiva e freqüente indica que já passou da hora de entender o recado.

Todo sofrimento é um recado. Pessoas que surgem em nossa vida bem como acontecimentos têm tudo que ver com nossas necessidades de mudanças; até

---

8 – Mateus, 5: 5 e 6, 10. (N.E.)

um simples tropeção, por exemplo, poderá indicar a necessidade de prestarmos mais atenção ao caminho.

## Como usar esses avisos?

Nossos pensamentos são ondas eletromagnéticas: não as vemos, mas elas são tão reais quanto as de rádio e televisão, que não percebemos, mas nossos aparelhos sintonizam e concretizam em som e imagem.

Como pensamos, sentimos e agimos até dormindo, funcionamos tal e qual uma estação de rádio ou TV a irradiar para o universo nossa programação mental-emocional. Dessa forma, atraímos pessoas e acontecimentos que estejam em nossa sintonia.

Se as coisas não dão certo conforme meus desejos, o recado poderá ser: cuidado com a impaciência, o egoísmo, o orgulho. Nas perdas contínuas, é preciso refletir sobre o sentimento de posse e avareza etc.

Situações persistentes sinalizam claramente o que irradiamos e o que atraímos para nos ajudar a transformar nossos defeitos em virtudes. Basta estudá-las com calma e desejo sincero de mudar.

## **Qual a forma mais fácil de executar as mudanças em nós mesmos?**

Jesus deixou claro que há uma forma suave e leve de progredir. No caso da reforma íntima, o jeito mais difícil é o que atinge a maioria das pessoas: a dor, o sofrer, os contratempos, as brigas íntimas – culpa, remorso, cobranças exageradas. No entanto, há outra forma, simples e fácil. Ao invés de lutarmos contra nossas imperfeições, basta desenvolver as virtudes que ainda não possuímos com alegria e prazer.

## **Para que serve a nossa fé?**

O conjunto das Obras Básicas de Allan Kardec nos mostra que nossas crenças e nossa fé são a alavanca capaz de mudar a direção do nosso destino e de nos mover em direção ao progresso. Acreditar ou não acreditar nas leis que regem a vida não muda absolutamente nada. Portanto não devemos imaginar que há espíritos protegidos e outros castigados, que as nossas provas são mais difíceis que as dos outros. Nossa fé é uma

referência segundo a qual nos conduzimos na estrada da evolução com esperança e alegria ou com tristeza e desalento, a escolher.

## Por que há desigualdades sociais?

As situações que vivemos em cada existência proporcionam diferentes aprendizados. Riqueza, beleza, poder, pobreza, exclusão social, defeitos físicos, são oportunidades de aprendizagem. Cabe a nós transformar o planeta para que as desigualdades deixem de ser necessárias.

## Por que os bons sofrem?

“Nunca fez mal a uma mosca! Sempre ajudou todo mundo! Por que razão é castigada com penúria, doença, abandono? Às vezes nem acredito que Deus existe, quando vejo essas injustiças!”

É claro que entender e aceitar o sofrimento é muito difícil, especialmente para quem desconhece ou não acredita na reencarnação.

O engano mais comum é entender o sofrimento como uma simples punição por coisas malfeitas. A dor e o sofrimento são um aprendizado, nós é que os entendemos como punição, apenas por nos recusarmos a reparar os vícios e falhas. Descuidados, não queremos entender o aviso de Jesus: “Bem-aventurados os aflitos”.

Baseados apenas na contemplação do presente queremos premiar os bons e punir os maus.

## Provas e expiações

A Terra é uma escola, um hospital, não uma colônia de férias. Encontramo-nos aqui para aprender e progredir e não a passeio ou para nos divertirmos.

Também como na escola, em nosso planeta são necessárias provas e testes para que o aluno seja avaliado. E o professor apenas exige a matéria que foi amplamente ensinada. Quem se prepara vai bem e até gosta de fazer provas e de ser avaliado. Quem não se prepara vai mal, repete, reclama do professor, vive pedindo que as provas sejam adiadas e, de novo, nunca se prepara, sempre indo mal etc.

Expições são resgates, lições malfeitas que precisam ser refeitas, até que sejam aprendidas.

As provas da vida são testes que o próprio espírito escolheu na preparação da reencarnação, assessorado por mentores espirituais.

Ainda deixamos muito a desejar como alunos. Quando o assunto é importante para nosso futuro, e exige mudanças no padrão de atitudes, não prestamos atenção às aulas – e reclamamos das lições. Queremos ficar o tempo todo no recreio. Não fazemos nossas tarefas com prazer e com cuidado; no entanto, quase sempre vivemos criticando e dando palpite nas tarefas dos outros.

Em virtude da nossa ignorância e infantilidade espiritual as provas mais difíceis são as mais cobiçadas por nós: beleza, fama, riqueza e poder são atributos que apresentam um grau de dificuldade razoável e geralmente quando os escolhemos costumamos nos dar mal. Invejosos e insatisfeitos, queremos sempre o que não possuímos e desvalorizamos nossas conquistas e realizações – uma das causas determinantes do sofrimento.

## Origem das aflições

Estamos cansados de saber, há centenas de anos, que a sementeira é livre, mas a colheita é obrigatória.

Nada, nem ninguém, mudará as leis divinas para favorecer a quem quer que seja.

A justiça divina ou lei de retorno é perfeita. Estragou? Conserta! Não deu certo? Tenta de novo...

A forma mais simples de reparar é perdoar, ajudar, amparar, socorrer, amar enfim.

Parte de nossas aflições, dores e sofrimentos é fruto das escolhas feitas em outras existências ou nesta encarnação. Outra parte é resultado de nossas escolhas atuais e imediatas. A maioria é decorrente de nossas imperfeições: orgulho, egoísmo, avareza, inveja, intolerância, impaciência e principalmente preguiça.

Sorte, azar e destino não existem, são desculpas que arranjamos para justificar nossas más escolhas.

## Finalidade das aflições

Dentre outras coisas, o sofrer é muito importante para que sejamos capazes de manter o foco em Deus, no bem. Isso não quer dizer que há algo ou alguém criando situações sofridas para nós; fomos apenas nós mesmos que o fizemos e que continuamos a fazê-lo se persistirmos em escolhas inadequadas. Quando sofremos, geralmente vigiamos e oramos com maior fervor e devoção.



Quando vivemos essas fases dolorosas, para escapar da situação aflitiva pensamos com mais cuidado e, dessa forma, desenvolvemos nossa inteligência e capacidade de discernir com maior acerto.

Não teria sentido Deus nos deixar como única saída aprender do jeito mais difícil e penoso, que é sofrer. Temos como primeira opção aprender com o uso da inteligência e o desenvolvimento da capacidade de discernir entre o que é correto e adequado daquilo que é incorreto ou inadequado.

Nossa evolução pode ser desenvolvida de uma forma simples e prática segundo nossa livre escolha, desde que se enquadre nas leis de progresso e de amor. Se perguntarmos a um espírito mais evoluído o que devemos fazer para progredir mais depressa, ele dirá, simplesmente: “Cumpra as leis divinas”.

## Os espíritos participam de nossa vida?

Como nos afirma *O Livro dos Espíritos*, de Allan Kardec, a influência dos espíritos em nossa vida é mais constante e intensa do que imaginamos.

## Que tipo de manifestações espirituais verei na casa espírita?

A casa espírita é um centro de comunicação entre nós e os espíritos de elevada ordem moral, que deve primar pela simplicidade em todos os sentidos, pelo desprendimento e pelo intercâmbio inteligente, sóbrio e caridoso entre os dois planos da vida.

Na casa espírita bem organizada, quem chega não vê, ouve ou sente nada além de manifestações de amor, disciplina, ajuda e fraternidade.

Caso encontremos, nessa casa, imagens de santos, celebração de rituais, uso de velas, incenso etc., definitivamente essa não é uma casa que segue a orientação expressa nas Obras Básicas de Allan Kardec.

As atividades mediúnicas devem se distanciar da simples curiosidade e do estardalhaço do fenômeno. Devem ser desenvolvidas sempre com muita seriedade e recato entre os que estudam e praticam o Espiritismo com a finalidade de servir ao próximo e esclarecer aqueles que buscam ajuda espiritual.

## Que motivos levam os bons espíritos a nos ajudar?

A motivação dos trabalhadores da espiritualidade em prol do progresso coletivo é a mesma dos trabalhadores do bem encarnados.

Os que se agrupam em torno do Evangelho de Jesus sabem que encarnamos quantas vezes forem necessárias, que somos seres interdependentes, que precisamos uns dos outros e que o que ocorre conosco reflete-se na coletividade. Mesmo os espíritos que nos ajudam têm suas próprias necessidades de progresso e, quando nos inspiram, sabem que auxiliam a si mesmos.

## O que é obsessão?

Antes de pensarmos ou de falarmos em obsessão, é preciso entender de forma clara o conceito que a palavra carrega consigo.

Segundo o Dicionário:

*Obsessão*: ato de importunar segundo uma idéia fixa; mania.

*Obsesso*: que está dominado por uma obsessão; atormentado.

*Obsessor*: o que causa obsessão; que atormenta; o que importuna.

*Obsedar/obsediar/obsidiar*: importunar com assiduidade excessiva; preocupar; dominar o espírito; importunar; aborrecer; perseguir.

Resumindo o conceito da relação entre obsessor e obsidiado, podemos dizer que obsidiar é impor a forma habitual de pensar, sentir, agir.

Vale a pena refletir sobre esta sábia premissa da lei de sintonia: “Diz-me com quem andas que te direi quem és” ou “Diz-me o que pensas que te direi com quem andas”. Se existem aqueles que obsidiam é porque ainda há aqueles que se deixam influenciar.

## **Os obsessores são sempre espíritos desencarnados?**

Se não vigiarmos, mesmo encarnados, vamos nos tornar obsessores uns dos outros, na vida familiar, no trabalho, na vida social. Podemos ser obsessores de nós

mesmos? Com freqüência agimos assim sem perceber. São as nossas idéias fixas, cultivadas existência após existência, que geram compulsões e impulsos que fogem do controle: a gula, os vícios etc.

## **Obsessão simples**

Quando desencarnamos, nossa personalidade não se modifica. Continuamos a sentir os mesmos desejos, vícios e necessidades. Quem gosta de beber, fumar, comer demais, praticar sexo sem regras, mentir, discutir, brigar, maldizer, vai continuar preso a essas imperfeições.

## **Alguns sintomas de obsessão**

Quando nos comportamos de forma diferente dos nossos padrões, sentimos a interferência de desejos e pensamentos que não costumamos ter ou sentir, e sem mais nem menos sentimos aversão a pessoas com as quais convivemos. Percebemos que não somos os mesmos de sempre ou as pessoas com as quais convivemos nos sentem muito diferentes. Nessas condições

é hora de procurar ajuda, provavelmente estamos sendo influenciados.

## O que é obsessão simples?

É claro que nenhum processo obsessivo é simples. Rotulamos de simples aquele que se forma apenas pelo mecanismo de sintonia e de interesses comuns entre encarnados e desencarnados, é o primeiro passo para um envolvimento maior, que deve ser afastado. Na linguagem popular é o “encosto”: o desencarnado achou um “colega da hora” que passa a usufruir em todos os sentidos de sua companhia; nem sempre ele tem conhecimento de que está causando algum tipo de prejuízo ao outro.

Muitas vezes, é até um familiar ou parente desencarnado que permanece ali “encostado” por alguma razão. Um motivo bem comum é o apego exagerado que alguns têm pelos outros. Se perguntarem a esse espírito por que está ali, ele certamente responderá de forma bem simples: “Fui chamado, não sei quantas vezes”.

Todos partilhamos de companhias espirituais. Os interesses ou nossos ideais que determinam nosso

modo de viver é que definem quem nos segue, quem nos acompanha.

O Espiritismo nos mostra que nunca estamos sós. Estamos rodeados de desencarnados que vivem na condição de espíritos errantes<sup>9</sup> e que se aproximam de nós por afinidade ou por chamados ou invocações.

Esse intercâmbio não deve ser motivo de exagerada preocupação. Quando melhoramos nosso padrão de atitudes, os desencarnados que nos fazem companhia podem fazer o mesmo ou afastar-se de nós. Passamos, nessa melhor condição, a atrair para nossa esfera de ação espíritos de maior elevação moral. Se nos lembrássemos disso com frequência, vigiando e orando mais, cuidaríamos dos exemplos que ofertamos aos desencarnados e o progresso seria muito mais rápido para todos.

## Obsessão organizada

Hoje vítima, ontem algoz; hoje algoz, amanhã vítima, até que alguém se canse e perceba que perdoar é o melhor remédio. Não aprendemos a exercitar a arte

---

9 – Para saber mais sobre o assunto, consulte *O Livro dos Espíritos*, Capítulo 6, “Vida espírita”. (N.A.)

do perdão, e vida após vida, movidos por egoísmo, orgulho, inveja, cobiça, intolerância, agressividade, prejudicamo-nos uns aos outros. Planejar vingança e retaliações para quem não depende do calendário nem do relógio – que é o caso do espírito desencarnado – é mais fácil, deixando-nos, encarnados, em desvantagem.

Uma das tarefas mais importantes da casa espírita é, com certeza, o esclarecimento fraterno desses espíritos sofredores, tendo por base a caridade para com ambas as partes envolvidas.

Não basta, porém, esclarecer o espírito desencarnado e libertar o encarnado de seu jugo. É urgente ajudar as pessoas a compreenderem a necessidade de praticar o *Evangelho*. “Aproveita e reconcilia-te com teu inimigo enquanto estás a caminho com ele”<sup>10</sup>, como ensinou Jesus, é uma necessidade, pois uma simples coleção de pequenas ofensas e mágoas, neste plano, pode transformar-se em ódio feroz na outra. Por esse motivo a cura de uma obsessão de longa data exige esforço, compreensão, perseverança, humildade e muita doação de amor, e que aprendamos a perdoar as pequenas ofensas que fazemos uns aos outros.

---

10 – Mateus, 5: 25 e 26. (N.E.)



## Há finalidades na influência espiritual negativa?

O que nos move para o mal continua sendo a ignorância, esse é o caso dos espíritos obsessores.

Ela se faz presente no desejo de vingança, na sede de poder, na vontade de usufruir até o limite as sensações que a vida na matéria proporciona – comer, fumar, beber, usar drogas –, de atender sem meias medidas ao orgulho e ao egoísmo, em ser o maioral, admirado, invejado. Deus não nos criou para o mal; estacionar nele é uma condição temporária dos espíritos em evolução.

Quando nos alertou sobre a necessidade de *escândalos*, Jesus quis nos mostrar que a ignorância dos que praticam o mal contra o próximo aumenta suas dívidas com a justiça divina e retarda o seu progresso.

## Quem é meu maior obsessor?

A resposta é tão simples que assusta: meu grande inimigo sou eu mesmo. São meus defeitos de caráter

que cultivo com o *adubo* das desculpas e justificativas sem nexos, sempre desprovidas de razão.

## O que é desobsessão?

No Espiritismo, todos somos considerados necessitados de amor e de compreensão. Esse saber faz com que nos consideremos iguais; daí não excluímos espírito algum, pois sabemos que ninguém é melhor nem pior do que os outros. Quando nos capacitamos a colaborar na assistência espiritual, observamos que, além do raciocínio lógico, simples e irrefutável, para essa tarefa são necessários muito amor, paciência e perseverança.

Estudando e praticando a Doutrina Espírita aprendemos passo a passo a agradecer àqueles que anteriormente considerávamos inimigos. Passamos a ter consciência de que os tropeços provocados por eles nos ajudaram a vigiar e orar com mais afinco. Nos alegamos a partir do momento em que conseguimos aceitá-los como companheiros na jornada em direção a Deus. Quem estuda e pratica os ensinamentos espíritas sabe que a desobsessão é um ato de amor a nós mesmos e ao próximo.

## O que é uma sessão de desobsessão?

Os espíritos que de alguma forma estão com problemas ou causando-os a outras pessoas são conduzidos à casa espírita para manifestar suas dificuldades. Por meio da mediunidade comunicam-se e passam assim a receber ajuda e ser fraternalmente esclarecidos, consolados e amparados.

O mais comum é que, ao sermos entrevistados e conduzidos a uma assistência espiritual, nossas companhias espirituais sejam igualmente atendidas.

Nem sempre sofremos um processo obsessivo planejado com intenção real de nos prejudicar. Muitas vezes, atraídos pela nossa invigilância, falta de oração e hábitos negativos, os espíritos sofredores apegam-se à nossa companhia sem outras razões senão compartilhar dessa convivência na qual se comprazem.

## Capítulo 3

NA VERDADE, OS MOTIVOS que nos levam à casa espírita são geralmente processos múltiplos, interligados, antigos e, em alguns casos, até milenares.

Nossos problemas da atual existência também se constituem de muitos fatores e envolvem encarnados e desencarnados.

## Problemas pessoais

Nossas verdadeiras dificuldades são nossas imperfeições, nossos impulsos para o mal, vícios, más tendências, enfim, tudo o que possa levar a praticar o mal contra nós próprios e contra outras pessoas.

Nossos problemas pessoais são causados por escolhas que contrariam as leis divinas.

Analisemos rapidamente alguns:

- ✦ “Nada que espero muito dá certo” – culpa da minha impaciência e pressa.

- ✦ “Sou humilhado a toda hora” – graças ao meu orgulho.
- ✦ “Sou traído com frequência” – meu ciúme doentio é o culpado.
- ✦ “Tudo dá certo para os outros menos para mim” – culpa apenas da minha inveja.
- ✦ “Muitos são estúpidos e agressivos comigo” – graças à minha susceptibilidade à mágoa.
- ✦ “Tudo de ruim acontece comigo” – meu papel preferido no teatro da vida é o de vítima.
- ✦ “Vivo com dor de estômago” – tenho preguiça até de mastigar.
- ✦ “Sofro uma perda financeira atrás da outra” – quem me traz esse prejuízo é minha avareza.

Para cada um de nossos problemas e sofrimentos sempre há uma imperfeição a comandá-lo e os que se repetem são incansáveis avisos da necessidade de reforma íntima, de mudança de atitudes.

## Problemas dos outros

Embora boa parte das vezes o orgulho e o egoísmo nos impeçam de perceber que o problema de um é

problema de todos, aos poucos já começamos a nos interessar pelas dificuldades do próximo, e isso deve ser motivo de grande satisfação.

Essa é a primeira fase da fraternidade. Não devemos, entretanto, nos descuidar, caso contrário nos fixaremos nesse estágio. Não basta nos interessar pelo próximo, é preciso ajudá-lo: essa é a lei da caridade. Para ingressar na segunda fase, é preciso aprender a discriminar “o que pertence a quem” como tarefa de evolução, pois quando fazemos tarefas que competem aos outros estamos cometendo uma infração perante a Lei do Progresso. É, por assim dizer, um roubo de oportunidades. Evidentemente as intenções são o fator determinante de agravo ou de atenuante para a justiça espiritual, porém a intenção não comandada pela inteligência e pelo conhecimento também é crime: todos conhecem o ditado popular “de boas intenções o inferno está lotado”.

### **EXERCÍCIO:**

Uma mãe ou avó que não conseguiu se libertar do conceito de que barriga cheia é sinal de saúde dá comida na boca da criança para que ela coma – o suficiente? – mesmo que tenha mais de dois anos de idade.

Esse fato poderá contribuir para que essa criança seja um adulto com dificuldades em tomar decisões, tornando-se dependente de outras pessoas em muitos aspectos na sua vida. O prejuízo, nesse caso, é real.

Quem vive em sofrimento e angustiado pelas dificuldades dos outros tem bom coração, embora seja uma pessoa que tenta fugir das suas próprias dificuldades cuidando de dificuldades alheias.

Dentre os motivos que nos levam ao centro espírita, a ansiedade e a angústia em resolver problemas de familiares, parentes ou amigos é comum. É urgente que aprendamos a separar o que nos pertence do que pertence aos outros, até porque grande parte de nossas dores e sofrimentos é consequência de nossas imperfeições e que de tanto insistir nelas transformamos em sofrimento. Ajudar é uma coisa, querer resolver é outra.

## Doenças físicas

Nossas doenças são demoradas construções erigidas existência após existência, pensamento a pensamento, atitude a atitude e, mesmo assim, Deus oferece-nos incontáveis recursos para que sigamos



sempre no caminho do bem sem sofrimento. Ele não nos criou para sofrer e ofereceu-nos também a oportunidade de nos aliviarmos das conseqüências de nossas escolhas erradas pela medicina. Por esse mesmo motivo, também permite que a espiritualidade superior nos socorra realizando curas que nos parecem milagrosas.

Há espíritos que se dedicam à medicina tanto neste plano quanto no plano espiritual, porém há uma significativa diferença entre uns e outros: no plano físico somos claramente influenciados pelas necessidades que a vida material impõe, tanto que raros médicos hoje encarnados poderão continuar a tarefa no plano espiritual, onde as necessidades são outras. Para que o leitor entenda melhor essa questão, recomendamos a leitura do livro *Nosso Lar* (Rio de Janeiro: Federação Espírita Brasileira), do Espírito André Luiz, psicografado pelo médium Francisco Cândido Xavier.

O Espiritismo nos ajuda a compreender com simplicidade e clareza a origem das doenças.

Nossas doenças são lentas construções engendradas dia após dia, existência após existência. Representam a soma das infrações que cometemos contra as leis divinas.

- ◆ *As leis de retorno e de Causa e Efeito sempre participam da formação das nossas doenças, seja nesta existência ou nas próximas. Exemplos: se como e bebo demais, no outro dia acordo com dor de cabeça, boca amarga, indisposição, irritabilidade. Esse conjunto de sintomas e de sensações é fruto da colheita rápida de minha escolha. Quando extrapolo meus limites de trabalho, durmo pouco, acumulo preocupações desnecessárias, logo passo a sentir dores pelo corpo, tonturas e a pressão arterial pode subir. Escolher esse estilo de vida foi decisão minha. Se opto por tornar-me um fumante e depois de alguns anos surge um câncer na garganta, no pulmão, na bexiga, pressão alta, enfarto do miocárdio, a escolha também foi pessoal.*
- ◆ *As tendências que trazemos para adoecer também são escolhas nossas: nada de coisa herdada dos outros, muito menos causadas por sorte, azar ou destino; vale lembrar o exemplo do fumante: ao desencarnar levamos em nosso perispírito – que é nosso corpo espiritual, que sobrevive à morte do corpo*

físico – as lesões provocadas na carne. O fumante, além dos prováveis problemas de saúde que vai enfrentar, também renascerá com tendências para asma, bronquite, enfisema pulmonar...

- ✦ *No Espiritismo aprendemos que grande parte das doenças inicia-se no espírito: o corpo é um espelho que apenas reflete seus atos.*
- ✦ *A ignorância das leis que regem a evolução nos faz imaginar que nós ou determinada pessoa não deveria estar vivendo tal doença ou problema.*
- ✦ *A doença tem finalidade depurativa mas nem sempre os que a vivem tiram proveito da situação; para que ela seja eficiente é preciso, além da aceitação, tornar a existência o mais útil possível.*
- ✦ *No caso da doença e da cura, o objetivo da Doutrina Espírita é esclarecer que a modificação do nosso comportamento, por intermédio do estudo e da prática do Evangelho, é o caminho para a cura definitiva. Entender que as moléstias são criações nossas é mais fácil do que aceitar a necessidade delas.*

Quando cientes de que somos os causadores das nossas doenças, entendemos seu caráter educativo. A enfermidade é ainda necessária no estágio evolutivo no qual nos encontramos.

Algumas utilidades da doença:

- ✦ Aviso de necessidade de mudanças;
- ✦ Auxílio para autoconhecimento, pois, quando estudamos em quais circunstâncias surge, a doença se torna um instrumento de reforma íntima;
- ✦ Desenvolver a fé, pois crer na intercessão dos bons espíritos nos torna mais confiantes ao trilhar os caminhos do *Evangelho*;
- ✦ Prolongar a existência: cada doença é um aviso, “cuidado com os exageros, olha isso, veja aquilo”;
- ✦ Fortalecer a perseverança e a caridade: *Mesmo doente, que benefícios levo ao próximo? Quantos ajudo e consolo? Sem o entendimento das leis divinas, as situações de doenças podem tornar-se apenas uma forma sofrida e difícil de aprendizagem.*

## Distúrbios emocionais

Somos espíritos em evolução manifestando instintos, sensações, emoções e inteligência. Pessoas sensíveis demais – histéricas, choronas, depressivas, que tentam manipular outras – atrapalham a própria vida e a dos outros. Já pessoas insensíveis são perigosas para o bem-estar de todos. Para aprender a desenvolver e a equilibrar a sensibilidade necessitamos do uso da inteligência.

Os sentimentos são as sensações e emoções inteligentes, pois o gradativo desenvolvimento da capacidade de discernir é que transforma o campo emocional no campo dos sentimentos.

Pessoas que se recusam a educar as emoções criam distúrbios emocionais e sensitivos, que fatalmente se materializam no corpo físico na forma de doenças. Desculpas como “eu não me percebia direito”, “desconhecia que era possível”, “preciso modificar-me” são injustificadas, pois, se raciocinarmos, veremos que, desde a concepção, já manifestamos nossas tendências, impulsos e compulsões.

Ao reencarnar, o espírito sinaliza àqueles que o rodeiam que tipo de ajuda vai precisar para emendar-se e adequar-se às leis divinas.

Para agravar a situação dos descuidados em cumprir as leis divinas, a vida é interativa e toda vez que nós mesmos nos “presenteamos” com um problema como depressão, angústia, pânico ou doença, estamos também “presenteando” nossos queridos familiares e amigos, ou seja, estamos envolvendo outras pessoas em nossas aflições...

## Doenças psicológicas

Separar doenças físicas das do espírito é apenas um artifício. Na realidade, as moléstias, em grande parte, provêm dele. Nos livros de medicina do futuro constarão como doenças graves intolerância, impaciência, orgulho, vaidade, calúnia, maledicência, inveja. Enfim, trata-se de doenças da alma que, mais dia ou menos dia, refletir-se-ão no corpo físico, caso não sejam extirpadas a tempo, causando sofrimentos que poderíamos evitar modificando nossas atitudes e comportamento.

Toda ajuda de outras pessoas é bem-vinda, mas não devemos levar ao pé da letra a opinião de pessoas que ainda têm dificuldade em observar a si mesmas, o que poderá nos causar futuros dissabores. Devemos ser capazes de executar essa tarefa, nossa modificação

interior, para depois confrontar nossa experiência com as observações de outras pessoas. Dessa forma, estaremos mais próximos do que é melhor para nós.

### **EXERCÍCIO:**

Analisemos algumas correspondências entre problemas psicológicos e espirituais, apenas para exercitarmos nossa capacidade de auto-observação:

- ✦ *Depressivos*: geralmente são espíritos imaturos, tal e qual crianças birrentas que estão de mal com Deus, com outras pessoas, sofrendo conseqüências da Lei de Causa e Efeito.
- ✦ *Angustiados*: toda vez que sistematicamente deixamos de aplicar os conhecimentos que adquirimos, voltados para satisfazer nossos desejos e compulsões, violamos as leis de Deus e nos atormentamos.
- ✦ *Em pânico*: sempre que nossos desejos e compulsões fogem do nosso controle, o medo que sentimos por vezes transforma-se em desespero. O angustiado que, descontrolado, se permitir entrar em pânico estará, durante muito tempo, sofrendo os efeitos desse descuido.

Além dessas, incontáveis outras situações revelam a história do caminho evolutivo de cada um de nós.

## **Dificuldades no relacionamento familiar**

Gostamos de imaginar que nossos problemas e dificuldades sempre têm origem em outros acontecimentos ou na ação de outras pessoas. Geralmente elegemos como adversários os portadores de imperfeições opostas às nossas – embora complementares – ou que são nossos espelhos, pessoas que refletem nossa personalidade, as quais consideramos como problemas ou mesmo nossas inimigas...

Temos noção de que somos imperfeitos e que é preciso nos modificar, mas nos desgastamos – e aos nossos relacionamentos familiares – tentando modificar os outros. Procurar mudar outras pessoas é uma atitude inócua, inoportuna e demonstra falta de respeito, pois o nosso dever é nos modificar a nós mesmos.

Entregar nossa vida ao sabor dos acontecimentos, deixar de lado a nossa reforma íntima e tentar mudar a forma de ser dos que nos cercam transforma nossa convivência familiar em relacionamentos obsessivos.



Quando falamos de obsessão, logo nos vêm à mente espíritos importunando os encarnados. Desconsideramos que os encarnados também perturbam a vida de outros encarnados, obsidiando-os. Ouvimos com frequência reclamações do tipo: “quem tem um parente desses não precisa de inimigos”.

Os principais fatores que causam dificuldades no relacionamento familiar são a intolerância, a impaciência, a agressividade, o orgulho e o egoísmo, geralmente acompanhados da inveja.

Na relação entre marido e mulher, geralmente costuma ocorrer uma disputa pelo poder. Nas relações entre irmãos, o que predomina é a inveja entre eles e o mesmo ocorre de forma mais intensa nas relações entre agregados, tais como cunhados etc.

A falta de respeito para com o outro é a base de todo o mal. Não nos aceitamos como somos. E, sem perceber, culpamos os outros, o tempo todo, por essas dificuldades. E o que é pior, também os agredimos em pensamento, o que atrasa nossa evolução e também os prejudica. Esse comportamento se reflete em nossas realizações materiais, que não se desenvolvem como seria de se esperar, de acordo com nossas expectativas.

Em nossa experiência clínica e de atendimento na casa espírita, observamos que em muitos casos, se permitirmos a quem está em busca de ajuda falar livremente, quase cem por cento do tempo dessa entrevista será usado por essa pessoa para denunciar ou recriminar a alguém. Sem que esse alguém perceba, na verdade ele é o obsessor de quem está acusando, mas para que compreenda essa realidade é necessário muito esforço, tempo e estudo do *Evangelho*.

Todos os primeiros passos exigem nosso maior esforço. Por exemplo, quando estamos conscientes de que precisamos mudar e passamos a reformular a maneira como tratamos nossos familiares e nos munimos de boa vontade em busca da reconciliação, é comum sejamos agredidos por suas atitude de má vontade, insatisfação ou ingratidão. É preciso entender que a maior parte dos grupamentos familiares são oficinas, onde transformamos nossas dívidas espirituais, resgates do passado, em laços de amor e fraternidade.

## Vícios

Quando se trata de vícios, para ajudar nossos familiares é comum recorrermos, nós mesmos, ao

Espiritismo. O próprio viciado geralmente não busca auxílio para si próprio. Nesse caso, a intercessão funciona como qualquer tratamento onde a pessoa não toma parte ativa e continuada. Trata-se de um paliativo, mas que pode, naturalmente, abrir caminho para uma solução e as casas espíritas, na sua maioria, oferecem esse tipo de assistência espiritual a distância.

O Espiritismo revela que viciado é todo aquele que *se* permitiu desenvolver a dependência de substâncias ou mesmo da companhia de outras pessoas. A maior parte das pessoas identifica o vício nas situações mais comuns que ele se apresenta, geralmente as mais divulgadas: na dependência do fumo, do álcool e de outras drogas como a maconha, a cocaína, as anfetaminas etc. Com o passar do tempo, os que estudam o Espiritismo identificam vícios ainda mais graves – porque camuflados – aceitos ou mesmo tolerados pela sociedade. Dentre eles, podemos citar:

- ◆ Gula, masturbação etc.
- ◆ Remédios para dormir, para acordar, analgésicos etc.
- ◆ Caluniar, julgar e condenar outras pessoas na sua ausência etc.

A dependência afetiva de pessoas que amamos também pode ser comparada a um vício. Quando perdemos algum ente querido sofremos como nas crises de abstinência de dependência química...

O Espiritismo também revela que todo vício tem sua origem na ociosidade. Mente e mãos desocupadas na tarefa de trabalhar, progredir, socorrer, amparar, fatalmente nos arremessarão na direção dos vícios.

## Drogas

A dependência química leva muitas pessoas à casa espírita em busca de ajuda para seus familiares, até que eles próprios busquem ajudar-se. Os resultados não são milagrosos, mas perceptíveis a curto prazo. Trata-se, portanto, de salutar providência que devemos considerar, ao lado da assistência médica e psicológica.

## Efeitos do estresse crônico

A ociosidade espiritual associada ao aumento da ganância, do medo e da ansiedade que nos levam a um

alucinante correr atrás de coisas materiais, a cada dia, conduzem mais pessoas à casa espírita, uma legião que se ressentem de insônia, angústia, perda de memória, irritabilidade emocional, agressividade incontida, depressão, angústia, pânico, obesidade, dores...

O estudo e a prática do Espiritismo é um abençoado remédio. Ajuda-nos a descobrir quem somos e por que aqui estamos. Analisando os fatos da atualidade, entendemos que os efeitos do estresse crônico são muito perigosos e que verdadeiros desastres podem ser evitados se seguirmos as recomendações de Jesus – buscar a simplicidade, sem nos atermos a angústias inúteis, geradas na ânsia de acumular riquezas. Todos conhecemos a afirmação “Desta vida nada se leva, senão...”. O problema está em definir o senão... senão o quê? O *Evangelho* responde.

## Pesadelos

Os sonhos perturbadores são quase sempre uma indicação clara de distúrbios espirituais, um aviso que sinaliza a necessidade de parar para refletir sobre nossas atitudes, vigiar e orar mais.

Durante o sono, parcialmente libertos em espírito do corpo, temos total mobilidade e vivemos experiências particularizadas. Quando a lembrança de sonhos ou pesadelos nos confundem no dia seguinte, vários são os motivos porque isso está acontecendo. É possível, por exemplo, que estejamos “assistindo”, ou melhor, recordando vivências de outras épocas. Ou mesmo relembrando ocorrências recentes que vivenciamos no dia-a-dia. Ou lembrando cenas de filmes que nos impressionaram e ficaram marcadas em nossa mente. Não é raro também que estejamos vivendo experiências espirituais reais relacionadas a processos obsessivos em andamento – de longa duração ou mesmo recentes.

A assistência espiritual oferece solução benéfica e eficaz para esses casos, harmonizando-nos e nos ajudando a nos perdoar reciprocamente, vítimas e algozes nos processos de obsessão.

A resolução definitiva da obsessão virá da vigília que conseguirmos exercer sobre nossos pensamentos, sentimentos, emoções e atitudes, seguida da boa vontade de nos modificarmos – o que facilita a ajuda dos nossos guias espirituais durante o sono. Como medida de prevenção, é bom evitar entretenimentos que

possam impregnar nosso subconsciente de cenas capazes de nos trazer perturbações enquanto dormimos.

## Terror noturno das crianças

Vale a pena lembrar que as crianças são espíritos que viveram, em existências anteriores, outras experiências e que possuem, aqui e no plano espiritual, tanto amigos quanto desafetos. Em se tratando de pesadelos, vale para a criança o mesmo que recomendamos aos adultos, com maior ênfase aos cuidados ante os divertimentos, em especial a TV e os jogos eletrônicos, pois a mente infantil é mais suscetível a essas influências do que a do adulto.

Soma-se a essa consideração o fato de que na infância geralmente se manifesta a vidência – um tipo de mediunidade que permite ver os espíritos – mais ou menos latente. Algumas crianças, assim como os médiuns videntes, têm a facilidade de enxergar espíritos e outras ocorrências espirituais. Nesse caso, além de enxergar espíritos com facilidade, a criança também vê as “formas-pensamento” – construções mentais que tomam forma e

duram na proporção do tempo e da força com que foram geradas<sup>11</sup> –, criadas pela família na repetição dos pensamentos, sentimentos, palavras e atitudes. Impregnamos o ambiente em que vivemos como se nele projetássemos um filme, e a criança assiste, por assim dizer, a essa projeção mesmo que não queira, e às vezes fica apavorada. Isso ocorre porque muitas famílias não têm ainda o hábito de vigiar e orar o suficiente para estabelecer, no lar, uma atmosfera fluídica favorável ao bem-estar de todos.

Para solucionar esse problema, depois de passar por uma entrevista na casa espírita, na qual o assistido é direcionado à assistência espiritual mais adequada, recomenda-se urgência em estudar o *Evangelho* no lar e a conscientização da necessidade de mudar seu padrão vibratório por intermédio da reforma íntima.

## Mediunidade em desequilíbrio

É grande o número de pessoas que buscam ajuda na casa espírita por variados motivos: doença, dificuldades

---

11 – Ler *O Livro dos Espíritos*, Capítulo 2, questões 17 a 24. (N.A.)



nos relacionamentos, no trabalho etc. Algumas vezes, a mediunidade em desalinho poderá ser causa de muitas aflições. Desconhecer o que sejam as capacidades mediúnicas e seu uso para o bem do próximo poderá ser a causa da perda da qualidade de vida pessoal e até familiar.

Entre as causas principais que fazem com que as pessoas se recusem a educar e desenvolver a mediunidade está o medo de desencarnados e também o receio de assumir responsabilidades. Quem se encontra nessa condição, e não procura colocar essa capacidade a serviço do próximo, passa a interagir no cotidiano com espíritos de todos os tipos. O médium descuidado para com essa percepção sofre a influência de desencarnados e poderá ter sua saúde física e psicológica comprometida.

## Pensamentos de suicídio

Frustração e desânimo sofridos durante períodos prolongados nos conduzem a estados de desalento e até à depressão. A idéia de que viver está ficando um fardo muito pesado e que a morte seria uma solução para os nossos problemas poderá ser uma sugestão mental produzida por inimigos espirituais que desejam nos prejudicar.

Alguns desenvolvem a tendência de tentar fugir dos problemas existenciais por meio do suicídio, existência após existência. Os impulsos se manifestam de muitas formas, desde a infância, e essas pessoas necessitam de ajuda familiar, médica, psicológica, social e espiritual. Crianças que falam em suicidar-se devem ser vigiadas e ajudadas de perto, o mais rápido e o maior tempo possível. Alguns adultos falam em morrer apenas como chantagem emocional. Esses logo são descobertos.

A Doutrina Espírita esclarece de forma simples e clara o que nos aguarda depois de um ato desse, não apenas no plano espiritual mas também na próxima encarnação.<sup>12</sup>

## Aborto

Para quem chega à casa espírita sofrendo as seqüelas do aborto, tudo começa a mudar com o reconfortante conhecimento de que as conseqüências do aborto, como qualquer outra violação às leis divinas,

---

12 – Para a compreensão do assunto recomendamos a leitura do livro *Memórias de um suicida*, da médium Yvonne A. Pereira. (N.A.)

podem ser resolvidas. Claro que essa solução exige o concurso do tempo, muita dedicação e esforço por parte dos interessados. O Espiritismo deixa claro que não adianta alimentar culpa e remorso, o que só atrapalha. Devemos, sim, nos dedicar ao próximo, bem como buscar incessantemente a nossa melhora íntima.

A relação com o espírito rejeitado pelo aborto pode ser melhorada, desde já, com um pedido de perdão acompanhado de atitudes de reparação – a prática da caridade em favor dos mais necessitados. Assim, provamos ao espírito (que um dia prejudicamos) que estamos tentando nos emendar, libertando-nos do egoísmo que um dia nos conduziu ao erro que o vitimou.

O conhecimento que a Doutrina Espírita nos oferece é a melhor vacina para evitarmos a danosa relação espiritual que é a obsessão. O Espiritismo nos demonstra de maneira lógica que somos espíritos em evolução e que onde nos encontramos é que fixamos nosso aprendizado. Para que essa tão sonhada oportunidade de progresso se concretize, precisamos de um pai e de uma mãe para reencarnar. A gravidez, não importa como tenha acontecido, é sempre um compromisso entre espíritos. A quebra de qualquer tipo de compromisso ocasiona desdobramentos que

poderão demandar muito tempo para ser sanados. Vale a pena refletir sobre essa questão.

## Tendência ao homossexualismo

O espírito não tem sexo e faz seu aprendizado encarnando muitas vezes, usando tanto a organização física masculina quanto a feminina. Desregramentos na conduta sexual praticados em outras existências levam o espírito a vivenciar experiências regeneradoras no corpo do sexo oposto, justamente aquele a quem desrespeitou – uma decorrência da Lei de Causa e Efeito. A recusa inconsciente em aceitar essa expiação configura-se muitas vezes no comportamento homossexual.

Uns tiveram mais encarnações como homens e outros mais como mulheres. Essas existências poderão, eventualmente, criar tendências de comportamento psicológico diferenciado. Para o espírito que apresenta características predominantes de uma determinada polaridade sexual, reencarnar no sexo oposto poderá ser, ocasionalmente, uma prova como qualquer outra.

Conduzir-se nesta prova não é nada fácil e o espírito poderá naufragar na sexualidade mal conduzida, complicando sua existência nas próximas encarnações caso persista no uso da sexualidade de forma inadequada.

## Perda de entes queridos

O Espiritismo nos mostra de forma clara e sem dar margem a dúvidas que a morte não existe como desaparecimento. Apenas mudamos de endereço, saímos do plano físico para o espiritual, ou seja, desencarnamos. Há vida após a morte.

O desencarne das pessoas às quais estamos ligados por laços de família ou de afeto é um tipo de situação para a qual a maioria das pessoas ainda não está realmente preparada.

Sofremos quando alguém vai para o plano espiritual por muitos motivos. Projetamos nessa situação nossos interesses mais escondidos e quase sempre negados:

- ✦ Apego que justificamos como amor;
- ✦ Sentimento de posse que colocamos na condição de direito;
- ✦ Dependência emocional, afetiva ou financeira.

Muitas pessoas chegam à casa espírita conduzidas pela dor causada pelo desencarne de um ente querido, esperançosas de estabelecer um contato ou mesmo receber uma mensagem daquele que partiu deste mundo. Francisco Cândido Xavier sempre dizia que na comunicação com o plano espiritual “o telefone sempre toca de lá para cá”. Portanto, não adianta insistirmos em receber mensagens, pois essa manifestação depende de vários fatores que, estudando o Espiritismo, vamos aos poucos entendendo.

É comum que essas perdas afetem a nossa qualidade de vida, mas com a ajuda do tempo e o estudo da Doutrina Espírita obteremos explicações para entendê-las e o necessário conforto espiritual. Além disso, por meio da prática do *Evangelho*, aprenderemos a exercitar o desapego, além de reduzir nossa dependência em relação à companhia de outras pessoas. O praticante do Espiritismo não se torna uma pessoa fria e sem sentimentos, muito ao contrário, principia um aprendizado do amor e assim, dentre outras coisas, não confunde mais saudade com sentimento de posse, falta de controle e indisciplina emocional. O exercício constante da fé em Deus, nos espíritos amigos, poderá nos fortalecer e nos ajudar a seguir em frente quando do desencarne

de pessoas queridas, uma prova que exige todo o nosso empenho para ser superada.

## Problemas financeiros

Tantos são os apelos ao consumo, a comprar tudo o que está sendo lançado, que se torna cada vez mais difícil equilibrar a receita e a despesa. Tantas são as armadilhas camufladas nos empréstimos e parcelamentos a longo prazo que desaprendemos a fazer contas e comprometemos até o que ainda não ganhamos... Devido a vários motivos, não desenvolvemos o hábito de poupar para dispor de recursos quando houver necessidade de economias.

O Espírito Emmanuel nos presenteou com uma pérola: “Rico é aquele que tem poucas necessidades”. No mundo no qual nos encontramos, viver com simplicidade e despojamento é uma sábia recomendação. Tudo está em movimento, sobe e desce de forma muito rápida. Hoje temos muito e amanhã corremos o risco de perder tudo...

O Espiritismo nos recomenda que sigamos o exemplo de Jesus: sejamos simples, parcimoniosos, modestos, sóbrios e confiemos em Deus, que o necessário

jamais irá nos faltar se fizermos por merecê-lo no trabalho honesto e digno de hoje.

## Desemprego

Nosso estilo de vida está geralmente centrado na parte profissional e financeira. Somos espíritos em busca do progresso, naturalmente insatisfeitos, principalmente com o lado material, no caso a parte financeira, o que é uma preocupação justa e saudável. Mas, estimulados pelo orgulho, pelo egoísmo, pela avareza e principalmente pela inveja, extrapolamos nossa insatisfação e nos desgastamos numa busca desenfreada do supérfluo e da ostentação. Esquecemos do alerta de Jesus: “Não vos canseis pelo ouro”<sup>13</sup>.

Grande parte das pessoas que estão regularmente empregadas reclama de tudo. Do salário, do chefe ou do subordinado, do colega de trabalho, da falta de reconhecimento, da ingratidão, da profissão que não é aquela de seus sonhos etc. Muitos executam mal suas tarefas, mentem para escapar do trabalho, simulam dificuldades etc.

---

13 – Mateus, 10: 9 a 15. (N.E.)



Quando essas pessoas vão dar valor a essa oportunidade abençoada? Só depois de um bom tempo desempregadas! Alguns, mesmo vivendo essa experiência, não se emendam. Logo após nova oportunidade retornam a desempenhar mal suas tarefas, recomeçando o mesmo ciclo até – depois de sofrer as mesmas conseqüências – passarem a gostar daquilo que fazem.

Antes de perdermos nosso emprego temos de nos lembrar de:

- ◆ Refletir sobre nossa conduta profissional e como estamos desempenhando nossas tarefas;
- ◆ Considerar que não devemos trabalhar unicamente pelo dinheiro;
- ◆ Ir além do dever.

É importante entender que todo trabalho honesto é valiosa oportunidade de crescimento espiritual.

## **Problemas sentimentais**

Como espíritos em evolução que somos, estamos sujeitos ao abandono, à ingratidão, às decepções sentimentais, a amar sem sermos correspondidos.

Além dos problemas originados em existências passadas, nossas relações afetivas e sentimentais ainda sofrem a influência dos romances de final feliz, de fantasias representadas por príncipes encantados e doces princesas que, como tais, só existem nos contos de fada.

O desprendimento pregado por Jesus deve ser aplicado também nas relações afetivas. É necessário que aprendamos a não depender afetivamente da vontade dos outros. Além disso, as pessoas não têm obrigação de gostar de nós; ao contrário, nós é que devemos oferecer sempre aos outros o que de melhor dispormos. Por esse motivo, a reforma íntima é a melhor prova de amor que podemos oferecer a alguém e a nós próprios, pois nossa vida será muito melhor. Se pouco esperarmos dos outros, tudo de bom que vier às nossas mãos nos felicitará e satisfará.

## **Traições conjugais e abandono**

A insatisfação ainda é uma de nossas marcas registradas. Enjoamos com facilidade daquilo que acreditamos nos pertencer, até mesmo das pessoas que nos cercam. Além disso, o imobilismo na nossa forma de

pensar, agir, falar, fermenta insatisfações nas relações afetivas. Claro que a insatisfação é alimentada por expectativas de felicidade romanceadas que não se realizam. Nesse caso, aos poucos a frustração toma conta de nós, e assim abrimos uma brecha para tentações e traições.

Quando traídos ou abandonados precisamos buscar nossa parcela de responsabilidade no que aconteceu, refletir sobre a forma como nos comportamos com relação ao outro. Será que fizemos ao outro tudo aquilo que gostaríamos de receber? Lembrando também a Lei de Ação e Reação, o acontecido poderá ser consequência do que fizemos em existências passadas.

## Curiosidade

Alguns chegam à casa espírita em busca de fenômenos mediúnicos de todos os tipos. A essas pessoas recomendamos cautela. Claro que no passado os fenômenos de efeito físico foram importantes para a espiritualidade despertar a atenção sobre as possibilidades de interação entre encarnados e desencarnados. Nos dias de hoje, algumas pessoas ainda esperam encontrar fenômenos como esses para aceitar a existência da vida depois da morte do corpo ou reconhecer que os espíritos

existem. Desses que vêm em busca de espetáculo, muitos como chegam partem, porque recebem um tipo de conhecimento tão simples e renovador que os decepciona e incomoda – ainda não estão preparados para mudar e renovar-se. Outros despertam para o entendimento das leis divinas e perseveram no estudo do Espiritismo.

## **Necessidade de explicações**

A cada dia mais pessoas aproximam-se do Espiritismo na tentativa de preencher um vazio interior, buscando respostas para questões existenciais. Não chegam por nenhum sofrimento marcante e, como a Doutrina Espírita é muito simples e lógica, dedicam-se ao seu estudo e prática, tornando-se rapidamente excelentes tarefeiros da casa espírita.

## **Literatura espírita**

Por intermédio da literatura espírita muitas pessoas alcançam o conhecimento e a prática do Espiritismo. O gênero mais difundido é o romance. Como nos dias de hoje são muitos os livros publicados, é necessário separar o joio do trigo. É recomendável consultar

peessoas mais experientes para indicar boas leituras ou escolher publicações de editoras conceituadas, que se dedicam, com exclusividade e critério, ao Espiritismo. Devido à popularidade alcançada pelos livros espíritas, muitas editoras vislumbraram neles mais um nicho de mercado. Infelizmente a fidelidade doutrinária às Obras Básicas de Allan Kardec foi deixada de lado por essas editoras e muitos livros, rotulados como espíritas, na verdade não correspondem a essa designação.

# Capítulo 4

CONSTITUI UM CONJUNTO de medidas que se complementam no tratamento das doenças do espírito.

## Palestra espírita

Um dos momentos mais importantes na assistência que visa a cura das doenças do espírito é o instante em que nos nutrimos, de fato, do estudo do *Evangelho* à luz do Espiritismo, que amplia o seu entendimento e facilita sua prática.

Todos devem preparar-se para esse momento solene, para esse verdadeiro banquete espiritual no qual a musicalidade e a sobriedade do ambiente são fundamentais. Devemos evitar conversas inoportunas enquanto aguardamos a palestra ou mesmo durante sua apresentação.

## O silêncio é uma prece

Esse lembrete escrito em placas afixadas no centro espírita não é uma ordem, é uma salutar recomendação que nos beneficia a todos.

O preparo para o ouvinte é simples: convém chegar um pouco antes para harmonizar a mente, as emoções e o corpo; acomodar-se em silêncio – silenciar não é apenas calar-se para não atrapalhar os outros, é tranquilizar-se para poder ouvir a si próprio; uma boa sugestão é a leitura – aproveitar o momento e o ambiente para, em pensamento, reforçar os laços com os espíritos benfeitores, para melhor absorver os ensinamentos, lembrar de agradecer à espiritualidade amiga que nos preparou o ambiente da casa que nos acolhe. Durante toda a palestra somos atendidos em nossas necessidades espirituais e físicas: o momento do *Evangelho* é um verdadeiro passe coletivo.

## Entrevista

Os amigos da espiritualidade, como se fossem médicos, precisam nos ouvir, saber como nos sentimos e



juntar informações para estudar a melhor forma de nos auxiliar.

As formas de conduzir a entrevista variam de casa espírita para casa espírita, pois depende do número e da prática dos tarefeiros. O entrevistador, amparado pelos mentores espirituais, orienta e encaminha o entrevistado para a assistência espiritual mais conveniente ao seu caso. Depois de um determinado período, o assistido retorna para uma nova avaliação.

## O passe

O socorro aos que sofrem por intermédio do passe é tão antigo quanto a humanidade. Para quem ainda desconhece que somos espíritos encarnados e que temos um corpo espiritual, a ação do passe parece sobrenatural.

Há uma grande diferença entre qualquer tipo de aplicação de magnetismo e o passe do centro espírita. No passe espírita sentimos a presença e a ativa participação dos espíritos benfeitores.

Acima de tudo, o passe é uma “transusão de energias psicofísicas”.

## **Quem participa da sessão de passe na casa espírita?**

A pessoa que recebe o socorro, o tarefeiro passista e o grupo de espíritos que amparam a tarefa na casa espírita. Cada um tem o seu papel e o bom cumprimento dele reflete a qualidade dos resultados.

## **O que se espera do assistido?**

É indispensável que se prepare para receber a ajuda espiritual evitando maus pensamentos. Os pensamentos elevados, em sintonia com espíritos amigos, favorecem o recebimento desses fluidos. É esperado que, nessas ocasiões, manifeste em pensamento o sentimento de gratidão a Deus. O mínimo que o assistido pode fazer para colaborar na cura é iniciar, o mais breve possível, sua reforma íntima.

## **Assistência a distância**

A assistência espiritual poderá ser realizada a distância, por intermédio de alguém, beneficiando outra

pessoa que não se encontra presente na casa espírita. No tratamento de corpo presente, as energias divinas, fluidos associados ao magnetismo do médium, têm ação simples e direta. No tratamento a distância, outros fatores tornam-se importantes: a capacidade de irradiação mental dos médiuns e o trabalho da equipe espiritual. E, acima de tudo, a receptividade do assistido, que é a fé, a capacidade para atrair os benefícios oferecidos.

A assistência espiritual a distância é, no entanto, um recurso paliativo. Jesus referiu-se à necessidade do esforço pessoal no encontro da cura e da felicidade: “Bata, e a porta se abrirá”<sup>14</sup>.

## Prática da caridade

Quem recebe assistência espiritual esquecido de retribuí-la por intermédio da prática da caridade em favor do próximo assemelha-se ao doente que não segue as recomendações do médico e que, descuidado, menospreza a ajuda recebida.

---

14 – Mateus, 7: 7 a 11. (N.E.)



## Por que estudar o *Evangelho* no lar?

PREOCUPAMO-NOS EM proteger nossos lares com alarmes, guardas, cercas eletrificadas, portas reforçadas, tudo isso receando ameaças de outras pessoas. No entanto, o perigo maior permanece ignorado ou esquecido representado pelos desencarnados, espíritos errantes e de pouca evolução ético-moral.

Vivemos rodeados de espíritos, que entram em nossas casas e podem até ficar morando conosco se oferecermos a eles o que procuram. Em lares onde não se ora nem se vigia, a todo momento entra-e-sai qualquer tipo de espírito que assim o desejar e o pior é que somos nós que os atraímos com nossa forma de pensar, sentir e agir.

A prática continuada e regular do *Evangelho* no lar nos oferece o que tanto necessitamos na atualidade: a proteção e o amparo espiritual.

A prece representa recurso valioso para que estabeleçamos sintonia com os espíritos elevados. Além disso, limpa o ambiente doméstico e influencia nossa alma de forma positiva e saudável. A mente voltada para o bem irradia a paz, o amor, a fraternidade.

*“Onde dois ou mais de vós estiverem  
reunidos em meu nome aí estarei”*

JESUS

Quando nos reunimos em favor do bem realizamos milagres. O pensamento exterioriza-se e projeta-se sobre o que desejamos envolver. Nosso lar, a partir das nossas orações e da prática e do estudo do *Evangelho*, é envolvido em muita luz.

## **Onde fazer o *Evangelho* no lar?**

A reunião deve acontecer no ambiente onde a família normalmente se reúne, que deverá estar limpo, bem asseado, preparado para essa abençoada reunião.

## Como estudar o *Evangelho* ?

Basta a leitura de um tópico do *Evangelho* seguido de um breve comentário dos participantes. Como toda tarefa, é recomendável que alguém a dirija, ordenando as providências.

Colocar sobre a mesa uma jarra ou garrafa com água para que receba os fluidos da espiritualidade que acompanha a reunião é um recurso que não deve ser desperdiçado. A água é o principal componente de nosso corpo físico e o maior condutor de energia vital, excelente veículo para os benfeitores espirituais nos auxiliarem com seus fluidos benéficos em nossas necessidades.

## Quem pode participar?

Todos os que quiserem. Em algumas famílias basta uma pessoa até que os demais se sintam motivados a participar. A presença dos participantes deve ser sempre espontânea, não devemos obrigar nossos familiares a integrar a reunião contra sua vontade.

## O que é necessário?

Além de oração e vigilância, a disciplina e a pontualidade é o mínimo que a espiritualidade espera de nós. Dia e horário certos e pontualidade são imprescindíveis, pois os espíritos voltados para essa tarefa têm outros comprometerimentos e programam-se para nos ajudar. Estabelecer um dia da semana e horário fixo para o estudo do *Evangelho* no lar deverá ser, portanto, nossa primeira providência.

## E se houver algum impedimento?

Em oração, vamos solicitar a transferência da reunião para outro dia e horário, mais conveniente para nós naquele instante. No entanto, devemos evitar que essa ocorrência se repita corriqueiramente.

## Devemos estudar o *Evangelho* no local de trabalho?

Se orássemos e estudássemos o *Evangelho* no local de trabalho profissional, o resultado de nossas



tarefas tomaria um rumo mais positivo. Os procedimentos e as dificuldades, nesse caso, são os mesmos no caso do *Evangelho* no lar. Se houver impedimentos de qualquer tipo, comece sozinho.

## **Não conseguindo iniciar o estudo do *Evangelho* no lar, o que devemos fazer?**

Muitas casas espíritas prestam ajuda nesses casos. Tarefeiros vão até o local, auxiliando na implantação dessa reunião. Convidar amigos e vizinhos que também não conseguem reunir a família em torno do *Evangelho* também é uma providência recomendável.



## Proteção espiritual

PROTEÇÃO ESPIRITUAL NADA tem a ver com favores gratuitos nem protecionismo. As leis divinas não permitem que isso aconteça. Trata-se de criar afinidades, de conquistar bons amigos espirituais, tal qual fazemos no dia-a-dia.

Quando passamos a freqüentar o centro espírita e a mudar nossa postura, ganhamos amigos que nos convidam a acompanhar Jesus de perto, assumindo tarefas de amparo ao próximo. Os centros espíritas são um ponto de encontro de espíritos afins que se reúnem para estudar e praticar o bem, tanto encarnados quanto desencarnados.

Costumamos esquecer que estamos acompanhados de espíritos. Como alerta, vale a pena refletir sobre o convite que Jesus nos fez para perdoarmos sem descanso. Por exemplo, se me desentendo com uma pessoa, posso estar arrumando briga com seus acompanhantes

espirituais. Como desconheço quem são e como podem me afetar, é uma atitude inteligente pedir desculpas e buscar outros ares. Pois todos temos nossos acompanhantes, a qualidade deles, no momento, é que varia, dependendo de nossos pensamentos e conduta.

## Cura

As curas espirituais nada têm de miraculosas nem de sobrenaturais. Obedecem às mesmas leis das curas médicas deste plano. Há curas temporárias e definitivas, estas últimas quando as causas que originaram o problema foram removidas. Jesus quando esteve entre nós realizou muitas delas, de acordo com o merecimento de cada uma das pessoas. Curava usando técnicas que ainda desconhecemos, mas deixava a receita da cura definitiva: “Vá e não peques mais”. Agia tal qual um médico recomendando ao paciente: “É preciso que faça dieta, exercícios, não se estresse tanto, durma mais cedo, mude sua personalidade e tome os remédios direitinho, caso contrário...”.

As curas espirituais são um dos maiores benefícios que a espiritualidade utiliza para nos conduzir à prática do bem. Todos os dias acontecem nas casas

espíritas, pois todos os que se aproximam dela recebem ajuda. A eficiência dos trabalhos da casa espírita depende da capacidade que os tarefeiros tenham de engajar as pessoas que chegam – e a si mesmos – na prática do *Evangelho*.

## Ajuda nos problemas

Teimamos em manter escolhas que contrariam as leis divinas e arranjamos mais problemas do que somos capazes de resolver. Nossos amigos espirituais, no entanto, nunca desistem de nos ajudar. Ajudar sempre ajudam, no entanto nem sempre do jeito que pedimos, pois o que rotulamos de problema e rogamos aos Céus para que seja resolvido, muitas vezes é a solução para nossas dificuldades espirituais. Pelo fato de não sabermos direito quem somos e o que fazemos aqui, desejamos sempre trocar as aflições pela satisfação de nossos desejos, incorrendo novamente em erro...

Claro que ainda não enxergamos as aflições como solução para nossos problemas. No entanto, quando pedimos ajuda espiritual, nossos amigos sabem disso e nem sempre nos ajudam como seria da nossa vontade, pois se o fizessem estariam, na realidade, nos prejudicando.

O que podemos esperar dos benfeitores espirituais é a doação da paciência e da tolerância, até um certo limite, buscando nos ajudar a seguir os caminhos traçados no *Evangelho*.

## Compreender o conceito de merecimento

É comum nas conversas dos freqüentadores das casas espíritas ouvir comentários em relação a curas e resolução de problemas de alguém conhecido:

“Fulano teve o merecimento de alcançar a cura, graças a Deus!”

Para quem chega ao centro espírita é importante entender que tudo acontece no tempo certo e na medida adequada. O Espiritismo nos mostra que não devemos nos comparar uns aos outros e, muito menos, julgar ao próximo. Como todos, nós também merecemos a cura, e nosso dia de libertação das dificuldades vai chegar, no momento certo, na hora exata.

Merecer, todos merecemos, da vida, a mesma atenção e o mesmo carinho. A espiritualidade deseje nossa paz e nossa felicidade, nem mais nem menos,

contribuindo na medida do nosso merecimento para que a alcancemos.

## **Entendimento das leis naturais**

O conjunto dos ensinamentos da Doutrina Espírita descrita nas Obras Básicas de Allan Kardec permite uma melhor compreensão de quem somos e o que fazemos aqui. No Espiritismo, todas as leis que regem a vida são reveladas de forma clara e lógica.

## **Descartar o sofrer como o melhor caminho de evolução**

Sofrer por sofrer é algo sem sentido. Como podemos conduzir nossa vida dessa forma, caminhar segundo essa premissa injustificada? Uma das dádivas que o estudo da Doutrina Espírita oferece é a compreensão de que há meios de evitar-se o sofrimento e evoluir. Esse caminho que nos distancia da dor e do sofrimento é a prática da caridade. O primeiro passo a ser dado nessa direção é eliminar o sentimento de culpa que carregamos.

## **A prática do *Evangelho***

A forma simples e clara como na casa espírita o *Evangelho* é apresentado nos leva a entendê-lo e praticá-lo com mais facilidade. Além disso, a assistência espiritual nos ajuda a compreender melhor os acontecimentos de nossa vida, o que nos deixa ainda mais fortalecidos.

## **Educação da mediunidade**

Se descobrimos na casa espírita que temos “talentos mediúnicos”, aprendemos a perder o medo de colocar esses “talentos espirituais” a serviço do próximo e de nós mesmos, fazendo valer essa preciosa ferramenta em favor da caridade.

## **Oportunidade de aprender a servir**

A casa espírita nos oferece a incrível oportunidade de entender que devemos ir além das simples obrigações – não fumar, não beber, não maldizer, não roubar, não reclamar, eliminar vícios de todos os tipos... –, e melhorar o nosso caráter espontaneamente.



É admissível que um tempo após nossa chegada à casa espírita nos obriguemos a estudar e sejamos pressionados por nós mesmos a levar adiante as tarefas que se nos apresentarem. Nessa fase ainda acreditamos que, agindo assim, estaremos livres de problemas, de doenças, de perdas...

Apenas com o passar dos anos – nem dias nem meses – de prática na casa espírita, em contato com os espíritos mentores, é que começaremos a trabalhar nossa verdadeira mudança. Entenderemos, finalmente, que toda a caridade que prestarmos será levada em conta pela providência divina, para nos beneficiar pela Lei de Ação e Reação. A partir desse entendimento, nos sentiremos sempre motivados a fazer o bem, nada esperando daquele a quem beneficiamos. Essa atitude – o automatismo na prática do bem – é, em essência, o que a espiritualidade espera de nós.

## **Aprender a lidar com o conceito de morte**

A interação, desde já, com a espiritualidade contribui para que o medo da morte não nos paralise em vida.

A certeza de que a vida continua nos deixa livres para progredir em paz, com determinação e alegria.

É natural que exista muita fantasia em nossa mente sobre o que nos aguarda do outro lado da vida. A vivência na casa espírita nos conduz a uma compreensão melhor do que lá encontraremos, a partir da nossa realidade pessoal e dos nossos méritos.

## **Acelerar o desenvolvimento da maturidade psicológica do espírito**

Ao nos libertarmos de misticismos como crer em sorte, azar, destino, milagres, sobrenatural, damos a arrancada final em direção à evolução.

Quando conhecemos as leis divinas, nos libertamos de imperfeições tais como o egoísmo, a inveja, o orgulho de forma metódica, disciplinada e eficiente. E da mesma forma passamos a desenvolver, cada vez mais, as qualidades que já possuímos latentes em nós. Determinar nossas metas a cada fase da vida, conscientes de que deveremos contornar obstáculos e buscar

soluções para resolver problemas já instalados em nossa vida, nos leva a conquistar um gratificante estado de felicidade e alegria.

Sempre que ultrapassamos uma fase, que superamos uma meta, nos sentimos mais confiantes para enfrentar os novos desafios que se apresentarem. Alcançar essa maturidade espiritual, essa disciplina, esse saber e amor por intermédio da caridade é uma das dádivas que o estudo e a prática do Espiritismo nos oferece.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

ESPERAMOS TER CONTRIBUÍDO para esclarecer algumas dúvidas dos leitores. Já nos daremos por satisfeitos se ficou claro àquele que chega à casa espírita que nela sempre seguimos os ensinamentos de Jesus. Ele nos estimulou à reforma íntima, que é uma das bases da nossa evolução. Claro que não é de um dia para o outro que conseguiremos grandes mudanças, tudo leva tempo, e nós, espíritas, somos tão carregados de problemas quanto as outras pessoas. Como não é possível transformar rapidamente nossos defeitos em virtudes, contamos com a compreensão de todos para nossas eventuais falhas.

Sabemos que a leitura e o conhecimento por si só não resolvem nossos problemas de pronto, mas nos ajudam muito a encontrar soluções. Provavelmente o leitor está enfrentando problemas. Mas não se aflija. Como lenitivo para sua alma lembramos uma frase do nosso querido Francisco Cândido Xavier: “Tudo passa...”.

Sim, meu amigo, tudo passa, tanto os momentos de alegria quanto os de sofrimento e angústia. Tenha paciência.

Caso o leitor um dia se torne tarefeiro de uma casa espírita, um divulgador do Espiritismo, exemplificando-o no seu dia-a-dia, engajado no trabalho do Cristo, nos sentiremos imensamente gratificados.

Valeu a pena essa nossa conversa!

Fiquem na paz.

*Américo Canhoto*

SÃO BERNARDO, MARÇO DE 2006

## SUGESTÃO DE LEITURA

*O Livro dos Espíritos*, de Allan Kardec. São Paulo: Petit Editora.

*O Evangelho Segundo o Espiritismo*, de Allan Kardec: São Paulo: Petit Editora.

*O Céu e o Inferno* ou *A Justiça Divina Segundo o Espiritismo*, de Allan Kardec. Rio de Janeiro: FEB.

*O Livro dos Médiuns*, de Allan Kardec, São Paulo: Petit Editora.

*A Gênese*, de Allan Kardec. Rio de Janeiro: FEB.

*A Obsessão*, de Allan Kardec. Matão (SP): O Clarim Editora.

**F**inalmente um livro que responde às perguntas mais frequentes daqueles que são convidados a frequentar uma casa espírita. Médico de família, educador, escritor e orador espírita requisitado, Américo Canhoto – amparado por benfeitores espirituais – prepara o terreno para aqueles que buscam na casa espírita socorro para suas aflições.

**Como é uma casa espírita? Todos os seus colaboradores são médiuns? Os médiuns são pessoas especiais? Até onde podemos contar com a casa espírita na busca de soluções para os nossos problemas?**

**Nas páginas de luz deste livro, questões importantes são esclarecidas com simplicidade e fidelidade doutrinária: informações preciosas que contribuem decisivamente para o pronto entendimento das normas e diretrizes de uma casa espírita comprometida com o ideal expresso nas Obras Básicas de Allan Kardec.**



Sinônimo de bons livros espíritas

[www.petit.com.br](http://www.petit.com.br) | [petit@petit.com.br](mailto:petit@petit.com.br)