



EEEME

12º ENCONTRO ESPÍRITA SOBRE MEDICINA ESPIRITUAL



“O corpo reflete o que há no Espírito, sendo assim, o Espírito precisa ser curado primeiro. A Medicina Espiritual há de ser associada à Medicina Humana, em função de que uma vai cuidar do corpo e a outra do Espírito. A Medicina Espiritual socorre o perispírito, mas também socorre o corpo, ela não se sobrepõe ao remédio, porque cada uma age no seu campo; cada uma tem a sua esfera de ação; cada uma tem o seu momento.”

Ignácio Bittencourt

(Patrono do Encontro: 19/04/1862 – 18/02/1943)

Reuniões de Estudo para o Encontro

Seção Doutrinária

(Estudos realizados em 2001)

Índice

Depressão	3
Aula dada por Luiz Carlos Dallarosa em 28/07/2001	3
Problemas Mediúnicos	11
Aula com Joaquim Couto em 22/09/2001	11
Mediunidade de Cura	22
Aula com Altivo C. Pamphiro — 18/10/01	22
Síndrome do Pânico	30
Aula com Mário Coelho — 25/10/01	30

Depressão

Aula dada por Luiz Carlos Dallarosa em 28/07/2001

Um grande número de pessoas que vêm a nossa Casa têm o componente depressivo. Muitos dos assuntos que nós abordamos na seção doutrinária, são assuntos ligados a Lei de Causa e Efeito e, conseqüentemente, problemas da vida cotidiana, que muitas vezes geram perguntas e outras vezes até, a pessoa passa por situações, que embora, não seja o tema em questão, mas perguntam para que possam tirar suas dúvidas.

A gente tem que está mais ou menos preparado para receber esse companheiro que está atribulado e aproveitar o máximo possível do período da dinamização, para passar informações a respeito do item que fala sobre doente e doenças.

Depressão é um problema muito comum, médico, psicológico e etc. É um tema muito comum no nosso meio, desde uma simples tristeza até uma depressão mais acentuada. É uma coisa que chama a atenção de todos nós, não só aqui na Casa, mas também no nosso ambiente familiar, na nossa vida cotidiana. Nós não estaremos livres de algum dia passar também por essa situação, a gente traz a baila sobre essa questão.

A depressão exige, basicamente, que a gente entre anteriormente em alguns conceitos. Muito embora, sejam conceitos difíceis de serem explicados. Até porque, se a gente for ler na literatura essas questões sobre emoção, afeto, afetividade, humor, está tudo mais ou menos ligado ao aspecto depressivo. Nós vamos ver que a maioria dos autores, acabam fazendo com que todas essas situações sejam mais ou menos sinônimos. Quando se fala de afetividade, está se falando em humor, quando se fala em humor, está se falando em afeto, emoção.

Existem pequenas diferenças, talvez não tão importantes assim, mas é importante a gente ter idéia de que existe uma causa orgânica, palpável e que explica o processo depressivo. Muito embora, haja uma corrente bastante forte ainda, presa ao aspecto psicológico apenas. Porém, de anos para cá, já se demonstrou que a depressão tem um caráter puramente orgânico, fisiológico. Portanto, voltando a ser considerado como um problema médico, tratável. Surgiram vários medicamentos concretos que praticamente melhoram de 80 a 90% dos quadros depressivos.

A questão da afetividade, temperamento, sentimentos, afetos e emoções, eles estão muito ligados. O que vem a ser o afeto?

AFETO — É um padrão de comportamento observável que se expressa num estado emocional subjetivamente vivenciando. Por exemplo: tristeza, euforia, raiva. Contrastando com o humor que se refere a um clima emocional mais abrangente e constante.

Quando se diz que o indivíduo está com o humor deprimido, é um indivíduo que já tem um certo tempo, algumas semanas ou até tem um temperamento já previamente deprimido. Quando a gente fala em afeto e emoção, que é praticamente a mesma coisa, a gente fala em alguma coisa mais explosiva, rápida, mais dinâmica. Isso tem um conotativo fisiológico e anatômico. A emoção é uma resposta rápida a um determinado estímulo que a pessoa está apresentando. O humor já passa a ser um estado d'alma da criatura. Assim a gente já pode diferenciar melhor o que vem a ser humor e afeto, ou melhor, eu gosto de falar mais em emoção. Eu acho que a palavra emoção, exemplifica melhor a rapidez com que a gente responde a determinados estímulos.

Tudo o que se baseia no sistema nervoso, baseia a resposta a estímulos. Toda nossa vivência depende de um comportamento que nós assumimos diante de uma determinada situação. Se essa situação é boa, teoricamente, nós vamos responder com o prazer. Se essa situação é ruim, nós vamos responder com o desprazer. O humor e a emoção estão intimamente ligados com a noção de prazer, de sentir prazer ou desprazer por determinadas situações ou vivências que nós estamos experimentando ao longo da vida.

Com isso nós estamos estabelecendo ligações, comportamentos, situações de convivência que vão ser agradáveis ou não, e que vão gerar respostas. Raiva, dor, indignação, angústia, ansiedade, são todas respostas emocionais mediante a uma determinada vivência que todos nós experimentamos ao longo da vida.

EMOÇÃO — É todo sentimento que se exterioriza e que é colocado em movimento pela alma.

Jung fala que existe quatro padrões básicos, – não sei se é o termo certo que ele usa – para vivência nossa. Seria o pensamento, o sentimento, a sensação e a intuição. Ele considera o sentimento como fazendo parte da estrutura emocional da criatura, sem isso a gente não poderia dar uma qualidade ao nosso raciocínio.

Costuma-se dividir o nosso eu em pelo menos duas coisas: o eu racional e o eu emocional. O nosso consciente racional e o nosso consciente emocional. Ambos devem estar mais ou menos afinizados, equilibrados e viver em harmonia, pelo menos é o que se espera. Mas nem sempre isso ocorre. Há determinadas situações que eles entram em conflito. Existe anatomicamente razões para isso, o eu racional está muito localizado no córtex cerebral, onde estão os neurônios, está ligado com o pensamento, com a razão, com uma série de aspectos das sensações propriamente ditas.

A emoção, já é uma parte do cérebro ligada ao sub-córtex, que está abaixo dessa camada superficial de neurônios, que seria o sistema límbico. Esse sistema tem estruturas básicas, neurônios que interagem entre si e que provocam respostas emocionais, às vezes, independente da razão, e faz com que o indivíduo reaja a determinadas situações. Por exemplo: a explosão, a cólera, a raiva. Muitas vezes a pessoa tem uma emoção de raiva ou de cólera e muitas vezes depois, é que ele vai tomar consciência ou usar a razão, verificando que aquele comportamento que ele teve não foi apropriado, para aquela situação que foi apresentada. Muitas vezes, a emoção atinge a determinado clímax, pode por si só agir, independentemente do processo racional.

Mediando os dois sistemas (consciente racional e o emocional) nós temos a memória. Sem a memória a gente não tem lembrança, não tem vivência, não tem experiência. Como é que a razão iria consultar determinadas experiências se não tivesse a memória? Se nós não tivéssemos guardado experiências milenares, infelizmente nós não podemos lembrar das experiências que tivemos nas encarnações anteriores, pelo menos a gente pode pela própria percepção da situação sentir que aquela situação pode gerar um desprazer. A gente pode não ter vivência em determinados assuntos, mas até pelo raciocínio, pode utilizando um pouco da intuição, da memória, acessando dados “intuitivos”, saber que aquela situação nos será danosa ou não. São coisas interligadas entre si e que faz parte do nosso eu cotidiano, que fica difícil a gente avaliar a situação, isso de uma maneira mais abrangente.

Existe o consciente racional e o consciente emocional e no meio dessa triangulação nós temos a memória, que alicerça a base das nossas experiências. Nós vamos consultá-la, para em determinados momentos que a gente passa na vida, tomarmos atitudes plausíveis.

SENTIMENTO — É um padrão da alma que percebe, interioriza e reflete sobre o que vê, percebe, sente e traduz isso através de emoções que partem da alma para fora.

É uma reação que faz parte da nossa própria alma. Por isso que quando falamos de um indivíduo deprimido, vamos falar não necessariamente do corpo físico doente, mas da alma que está doente. A criatura muitas vezes percebe sensações, tem sentimentos, tem humor, tem os seus pensamentos todos ligados a um aspecto depressivo, que traduz no fundo, no fundo uma doença da alma. Muito embora, como a gente já falou, existe na tese mecanicista, toda uma explicação organicista para se explicar as deficiências metabólicas de substâncias, para se explicar esses sintomas que estão aparecendo naquela fase da vida da pessoa. Às vezes, com a medicação e o apoio que se dá, a pessoa normalmente vai aos poucos se reajustando. Mas a gente percebe nitidamente que o indivíduo pára, paraliza aquilo que está fazendo, aí a gravidade da situação.

A depressão é classificada como um distúrbio, uma doença do humor, ou da afetividade, ou do afeto, é como se vê dentro da área médica. O humor, indiferentemente da emoção, que é uma resposta rápida a uma determinada situação. O humor já é um estado d'alma, o indivíduo permanecendo dentro daquele clima, podendo ter períodos de emoção, de acordo com aquele próprio estado d'alma que a pessoa está vivenciando.

HUMOR — É todo estado consciencial, o indivíduo tem que estar num estado de alerta, onde se flutua as emoções sadias, que geram prazer ou não sadias que geram desprazer, faz com que

a pessoa interprete e seja interpretada por outrem. Que são as respostas que nós temos em relação ao prazer e desprazer.

O humor faz com que o indivíduo reaja. Se eu tenho humor deprimido, eu vou reagir, pensar e ser como um deprimido. Se eu sou ansioso, tem aquelas pessoas que são ansiosas, rápidas, ágeis, fala muita coisa ao mesmo tempo, e acham que as pessoas são lentas demais. Tem pessoas que são agitadas por natureza e essa ansiedade faz com que a pessoa taquicardize, sue, fique agitada, chega no final do dia está botando o coração pela boca, se cansa com facilidade, esse seria o estado de ânimo, ou seja, o humor da pessoa, o ânimo, o estado d'alma. O estado depressivo é aquela pessoa parada, triste, pessimista, negativista.

Tem pessoas que flutuam entre o estado depressivo e o estado de ansiedade, ou de uma euforia, que seria uma coisa mais patológica, aonde a pessoa assume uma vivência momentânea, completamente fora da normalidade. Invés de ficar naquele estado parado, triste pessimista, é o contrário, a pessoa dorme pouco, quer agir rápido, quer fazer tudo para ontem, quer sempre estar a frente de tudo, e às vezes, tomando atitudes e/ou comportamentos bizarros, tanto na esfera do pensamento, na esfera emocional, como na esfera de relacionamento humano, como na esfera sexual, chegando a cometer atitudes completamente fora da normalidade. Isso é o estado de euforia, o estado maníaco, que seria um comportamento, praticamente anti-social num determinado período da vida em que a pessoa assume atitudes completamente fora do seu estado normal.

P: Você está dizendo que pode haver casos de depressão ou de euforia, isso está incluído numa só definição?

R: Chamado de transtorno do humor. Isso em psiquiatria existe um capítulo que se estuda chamado transtorno de humor, aí se classifica: as depressões, os transtornos bipolares. É aquela pessoa que tem variações do humor, que é diário ou cíclico, passa um período eufórico, cai num depressivo. Você passa muitas vezes a não conhecer a personalidade da pessoa. Hoje a pessoa está bem, daqui a uma semana ela está explodindo com todo mundo, amanhã a pessoa está chorando sem motivo aparente, você não sabe qual o eu verdadeiro que a pessoa tem, é um estado cíclico.

P: A nível motor, todo estímulo sensitivo tem uma resposta motora, agora a nível emocional, todo estímulo emocional, que tipo de resposta tem, é emocional sempre?

R: Não, é comportamental. Nós todos temos hábitos, atitudes que geram comportamentos, que expressam nosso modo de ser e sentir. Quando você fala em estímulo e resposta, você está falando numa coisa unitária, agora quando você fala de trilhões de células agindo e interagindo, é muito mais complexo. O sistema emocional é uma coisa extremamente complexa, até porque, quando acionado, ela responde não só com lado emocional, com o lado da nossa própria experiência pregressa, acionando o banco de memórias, com o nosso pensamento e, conseqüentemente, pode gerar outros comportamentos, mas também com respostas orgânicas como: taquicardia, palidez cutânea. Reações emocionais que repercutem no nosso físico, conseqüentemente, atingindo os nossos plexos, nossos chacras e aí gerando outros problemas, enquanto persistir a suposta ação emocional que está gerando aquela reação emocional na pessoa. Se a pessoa se sente ameaçada em alguma coisa, ela vai automaticamente, gerar uma resposta àquele estímulo de ameaça, que pode ser lutar ou fugir. Qualquer dessas situações vai gerar uma repercussão, vai gerar um comportamento emocional, um comportamento a nível de mecânica de raciocínio, vai gerar uma resposta metabólica e endócrina, para que numa situação como essa, faça com a gente se tiver que fugir, corra rapidinho ou se tiver que lutar, esteja preparado para assumir aquela postura de luta. Isso vai depender da situação em si, mas a ameaça é uma coisa concreta, é o estímulo.

P: Tem um exemplo num livro de fisiologia que fala do medo, que uma pessoa está de frente para um touro, a pupila cresce, a respiração aumenta, fica mais rápida, o sangue foge, tem todo um processo emocional, metabólico e motor para essa resposta?

R: As vezes, sem a participação racional propriamente dita, a partir do momento que você vê um touro na frente, você não tem nem tempo de pensar, você sai correndo.

Há princípios em que você vê uma situação conflitante, isso pode ser transposto para outras situações, isso vai gerar uma resposta tão maior quanto o estímulo que está provocando aquela situação. De repente, aquele estímulo para uma pessoa, é tirado de letra, para mim do ponto de vista emocional passa a ser uma coisa. Tem gente que passa mal fazendo uma prova. Uma pessoa vai fazer uma prova, e para ela essa prova é capital, isso gera uma expectativa, uma ansiedade, um certo medo, você começa criar mecanismos inibitórios, excitatórios no sistema emocional.

P: A depressão é conjugada com o nervoso?

R: São duas coisas diferentes. O humor pode ser deprimido e pode ser ansioso. Quando a gente fala em nervoso é igual a ansiedade. Tem pessoas que quando deprimidas ficam ansiosas, especialmente quando estão tentando lutar contra a depressão. Aquela postura de depressão incomoda, porque a pessoa não assume passivamente aquela situação. Automaticamente, ao me ver deprimido, vou tentar reagir, mas não estou conseguindo, porque o mecanismo que está lá vinculado ao meu cérebro, não está conseguindo dar vazão, e automaticamente, eu começo a ficar ansioso e aí junta ao aspecto depressivo.

P: Há o instinto que a pessoa tem, desde a sua criação, pela questão da certeza, e tem a questão do sentimento, que já vai sendo uma construção do espírito com relação ao seu próprio crescimento como espírito. Você vai fazer a abordagem no campo do instinto? Você está se atendo por enquanto a reação no corpo.

R: Quase que mecânica, graças a interação com o meio e ao meu estado físico, ou seja, ao sistema nervoso que nós todos possuímos, nós podemos reagir assim. A depressão seria também uma forma de reagir da criatura, num determinado momento da sua vida, a um determinado estímulo. Isso é básico, em qualquer reino animal mais avançado, ele reage já com essas características. O ser humano, como tem o processo racional, em outros animais não existe, ele racionaliza, verbaliza, começa a tomar outras atitudes, muito mais complexas, para exteriorizar este estado d'alma, esse sentimento de tristeza, de apatia, de profunda dor que ele sente dentro de si próprio, mas que não consegue muitas vezes exteriorizar.

P: Se nós tivermos noções um pouco mais extensas com relação aquilo que na realidade o ser reage mecanicamente, instintivamente e aquilo que ele foi armazenando racionalmente?

R: As coisas não se dissociam quando estamos encarnados, até porque, o perispírito precisa do corpo físico numa determinada fase de sua evolução, nós estamos nessa fase ainda, para poder adquirir essas experiências. Fica difícil separar o perispírito do corpo físico. A gente precisa da encarnação, justamente, para não só criar um estado consciencial de unidade do nosso próprio eu, mas também, começar a se dissociar, com certa consciência, do seu eu espiritual, dessa base física que agora nós estamos vivendo, são duas coisas diferentes. Numa fase da encarnação de todos nós, precisamos do corpo físico para que se estabeleça parâmetros, critérios, identidade, personalidade, sentimentos básicos, capazes de fazer com que o espírito, mais tarde, mais consciente, mais fortalecido consiga alcançar outros parâmetros de consciência.

As pessoas podem perguntar: onde fica o espírito nessa questão? Seria uma das perguntas que teria que ser respondida. Onde fica o espírito dentro desse contexto? Você tem que entrar na personalidade, no estado da alma, na individualidade, na criatura em si. Onde fica o espírito nesse estado evolutivo com o humor depressivo? A gente tem que ter noção que quando encarnados o orgânico atua na alma, da mesma forma que a alma atua no físico. Numa determinada fase da nossa evolução, nós precisamos do corpo físico para criar identidade, criar espaço. Se nós fomos criados com o princípio inteligente, sem forma ou com forma indefinida, automaticamente ao encarnarmos, vamos começar a constituir um perispírito com forma, com identidade, com personalidade, que embora mude ao longo das existências, mas a essência principal é a mesma, o pensamento, o sentimento, os afetos, tudo aquilo que nós vamos construindo, vai ficando densamente alicerçado dentro de nós, até ao ponto de conseguir alçar vôo mais alto. Enquanto nós estamos aqui, passamos por percalços, lutas, dificuldades.

Dados Estatísticos:

A incidência de novos casos no período de um ano, 80 a 200 casos para cada 100 mil nos homens e 250 a 8 mil casos para as mulheres. As mulheres têm 2 vezes maior probabilidade de ter depressão do que os homens.

50% são diagnosticados corretamente, isso nos EUA, aqui as vezes se arrasta um processo depressivo meses, anos, até a pessoa assumir que está depressiva ou alguém chegar a conclusão que aquilo é uma depressão.

Os não tratados vão tentar suicídio pelo menos uma vez, 17% das pessoas conseguem se matar. Das pessoas que não são tratadas, 17% vão conseguir se matar. Isso suicídio direto, imagina o indireto como: alcoolismo, fumo, uso de drogas, doenças pré-mórbidas que vão eclodir mediante esse estado d'alma.

Sintomas depressivos têm uma prevalência de 13 a 20%. Proporção de pessoas que num dado momento vão apresentar essa depressão.

O sintoma depressivo, a gente tem que diferenciar muitas vezes, porque pessoas em determinadas situações passam ou apresentam algum sintoma depressivo, mas reagem rapidamente a eles, conseqüentemente, esses não são computados. Uma pessoa tem uma perda de um familiar, entra num processo de tristeza, apatia, sem vontade de comer, insônia, são sintomas depressivos mas em uma, duas semanas aquilo vai embora, vai começar a se renovar. Outras vão ficar 1, 2 anos, depois daquela perda capital, a pessoa começa a entrar num processo depressivo, o que passa a ser um episódio depressivo, depois passa para ser a doença depressiva propriamente dita.

Fatores de risco para a depressão:

- ***Sexo feminino.***
- ***Adulto jovem.***
- ***Vida urbana.*** (Problemas que se tem no trabalho, na família, o desemprego, etc.)
- ***Doença física.***
- ***Solidão.***
- ***Perda de um familiar.***
- ***Falta de satisfação com a vida.***

Uma doença infecciosa prolongada, além de algumas doenças também provocarem. Por estar doente a pessoa fica depauperada, triste, deprimida, pelo consumo que a doença estabelece no estado orgânico vital da criatura, nós temos o próprio fato de saber que está doente, saber que está incapacitado, inutilizado, limitado para exercer aquelas funções que gostaria de exercer. Uma perda de visão, por exemplo.

A importância que a pessoa dá a determinados valores e fatores, também é capital e funciona como fator de risco. A partir do momento que a pessoa perde aquilo que ele acha ser fundamental ou importante para a vida dele, não só o lado físico como a mão, a vista, etc., mas pode ser uma situação do próprio estado de vivência da pessoa, perde um ente querido, há uma separação de um afeto, tudo isso serve como um fator de risco para que a pessoa se sinta limitada, castrada, triste e entrando num processo depressivo.

P: *Se a pessoa tiver uma doença de outro tipo, ela não pode mudar esse conceito?*

R: Com certeza, e muitas vezes a pessoa tem saúde, olha a saúde por um determinado prisma e valoriza aquilo que perdeu, e não aquilo que tem.

“Uma assistida da Mallet estava com câncer no seio, último estágio de câncer. Era uma pessoa feliz, não tinha revolta, fazia o tratamento direitinho. O dia que descobriu que o marido a estava traindo, tomou chumbinho. O câncer ela tirou de letra, mas saber que o marido a traía, ela tomou chumbinho e foi parar no hospital, não morreu, quase morreu. Aquele ponto fraco de cada um a gente não sabe.”

Aí a questão principal, o que é importante, e o que não é importante para gente. Isso precisa ser trabalhado, para que a gente possa melhorar, elaborar as idéias, racionalizar em termos do que é ou não importante, ou supérfluo. Não do ponto de vista físico, no sentido de ter ou não as coisas físicas, mas do ponto de vista emocional.

Diante de uma determinada situação a gente cai e quando quer levantar. Uma vez a alma ao ser impactada por aquela situação, ela gera uma resposta no físico, e automaticamente, o físico vai gerar aquelas situações que é: serotonina, noradrenalina, aquelas reações que a gente houve falar na mídia, que há deficiência de uma determinada substância. A gente sabe que tem e que embora, o espírito queira reagir, por estar já naquela fase, ele não consegue mais se levantar, aí ele precisa do remédio para dar aquele estímulo, não só o remédio obviamente, para estimular o físico a reagir positivamente, para que a alma pudesse ter o estímulo de poder se levantar. As estatísticas mostram que 80% dos deprimidos tratados são curados.

Uma vez a alma, o espírito, se posicionando dessa maneira, ela atinge o físico. Da mesma maneira que a pessoa quando está deprimida tem constipação intestinal, vai ter uma reação mais lenta no pensar, no agir, no funcionamento orgânico, mas isso é devido ao estado d'alma da criatura, que está acionando mecanismos no físico, que por sua vez, está gerando outras reações neuro-vegetativas, capazes de gerar aquelas situações, que nós aqui interpretamos como sendo depressivas. Mas na verdade, estamos vendo um efeito cascata da alma em relação ao físico, que através dos sintomas, demonstram que o indivíduo está deprimido. Vários aspectos das funções mentais, mas também, o aspecto orgânico.

O humor está diretamente relacionado com o estado d'alma da criatura. Por exemplo, se eu estou bem, vivo bem, estou feliz, e de repente algum acidente acontecer e eu seccionar meu lobo frontal, eu vou ficar abúlico, sem vontade. O córtex pré-frontal está ligado muito com a vontade e em algumas coisas com o raciocínio.

Em O Mundo Maior, de André Luiz, quinto capítulo, nós vamos ver que André Luiz mostra a relação, justamente, do aspecto do automatismo e das funções superiores ligadas ao córtex cerebral. Mostra que o indivíduo que já conquistou os pensamentos superiores, mais elevados, ele tem sua formação pré-frontal bem mais avantajada, mais alicerçada no futuro. Enquanto, as criaturas que pensam mais nas coisas do passado, estão muito mais voltadas para o sub-córtex, não conseguem atingir camadas mais elevadas, a não ser para acionar mecanismos motores, da sensação, da visão, coisas que qualquer animal em escala razoável faz. Esse lobo frontal é responsável, na formação evolutiva do sistema nervoso, com as fases mais avançadas da nossa capacidade de exteriorização do espírito para fora. O raciocínio, a vontade, tudo aquilo que determina o que nós somos como espíritos. Diferentemente dos animais, por exemplo o gorila, ele tem um córtex, sistema límbico, mas não tem o lobo frontal.

Se eu tirar uma porção desse córtex eu vou ficar sem vontade. Sem vontade, supostamente, eu estaria deprimido? Não, meu espírito poderia querer agir, porém, ele não consegue agir. Porque o físico não tem um correspondente, no qual o espírito poderia agir e acionar os mecanismos no físico. Sem ter o aparelho ótico, eu posso até como espírito ver, porém, não vejo. Eu como espírito vou ver, mas no corpo físico, naquele momento, não vou ver. Aí é que entra o aspecto da limitação que o corpo físico traz para a gente.

No depressivo, a partir do momento que ele aciona aquele mecanismo na alma, ele desencadeia o processo de acionar no físico a diminuição dessas substâncias, que automaticamente, fazem parte de um complexo mecanismo de inibição, estimulação de áreas vitais para o córtex, propriamente dito. A partir do momento que eu não tenho esse mecanismo acionado, a minha tendência é tentar viver uma vida mais vegetativa, totalmente deturpada da realidade. É uma vida mais de sobrevivência. Tanto é que o indivíduo deprimido ele se isola, se encolhe, se fecha, ele não vive uma vida de relação. Mostrando que na verdade, é a própria alma que está gerando aquilo, não talvez por escolha, mas talvez por mecanismos que ele mesmo estimulou, a partir do momento que vivenciou aquela experiência.

➤ *A solidão.*

Tem pessoas que tiram de letra, é um processo de adaptação. Às vezes, não é por escolha. Muitas vezes, é por necessidade, *n* coisas que ocorreram na vida da pessoa e veio a ficar sozinha. Faleceram os parentes, não tem filhos, marido também faleceu. Tem pessoas que saem, passeiam, visitam, vem para o Centro espírita trabalhar, e tem pessoas que se enterram dentro do quarto. São situações completamente diferentes, por isso está aqui como fator de risco. Há uma incidência maior de depressão nas pessoas que vivem sozinhas, do que nas que vivem acompanhadas. Porque elas começam a vivenciar situações isoladamente.

Todo mundo conhece a história do Robson Crusóé, que ficou preso numa ilha. Ele poderia simplesmente se jogar de um penhasco, virar comida do Sexta-feira, se ele fosse um canibal. Mas, ele decidiu construir a vida dele, tentar ter esperança de que um dia um navio iria chegar, ele construiu uma vida, ali sozinho. Ele reagiu e tentou se adaptar a uma determinada situação.

A depressão, é como se fosse um indivíduo que está andando numa determinada aceleração e diante de uma situação, aquela máquina pára, dá uma pane. O sistema todo interno sofre uma flutuação, e aquela criatura pode se paralizar durante vários meses, anos, ou até a encarnação inteira, ou até passar isso para outras encarnações. Você vê crianças deprimidas, com 7 anos, deprimidas, por natureza. Adolescentes completamente desestimulados, sem vontade de viver, sem vontade de futuro, sem vontade de estudar, de trabalhar. Pessoas que já nasceram deprimidas, donde se conclui que não é o físico, você vai ver a história familiar, não tem deprimido na família, tem uma vida boa, tem facilidades, mas é o espírito que é deprimido.

André Luiz descreve, que ele está na mata para fazer um socorro espiritual a uma mãe, um anão mongolóide. Depois de prestar o socorro a pessoa, ele presta atenção ao anão, ao idiota. Quando ele chega perto, ele vê uma criatura que dá pena, o corpo físico todo sem nenhuma reação. Quando ele vai sondar o espírito, ele percebe que a criatura está lá no século passado, nos bailes que ele já participou, vivenciou, ele está completamente fora da sua vida atual, ele não está percebendo que está passando por aquele processo de reencarnação, ele se ausentou da vida. Isso também pode acontecer com o depressivo, a partir do momento que você vivencia situações naquela encarnação, que foram extremamente dolorosas, ao reencarnar, aquilo impactou de tal maneira o teu espírito, que pode gerar uma cicatriz capaz de bloquear, de incapacitar a criatura de viver as experiências do presente e do futuro. Aí que entra outra questão importante: até que ponto o espírito vai conseguir lidar com essas situações que fazem parte de vidas anteriores, como causa de doenças atuais?

Se a pessoa já nasceu deprimida, já tem o estado d'alma deprimido e não passou por nenhuma situação, que supostamente, seria conflitante e que poderia causar uma depressão, então a gente pode concluir que existe uma causa em vidas anteriores. Muitas vezes, fica difícil sondar essas causas. Tudo isso é uma complexo de fatores, são coisas que se somam. As vezes, eu venho me arrastando de encarnações anteriores, vícios, polêmicas, brigas, decepções. As vezes, na encarnação anterior fui um anarquista, e de repente, tudo aquilo que eu fiz e sonhava foi por água abaixo, aí reencarnei numa outra família para renovar as idéias, intenções, sentimentos, uma outra oportunidade. No entanto, aquilo ainda está muito marcado. De repente, numa determinada vivencia que eu passo, aquilo pode fazer vir a tona tudo que estava ainda marcado nas minhas lembranças. Aquilo passa a fazer parte do meu eu hoje, o passado vem a tona novamente. Isso é expiação? Não, é um processo complexo da própria mentalização da criatura, que se cristaliza dentro desses conceitos em encarnações anteriores e que permanece com ele, cobrando dele próprio a situação.

Sentimento de culpa, muitos possuem sentimento de culpa indefinido. A pessoa não sabe de quê, às vezes, não cometeu nenhum delito, capaz de gerar um sentimento de culpa na atual encarnação. Mas, no entanto, a pessoa guarda dentro de si a sensação de que alguma coisa ela fez de errado e tem que reparar. Quando o indivíduo percebe isso, e tem uma reação positiva, ele vai tentar construir olhando para o futuro. Ele vai vir para o Centro Espírita, vai dar passe, vai ser médium de incorporação, ele vai gerar situações que vão ser úteis e produtivas para o espírito, é uma reação positiva. Agora, ele poderia parar: “Ah!, é minha culpa. Eu não posso fazer nada, eu sou um pobre coitado, eu não mereço crédito nenhum.” Se pega um obsessão de vida anteriores, a coisa vai complicar. Porque ele vai tocar na ferida. Eclode aquilo tudo na mente da pessoa e aí, começa a manipular as lembranças.

Tudo isso tem vertentes, muito embora o problema exista do ponto de vista médico. Mas, do ponto de vista psicológico, emocional, reencarnatório isso é muito mais complexo. Terá que ser abordado em partes diferentes, para trazer a baila questões de entendimento da Lei de Causa e Efeito, de como a pessoa pode sair dessas situações, mediante a construção positiva. A partir do momento que a pessoa reage positivamente, pensa de maneira produtiva e útil, a pessoa constrói e não se destrói, como muitas vezes se faz, como o álcool, o vício e outras coisas que fazem com que o indivíduo vá caminhando para outros tipos de situações que agravam aquela que já tinha na vida anterior.

➤ **Perda de um familiar.**

Todo mundo se impacta quando perde um familiar, um ente querido. Sente profundamente aquela perda e existem aquelas pessoas, que a partir de então, mudam completamente a sua personalidade.

➤ **Falta de satisfação com a vida.**

Indivíduos que não se sente úteis, e não sente prazer de viver. Vivem para o automatismo.

Problemas Mediúnicos

Aula com Joaquim Couto em 22/09/2001

Que a paz de Jesus continue vibrando junto aos nossos corações.

Uma coisa muito importante quando nós vamos falar para as pessoas, ou conversar com elas, é que não percamos de vista que essas pessoas estão chegando à Casa Espírita como nós chegamos um dia. Todos aqui devem lembrar mais ou menos como chegaram à Casa Espírita, com seus problemas, suas dúvidas, suas dificuldades, e os anos foram passando e hoje já estamos sendo chamados a ser o porta-voz ou os transmissores do ensino da Doutrina Espírita. Estamos na posição hoje de sermos instrumentos, antes não tínhamos essa condição.

Através do estudo, da perseverança, da superação, do achismo, daquilo que eu penso, em troca do que a Doutrina nos passa, nós fomos nos transformando, nos modificando, não superamos todas as lutas, todas as dificuldades que ainda temos, porque no mundo de provas e expiações isso é uma condição praticamente normal, a todos os habitantes que aqui vivem, sejam encarnados ou desencarnados. Mas, graças a Deus, já estamos estudando e paulatinamente nós estamos conseguindo superar as nossas dificuldades, certos problemas, certas lutas íntimas para estarmos aqui no trabalho do bem, e em nome de Jesus, tentando transmitir aqueles que chegam a nossa Casa ou junto a nós com suas dificuldades, lutas, problemas e dores físicas e morais, aquilo que recebemos da Doutrina dos Espíritos. Nada mais estamos fazendo do que retribuir com sentimento de gratidão, o muito que recebemos dos velhos companheiros de nossa Casa, de nosso movimento, os mais antigos, e aquilo que a Doutrina deu-nos, e aquilo que os benfeitores ofertaram-nos nesses anos todos. Não estamos aqui para aparecer, incensar-nos ou nos invaidecer da posição que hora ocupamos; temos é que aproveitar a oportunidade, porque não sabemos em plenitude o que fizemos no passado, temos mais ou menos os sentimentos ou sensações do que fizemos de certo ou errado, mas a certeza plena nós não temos; a oportunidade é essa.

A questão das enfermidades, quando falamos aqui, vamos olhar e pensar assim: “— Puxa vida! Eu estou enquadrado numa dessas situações.” Isso aqui não chega a ser uma novidade para nós, que chegamos à Casa Espírita com as nossas lutas e dificuldades. Com relação as enfermidades, elas podem ser classificadas dessa forma: no espírito, que seriam as doenças da alma; as marcas no perispírito, que seriam resultante dos crimes, dos suicídios cometidos, daquilo que através das nossas ações acarretamos em nossas vidas e nas vidas dos nossos semelhantes e as enfermidades pedidas, porque também pede-se determinadas lutas, determinadas dificuldades para a presente encarnação. Às vezes, você não está tão enfermo assim da alma, mas, tem a necessidade de passar por uma determinada experiência na Terra e pede aos guias, benfeitores espirituais responsáveis pela tua educação de espírito, aquela determinada enfermidade para vivenciar a experiência. Nós temos o espírito de Jesus Gonçalves que numa encarnação pediu para passar pela prova da Lepra (Hanseníase), mas ele vivenciou tão bem a existência dentro do bem, aproveitou as oportunidades, cresceu tanto, que os benfeitores espirituais acharam por bem, que ele não tinha necessidade de passar por aquela situação, porque ele seria mais útil dentro da atividade que ele estava, até então, executando e se saindo bem. Quando ele desencarnou, ele pediu novamente ao plano espiritual, para passar por essa prova aqui na Terra, vivenciar essa experiência. Porque aí, é uma questão de consciência do espírito. Há situações que nós queremos passar para aplacar a nossa consciência.

Então, quando nós vamos fazer atendimento fraterno e lidar com pessoas, nós podemos encontrar essas situações e nem sempre, de imediato, porque a gente acha que em 30 minutos de bate-papo, vamos descobrir todo o passado, o futuro da pessoa, o que ela é no presente. As coisas não funcionam dessa forma; a não ser que você tenha uma mediunidade muito acentuada, de grande expressão e tenha uma assistência espiritual muito superior, para que o espírito te diga: “Olha, essa pessoa tem essas lutas, essas dificuldades, ela precisa ser orientada a fazer isso, isso e isso”; mas em geral isso não acontece, nós conversamos e nem sempre, de imediato, percebemos a situação, a realidade daquela criatura. Nós temos que conversar, o atendimento fraterno tem essa finalidade, de atender, ouvir, mais ouvir do que falar. Temos que evitar citar nossas experiências antes do tempo para os outros. Experiência nossa é para gente. É preciso ter paciência para ouvir, isso é uma

condição, é um treinamento, nós temos que nos disciplinar nesse sentido. Na Doutrina Espírita nós temos que aprender a ter a paciência, ter ouvidos educados, disciplinados, para ouvir os problemas dos outros, e entre eles estão os problemas de fundo mediúnicos, que muitas vezes são confundidos com enfermidades. As pessoas se apresentam num quadro, que às vezes, você diz que é caso para a psiquiatria, para a psicologia, para o neurologista, para o endocrinologista, quando muitas vezes, todo aquele quadro apenas está mostrando uma situação do espírito, refletindo no corpo físico. Dificilmente nós conseguimos perceber essas coisas. Às vezes, você sente uma necessidade, mas não consegue penetrar no âmago, na causa que está gerando aquilo tudo. Então, você encaminha, faz o atendimento, você escuta a pessoa, deixa ela falar, botar tudo para fora, por mais absurdo, segundo os nossos conceitos e a nossa moral; aquilo que a pessoa está colocando ali, é para ser ouvido e guardado, não ser comentado. Nós temos que aprender a ouvir, para começar a perceber como é que vai aconselhar àquela pessoa. Isso é um treinamento. Você vai ter que vivenciar muita coisa, estudar muito. Vai ter, como o Dr. Hermann me disse uma vez, que eu tinha em nível de conhecimento certos avanços, certos progressos, eu tinha já alguma bagagem, mas, que eu tinha que trabalhar a compreensão em relação aos outros. Porque, às vezes, nós somos muito duros conosco e com os outros também, nos cobramos muito, nos exigimos muito e, às vezes, acarretamos grandes prejuízos a nossa tarefa no bem, por causa desse excesso de cobrança, por essa falta de tolerância, compreensão em relação a nós, mas, muito mais em relação aos outros, nós precisamos ter essa preocupação, no momento em que estamos ouvindo os problemas da criatura.

Ele fala aqui de doenças como estados mórbidos, reflexo ou resultante de nossas vibrações mais íntimas. Que a doença pode ser também, uma advertência das células ou mensageira amiga. Quer dizer, nos mandando um aviso, ao espírito, avisando ao espírito que ele está se comportando ou procedendo de tal forma, que poderá resultar numa doença grave que poderá, inclusive, antecipar sua partida para o plano espiritual. A gente abusar da alimentação, abusar de determinadas situações dentro da vida, os vícios: bebida, droga, fumo, etc. Tudo isso pode gerar situações de enfermidades num futuro não tão distante assim.

Às vezes, nós recebemos orientação do plano espiritual, achamos interessante, mas, quando ouvimos através do médium, tal comunicação, começamos a pensar nos outros, mas, o engraçado é que somos nós, que estamos na reunião ouvindo. Se o espírito fala, é porque há uma razão para isso. Ele está mandando um aviso. Devemos tomar a nossa parte dentro da comunicação, aproveitar o conselho e fazer o auto-exame: “— Será que eu estou enquadrado nisso? Será que estou cometendo algum abuso?” Porque, às vezes, nós fazemos como nos velhos tempos, em outras vidas que tivemos, como espíritos encarnados, e nos limitamos a fazer dietas, jejuns, abstinências, porque isso já é uma tradição para o nosso espírito, já nos acostumamos a isso, já temos essa experiência arquivada em nós. Nos esquecemos, às vezes, que somos tão corretos nesses pontos e a nossa língua é afiadíssima e não sabemos o estrago que fazemos à comunidade com a nossa língua, dentro da nossa Casa Espírita, no nosso grupo de trabalho, nas ligações que temos nas nossas atividades. Pensamos assim: sou rigoroso comigo, não fumo, não bebo, mas, quando a língua sai, ela sai cortante.

Por isso, quando vamos dinamizar, temos que olhar, como eu estou olhando para vocês agora, isso foram os espíritos que me passaram, não vemos isso escrito nos livros, mas, eles dizem: “— Olhem para as pessoas como àquelas criaturas filhas de Deus, como você é, e que estão no mesmo barco chamado Terra. Para nós espíritos não há fronteiras, somos todos irmãos. Então, você tem que olhar para as pessoas dessa forma. Não se prendendo ao aspecto físico, se é bonito, feio, se está bem ou mal vestido, porque isso é o que menos importa naquele momento. Na hora que eu vou dinamizar, eu tenho que olhar assim: “— Puxa vida! um monte de gente aqui que deve estar precisando, porque se não precisasse não viria aqui.” E por trás daquelas pessoas que estão presentes, vamos nos lembrar que os seus guias espirituais, devem ter tido um trabalho enorme para conduzi-las aquele encontro. Porque muita gente vem, porque os guias, os anjos guardiães, os benfeitores ficam trabalhando em cima delas, meses a fio, preparando para que elas compareçam. Uma palavra ferina, uma crítica, um apontamento, pode derrubar todo um trabalho que a espiritualidade fez, em cima daquelas pessoas que estão ali presentes. Eu vou trabalhar o que a Doutrina tem, o que ela me apresentou, o quanto ela me ajudou, vou passar para as pessoas.

Entender, se a criatura não conseguir pegar a coisa no momento, tem as suas dificuldades, perfeitamente natural, porque nós temos as nossas dificuldades, ainda hoje, para determinados pontos da Doutrina, e muitos de vocês ainda têm. Olhar para as pessoas como companheiros, irmãos, não como adversários.

Nós vemos que a espiritualidade foi colocando a problemática do nosso corpo, que estão no nosso corpo, ocorrendo em nosso corpo, como situações profundamente ligadas ao nosso espírito. Por isso, que nós temos que nos preocupar muito em esclarecer, em nos esclarecer, entender, compreender o sentido da vida, mas, é compreender e aceitando isso, para que nós possamos trabalhar dentro de nós essa auto-transformação, essa auto-renovação, porque se crermos, nós vamos nos sentir muito mais motivados para fazer esse processo, que começa de uma forma dolorosa, geralmente, porque estamos condicionados a milhares de encarnações a seguir um determinado caminho, a ter um determinado comportamento, a falar e agir dentro de certas normas. Já fomos a muito pouco tempo dentro do olho por olho, dente por dente, o que me fizer eu retribuo na mesma moeda; ainda hoje nós sentimos isso, mesmo com a Doutrina Espírita; dependendo do tipo de ação que exercem sobre nós, ainda sentimos o velho homem gritar aqui dentro: reage, faz assim também. Mas, aí vem esse conceito da Doutrina e nos fala de uma forma muito mais profunda do porquê da necessidade do perdão. Nós estamos vivendo momentos, em que o homem nunca precisou tanto de perdoar um ao outro, aceitar um ao outro, entender um ao outro.

Nós espíritas e todo aquele crente sincero no Evangelho de Jesus, ou em outras religiões, que também pregam a necessidade do trabalho no bem, da renovação, da autoeducação espiritual, precisamos estar muito atentos nesse momento e cuidado com o nosso pensamento, com aquilo que nós falamos, com aquilo que estamos sentindo diante dos fatos que acontecem por aí. Não nos esqueçamos, que grande parte do público que vem à nossa Casa, as outras Casas e aos outros núcleos religiosos, já conhecem isso, já estão observando tudo isso aí a fora, na televisão, no contato com a imprensa, estão sentindo no próprio bolso o que essa situação está provocando no mundo. Eles estão precisando receber alguma coisa, já aquele alimento ao espírito, para que ele possa se sentir amparado, sustentado e fortalecido para superar os momentos que teremos que atravessar, aonde teremos grandes resgates, porque nós semamos muita violência, e como diz no velho e no novo testamento, enquanto não pagarmos até o último centil, não sairemos daqui para mundos melhores. Compete a nós, estarmos atentos, vigilantes.

Nós falamos das enfermidades acima, então os sintomas seriam, há pessoas que chegam dizendo que sente isso, sente aquilo, tem momentos que parece que está com um buraco no pulmão, está com problema no estômago, sente dores nas pernas, a coluna estala toda hora, sente dores terríveis, sente a cabeça ficar grande, pequena, dormências. Kardec teve essa preocupação no Livro dos Médiuns, capítulo 18, quando ele fala que mediunidade não é um estado patológico, mediunidade não é doença. Nós não podemos confundir mediunidade com enfermidade, há uma grande diferença, você é enfermo por outras causas, não por causa da mediunidade. Agora, a mediunidade pode mascarar ou pode se apresentar mascarada, dentro de certas situações, que podem nos levar a pensar que estamos doentes. Antes de acharmos que certas coisas que sentimos é fruto da mediunidade, nós precisamos fazer essa entrevista com uma pessoa mais experiente, com mais condição, falarmos daquilo que sentimos, para entendermos se aquilo que sentimos é uma doença do corpo, é uma enfermidade mesmo, ou se eu tenho mediunidade e pelos registros, pela minha sensibilidade, eu fico captando situações de encarnados e desencarnados, que se refletem em mim e eu traduzo isso como uma necessidade, uma enfermidade minha.

Vamos nos lembrar da gente; como é que eu cheguei à Casa Espírita?

Nós reencarnamos, nós sabemos por livros e obras de mentores espirituais, que quando estamos nos preparando para a reencarnação, que pode levar meses e até anos e anos, dependendo da necessidade do espírito, que passamos por ciclos no plano espiritual, em primeiro lugar, nos harmonizando, equilibrando, pacificando da melhor forma possível. Então, nós chegamos, desencarnamos e dependendo de como eu tenho me comportado dentro daquela existência, quando encarnado, eu posso chegar no plano espiritual até na condição de um suicida, de um grande criminoso. Nós sabemos que essa questão de consciência varia de espírito para espírito, e o arrependimento vai estar ligado ao momento que o espírito se reconhece como criminoso diante da

Lei, como infrator da Lei. Porque enquanto ele não se reconhecer, ele fica naquelas ordas, grupos de espíritos desordeiros, inimigos do bem, perseguindo o trabalho do Cristo, vão se filiando aos espíritos revoltados, insubordinados, até que um dia se cansam desse tipo de ação, se arrependam, e no arrependimento supliquem a ação dos benfeitores espirituais, através de uma prece a Deus, ao Cristo para que intercedam por ele e lhe mande um socorro, uma ajuda espiritual. Nós somos encaminhados para colônias, passamos por uma fase de atendimento, que eu diria assim, médico espiritual, porque, às vezes, o nosso corpo perispiritual está tão cheio de marcas, de necessidade de atendimento e tratamento, que nós passamos por uma hospitalização no plano espiritual. Depois que começamos a nos melhorar um pouquinho, vamos começando a freqüentar determinados cursos para melhorar o nosso pensamento, para trabalharmos o nosso sentimento e vamos nos readaptando aquela região, comunidade de espíritos ao qual fomos acolhidos. Sentimos a necessidade do retorno, e muitas vezes, vamos pedir aos espíritos mais superiores, ou o que mais diretamente se liga a nós no campo da proteção da assistência espiritual, pedir a ele uma nova oportunidade. Nós pedimos a possibilidade de reencarnar nessa condição de trabalhadores do bem, com Jesus, através da atividade mediúmica aqui na Terra. Não é por acaso que estamos médiuns, o simples fato de eu ter me preparado no plano espiritual, e às vezes, nós levamos alguns anos nos preparando para isso, não quer dizer que ao chegar aqui eu me lembre, perfeitamente, de que tudo isso aconteceu no plano espiritual. Cada um chegará à Casa Espírita por um determinado motivo, uma determinada causa, e a maioria de nós chegamos à Casa Espírita muito perturbados, intranqüilos, aflitos, inquietos, sem entender direito o que está acontecendo, com o pensamento muito tumultuado, o coração aos saltos.

Uma coisa importante, com relação aos problemas mediúnicos, é que ninguém que chegue à Casa Espírita nessas condições ou em outras condições, ela possa ser colocada de imediato, na atividade mediúmica. Uma coisa que Kardec recomenda no Livro dos Médiuns, é que você chegue à Casa e primeiro se identifique, você tem que se identificar com o grupo, você tem que se sentir bem naquele grupo, isso é um fator muito importante para a nossa atividade. Poderão surgir aquelas questões pessoais, de afinidade, mais simpatia, menos simpatia, mas, se nós chegamos ao grupo e as primeiras impressões foram de que aqui é o meu lugar, a gente sente isso. Então, você vai passar primeiro por um período de adaptação naquele ambiente, aquela Casa, aos guias que ali trabalham e a equipe mediúmica que ali trabalha e está em atividade. Depois de um certo tempo, quando estivermos bem, relativamente bem, porque até hoje nenhum de nós pode garantir que não vai cair mais, que não vai errar mais, que não vai fazer mais bobagem, que não vai falar coisa errada, que não vai tomar certas atitudes. Nós temos que tomar conta de nós nesse sentido, até o momento de retornar ao plano espiritual. Depois disso, vamos pedir orientação para uma atividade na Casa Espírita, não é o que queremos fazer não, nós temos que perguntar, havendo a possibilidade, ao plano espiritual, qual é o tipo de atividade mais indicada naquele momento, para que eu trabalhe na Casa Espírita. Porque há pessoas que entram na Casa Espírita depois que superam esses problemas iniciais, que fazem o tratamento e vão adquirindo uma relativa tranqüilidade em seu espírito, após o tratamento a que foram submetidos, que eles tem assim: “— Ah! Eu ouvi falar que o Chico Xavier psicografa, eu acho tão bonito a psicografia.” Aí, se oferece para ser psicógrafa, só que ela não sabe se tem o dom, a faculdade. É bonito nos outros, mas será que é o trabalho mais adequado para nós? Então, nós pedimos orientações ao plano espiritual, e o plano espiritual coloca no papel uma seqüência de atividades, e nós não percebemos que aquela ali é a nossa programação para essa existência. Na orientação vem: começar pelos passes na reunião pública. Antes, às vezes, coloca-se assim: estudar, após os cursos até do COMP, estudar tais obras, depois apresentar-se para o trabalho de passes na reunião pública, de passes de cura, ou na reunião de desobsessão, de atendimento aos espíritos sofredores, se preparar para a evangelização, se preparar para os trabalhos doutrinários, etc. A pessoa lê e não percebe que aquilo ali é o seu roteiro de trabalho para essa existência, e, às vezes, questiona, “— Mas, não é isso que eu quero fazer na Casa Espírita, não é isso que eu tenho vontade de fazer.”, gerando para os outros e para ela um certo tipo de problema. Porque você vai seguir a orientação duvidando dela, e dentro da equipe você vai sempre ficar questionando isso.

No encontro alguém pode perguntar:

Ah! mas, eu gostaria de trabalhar mediunicamente numa outra coisa, eu não posso?

Se você tiver a faculdade, dependendo da tua perseverança, da tua dedicação. Você poderá trabalhar realmente, se tiver a faculdade.

Vamos ler o que Kardec fala aqui. “O exercício da mediunidade estará subordinado ao estado físico e moral do médium.” O que Kardec coloca nesse capítulo aí? “Há casos ser necessário abstenção, outros o exercício moderado, noutros evitar todas as causas de sobreexcitação.” Então, cada caso é um caso. Então, quando eu pergunto ao plano espiritual, “— Ah! mas, eu gosto de trabalhar muito com espírito sofredor.” e os espíritos dizem: “Vamos aguardar um tempo, vamos esperar um pouco mais, que você primeiro estude, faça os cursos, trabalhe mais um tempo no passe, vá se disciplinando, vá se equilibrando mais um pouco.” Porque o contato com os espíritos sofredores em reunião de desobsessão é uma coisa muito séria, e nós temos que nos preparar para isso. Porque enquanto, eu estou dando passe numa reunião pública, o ataque que eu possa sofrer por parte dos obsessores dos encarnados presentes àquela reunião, ele quase não ocorre, porque ali você está fazendo um tipo de atendimento geral, junto a um público, mas, quando você pinça um indivíduo, pega o endereço dele e faz um trabalho direcionado para a casa dele, isso é um atendimento particularizado. Aí, os obsessores ligados àquela criatura, eles vão se sentir atingidos diretamente por aquele tipo de atendimento. No trabalho da desobsessão, lá também os espíritos não dizem: “— Por que que vocês foram lá se meter com a gente? Alguém chamou vocês lá? Ah! ele pediu ajuda, então vocês vão ver o que nós vamos aprontar.” Porque quando ele fala “vai aprontar”, não é com aqueles lá não, porque lá eles já estão aprontando, eles vão aprontar é com a gente que está se metendo com eles. A realidade é essa, vocês pensam que Jesus não tem os seus inimigos? Há falanges comandadas por espíritos que a milênios combatem o trabalho do Cristo aqui nesse mundo. Vamos ficar dentro de uma realidade e ao mesmo tempo crer que há este lado da moeda, mas, existe o outro lado que é a força do bem, que vai me sustentar na tarefa. É preciso, para que eu não seja atingido pela força negativa, que eu esteja plenamente identificado com as forças do bem, porque senão vai ser um problema.

Quando nós somos “empurrados com a barriga” pelos espíritos para não fazermos determinadas coisas, é porque eles percebem em nós certas falhas ainda de conduta na nossa vida pessoal. Então, eles dizem: “— Não meu filho, vai aguardando mais um pouco, vai amadurecendo, vai estudando, vai aprimorando o teu passe, teu atendimento na reunião pública.” As pessoas acham que aquilo ali não é um trabalho importante. É importantíssimo, porque se faz desobsessão em reunião pública, num outro nível, mas se faz, é um trabalho tão importante, quanto sentar à mesa e receber espírito sofredor. Temos que valorizar e nos aprimorar nessa tarefa. Será que nós paramos no COMP? Decoramos aqueles movimentos de passe, tira, bota, harmoniza. Daqui há dez anos você já está no tira, bota, harmoniza e está com o pensamento aqui, acolá, porque faz aquele movimento de mão mecânico e acha que o passe está funcionando, aí os guias é que vão dar passe por você, na criatura. O passe, você tem que estar de corpo e alma presente nessa atividade, não pode ser uma atividade mecânica, porque senão os espíritos usarão as nossas mãos como condutores, farão o trabalho por nós e quando desencarnarmos vamos ver lá quantos pontos somados por aquela atividade exercida de corpo e alma.

Quando nós pedirmos e os espíritos pedirem um tempo, ou as criaturas se aproximarem de nós colocando essas situações das suas vidas, essas sensações, esses registros; primeiro conversarmos com ela, deixar a criatura desabafar, falar, contar todo o problema, tentar identificar aquilo que seja de origem física, daquilo que seja da mente da criatura, daquilo que é do espírito e não do corpo. Tentar identificar, para depois encaminhar para um atendimento cabível a cada caso. Por isso, que atendimento fraterno não é feito num auditório cheio, ele é individualizado, porque cada ser precisa ser analisado, ouvido, sua situação ser pensada e pesada, para depois você determinar um tratamento para a pessoa. Na nossa Casa, geralmente, indicamos o passe de cura, que é aquela reunião que vai dar um atendimento mais pessoal, mais direcionado a um determinado tipo de problema que a criatura tem, e nós vamos trabalhar em cima. Pode ser uma doença física, um problema a nível perispiritual, e muitas vezes, certos médiuns têm o dom e a capacidade para trabalhar no psiquismo da criatura, nem todos têm, porque isso envolve uma ligação da mente espiritual com a mente espiritual do encarnado, e nem todo mundo suporta a ligação, de entrar num

campo e registrar uma série de coisas e sair dali incólume, é muito difícil. São três situações que nós encontramos no passe de cura.

Vamos nos ver naqueles espíritos que estão incorporados nos médiuns, quantos meses, anos nós levamos para aceitar os conceitos doutrinários? Ainda hoje brigamos com muitos deles, pela nossa profissão, pela nossa experiência do mundo lá fora, pelas sintonias que nós ainda mantemos com determinadas coisas do nosso passado. Agora, você quer que um espírito chegue no médium, incorpore num corpo que não é dele, que experimente um monte de situações e sensações as mais perturbadoras possíveis para o espírito, e naquela confusão toda, você quer que o espírito se redima, se arrependa, se converta e vá seguir Jesus. Isso pode acontecer? Pode. Porque a gente acha que o espírito vem de repente ali; em trabalhos de emergência, os espíritos podem ser colocados ali sem nenhum preparo junto do médium, são trabalhos emergenciais, socorros que prestamos. Mas, em trabalho feito pelo plano espiritual, pelos nomes, pela indicação, isso tudo, às vezes, leva meses para o espírito vir ali. Muitas vezes, já está passando por um processo de socorro antes da incorporação, aquele endereço já está sendo alvo da assistência dos benfeitores da Casa. Eu trabalho na irradiação, e como trabalho nas duas reuniões, vi casos interessantes nesse sentido, você vê o mesmo endereço indicado para a irradiação e para a desobsessão, e você passa pela mesa da irradiação e dali há dois, três meses, e, às vezes, mais, eu pego o mesmo endereço que tinha sido atendido meses antes na irradiação. Aqui nós temos a possibilidade dessas duas reuniões, mas, nas casas espíritas que não tem essa possibilidade, o plano espiritual, vai burilando, vai desbastando, vai quebrando, aqueles espíritos que podem ser socorridos por eles, eles vão fazendo o atendimento e retirando do ambiente, porque eles não precisam passar pela mesa mediúnica. Mas, há aqueles que precisam ter o contato com essa matéria mais densa, mais grosseira, ter o contato com o fluido vital do médium, para que determinadas lembranças e sensações do seu tempo de encarnado aflorem, e ele ponha para fora aquilo. Todo aquele rancor, ódio, sensação da enfermidade, do sofrimento, dos golpes que recebeu daquela criatura que é visada pelo processo da perseguição, da obsessão.

A gente tem que olhar o trabalho mediúnico, esses problemas que as pessoas sentem com relação a mediunidade, como algo que vai sendo curado através dos tempos. Há situações no nosso espírito que não vai ser curado nessa existência.

Dona Yvonne Pereira na encarnação que precedeu a esta, cometeu o suicídio. Ela podia ter reencarnado profundamente doente, aleijada, retardada, mas, foi dado um corpo a ela e dito: “— Minha filha, você vai reencarnar, vai ser médium, a tua grande tarefa vai ser trabalhar na eliminação da idéia do suicídio.” Recebeu uma obra monumental chamada “Memórias de um suicida”, grande obra de literatura pura, e vê que o trabalho dela foi de receber pessoas que iam até ela com essas idéias. Ela atendia, conversava, trabalhava em cima dos pensamentos das pessoas, com suas lutas e dificuldades, foi a maneira que ela teve de se redimir do suicídio cometido. Muitos de nós podemos estar incurso em situações semelhantes. Por isso, que eu digo valorizemos o momento, valorizemos o presente, valorizemos o trabalho que temos na Casa Espírita, como temos que valorizar o mundo e o trabalho que temos no mundo, dentro da nossa profissão, junto as pessoas, para que através desse trabalho a gente passe, não tanto pela palavra, mas, pelos nossos exemplos, o que a Doutrina nos ensina e nos mostra. Porque não é só ser espírita dentro da Casa Espírita, é ser espírita lá fora também.

Há pessoas que chegam e falam assim:

— Eu aceito a Doutrina, eu gosto da Doutrina, eu leio, me emociono, mas, essa história de trabalhar com espírito, de me ligar a um espírito para ser um instrumento, isso me apavora; você não tem uma receita, um jeito de tirar minha mediunidade?

Aí, eu digo assim:

Tirar a tua mediunidade!

Lembra que eu comentei que somos preparados antes, se somos preparados antes, o nosso espírito vai as reuniões, aos cursos, os mentores assinam embaixo o nosso pedido, para que nós reencarnemos como médiuns. Nós chegamos aqui e bate aquela covardia, bate aquele medo, insegurança, e os velhos preconceitos com relação a espírito, mediunidade, plano espiritual, ressurgem dentro de nós e nós queremos fugir do compromisso, achando que indo neste ou naquele lugar, a pessoa fazendo um “trabalhinho”, nos tira a mediunidade, isso é impossível. Está lá no

Livro dos Médiuns, que ela se erradica no organismo. Tanto o perispírito, como o corpo físico é preparado para isso. Nós recebemos uma quota de fluido vital, dependendo da atividade mediúnica que nós vamos ter e desenvolver aqui na Terra, que tem necessidade de ser gasta neste tipo de atividade. Muita gente tem esse sintoma de enfermidade, de doença e desequilíbrios por causa disso. Está uma pessoa solta no mundo, indo a todo lugar, estando junto a toda sorte de acontecimentos e situações, sem estar devidamente preparada, e essa energia, esse fluido em torno dela, muitas vezes, sendo manipulado por qualquer um. Daí nós vemos pessoas que recebem espíritos dentro de boate, no cinema, tem sensações terríveis quando vai a cemitério, hospital.

O que é colocado no Livro dos Médiuns? nós podemos ser médiuns, mas, se os espíritos não quiserem se servir da minha mediunidade, é uma outra situação. Eu fico médium sem ser utilizado pelo plano espiritual. As causas estão explicadas nesse capítulo. Isso é uma situação que parte de lá para cá e não daqui para lá. Tanto que, quando nós temos que nos ausentar das nossas atividades mediúnicas, por força maior, por uma necessidade qualquer, a direção da Casa nos pede e o plano espiritual nos aconselha que entremos em contato com a direção dos trabalhos e avisemos. É para deixar os encarnados sossegados e a espiritualidade já está sabendo, é um ato de respeito e submissão aos espíritos mais superiores e evoluídos, uma questão até de disciplina.

Nós pedimos, imploramos, justificamos até o nosso pedido, explicamos o porquê do pedido. Mas, é que no plano espiritual nós estamos numa situação maravilhosa, cercados de bons espíritos, dos guias, protetores, a vibração, é pomar para cá, é jardim para lá, é uma beleza, só que nós vamos reencarnar num meio, muitas vezes, antagônico a mediunidade, a atividade no bem, e esse é o grande mérito para todo o espírito que volta, e não perde o rumo desse compromisso assumido, o grande mérito nosso, é esse. Eu posso ter quedas, eu posso ter as minhas vacilações, mas, eu assumi o compromisso, eu vou até o fim naquele compromisso, apesar de, eu irei até o fim.

Os médiuns naturais, são aqueles que desconhecem que são médiuns, e isso pode gerar muitos conflitos na criatura. Nós temos a solução pelos métodos convencionais, dependendo dos registros, dependendo do que a pessoa aceite. Muitas vezes nós vamos lá para o médico, eu me lembro que o meu pai me levou com 7 anos ao psiquiatra. Tinha um processo de sonambulismo, falava e ninguém entendia nada, e meu pai achou que eu tinha um processo de loucura. Não entendiam, não sabiam o que era mediunidade, eram católicos. Fui ao psiquiatra, que passou remédios e a primeira dose que eu tomei, nunca passei tão mal na minha vida, era uma droga para não ter ataques de sonambulismo. Como eu passei muito mal, meu pai não quis continuar. Me levaram num rezador, e ele me rezando disse que o meu problema era encosto, que eles tinham que entender, ele mesmo não entendia, não estava sabendo explicar o que era, ele só rezava. Ele pegou um galho, e quando ele passou o galho foi secando, e minha mãe ficou apavorada com aquilo, achando que aquilo era um grande mal. Ele disse que pelo contrário; ele vai melhorar. E, realmente, passei a ter umas noites mais tranqüilas.

Por que estou falando disso para vocês? Porque muitas pessoas podem chegar e falar dessas situações desde a infância. Eu tinha processos de ver certos espíritos muito feios e agressivos. Passei a ficar calado e pensava: — Como vou enfrentar isso?; porque era uma noite quase sem dormir e depois tinha que ir para o colégio. Numa determinada noite em que eu estava tão aflito, eu escutei uma voz que me disse: — Reza o Pai Nosso. Comecei a rezar o Pai Nosso, rezando o Pai Nosso foi um problema sério, porque invés de um, apareceram mais. Levei meses nesse processo, mas, notei que conforme eu conseguia terminar a prece, eles começaram a ficar mais longe de mim.

Um ataque desse com uma criança, prevalece aí a paciência. Se você não sabe atender o caso, busque quem possa atender. Se você tem situações de loucura na família, você tem que levar a tratamento médico, para verificar se aquilo ali pode ser de origem física, algum problema do sistema nervoso, tudo isso você tem que cercar. Meu pai não estava errado quando me levou ao psiquiatra, só que ele pegou um ateu, materialista que não tinha visão espiritual disso, hoje em dia é mais fácil encontrar um profissão que tenha essa visão.

Tem um anjo guardião? Tem, mas são situações particulares do espírito. Muitas vezes, a coisa começa desde a infância, já mostrando para aqueles que estão junto daquela criança, que ali você tem uma situação muito particularizada de um problema, de uma situação que vai ter que ter um atendimento específico. De acordo com o teu entendimento, a tua visão e até a tua religião, você

vai buscar verificar se há um problema físico, se há necessidade da medicação, do atendimento médico, mas também, se você puder e crer, você deve buscar também, o atendimento espiritual. Porque o nosso lar nem sempre é um paraíso; a maioria dos lares são espíritos que se reencontram e estão num verdadeiro cadinho da purificação, é o reencontro. Você precisa levar aquele espírito encarnado que está naquele processo, para um atendimento de ordem espiritual, que pode ser a prece do católico, do crente, a posição do pastor. Os espíritos têm meios de utilizar todos esses nossos recursos, de acordo com a nossa crença, acreditemos ou não, mas naquele momento os espíritos se movimentam também, para fazer o socorro, o atendimento. A criança passa por um processo de estabilização, de aparente equilíbrio, porque ali está uma situação atípica, se você identifica a mediunidade ali, você sabe que aquele nosso companheiro vai ter que entrar no campo da atividade mediúnica.

Dona Yvonne Pereira em criança, quase foi enterrada viva, e ela estava tendo um processo de catalepsia, um estado de letargia, de morte aparente. A mãe pediu a Virgem Maria, pois ela tinha muita fé na mãe de Jesus. Houve intervenção, e a criança despertou, com 20 dias de existência passou pelo processo. Um espírito de suicida que reencarnou com uma série de problemas, dificuldades, por que ele não foi suicida? Não podia ter um berço esplêndido, um mar de rosas, a coisa começa com dificuldade de berço.

Há pessoas que chegam a fase adulta, carregando tudo isso com elas. Nós temos que mostrar no encontro assim: — Olha, nós podemos chegar à Casa Espírita nessa situação, muitas vezes na infância, na nossa mocidade não tivemos a chance, a oportunidade de entender uma série de coisas e situações, coisas que víamos, sentíamos e registrávamos, porque nos faltou alguém naquele momento que pudesse nos orientar e indicar esse caminho. Mas, hoje estamos aqui, hoje estamos chegando a um caminho que começa a tratar, não só do corpo, mas, também, da nossa alma.

Essas situações todas, quantas vezes agora, na fase de adulto vem refletir. Na evangelização, você tem que falar com a criança, falar sobre as situações, de uma forma muito natural. Não é como se fosse uma história de assombração, não comentar sobre espíritos como uma alma penada.

Vamos passar da solução dos métodos convencionais e entrar na Casa Espírita. Nós vamos receber as pessoas e ver o atendimento fraternal. A maneira como a gente recebe as pessoas, e a atenção que a gente dá, ouvir muito, falar pouco, e não apresentar soluções milagrosas, porque não existem, cada caso é um caso, cada situação pede um tipo de atendimento. Você tem o atendimento, e daqui do atendimento você vai fazer o encaminhamento, que pode requerer a psicografia, porque, às vezes, você atendeu e não conseguiu chegar até aquele ponto, não conseguiu entender bem, porque, às vezes, a pessoa tem vergonha de falar, não podemos forçar as pessoas a dizerem aquilo que elas não querem falar. Se a situação não ficar muito clara, porque tem pessoas que camuflam, começam a dar pistas muito soltas, se você não tiver essa questão do pensamento, ir pegando e somando, porque nem todo mundo tem, você não é um profissional, você não é um psicólogo, não tem experiência nessa área, você está ali de boa vontade fazendo o atendimento. Se há dificuldade, temos que perguntar ao plano espiritual e em linhas gerais traçar no papel e perguntar: — Nós consideramos isso, mas será que é correta nossa interpretação da situação. Porque o espírito pode enxergar outras coisas, e pelo médium nos passar um outro tipo de atendimento ali para a pessoa. Ela pode ser encaminhada para os passes de cura, temos que incentivar essas pessoas e falar da importância de virem as reuniões de estudos, porque há pessoas que só querem fazer o atendimento do passe; dizem:

— Eu sou de outra religião.

— Minha filha, você não vai deixar de ser católica, protestante não. Você escuta e segundo teu critério de julgamento, de crença você absorva o que é bom e o que você não aceitar você não absorva. É isso o que eu digo para quem vem aqui e alega que é de outra religião, dizendo que vai dar problema, eu digo que não vai dar problema nenhum. Primeiramente, você só vai sair da tua religião e vir para cá se quiser, é o teu livre-arbítrio que vai determinar isso, mas venha a reunião, escuta, porque aqui nas nossas reuniões, nós tocamos mais em aspectos morais dentro da vida, ninguém aqui vai criticar religião de quem quer que seja, porque o objetivo da Doutrina não é esse, não vamos fazer comparações, vamos mostrar todo o lado moral da nossa Doutrina à você. Venha, faça o tratamento e depois de melhorar, se equilibrar, volta para a tua religião.

Houve uma companheira protestante, ela canta, ela está na igreja até hoje, ela ficou um tempo aqui fazendo os cursos, foi muito interessante isso como experiência. Uma vez ela veio conversar:

— Alguém me atendeu aqui na Casa e disse que meu problema é mediunidade. Disse que eu tinha que ficar na Casa para estudar e ser médium.

Imagina falar para um protestante isso, e de uma igreja do protestantismo tradicional, são mais fechados ainda em certos conceitos. Porque o outro que aceita manifestações de dons, talvez, você consiga até traçar paralelos com as manifestações que temos aqui. Mas, o protestante convencional é muito fechado. Então disse:

— Mas por que você está falando isso?

— Porque eu estou preocupada. Eu canto no coral da igreja e adoro cantar os hinos, minha alma fica tão feliz quando eu canto aqueles hinos, eu sinto que subo a Deus, eu me transporto a Deus.

— Ninguém está mandando você parar de cantar no coral não, continue cantando. Você está fazendo o que?

— Estou estudando e me colocaram no passe de cura.

— Você vai no culto da tua igreja, canta os teus hinos, fica no coral cantando.

— Mas não tem problema?

— Minha filha, você não se sente feliz? Isso não te acrescenta, te anima a alma? Então você fica. Porque se você tiver que abrir mão daquilo e vir para cá, você vai fazer isso de coração, porque é assim que tem que ser, não por imposição, porque a Doutrina não é imposta a quem quer que seja.

Terminou o tratamento ela veio falar.

— Joaquim, você vai me perdoar, mas, eu decidi ficar de vez na minha igreja.

— Mas, não comenta nada com o pastor, não diz que teve aqui. Não comente, porque você sabe que os nossos irmãos são um pouco fechados em torno da Doutrina, junto ao protestantismo e poderiam não entender muito bem a tua vinda aqui.

— Mas eu posso continuar lendo?

— Pode, lendo você pode.

De vez em quando eu encontro com ela, ela está tão bem, que eu queria que certas pessoas da nossa Casa estivesse com a aura que ela está. Parece que está com raiva de estar dentro do Centro. Se a gente está dentro, temos que estar felizes, tem que transmitir alegria, felicidade, “— Meu Deus! Eu me encontrei aqui, encontrei o caminho”, e, às vezes, a gente fica com uma cara emburrada, aborrecida. A gente está até contrariado porque pegou esse serviço, a gente não está feliz. Quando eu vou entrar na sala para dinamizar, se eu não transmitir isso, as pessoas vão estranhar. O que nós vamos passar para essas pessoas? Credibilidade, zero. Confiança, zero. Crença, zero. Vai estar tudo lá embaixo porque as pessoas sentem. Não nos esqueçamos que quando nós estamos carentes, nós ficamos muito sensíveis a coisas, ambientes e pessoas. Você tem que passar no semblante que você está bem, está gostando de fazer aquilo.

As primeiras impressões da nossa entrada num grupo, numa casa, elas marcam-nos durante muito tempo, gerando problemas. Nós já estamos com problemas, estamos com as nossas dificuldades de entender essa tal de mediunidade, sensações, perturbações que temos, aflições que médico e remédio não estão dando jeito. Já exploramos todos os atendimentos convencionais e não conseguimos nos equilibrar, estamos chegando talvez, no último porto, aonde vamos atracar.

A questão da desobsessão aqui, é claro, que ela é feita em reunião privativa, às vezes, nem vamos falar com a pessoa que o nome foi indicado, porque vai alimentar mais uma situação de intranqüilidade na criatura, isso é feito de uma forma muito discreta e particular dentro da nossa Casa. Verificar as reações do paciente, ver como ele está passando, porque de tempos em tempos, a criatura tem que fazer o atendimento novamente, tem que perguntar ao plano espiritual, e também, nós, se conhecemos a pessoa, se atendemos alguma vez, perguntar se ela está indo bem, se está conseguindo superar. Porque é muito importante, a criatura se sentir querida, se sentir estimada.

A depressão está muito generalizada, muito mais do que nós pensamos. A gente acha que depressão é aquela pessoa triste num canto, às vezes, não; é a pessoa que está se drogando, embebedando, está correndo atrás de todas as sensações possíveis, está se entupindo de comida, está

num estado de euforia constante e, de repente, dá as baixas. A depressão tem muitas facetas, e pode estar associada ao fator mediunidade também. Você imagina na depressão com a mediunidade junto.

Nós vamos avançando e vamos perdendo o contato com aquele primeiro dia que nós chegamos ao Espiritismo. Nós tínhamos que estar lembrando esse primeiro dia com uma certa constância, porque isso impediria de nós nos envaidecermos dos conhecimentos adquiridos e nos achar superiores aos outros. Nós ainda não estamos nem na fase da convalescência, estamos muito próximos da enfermidade, de certas situações. Então, às vezes, um ato, um pensamento, um sentimento, pode detonar uma crise, e vamos verificar que não estamos curados. Mais como é bom a gente estar junto, um trocando com o outro, os melhores sentimentos e pensamentos, como é que isso vai transmitindo, contagiando, a gente vai se sentindo reanimado. Às vezes, nós chegamos para este tipo de trabalho meio caído, saímos de casa, de situações, de problemas, lutas pessoais, dificuldades, e aqui chegamos e quando acaba diz assim: — Puxa vida, parece que me deram um banho de energia, que eu estou me sentindo outro, com uma outra disposição para lutar, correr atrás, para vencer e superar as minhas lutas.

Naqueles dias que estivermos com a nossa alma muito sobrecarregada, eleja aquele companheiro de confiança, não é qualquer um não, porque, às vezes, vamos ouvir críticas ao nosso comportamento, porque está chorando. Há momentos que precisamos realmente, não somos super-homens, super-mulheres, super-espíritos, às vezes, nós nos sentimos como carregando o mundo nas costas, e só queremos falar um pouco, conversar com alguém. Quando chegar esse momento, escolham aquela pessoa que realmente, tenha condições de nos ouvir e de nos ajudar. Às vezes, não falando nem aconselhando, porque de Doutrina nós já temos o suficiente aqui dentro, de conhecimento doutrinário nós já temos o bastante, porque nossa Casa estuda e oferece isso de bandeja para a gente. Mas, a gente só quer desabafar, conversar, colocar um lado que pouca gente conhece. Mas, esse lado que pouca gente conhece só pode ser partilhado com aquela pessoa que tenha o espírito de compreensão.

Vamos pegar aqui dessa obra do COMP, aqui tem a questão da eclosão da mediunidade. Diz aqui: “A faculdade não constitui em si mesmo indício de estado patológico, portanto, não é incompatível com uma saúde perfeita. Quer dizer, você pode ter saúde e ter mediunidade.” Agora, ele diz uma coisa assim: “Se sofre aquele que a possível, esse sofrimento é devido a uma causa estranha. Donde se segue que os meios terapêuticos são impotentes para fazê-la desaparecer.” Uma coisa é, no corpo tem tratamento e há situações da alma que você vai ter que usar recursos espirituais, a psicologia e até a psiquiatria para tratar da pessoa, e até o uso da medicação. Kardec coloca isso no Livro dos Médiuns, o tratamento médico. Só poderia acarretar inconvenientes, quer dizer, você ter faculdade mediúnica, se aquele que a possui abusasse dela, depois de se haver tornado médium facultativo, consciente de que é médium, porque então verificaria nele uma emissão demasiada, abundante de fluido vital, e por conseguinte, enfraquecimento dos órgãos. Você, às vezes, não está no processo de depressão, e às vezes, você chega à Casa com mediunidade e deprimido. Porque a depressão, ela pode ter origem, você tem que ter acesso ao histórico familiar da pessoa, porque pode ser um problema de ordem familiar, um problema hereditário. Você tem que encaminhar para tratamento sempre, seja mediúnico ou não, seja obsessão ou não, seja um problema físico ou não, você tem que encaminhar para tratamento. Passar pelo tratamento, pelo passe, pela orientação, e depois ver como a pessoa vai reagindo, tem que ver as reações. Se após o tratamento verificarmos a melhoria da pessoa, o próprio médico vai ver a melhoria e vai começar a fazer a suspensão da medicação, porque não tira de imediato, e vendo como a pessoa vai reagindo à mudança de tratamento.

Você vai tratar, vai trabalhar mediunicamente, mas, nunca vai poder estar tomando conta de você nesse aspecto, porque, às vezes, é um problema do espírito, é alguma situação que marcou profundamente o espírito, e quando ele tem que passar por situações que o levam a recordar de algo semelhante, alguma experiência já vivenciada, isto pode detonar na alma até o medo, a intranquilidade, a aflição, a angústia, a insegurança, será que eu vou vencer, será que eu vou conseguir passar agora. Todos nós que já cometemos o suicídio, nós temos que estar muito atento a todas as situações que nos cercam dentro da vida. Então, há momentos que você passa por certos testes, mas o sofrimento que aquilo nos causou numa outra existência, nos marcou tanto e a atenção

que a gente agora tem, tomando conta da gente, nesse aspecto, imediatamente, nos faz reagir contra essa idéia inicial que vai nos colocando para baixo, fazendo com que nossa mente saia daquela sintonia de planos mais superiores para planos mais inferiores. Nós fizemos muita inimizade, temos muitos “amigos”. Então, há aquele companheiro que fica só esperando ou cria até situações, ou fica aguardando esses testes, para nos provocar, para ver se nós vamos cometer o mesmo erro do passado.

A depressão, é o mal do século passado, é o mal do homem há muito tempo, porque é um problema que reside na alma, que vai requerer da alma muito esforço de vontade, muita perseverança, muita vontade de buscar esse equilíbrio. Por isso que eu falei, peguem o trabalho não como uma punição, mas como uma benção, o trabalho do bem é uma benção para a gente. Nós que não sabemos a extensão do nosso débito, mas que é muito grande ainda, vamos pegar o trabalho como uma benção. E quando eu vir para o trabalho, faça-lo com alegria. Atrair através do pensamento esse fluxo, essa energia para que você saia fortalecido. Porque as situações do mundo, todos têm que passar por elas, crentes ou não crentes, espiritualistas, espíritas ou não, todos nós temos que passar por essas situações. O mundo mostra e apresenta esses quadros para nós passarmos por eles e vivenciá-los. Agora, a maneira como eu vou encará-los, o entendimento que eu vou ter dessas situações, e que a Doutrina nos mostra do por que, é isso que vai colocar aqui dentro uma fé inabalável, aquela certeza, aquela convicção de que isso é uma fase, e que se eu souber passar pela fase confiantemente, nós já estaremos trabalhando para um mundo melhor mais a frente, com os nossos atos, nossas preces, nossas ações, os nossos sentimentos e pensamentos.

Mediunidade de Cura

Aula com Altivo C. Pamphiro — 18/10/01

Qual o sentimento da Cura? Como podemos dizer que o médium tem e precisa do sentimento da cura?

Quando damos um passe, temos que pensar na ação que sai do nosso pensamento. Não esqueçamos de que o fluido que sai das nossas mãos é conduzido pelo nosso pensamento. Quando nós, por qualquer forma de distração, apenas movimentamos as mãos, por movimentar, não é por aí que sai o fluido. O fluido sai por força da vontade; quando se faz o movimento sem estar associado à vontade, quem associa a vontade, quem impulsiona o fluido passa a ser o nosso guia espiritual, que então complementa o serviço que deveríamos fazer e não estamos fazendo. Se eu apenas estico as mãos sobre uma pessoa, isto não será o suficiente para que o fluido saia de nossas mãos, é preciso que eu associe o meu desejo de que o fluido saia das minhas mãos, para que ele chegue às pessoas. Quando o médium está dando o passe de cura e não associa a vontade, esse fluido vai sair por força da ação do pensamento do benfeitor espiritual. Ele terá um trabalho duplo: o de agüentar o médium e o doente, e o retirar o fluido do médium para aplicar no doente que está sendo atendido.

Quando começamos a pensar que o pensamento é que conduz o fluido, o movimento dos braços passa a não ter tanta importância ou por outra, ter somente a importância da condução do fluido. Vamos lembrar aquele princípio básico da Física: a energia sai pelas extremidades. Quando direcionamos as mãos conduzimos a energia com mais facilidade. Quando o médium dá o passe pela simples presença – como fala Kardec em “O Livro dos Médiuns” sobre a cura pela simples presença –, essa doação de fluido é mais demorada, mais desgastante, porque não tem uma condução. A nossa mão e o nosso braço conduzem o fluido; quando deixamos o corpo solto, ao lado de alguém, é como se houvesse uma sucção geral, o médium se sente sugado. Quando ele faz a condução pelas mãos, ele consegue controlar mais a emissão de energia, doar mais a energia e faz com que essa energia tenha um poder de concentração, que normalmente a simples presença, o doar o fluido de um modo generalista, não faz.

Qual o sentimento da Cura? Vamos imaginar que o Carlos chegue perto de mim e diga que está doente, está precisando de meus recursos fluídicos, de meu passe. Se eu encarar o Carlos como um ser que não me diz nenhum respeito e dar o passe por obrigação, a energia que eu emitir não será dotada de tanta vontade, tanto valor, determinação, precisão e capacidade de penetração no organismo dele quanto se eu olhasse para ele com olhar de amizade, carinho, com o olhar de uma pessoa que está precisando de mim.

Mas, a verdade é que o médium de cura dá o passe em muitas pessoas. Ele não tem como dizer “Eu amo todos de modo igual”, isto não existe. mas o médium pode dizer que ele faz o seu trabalho com carinho, determinação e amor, embora não ame a todos de modo igual. Nessa hora, o médium coloca o seu sentimento de amor. O doente pode não ser uma pessoa conhecida, mas é um ser que está diante do médium e o médium tem que ter o desejo de ajudar a todos, e ajudar o paciente com toda vontade, ânimo, determinação, com todos os sentimentos que tem dentro de si, de forma que o doente saia dali melhor. Esse sentimento que o médium trabalha é o sentimento do amor, da boa vontade.

Em algumas vezes, encontramos doentes que não nos são simpáticos, pessoas que nos olham com olhar desconfiado, pessoas de braços cruzados e olhar de descrença, pessoas que não estão com sentimento de recepção, e dois de braços cruzados não dá certo. Há dias em que também não estamos bem, olhamos para o doente e pensamos que temos de dar o passe naquela criatura tão antipática; que vibram mal contra o passe de cura; pessoas que são mal vibradas; pessoas que têm profissões que transmitem angústia, medo; pessoas que não são bem humoradas. Então, essas pessoas passam um sentimento que não vai despertar em nós o sentimento da boa vontade para com elas. Só poderemos dar um bom passe nelas se desenvolvermos dentro de nós o sentimento de amor ao trabalho, que nos faz superar as dificuldades que o paciente tem, em nome e por amor ao trabalho em si mesmo. É como uma professora que tem um aluno rebelde e por ela gostar tanto de ensinar acaba superando a rebeldia do aluno; ou como uma enfermeira, médico, como qualquer

outra profissão, em que o profissional desenvolve seus valores internos superando as dificuldades externas.

Como desenvolvemos esse sentimento? Primeiramente, temos de lembrar que diante de nós há uma pessoa doente, que tem um corpo, que precisa ser ajudado para que aquele espírito prossiga a sua vida. Precisamos criar condições para que esse espírito prossiga vivendo. Observem como o nosso sentimento começa a se corrigir, é o sentimento da cura, do auxílio, é o desejo de ajudar ao próximo.

Um outro fator que nos ajuda a criar o sentimento da cura é conhecer a mecânica do organismo, e não precisamos ser médicos para isso. Conhecer a beleza que é a circulação sanguínea, a beleza dos órgãos funcionando, a beleza do pensamento, a beleza de estar diante de uma máquina que não foi feita pelo ser humano, funcionando há milhões de anos e se aperfeiçoando cada vez mais, mas, basicamente, a mesma. Então, esse respeito que passamos a ter ao corpo, nosso e do outro, também cria condições para o amor.

Meu Deus, saber que um espírito está preso em uma máquina! O trabalho que deu para essa máquina chegar ao nível a que chegou! Compreender que ali foi colocado um espírito para progredir, entender e até agradecer a Deus por uma certa particularidade que Ele nos dá, de estarmos ali ajudando àquela pessoa a viver! Esse sentimento se desenvolve, que é a valorização da vida, a valorização do sentimento de amor a vida, cria também o sentimento da cura.

Se forem médiuns que dizem: “Eu tenho que cumprir minha obrigação, se não cumprir vou passar mal, vai acontecer algo de ruim comigo”, esqueçam tudo que eu falei, dão seus passes, virem as costas e vão embora, sem querer saber o que aconteceu com o outro. Entretanto, se dizem: “Escute, amigo, como você está se sentindo depois do passe?” É sinal de que vocês estão valorizando a vida. Aí, começam a pensar como o paciente está passando, vão querer saber se ele está se sentindo bem com o passe de cura.

Outro sentimento que desenvolvemos é a valorização do nosso próprio serviço e do serviço do guia espiritual.

Carlos, você está se sentindo melhor com o passe? Estou melhor. Não está acontecendo nada de diferente comigo. Nessa hora, temos que procurar saber o que está acontecendo. Será falta de algo? Será que ele está pensando corretamente? Será que está distraído? Será que não estou dando todo o sentimento de amor possível ao sentimento da cura? Então, à medida que nos preocupamos com o doente, vamos começar a desenvolver a valorização da cura, porque estaremos preocupados com o doente. Já não somos indiferentes, queremos saber como a pessoa está. Damos o passe e nem queremos saber como a pessoa está é indiferença.

Algumas pessoas podem dizer que na Casa aprendemos que não devemos nos preocupar com o passe que damos; a realidade é que não devemos nos preocupar se fomos nós que curamos a pessoa, mas não significa que não devemos nos preocupar com a pessoa. Ah! Fui eu que curei o Carlos! Isto é vaidade, mas saber como ele está não é vaidade.

Este sentimento cria outro sentimento paralelo ou contínuo: o desenvolvimento dos valores humanos, que precisam ser desenvolvidos dentro de nós. Devemos consultar em “O Evangelho Segundo o Espiritismo”, os Capítulos VI (O Consolador) e XVII (Sede perfeitos), que nos ajudam a desenvolver os valores humanos e, ao mesmo tempo, o nosso coração vai ficando mais manso, mais compreensivo. Vamos verificar como abordamos as pessoas, como perguntamos; vamos aprendendo de que forma nos dirigimos às pessoas, vamos tendo todo um cuidado! Como nos dirigir àquela pessoa? Valorizando as mínimas atitudes, o que aprendemos com os nossos pais, o chamado respeito ao outro, o ensino do comportamento. Com o decorrer dos anos vamos aprendendo que os pais faziam aquilo conosco para que tivéssemos sentimento.

Esse sentimento que vamos descobrindo em nós, valoriza muito o passe de cura, que nos prepara para sermos bons, naturalmente bons.

Quem faz visita domiciliar, se não tiver este sentimento, vai fazer visita de cinco minutos, porque não estará preocupado com o doente e ansioso para ir embora, pois o doente é desagradável. Visita familiar não é para demorar duas horas, mas tem que se ter uma medida certa que demonstre o carinho e o sentimento pelo doente. Temos que ter o bom senso. Qual o tamanho exato de um

sentimento? Quando estamos num passe familiar, o tamanho exato do sentimento é até onde a pessoa pode aceitar.

Num passe de cura, aqui no CELD, o tamanho exato é de cinco a dez minutos, pois temos muitas pessoas para atender. Temos que ter tamanhos diferentes para os atos, mas o sentimento é o tamanho que dermos a ele. Os mesmos atos têm que ser disciplinados. Nós gostaríamos de falar mais tempo com você, mas temos outras pessoas a visitar. Às vezes, fazemos isto até de forma educativa; devemos dar umas cortadas na pessoa que nunca sabe se comportar para ver se ela aprende, pois não queremos dizer que ela está sendo inconveniente.

Certa vez, uma moça veio brigar comigo porque eu dera uma notícia de que ela não tinha gostado. Ela me disse: “Eu quero que o senhor me dê o mesmo carinho que deu a pessoa anterior”. Eu quase disse a ela: “Escuta, a outra pessoa eu conheço e a senhora eu não conheço, não posso dar o mesmo carinho”, mas lhe disse: “O que você quer que eu faça? Que eu aperte a sua mão e beije seu rosto? Tudo bem, faço isto.” Mas, ela não entendeu que eu não poderia dar-lhe o mesmo carinho que dei a outra. Depois, ela voltou e disse: “Olha, cheguei aqui perturbada e estou saindo mais perturbada ainda, pois o senhor deu uma notícia que eu não queria receber.” Respondi-lhe: “Sinto muito, não posso fazer nada por você. O que eu vi do espírito foi isso, não posso dizer nem mais, nem menos. Foi isto que vi.” Aí, ela me disse: “Escuta aqui, se o senhor tem carinho com todo mundo, o senhor tinha que me dar uma notícia totalmente positiva.” Eu lhe disse: “Eu não lhe disse que sua filha estava acordada?” E ela, imediatamente retrucou: “Mas o senhor disse que ela estava acordada, mas estava hospitalizada.”

Contei este caso para poder falar da exigência. Vejam que muitas vezes a criatura quer um tanto mais de demonstração de sentimento de cura. Como o médium deve agir nessa hora, diante dessas pessoas exigentes? Como o sentimento de cura funciona no caso de uma pessoa distraída? E elas podem ser desequilibradas ou não.

Na nossa sala tem uma mocinha que é bastante desequilibrada, ela chega, olha nos olhos do médium passista e se ele não fechar os olhos ela encara; ela acompanha com os olhos todo o movimento do passe. Se o médium não tiver capacidade de conviver com essa realidade da pessoa, ele se perturba, porque ele precisa de um ambiente de paz para trabalhar.

Às vezes, encontramos pessoas que sentam na cadeira e dormem, distraídas do serviço do passe. Como vamos desenvolver esse sentimento de cura? O mesmo princípio que devemos ter para com as pessoas difíceis: paciência e dar o máximo de nosso coração. Nessa hora, podemos ter a certeza de que estamos desenvolvendo o sentimento de cura, e não pensemos que iremos tirar essa força de dentro de nós, que sairá com facilidade. Não sai não, isto é conquista, não há outro nome. É trabalho de dia após dia, mês após mês, ano após ano. Por isso, não existem dois sentimentos de cura iguais, porque dependerá do crescimento, do sentimento, da elevação de cada um de nós, do valor que já desenvolvemos.

Uma das coisas que se deve ressaltar junto ao doente é que ele mesmo está tendo uma oportunidade de cura, de vencer, de lutar, de uma nova chance. Dizer ao doente que ele está sendo beneficiado faz bem a ele. Podem ter a certeza disto e não precisam ter receio de dizer. Pode-se até escolher a hora certa, mas faz bem dizer ao doente que ele está tendo uma oportunidade.

A primeira vez que o doente chegar à sala: Meu irmão, você tem vindo à reunião pública de estudos? Então, venha meu filho, para valorizar o que está acontecendo com você. Você tem orado? Se não tem, digamos: Ora, meu filho, faz bem à sua saúde espiritual. Você está tendo uma oportunidade tão boa de tomar um passe. Essa valorização vocês podem transmitir ao doente. O sentimento de cura parte de nós para o doente, mas também estimulamos o doente a ter esse mesmo sentimento de cura. Enfim, o passe de cura é um trabalho baseado na Lei do Amor ao próximo, se não tivermos esse sentimento, teremos dificuldades.

Por outro lado, tudo que falei até agora, é partindo do nosso coração, nosso esforço pessoal, mas existem coisas que nos ajudam a pensar no sentimento de cura; por exemplo, lermos bastante os Evangelhos, o Evangelho Segundo o Espiritismo, as passagens de Jesus. Há muito material para pensarmos e isso nos ajuda a melhorar o sentimento da cura. Conhecer casos de cura, casos de médicos, de pessoas que transformaram suas vidas. Enfim, tudo aquilo que torne o coração um pouco mais macio, generoso.

O que é Medicina Espiritual? Medicina Espiritual é a medicina exercida por força da ação fluídica; pode ser também exercida pelos médicos do espaço quando eles receitam. Mas a verdadeira Medicina Espiritual é aquela cujo tratamento é exclusivamente fluídico. Quando damos um passe, quando vibramos sobre um órgão doente, que tiramos de dentro de nós a nossa própria energia para doar aos outros é uma forma de Medicina Espiritual; não esquecendo de que todos nós, de uma forma ou de outra, quando doamos o nosso fluido estamos doando uma parte de nossa saúde para eles, ou parte da nossa energia, do nosso sentimento mais profundo. E isso significa que todos nós temos, assim, uma parcela em todos que damos o passe.

Imaginem a Kátia tomando passes há dois anos! Quanto de parcela ela não tem de tanta gente? O que isto significa para a Kátia? Significa uma forma de apoio. Ela dirá: Dentro de mim existem as minhas próprias energias, mas, também, existe apoio dados pelos outros.

Sentimos que à medida que vamos aprendendo a Lei do Amor ao próximo, mais desejamos ajudar ao semelhante, mais desejamos nos doar a um maior número de pessoas. É um crescimento das nossas forças simultaneamente aos valores morais que temos. Damos bastante passe, trabalhamos muito, doamos muita energia aos outros em função do sentimento que temos.

A Medicina Espiritual é a energia que passamos para o outro com o objetivo de curá-lo das doenças físicas. Interessante que muitas vezes o fluido curador atinge o corpo físico mesmo, outras, só atinge o corpo espiritual. Há ocasiões em que o fluido curador atinge simultaneamente o espiritual e o físico; outras há que ele atinge primeiro o corpo espiritual para depois atingir o físico. Como isto vai se dando? Quando vamos distinguir um do outro? De um modo geral, fazendo uma classificação bem generalista: todas as vezes que damos o passe num doente, primeiro, atingimos o perispírito dele; em 90% dos casos é assim. Depois, o próprio perispírito da pessoa, equilibrado, organiza e equilibra o corpo físico dela. Entretanto, às vezes, não, depois de um ou dois passes no perispírito, sentimos o fluido penetrar a matéria, a musculação, a corrente sanguínea, envolve os centros nervosos. Então, passamos a sentir que o fluido está realmente penetrando o organismo do doente. Se prestarmos atenção, veremos que essa penetração fluídica se dá com muita particularidade, quase sempre não nos damos conta de que passamos de uma fase para outra, isto é, que o doente já passou de uma fase para outra. Não nos damos conta, vamos dando o passe e, daqui a pouco, vemos que o fluido tem uma maior penetração orgânica, vai entrando mais profundamente no organismo da pessoa. Essa é a Medicina Espiritual.

Nesse momento, não demos remédios, não agimos com outra força senão com a nossa força fluídica. Aí, mais uma vez, cabe lembrar a necessidade de perguntar às pessoas como elas estão se sentindo. Vamos observando o progresso da pessoa, vendo a sua estabilidade emocional e física. Ela mesma vai dizer: Estou me sentindo mais forte, mais energizada. E vemos que é por causa do passe de cura que a pessoa tem recebido.

O que é passe de cura? Passe de cura nada mais é do que essa emissão de energia com o objetivo específico de curar as doenças. Quando damos o passe numa sessão pública, damos o passe no sentido de fazer uma limpeza no psiquismo da criatura, torná-la liberada de forças pesadas, etc. Mas o passe cura, não, olhamos para a pessoa e sabemos o seu problema; por isso, perguntamos o que a pessoa tem; tireóide, coração, estômago. Olhamos para aquele órgão e devemos sentir pela força da nossa vontade que o nosso fluido está atravessando ou entrando ou chegando até aquele órgão doente. Aí, repito, quando não se tem o sentimento do amor não se consegue fazer isto.

Kardec, na Revista Espírita, de outubro de 1858, diz que o fluido não pode ser mole, tem que ter força de emissão, capacidade de transmitir energia. Então, quando pegamos alguém doente e agimos superficialmente, dando passe de forma mole, não há penetração no órgão doente, o fluido não consegue entrar. Não precisa fazer movimento violento, o que vai valer é a mão direcionando e o nosso pensamento sentindo que o fluido está entrando com vigor, vigor esse determinado pela nossa mente, naquele órgão doente. Passe de cura é a transmissão dessa energia com vigor.

Como sabemos se temos passe de cura? A informação básica de Kardec é a seguinte: pela experimentação e pela revelação, ou quando o Espírito nos diz que temos mediunidade de cura. Quando chegamos perto dos doentes e eles vão ficando bons, curados, sabemos que temos o passe de cura; é a experimentação.

O passe de cura também pode ser encarado como uma das forças da natureza. Vamos lembrar de que Kardec nos disse que o passe de cura foi revelado, nos tempos modernos, pelo Espiritismo, embora, já no tempo dos egípcios, Mesmer já falava na atitude curativa. Kardec lembra que foi a Doutrina Espírita que permitiu difundir para todo o mundo a noção da força curativa. Se não, ficaria restrita ao ambiente dos magnetizadores. Quem atualmente conhece magnetizador? Ninguém fala mais neles, mas o médium de cura é conhecido.

Qual o objetivo dos espíritos quando eles atuam na Cura? O objetivo é dar saúde para que prossigamos nossa jornada, para que possamos trabalhar. Quando um espírito diz que está dando um passe de cura na Tânia é porque estão vendo a necessidade dela prosseguir.

Uma observação: se não fossem os antibióticos, quantos de nós já estaríamos no Plano Espiritual? Talvez todos ou quase todos. Espíritas, se não tomássemos o passe de cura quanto de nós estaríamos no Plano Espiritual ou sem condição de trabalhar? Quantos de nós? Alguns estariam até mesmo birutas! É o passe de cura que nos permite ter energias para continuar o trabalho.

A energia curativa tem um poder de manutenção orgânica muito grande, vocês não imaginam esse poder de manutenção, de saúde e vitalidade das pessoas. Somente quando vocês estiverem desprendidos do corpo e verem os espíritos aplicarem as energias nos doentes é que dirão: Meu Deus, o fulano está vivo por causa da força que está sendo dada a ele! Há um poder muito grande no passe de cura.

Quando os espíritos dão o passe de cura na Tânia para ela continuar vivendo, nós encarnados, não avaliamos por que a Tânia precisa continuar vivendo, mas os guias sabem e, por isso, pedem interferência “Ajudem-na, pois ela precisa sobreviver.” Aí, como seres humanos perguntamos: Bobagem, porque ela precisa sobreviver? Está na hora dela morrer, pois está doente etc.

Se eu trazer dentro de mim o sentimento da cura, conseqüentemente, trago o sentimento da obediência. Um detalhe muito importante para vocês entenderem o sentimento de cura é o sentimento da obediência. Quando olho para o doente e digo que ele não tem jeito mesmo, que vai morrer, mas os espíritos mandam dar o passe e aciono o sentimento da obediência, uno ao sentimento do amor e aplico sobre ele e ele vai sobrevivendo, sobrevivendo digo: Como ele conseguiu sair dessa? Naturalmente, os guias viram detalhes que não fui capaz de ver.

O sentimento da cura também está ligado ao sentimento da obediência, no momento em que não entendemos porque o fulano está tomando passe de cura. E como sabemos que os guias sabem mais do que nós, nós vamos cumprindo o trabalho. Não sabemos com qual objetivo eles estão fazendo isso, estamos trabalhando porque o guia mandou; não vou discutir com o guia, vou deixá-lo trabalhar e fazer o que ele me mandou.

Os fatores que influenciam na cura são bem diversos. Às vezes, perguntamos: por que certas pessoas são curadas e outras não? Há pessoas que são curadas por merecimento; há pessoas que perderam a possibilidade de serem curadas; há pessoas que chegam ao término de sua existência terrena. Aí, devemos lembrar do E.S.E., Capítulo V, no item “Se fosse um homem de bem teria morrido”: Kardec diz que se acabou a prova ele tem que desencarnar, se não acabou terá que continuar.

Mas, às vezes, aquela pessoa tem que continuar para que outros possam prosseguir. Não entendemos porque certas pessoas sobrevivem, mas, se nós observarmos, saberemos que a sobrevivência se deve menos à necessidade dela e mais à necessidade dos outros; a pessoa se morresse deixaria muitos desarticulados. Então, ela fica se agüentando, se sustentando, os próprios guias a sustentam até que os outros se fortaleçam.

Há momentos, também, que devemos a cura aos outros. Não esqueçam, muitos dos que aqui trabalham na cura são devedores da saúde de muitos que passam por eles. Há muitos detalhes que vocês ignoram.

O Dr. Hermann, certa vez, me disse que nenhuma pessoa que entra numa sala de cura é desconhecida do centro espírita e das pessoas que estão ali. Quando não, é conhecida de alguém que pede a ele para se tornar conhecida. Já tivemos casos de pessoas que vi chegar à Casa e perguntei a quem essas pessoas estavam ligadas e o Dr. Hermann me respondeu que não estavam ligadas a

ninguém, mas os seus guias estavam ligados ao guia da Casa. Então, é sempre uma tarefa de doação, de convivência.

Há muitos anos, demos passe numa mesma moça e eu perguntei qual era a ligação dela na Casa, pois eu não via essa ligação e ele me disse que eu não via a ligação, mas o guia da moça era conhecido dele (Dr. Hermann). O guia dela pediu interferência.

Numa casa enorme como a nossa vamos encontrar muitas pessoas ligadas a ela. E quantas pessoas por extensão não estão ligadas aos múltiplos serviços que a Casa oferece? Por exemplo, a Mallet, Ismael, Abigail, NELD, Clarêncio, etc., os guias dessas casas todos ligados ao CELD, todos trabalhando uns pelos outros. Para os guias não há diferença, todos são iguais. Quantas ligações não são estabelecidas por força das amizades pessoais?

Nesse momento, vemos que o fator que influencia a cura começa a ficar fora do nosso alcance. Não conseguimos mais acompanhar a extensão desses trabalhos, foge à mente humana, perdemos a noção, pois tem muita gente. O CELD existe há 40 anos, o passe de cura faz 41 anos – antes de virmos para cá já dávamos passe de cura –; imaginem quantos milhares de pessoas passaram por aqui! Não temos noção.

Aí, pensamos como o Hélio deu passe na fulana e não curou e o Carlos deu o passe e curou? Pode ser uma ligação maior de um com o outro, pode ser um poder de amor maior, pode ser um fluido especializado. Há pessoas que têm especialidade de cura em determinados órgãos, diferentemente de outros; vamos aprendendo na decorrência do passe, na revelação, e não esqueçamos de que às vezes não estávamos devendo àquela pessoa.

Durante algum tempo, aqui no CELD, uma senhora – que ainda é ligada à Casa, mas não pode vir aqui – tomou passes e eu lhe dizia que ela era uma fábrica de pedra nos rins, porque, volta e meia, ela expelia uma pedra dos rins, e não era pedrinha não, e ela sofria muito com isso. Ela ficava de dois a três dias deitada até que a pedra fosse expelida. Havia um médium que o Dr. Hermann sempre o indicava para dar o passe nela. Sempre. Comecei a estranhar aquele procedimento, pois o Dr. Hermann normalmente não deixa dar dois passes seguidos. Mais tarde observei que era uma ligação que o médium tinha com aquela senhora e o Dr. Hermann disse que aquela era uma grande oportunidade para ele quitar parte dos débitos com aquela pessoa, ou seja, o médium devia àquela senhora.

E, finalmente, vamos falar sobre o mecanismo da ação fluídica, que é a vontade. Não esqueçam do que Léon Denis, em “No Invisível”, diz: “a vontade de curar”. Este é outro sentimento da cura. Se nós somos médiuns curadores e não gostamos de doente, não temos vontade de curar; somos médiuns curadores e não gostamos de ver a saúde de ninguém. Seria a mesma coisa que ouvirmos do Hélio: Sou pediatra, mas não gosto de criança, isto desmoronaria tudo construído em torno dele; ele pode até estar cansado de lidar com crianças, mas tem que gostar de criança.

Então, a vontade de curar tem que ser presente em cada um de nós. Por quê? Porque o mecanismo de ação baseado na vontade de vermos as pessoas curadas, saudáveis, perfeitas.

Qual o tempo que isso dura em cada um de nós? Por quanto tempo temos que ter essa vontade de curar? Não tem limites. O Centro em que eu trabalhava tinha quatro médiuns de cura. A presidente era D. Chiquita, a vice era D. Mariquita e a outra D. Pedrita. O único varão na sala de cura era eu, Altivo. D. Chiquita era uma das melhores médiuns de cura que conheci; tinha uma mediunidade fabulosa e, de vez em quando, gosto de ilustrar o assunto com exemplos dela, para mostrar o poder que ela tinha.

D. Chiquita tinha 75 anos e estava no trabalho do passe de cura e observávamos que as pessoas que tomavam passe com ela saíam revigoradas. Quanto tempo dura o nosso fluido para passe de cura? Não se sabe.

A nossa querida Cidinha está com 71 anos – caminhando para os 72 no início de 2002 –, dá passes até hoje e com um enorme vigor. Então, vemos que não há limite para nós.

Magnetismo é o poder de atração que as pessoas possuem. Quando damos o passe dispersivo estamos tirando, pela força do magnetismo que temos, as energias pesadas ou doentes de uma pessoa e as atraímos para as nossas mãos.

Os magnetizadores, antigamente, faziam isso, pois tinham a noção exata de que estavam tirando alguma coisa. Posteriormente, viu-se que o magnetismo não era somente o poder de atração,

era também o poder de emissão. Então, quando colocamos as mãos em alguém e emitimos fluido, também, estamos usando a força do pensamento para conduzir as energias que temos para atingir alguém. Isto é magnetismo, feito por nós, seres humanos, nós que comandamos o fenômeno. O passe curador é conduzido pelos espíritos. Na mediunidade curadora, quando isso acontece, em vez de ser feito por força da minha vontade, é conduzido pelos espíritos.

Se nós damos passe na reunião pública, com a força do nosso magnetismo, somos nós que estamos dando passes; mas se há um espírito junto a nós fazendo aquele movimento, deixou de ser magnetismo para ser mediunidade de cura. Quando só nós, seres humanos, estivermos agindo é magnetismo; quando entra a ação de um espírito é mediunidade de cura. É a mesma força, só que conduzida pelos espíritos.

Então, se vocês disserem para mim que não têm nenhuma percepção mediúcnica, podem pensar que estão trabalhando magneticamente e eu direi que não é bem assim, que vocês estão dentro de uma casa espírita que faz questão de dizer que tem espírito aqui, e até faz força para trazer espíritos para cá. Deve-se, aí dizer: Bem, deve ser de espírito, não deve ser meu.

Entretanto, se estamos sozinhos na rua e, de repente, somos obrigados a dar um passe... **Não devem fazer isso**, mas vamos supor que estamos numa circunstância dessa, diremos: Foi puro magnetismo, rezei e não havia espírito nenhum.

No passe de cura há momentos em que não vamos saber se fomos nós ou se foi o guia, mas como estamos sempre acompanhados do guia...

No meu trabalho de cura com a D. Chiquita, na década de 50, quando não havia grandes tratamentos na área de dermatologia, chegou uma pessoa com sarna em alto grau, toda queimada. Ela disse que já tinha buscado todo o tipo de tratamento, o médico dissera que não tinha jeito e ela veio buscar a casa espírita como último recurso. D. Chiquita me perguntou se eu estava vendo o que havia no braço dela e vi uma porção de bichinhos branquinhos, do tipo que dá em matéria podre, andando no braço dela, isto no plano espiritual e não no físico. Eu e D. Chiquita, então, começamos a dar o passe como se estivéssemos raspando; o guia segurava a nossa mão para que aquela matéria espiritual não passasse para outras partes do nosso corpo. O que funcionava era magnetismo puro. E eu ajudei a dar o passe, pois era o mais novo do grupo e tinha mais magnetismo. Três dias após, a pessoa chegou lá com o braço limpo; foi magnetismo puro. A ação espiritual era só para que aquela matéria não passasse para o nosso corpo.

Vocês poderão perguntar quando é que o guia funciona e quando é o magnetismo. Respondo que não iremos saber; temos que dar o passe e deixar para lá, pois nem sempre saberemos.

Pergunta: Pode falar mais um pouco sobre quando o passe é no perispírito ou no corpo físico?

Altivo: Normalmente, o passe no perispírito começa primeiramente pelas pessoas que estão recém chegadas, ou, então, quando se precisa de algum tempo para o perispírito da pessoa se acomodar ao tratamento material que vai se propor depois. Quando se chega aqui pelas primeiras vezes, geralmente, o tratamento é no perispírito para, depois, passar para o corpo físico, o que não significa que seja sempre assim.

Pergunta: (ininteligível)

Altivo: Quando só atinge o merecimento da pessoa; qualquer pessoa cura. O que vai valer não é o médium, mas, sim, a cura da pessoa.

Pergunta: Poderia falar um pouco sobre a influência da cor da luz na cura?

Altivo: William Crookes fez a seguinte experiência: quando ele fazia materialização de espíritos, observou que a luz do gás que usava, quando ele o envolvia em papel crepom vermelho, não se destruía tão facilmente como quando ele retirava o papel vermelho. Então, ele chegou a conclusão de que a luz vermelha mudava a manutenção da ação fluídica. Posteriormente, deu-se que o infravermelho tinha o poder de trabalhar o fluido curador, sem destruí-lo, sem queimá-lo.

Há, hoje em dia, algumas pessoas que pretendem que as cores tenham influência sobre a cura. Ainda não se chegou à conclusão verdadeira sobre isso. Então, a cromoterapia ainda não é estudada a ponto de dizermos que ela tem o poder da cura.

Aí, vocês questionarão o porquê de lá em cima a luz ser vermelha e aqui embaixo azul. Foi uma medida deliberada que tomamos para atender ao grande público, pois normalmente aqui embaixo ficam as pessoas que vêm pela primeira vez ou que vêm pela primeira vez e não sobem.

Então, na hora de ligar a luz, tem que ficar o mínimo de claridade para a pessoa não achar que existe algo especial na hora que se apaga a luz. Assim, deixamos uma luz somente clara.

Mas a experiência de William Crookes, relatada no livro “Fatos Espíritos”, é contundente: o espírito manda avisar que quando ele aumentava a chama, o fluido queimava; quando colocava o papel vermelho, ele se mantinha.

Quanto à cromoterapia, não existe fato comprobatório de que pode ser utilizada como cura.

Se o médium não tiver o sentimento de amor ao trabalho e der o passe só por disciplina, mas o doente tiver o merecimento, vai haver a cura através do espírito amigo, por merecimento do doente.

O Dr. Hermann orientou para que façamos o exercício do auto-passe de cura: dar o passe em regiões doloridas ou afetadas e, também, experimentar no braço a ação fluídica, através da experimentação do passe ao longo do braço.

Síndrome do Pânico

Aula com Mário Coelho — 25/10/01

Mário – Hoje vamos falar sobre **Transtorno do Pânico** mais conhecido como **Síndrome do Pânico**, que não é uma doença nova... Hipócrates já falava na síndrome do pânico, não com esse nome, mas como distúrbio da ansiedade.

Por muitos anos foi conhecida como distúrbio da ansiedade generalizada. Hoje, com os parâmetros internacionais de diagnósticos, principalmente em torno de diagnósticos de doenças mentais, fica mais fácil apurar o diagnóstico. (existe um programa mundial de diagnósticos e estatísticas de doença mental – DSM, publicado de tempos em tempos. estamos com o número 4, através dele conseguimos fazer o diagnóstico da síndrome do pânico, com mais precisão, bem como de outras doenças psiquiátricas.

Estamos falando de diagnóstico até para, amanhã, em contato com alguém com distúrbio parecido possamos dizer: “— Isso não é mediunidade ou isso é mediunidade, está associado, não está associado”, para termos uma noção geral.

Não costumamos complicar. Vamos procurar sintetizar bem o assunto.

O transtorno do pânico é caracterizado por uma série de sinais e sintomas que têm como cerne da questão o episódio de medo profundo, de pavor, de pânico mesmo, associado a pelo menos quatro das treze situações que vou citar. Então, é o medo inesperado, sem a pessoa estar pensando em alguma coisa, um ataque mesmo; ninguém espera o ataque; é o ataque de pânico, pavor exagerado associado a pelo menos quatro dos treze sintomas que vou falar: palpitação no coração ou 1 – **taquicardia**, 2 – **sudorese extrema**, 3 – **tremores ou abalo**, 4 – **desconforto no peito** ou dor no peito, 5 – **náusea**, 6 – **tonteira**, 7 – **dispnéia** ou falta de ar, 8 – **sensação de asfixia**, 9 – **sensação de desrealização** – parece que está perdendo o sentido da realidade ou perdendo a sensação da própria personalidade naquele momento –, associado a isso o 10 – **medo de enlouquecer** ou de perder o controle da situação, 11 – **medo de morrer**, 12 – **formigamento em várias partes do corpo**, 13 – **sensação de calor extremo ou sensação de calafrio**.

Dentro destas treze situações, associadas ao ataque de pânico exacerbado têm que estar quatro delas. Falei treze, mas inseri alguns desdobramentos.

Após a crise que dura em geral menos de uma hora, em geral poucos minutos, a pessoa tem a sensação de que as baterias descarregaram. O mais interessante é que o distúrbio do pânico não teve causa aparente nenhuma; aparentemente, a pessoa estava caminhando, sentada ou assistindo televisão e aquilo ocorre de maneira inesperada. Junto a isso acaba acontecendo o medo de sair à rua, chamado de agorafobia, medo de estar com as pessoas. Por quê? Passa a ter medo de sofrer um outro ataque desses e não ter para onde correr, não ter quem a ajude ou fica envergonhada de ter um ataque desse quando na verdade deveria buscar socorro. Mas isso a gente até entende, a pessoa fica com medo e começa a se trancar, a não sair mais de casa, nem do próprio quarto, é quando a coisa vai se agravando; que dirá sair do portão de casa! Então, passa a ter agorafobia – medo mórbido e angustiante de lugares públicos e grandes espaços descobertos, em suma, medo de sair à rua .. Na verdade, passa a ter medo de ter medo, passa a ter medo de ter outra crise. Em geral, essa crise não ocorre com espaços muito longos, dá, pelo menos, mais de uma vez por mês. Ter uma crise agora, outra daqui a dois anos, não caracteriza a síndrome do pânico.

E qual a causa física disso? Em geral é uma exacerbação do nosso sistema de medo, luta e fuga. Sabemos que durante a nossa evolução desde a escala animal, o nosso sistema nervoso se preparou para situações de medo, luta e fuga, que na verdade sintetiza os sistemas de alerta. E quem trabalha com isso? A famosa adrenalina que todos conhecem. Não só a adrenalina como também um outro neuro-hormônio, a serotonina. Então, há um distúrbio, principalmente, desses dois hormônios: adrenalina e serotonina.

O nosso sistema nervoso funcionalmente é dividido em duas partes: o sistema nervoso autônomo ou voluntário e o involuntário. Qual é o voluntário? É a parte do sistema nervoso que tem a nossa ação mental, por exemplo, vou mexer no meu braço. As vísceras pertencem ao sistema nervoso involuntário. Podemos falar assim: Agora o meu estômago vai parar de funcionar? Excetuando-se os iogues, a grande massa não diz: Agora o meu coração vai diminuir as batidas; o

meu esôfago vai deixar de contrair. Não dizemos isso por quê? É o sistema nervoso involuntário, todas as nossas vísceras e cérebro funcionam na base do sistema nervoso involuntário.

O sistema em que usamos a vontade é o voluntário e o em que não usamos a vontade é o involuntário. O involuntário é dividido em mais duas seções: sistema nervoso simpático e parassimpático. O simpático, sintetizando de uma maneira geral, é movido principalmente pela adrenalina. A adrenalina é fabricada principalmente na supra-renal, uma glândula que fica em cima do rim; a adrenalina é o hormônio do medo, luta e fuga. Estamos usando a adrenalina a todo o momento; se ameaço jogar um objeto na direção de alguém, esse alguém tem várias reações automáticas em que sem perceber usará o sistema nervoso simpático. Ela teve várias reações, de medo, de luta e de fuga. O sistema nervoso dela a preparou para essas reações e ela ficou alerta. Por quê? Quando eu faço um gesto de jogar algo nela e isto se constitui num perigo para ela... o coração dela acelera pela adrenalina, a pupila dilata-se para ver melhor o perigo, as secreções rapidamente param a nível gástrico porque quem vai lutar ou correr não precisa de digestão... Por que Fulano fica branco de medo? Na verdade, fica branco de medo porque os vasos sanguíneos, pela ação da adrenalina, perifericamente se contraem porque não precisa de sangue na pele, precisa de sangue no músculo; vai precisar correr, lutar e enxergar o que está acontecendo; a pupila dilata-se por causa da adrenalina; a respiração começa a aumentar, porque quanto mais oxigênio entrar, mais facilidade vamos ter para enfrentar o perigo. No pânico as reações de alerta que são naturais na gente e ocorrem a todo o momento, sem que a gente sinta, vão ser exacerbadas.

Se você está olhando para mim, o ambiente está claro as suas pupilas estão contraídas; quando você olha para o outro ambiente de luz mais fraca ou apagada as pupilas já dilataram. Isso ocorre naturalmente com a gente. O sistema adrenérgico, que trabalha com a adrenalina, é que vai mediar essas reações de medo, luta e fuga.

Passando esse estado de medo entra um outro sistema, chamado de sistema vagal, que trabalha em geral com a acetilcolina que em regra geral faz as reações contrárias às da adrenalina. O que a adrenalina vai fazer? É só pensarmos na reação de medo extremo.

Novamente, chego aqui e faço a menção de jogar um objeto em alguém., esse vai ter todas essas reações: pupila dilata, o coração acelera, os pulmões se expandem, a circulação periférica diminui porque não precisa de sangue na pele nessas horas, esse é desviado para outras áreas como músculos, pulmões, cérebro, flui mais sangue para a musculatura, o fígado por ação da adrenalina já começa a liberar glicose, que estava armazenada em forma de glicogênio. No ataque do pânico, tudo isso será exacerbado. Por isso, pelo menos quatro de todos aqueles sintomas, além do medo extremo, têm que estar presentes. Palpitação, sudorese, tremores, dispnéia, asfixia, náusea, tontura, síndrome de desrealização – perde a noção do próprio “eu” ou vai se despersonificando, não sabe mais naquele momento quem é – e medo de enlouquecer, medo de morrer, formigamento, onda de calor ou calafrio. Tudo isso vai estar associado como se fosse uma resposta de alerta exacerbada.

Então, aí estará o sistema da serotonina, da adrenalina e muitos outros.

Quando os psicanalistas analisam a síndrome do pânico, não analisam somente o aspecto bioquímico, eles analisam as causas psíquicas que motivaram aquela doença. Se chegarmos ao psicanalista com uma dor no estômago, ele vai tentar saber se há um componente emocional da infância, do dia-a-dia de trabalho que levou a isso, etc. Na visão do psicanalista, a síndrome do pânico pode estar ligada à dificuldade de tolerar raiva. Lembremos da aula de depressão; qual é a dificuldade chave do depressivo? dificuldade de lidar com as perdas e com isso traz a culpa quanto ao passado, falta de estímulo quanto ao presente e desesperança quanto ao futuro. Não consegue se realizar no presente, guarda uma culpa do passado e tem desesperança no futuro, porque não soube lidar com qualquer perda, perda do namorado, do marido, do emprego, do afeto da mãe ou porque nasceu o outro irmão; qualquer coisa relacionada, mas a gênese em geral é a perda.

Na síndrome do pânico a dificuldade é a de tolerar a raiva; é aquela pessoa que fica remoendo, como que plantando e regando uma futura crise do pânico. Dificuldade de lidar com os próprios pensamentos. Podemos até ter uma crise de raiva contra alguém, mas acabou aquele momento, passou Para quem é psicologicamente e doutrinadamente amadurecido acaba ali. Já a pessoa predisposto a ter síndrome do pânico não sabe lidar com isso, fica remoendo, fica plasmando, fica sempre em estado de alerta.

Foi por isso que Jesus disse aquela célebre frase a Pedro: “— **Pedro guarda tua espada na bainha**”, naquele episódio em que ele corta a orelha do soldado.

Às vezes, queremos andar com a espada em punho como que armado, como que alerta a todo momento. Podemos até ficar alerta, mas não armados. Toda a pessoa que fica remoendo a raiva todo dia, entra ano e sai ano, está plasmando a sua síndrome do pânico ou outras doenças que por certo afetarão seu corpo físico e sua mente.

Há muitos casos de pessoas com dificuldade de lidar com separações físicas ou emocionais. Homem também tem síndrome do pânico, mas a proporção é de quatro mulheres para um homem, e quando o homem tem é muito pior do que a mulher porque começa a atingir toda aquela coisa do machão, do forte, da virilidade, e a pessoa começa a se ver fragilizada. Há os casos de pessoas que não sabem lidar com as perdas por separação física ou emocional como aquelas pessoas que viajam e vão morar em outro Estado, longe dos pais, do marido, etc.

É como diz Humberto de Campos: a gente deve viver com todos como se vivesse sozinho e sozinho como se vivesse com todos, sabendo que um dia vai sair daqui sozinho como chegou.

Há crianças que por questões familiares não aprendem a lidar com as perdas. Atualmente, os especialistas nessa área estão prestando mais atenção às crianças, aos distúrbios depressivos em crianças; crianças com depressão, crianças com distúrbio fóbico, crianças com comprometimento da função psíquica, é mais do que comum. Por quê? Porque os próprios adultos não estão sabendo lidar com suas próprias situações e a criança absorve tudo.

Pergunta – É o espírito que não sabe lidar com perdas? Conheci uma pessoa que queria muito um filho e o teve. No aniversário de um ano, o fotógrafo não chegou na hora e todo mundo chorava por causa disso. Aquela criança nunca mais quis festa de aniversário, porque a imagem para ela era a de que todo aniversário era choro.

Mário – Ela já devia ser um espírito fragilizado que plasmou isso dentro dela, numa situação favorável a pôs para fora, algo circunstancial que favoreceu essa exteriorização. Os psicanalistas quando começam a atender portadores da síndrome do pânico observam que muitas vezes a ação desencadeadora foi o aumento de responsabilidade no trabalho; começam as pressões e as pessoas não sabem lidar com isso. É aquilo que o Altivo nos diz, que precisamos aprender a criar “**casca grossa**” para tomar “as pancadas” da vida. Se formos muito frágeis, se não aprendermos a lidar com os próprios sentimentos teremos esses distúrbios psíquicos.

Outra coisa que pode estar na gênese da síndrome do pânico: pais autoritários, críticos e controladores. Claro que todo pai tem que ser crítico e tem que controlar. Isso até está mudando não só pelo enfrentamento do jovem, diferente do nosso tempo quando um olhar dos nossos pais valia por um discurso. Ter autoridade é diferente de ser autoritário; o autoritário corta todos os direitos para o outro não saber raciocinar. O pai também tem uma hora em que é preciso a aprender a barganhar, como em qualquer relacionamento.

Outra coisa, mais grave ainda, é o relato de abuso sexual que, infelizmente, a estatística mostra maior número de ocorrências em população de baixo nível. Claro que ocorre em qualquer classe, mas muito mais na de baixo nível e as próprias mães, às vezes, fazem vista grossa., de maneira criminosa.

Uma das coisas que vemos, numa análise superficial, é que quem tem síndrome do pânico em geral é um ansioso; 99% são ansiosos. Por quê? É um caso de alerta frequente. ..Esse nosso sistema de alerta nos é benéfico, nos faz caminhar, faz com que não sejamos apáticos...

Quando Kardec fala sobre a paixão, ele diz que o cerne da questão é benéfico, que nos impulsiona para a frente; só nos é maléfica quando deixamos de governá-la.

Aquele ansioso crônico é diferente de ter ansiedade quando se vai dar uma aula, se vai prestar vestibular, se vai ter uma entrevista. ..Mas aquele ansioso crônico, que anda para lá e para cá, que fica imaginando mil desdobramentos do que vai fazer, pensando nisto de maneira compulsiva. é o que pode desenvolver o pânico. Em geral, a pessoa que tem síndrome do pânico, como eu falei, o apresenta de maneira abrupta, a crise surge do nada; só que depois ele inventa inconscientemente alguma coisa relacionada como causa.

Conheço uma jovem que tinha síndrome do pânico relacionado à tempestade, porque, certa vez, ele pegou uma chuva e ficou preso num alagamento. Naquele instante, ela desenvolveu uma

síndrome do pânico. A partir daí, ele via o tempo mudando já entrava em crise, não saía de casa e, com isso, perdia emprego, perdia entrevista de trabalho. O indivíduo passa a criar um fator causal que na verdade não existe; mesmo sem a crise, ele passa a ter medo de ter medo, passa a ter medo do contato com a multidão e passar mal.

Quando vocês falarem disso para o pessoal com síndrome do pânico têm que investir muita piedade, porque ele já é alguém desacreditado no próprio meio em que vive... Vai ao Cardiologista e faz Eletrocardiograma, Holter, Cintilografia, cateterismo cardíaco e tudo está normal. Como a família vê que os exames não deram nada começa a dizer que é “pitiático”, que a pessoa é chata, que é falta de vergonha, falta de trabalho etc. Quando chega ao Centro Espírita ou ao médico, a pessoa está um frangalho, porque já apresenta associado a isto tudo a depressão. Até 70% dos casos apresentam depressão.

Pergunta – Pode a depressão levar ao Transtorno do Pânico?

Mário – Neste caso as duas coisas podem caminhar juntas; possivelmente, ela teve algum pânico que levou à depressão, isto ocorre em 70% dos casos. Esses casos de pânico associado à depressão são os mais difíceis de tratamento, porque as pessoas não conseguem se socializar e também levam ao suicídio. São os casos que mais levam ao suicídio.

Pergunta – O fator externo vai ser fator influente?

Mário – Dentro da apresentação do caso vai, mas o ataque independe de fator externo. A pessoa pode estar aqui assistindo à aula e ter uma crise. Claro que todos esses fatores que nos deixam em constante alerta, podem nos influenciar, pois constantemente estamos sendo “massificados” por coisas ruins, por exemplo que a mídia nos mostra, é assalto, morte, estupro, assassinato, bala perdida, Taliban, etc. e se não soubermos lidar com isso começamos a desenvolver esse sentido de alerta.

Mesmo sendo um caso agudo, nada surgiu sem que uma sementinha fosse regada; nada surge sem uma sementinha; nada surge do nada; tem que ter pelo menos um “terreno” favorável para a semente ir germinando, alimentada por nós.

Aparte – O que a Doutrina Espírita faz? Ela faz com que mesmo que tudo isso nos bombardeie, faz-nos ficar como se fosse isolado. A gente vê tudo isso, ouve falar de terrorismo, a gente mora em área de risco, a gente sabe de seqüestros, mas temos que nos isolar de tudo isso, senão todo mundo aqui estaria com síndrome do pânico e depressão. E a Doutrina nos fortalece exatamente para lidarmos com isso.

Mário – Olharmos o mundo sob a ótica da Doutrina Espírita.

Outra coisa importante que precisamos lembrar é dos diagnósticos diferenciais, que podem dar sintomas semelhantes. Quando se chega ao consultório médico o clínico vai pedir um montão de exames; somente depois que afastar a possibilidade de todos as causas físicas... Por exemplo, a doença da tireóide, o hipertireoidismo, em que o pessoa é adrenalina pura, porque a tireóide é o regulador da nossa energia. O organismo libera adrenalina, então, a pessoa tem tremor, palpitação, 150 batimentos por minuto, diarreia, e às vezes é só distúrbio da tireóide e Transtorno do Pânico.

Não podemos dizer que a pessoa que tem todos esses sintomas está com a síndrome do pânico!

Quando vemos uma doença aparecer muito, acontece duas coisas: ou está sendo melhor diagnosticada, apurou-se os métodos de diagnóstico ou estão diagnosticando errado, supervalorizando os casos apresentados.

Há também as crises epiléticas focais, em que a pessoa não perde totalmente a noção. Há pessoas que tem epilepsia, mas só não sente um braço, ou um lado do rosto, e só o neurologista vai poder diagnosticar. Doenças vestibulares, doença do equilíbrio, do labirinto, em que a pessoa sente tonteira, tem medo de cair, tem medo de sair à rua. Arritmias cardíacas. Há taquicardia em que o coração acelera, o famoso coração metralhadora dispara, o coração está arritmico contraindo em 200 batimentos por minutos, não bombeia sangue para o cérebro causando mal estar. Não vamos falar que tudo é síndrome do pânico. Abuso de medicamentos. Há pessoas que abusam do uso de medicamento para bronquite asmática, qualquer falta de ar nem vão mais ao médico, fazem a nebulização e daqui a pouco estão tendo taquicardia, aceleração cardíaca, porque esse remédio atua como se fosse adrenalina; os famosos medicamentos vaso-constritores, para congestão nasal, que

atuam como se fosse adrenalina para contrair os vasos e que são para serem usados por poucos dias, no entanto, há pessoas que os usam há trinta anos; e, aí, podem arritmia e uma série de situações e achar que é Transtorno do Pânico.

Até mesmo as ansiedades crônicas generalizadas podem ser por alguns confundidas como tal. Há pessoas que são ansiosas crônicas; a síndrome do pânico não dá o ataque todo dia, mas os ansiosos crônicos vão ter todo dia, medo de sair á rua, medo de ir ao trabalho, medo disso, terror daquilo, mas é diferente daquela crise inesperada.(...)

Associado a isso, 50 a 70% estão com depressão e, nesse caso, a depressão é fator que dificulta o tratamento. Por isso, temos que ter bastante piedade na hora em que falarmos com essas pessoas, até porque o falar apenas não resolve o problema delas. Se não entrarmos com a alma, sentindo o que elas sentem, tendo na mente o que elas sentem, não conseguiremos ajudar.

Esse tipo de sentimento que devemos ter é semelhante aquele sentimento que temos quando socorremos um Espírito na Desobsessão. O que fazemos na Desobsessão? Você só vai ser um bom médium socorrista na Desobsessão – não estou falando em termos da faculdade mediúnica, porque uns tem mais profunda e outros menos – quando aprendemos a entrar na dor daqueles espíritos: — Puxa deve ser muito ruim fulano estar obsidiando alguém, afastado dos seus parentes, dos seus entes queridos, que já devem ter avançado e ele está sozinho! O fulano não tem um minuto de paz para olhar a beleza do mundo.

Pergunta – Você diz estar associado à depressão. O que surgiu primeiro, a síndrome do pânico ou a depressão?

Mário – Em geral, a síndrome do pânico vem primeiro e depois a depressão, isto na pessoa que tem ambos. Agora, o depressivo pode desenvolver a síndrome do pânico, mas já vai ter todos os fatores de que falei. E pode haver depressivo sem síndrome do pânico, da mesma maneira que vemos o deprimido ansioso. Há deprimido que se encolhe; há deprimido que só o corpo dele está ali encolhido, mas a cabeça não pára. É o ansioso que pode desenvolver o pânico mais tarde.

Como eu estava falando: na Desobsessão, tem que se começar a pensar: Poxa, deve ser muito ruim esse espírito estar obsidiando alguém! Os familiares dele já avançaram, às vezes já se passaram cinquenta anos do seu desencarne e ele está marcando passo em cima de alguém; não ter a bênção de saber rezar como nós que sabemos do benefício da prece; não sorri de alegria, quando sorri está sorrindo da desgraça alheia ou da própria; não tem um minuto de paz, porque só tem paz quem tem a consciência tranqüila e a fé no futuro, como consta em “O Livro dos Espíritos”, e o obsessor não tem. Você começa a pensar nisso e fala: Quando esse espírito chegar perto de mim vou procurar abraçá-lo com as minhas melhores vibrações para ver se ele sai daqui pelo menos socorrido, pelo menos tendo ouvido o que o doutrinador disse.

Da mesma maneira, vamos falar da Síndrome do Pânico. Vamos ter que entrar na alma dele, senão estaremos jogando palavras ao vento. Conhecimento por conhecimento, a maioria deles já leram centenas de páginas na Internet... Informação por informação eles vão ler lá fora. Eles virão ao Encontro querendo ouvir uma proposta diferente e teremos que ter raciocínio para nos antepormos ao sentimento de menos valia deles e termos muito mais coração; fazermos com que acreditem na possibilidade de saírem disso. Caso contrário, volto a dizer, estaremos jogando palavras ao vento.

Por que os espíritos socorridos, muitas vezes, se comovem na Desobsessão? Não é somente pelas nossas palavras, comovem-se porque sentem o que o doutrinador falou ou o benfeitor que estava junto ao doutrinador. Só conseguimos melhorar o outro, nesse sentido, se falarmos algo que o toque.

Outra coisa é a pessoa não desistir do tratamento médico. Por quê? Pela teoria bioquímica, os antidepressivos que agem na recaptção de serotonina, inibem a recaptção da serotonina fazendo com que ela fique excitando mais tempo o neurônio e fazendo com que a pessoa se levante dessa síndrome. Há uma piora inicial; em geral, a pessoa tomando o remédio por uma semana pode haver a chamada piora inicial, mas, depois, há a melhora. Temos que estimular as pessoas a isso.

Outra coisa que devemos falar é sobre a Doutrina Espírita, sobre o hábito da oração, a ligação com o mais alto, a renovação das idéias através da oração e falar dos frutos da perseverança. O que mais o deprimido e o portador da síndrome do pânico precisa ouvir é sobre a perseverança,

porque nos primeiros embates eles tendem a recuar como qualquer um de nós na situação deles. É uma situação em que eles não sentem o apoio de ninguém.

Vamos ser a mão amiga que puxa quem está no fundo do poço.

Virão aqueles que já desacreditaram no tratamento médico, desacreditaram nas palavras e querem ouvir uma proposta diferente.

Aparte – Há o caso de uma pessoa que atendi no atendimento fraterno. É uma pessoa que já fez todos os cursos da Casa, está fazendo o curso do COMP, e começou a entrar num processo depressivo por problemas no trabalho inicialmente e depois as coisas foram se somando. Ele sentou e começou a me falar que queria desistir de tudo por uma série de problemas, porque está deprimido e começou a dizer que até Deus deixou Jesus morrer na cruz... Falou todas as bobagens que pelo estudo a gente pensa: puxa, tantos anos no estudo não vai pensar mais nisso... Deixei ele falar tudo o que ele queria e, no final, perguntei-lhe: Você aceita que eu lhe estenda a mão? Ele parou, estatelou e disse “Eu aceito”. Perguntei-lhe se aceitava eu indicar-lhe os passes de cura e ele respondeu que sim. Passou um tempo, ele voltou e me disse que foi para casa, abria a bolsa, ficava olhando para o cartão de cura e pensava: Ela falou que ia me estender a mão e aceitei.

Veja bem, não fiz nada, deixei ele falar e só fiz o cartão. A pessoa precisa sentir que alguém está pensando nela, acreditando nela e investindo nela.

Mário – Investindo, você falou a palavra chave; investindo na melhora e no progresso dela.

Todas essas coisas vocês terão que lembrar às pessoas. Não somente repetir os conceitos; vão confirmar os conceitos que já temos, demonstrando isso não apenas no livro, mas que pode ser usado na prática, que Doutrina Espírita é Doutrina de vida prática; não é doutrina distante, não é doutrina só para o cérebro. É Doutrina para usarmos na vida prática, para o nosso progresso no dia-a-dia.

Claro que vocês seguirão a metodologia de tudo que estudaram.

Outra coisa sobre que se deve falar é da necessidade da pessoa criar momentos de quietude para si. Hoje, a vida moderna nos faz inquietos por natureza; muitas pessoas vieram do centro da cidade, pegaram um ônibus, enfrentaram um engarrafamento na Av. Brasil para chegarem aqui e assistirem uma aula. Isso causa inquietude? Causa, mas temos que ter a inquietude do mundo quando necessário, mas não sermos inquietos interiormente. Há pessoas inquietas e não deixam a resposta chegarem até elas, porque se concentram em mil coisas (...) Há pessoas que criam inquietudes, são tormentos voluntários, são necessidades supérfluas, como diz em “O Livro dos Espíritos”; temos que ser previdentes, mas temos que pensar naquilo que Jesus disse: **Olhai as aves no céu, elas não semeiam nem segam e o Pai as alimenta. E não valei vós mais do que as aves? Olhai os lírios no campo, eles não tecem nem fiam, e vos digo que nem Salomão por toda a sua glória jamais se vestiu como eles. E não valei vós mais do que os lírios no campo, que hoje estão florindo e amanhã serão palha que irão ao fogo?**

Jesus nos mostra assim como devemos ter quietude na alma! Devemos ter tempo para ouvir uma boa música, para meditar nas questões nobres da vida, para pensar na vontade, no progresso, em coisas que nos auxiliem. Muitas vezes lemos um livro de “ponta à ponta” e não guardamos na memória nem meditamos sobre o que nos serve para a vida prática, para o nosso dia-a-dia, para os problemas que estamos vivenciando.

Lembremos do que está escrito em “O Livro dos Espíritos”: **O conhecimento de si mesmo é a chave para o progresso individual.** Sem o conhecimento de nós mesmos a gente não caminha. Tenhamos tempo para meditar; meditar não é ficar naquela posição de lótus e não pensar em nada. Isso não é meditação e alheamento das coisas externas. Com isso, você está até tendo algumas conquistas no campo de se alhear do mundo, mas não está meditando. Meditar é ver as conseqüências que aquele ensinamento pode trazer para o nosso progresso. Não vamos aprender com isso só a maneira de nos alhearmos das situações mais difíceis da vida, vamos estar criando em nós mesmos mecanismos de defesa para termos quietude nas horas difíceis.

Há pessoas que não param, fazem suas preces rapidinho e não se ligam, nem há tempo para o socorro chegar, nem tempo para absorver aquela atmosfera que criamos com a nossa potencialidade em busca do Mais Alto. Temos que aprender a meditar sobre os nobres temas da vida e a Doutrina Espírita é repleta deles.

É o que Léon Denis fazia. Por exemplo, nos livros “Depois da Morte” e “O Problema do Ser, do Destino e da Dor” vejam como Léon Denis tirou textos de “O Livro dos Espíritos” e deu uma outra visão, deu uma elasticidade àqueles ensinamentos que líamos e não aprofundávamos. Fruto da meditação. Não surgiu do nada, não foi inspiração. Quando lemos as páginas de Léon Denis, vemos que ele meditou. Por que vemos que ele meditou? Porque ele atinge a nossa alma. Lendo Léon Denis nos emocionamos e até choramos, não é? E quando lemos Kardec também percebemos os frutos de suas meditações, basta vermos a página sobre “o homem de bem” e “os bons espíritos” no Capítulo “Sede perfeitos” de o ESE! Lemos as páginas dos grandes espíritos sentimos que eles movimentam a nossa alma, mesmo que depois não consigamos fazer aquilo tudo, mas é um caminho.

Sabem como a gente caminha? Sentindo as boas coisas. Se você sentir as boas coisas nem que seja por um minuto, daqui a pouco quando estiver lá embaixo lembra daquele minuto de paz. Lembram de André Luiz quando estava nas zonas umbralinas? já tinha sofrido, correndo em pânico, acelerado, quando lembrou da sopa quente que tomava em casa...

Quando meditamos, quando oramos, vamos para uma faixa de vibração que não é nossa, mas uma vez sentida aquela vibração nunca mais seremos os mesmos. Podemos cair, chegar ao fundo do poço, mas um dia vamos lembrar daquilo e procuramos Deus.

Em “Memórias de um Suicida”, um dos grandes livros da Doutrina Espírita, depois das obras de Kardec e Denis, até porque foi reescrito por Léon Denis, tem um personagem chamado Mário Sobral; ele passa por aquela trama toda de suicídio, vai para o “Vale dos Suicidas” (e o vale já é um socorro); um dia, os espíritos socorristas vão busca-lo no vale, porque os fluidos dele já estavam desgastando, ele é socorrido no Hospital Maria de Nazaré e ele começa a lembrar dos momentos de prece com a sua mãezinha, quando ele era criança ... aí, ele chega à seguinte conclusão: Realmente, devo ter uma vida a mais que a do corpo... E se tenho uma alma imortal, minha mãe deve ter razão quando juntava a gente e nos mandava orar. Tem que haver um Deus lá em cima, o mesmo Deus de que ela falava com tanto carinho e tanta emoção! Olha a idéia de Deus nascendo dentro dele!

Então, temos que estimular as pessoas a orarem, a viverem esses estados superiores, nem que sejam momentâneos, mas as estimularem a isso. Isso é o que faz o nosso progresso.

Não nos esqueçamos de falar dos benefícios do trabalho no bem em nosso socorro.

É o que o Dr. Hermann sempre falou: Trabalhar, trabalhar, trabalhar.

Emmanuel diz que o trabalho que fizermos em algum lugar será o nosso advogado em qualquer lugar. E não existe, já falamos isso, não existe depressão Síndrome do Pânico que não vá se render ao trabalho em benefício do próximo. Devemos ajuda-los a saírem de si mesmos, porque eles vivem numa atmosfera onde só pensam no próprio sofrimento. A pessoa com pânico só pensa nela, por mais que pense nos outros, o alvo mental dela é ela mesma. Quando começa a sair, começa a esquecer da própria dor.

Isso é o que terá de ser estimulado às pessoas. Falem com o coração. Vão rezando pelo Encontro, pelos guias, por Ignácio Bittencourt; vão entrando na faixa, porque as coisas não se dão automaticamente; nada é automático. Até mesmo quem fala de improviso não é automático, houve uma sementinha de vários estudos que a pessoa fez e ela já tem aquilo construído.

Vão se colocando na posição do outro e farão o que Jesus disse: **Fazei aos outros o que gostaria que vos fizessem.** Meditem em casa como deve ser a vida de quem tem Pânico, de quem tem Depressão; como deve ser a estrutura familiar de uma pessoa dessa, como ela consegue viver assim! E entenderão a sua dor e, na hora, vão conseguir fazer aquilo que gostariam lhes fizessem. Estarão cumprindo a Lei de Deus.

Recomendamos o um livro de Sueli Caldas Schubert, cujo título é “Transtornos Mentais”, uma leitura espírita. A autora pega a parte científica e analisa pela óptica espírita, tem prefácio de Joanna de Angelis, através do Divaldo Pereira Franco, da Editora Minas Editores.

O Livro tem definição de transtornos mentais, transtornos da ansiedade, distúrbio obsessivo-compulsivo, transtornos do pânico com agorafobia, transtorno do estresse pós-traumático, transtorno dissociativo, transtorno de despersonalização, transtorno de personalidades múltiplas, transtorno de humor, depressão, decepção amorosa, exercício da solidão, perda de ente querido,

distúrbio bipolar – aquele maníaco depressivo –, transtorno psicótico, o suicídio como conduta psicótica, psicose após parto, esquizofrenia, autismo, visão espírita dos transtornos mentais, obsessão, transtornos mentais da infância.

Lendo o prefácio, lembrei de que existem casos em que vão estar exacerbadas todas essas coisas, pelas situações obsessivas. Então, é mais um convite para que a pessoa venha à Casa Espírita.

Pergunta – Quando faz o tratamento bioquímico, a baixa desses neuro-hormônios estimula a produção, inibe ou ajuda a recaptção?

Mário – Inibe a recaptção. Quando o hormônio é lançado pelo neurônio, eles não têm contato um com o outro, tem o meio bioquímico, chamado sinapse: as vesículas daquele neurônio liberam aqueles hormônios. O que acontece? Existem algumas enzimas que recaptam para aproveitar, pegam aquele e fazem a recaptção. O que faz esse remédio? Faz com que essa recaptção demore um pouquinho mais. Então, o neurônio fica sendo excitado por essa substância mais tempo.

Pergunta – Então inibe a recaptção por parte das enzimas?

Mário – As enzimas não as recaptam rapidamente.

Então, lembrando dos casos em que há obsessões e em que é necessária toda a terapêutica espírita associada: assistir palestra, principalmente, porque renova as nossas disposições mentais, estimula a nossa vontade, e tomar o passe que vai nos desligando de todas as forças viciadas em nós; e, depois, o trabalho.

Há casos – como o ser humano é um ser complexo – que além de ter a doença a pessoa vai ter mediunidade incipiente. Vamos ter que fazer-la compreender que primeiro ela terá que tratar do corpo, se reequilibrar mentalmente. Em geral, os casos em que se começa o tratamento médico e espírita, 99% têm uma melhora considerável, desde que a pessoa se esforce. É uma das coisas que precisamos expor às pessoas: elas têm que ser parte ativa na melhora. Vamos dar a mão, mas elas têm segurá-la.

Aparte – Dizer também que já que ela tem essa dificuldade, ela tem que se esforçar. Se perguntar: a senhora acha que vou ficar curada completamente? Voltamos a dizer: É o espírito que está doente. Esse espírito tem que ser tratado a vida toda.