

# **AUTOAMOR**

**A Procura da Perfeição Relativa**

**Luiz Guilherme Marques**

**2.012**

***Sede perfeitos, como vosso Pai, que está nos Céus, é Perfeito.***

**(Jesus Cristo)**

***Conhece-te a ti mesmo.***

**(Sócrates)**

***Amai a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a vós mesmos.***

**(Jesus Cristo)**

***O Reino dos Céus está dentro de vós.***

**(Jesus Cristo)**

***Tudo me é permitido, mas nem tudo me convém.***

**(Paulo de Tarso)**

# **ÍNDICE**

## **Introdução**

**1 – O início da caminhada evolutiva**

**2- O ingresso na fase humana**

**3– O autoamor**

**3.1 – O autoconhecimento**

**3.1.1 – A autoanálise**

**3.1.2 – A superação dos defeitos morais**

**3.1.3 – O desenvolvimento intelectual**

**3.2 – Noções de Psicologia**

**3.2.1 – Joanna de Ângelis**

**3.2.2 – A Psicologia Espírita**

**3.2.3 – Emmanuel**

**3.2.3.1 – Emmanuel e a magistratura**

**3.2.3.2 – Emmanuel e a abrame**

**3.2.4 – A autoevangelização**

**3.2.5 – André Luiz**

**3.2.6 – A Ciência**

**3.2.7 – A Filosofia**

**3.2.8 – As Artes**

**3.2.9 – A Doutrina Espírita**

**3.2.10 – A valorização do corpo**

**3.2.10.1 – A alimentação**

**3.2.10.2 – A atividades físicas**

**3.2.10.3 – O autoperdão**

**Conclusões**

## INTRODUÇÃO

**Jesus Cristo apresentou à humanidade o caminho da perfeição relativa através do Triângulo Simbólico cujas faces são: o Amor a Deus, o Amor ao próximo e o Amor a nós mesmos.**

**O último desses itens é que será objeto do nosso estudo.**

**Voltemos, todavia, no relógio do tempo, lembrando que o autoamor, durante a Antiguidade, foi valorizado na Grécia, sobretudo no período socrático, graças às suas memoráveis lições (resumíveis no “conhece-te a ti mesmo”), transmitidas através de diálogos de profunda sabedoria, mas, sobretudo, dos seus exemplos de todas as virtudes.**

**Como se sabe, Platão e Aristóteles ficaram encarregados de registrar as lições do mestre, preparando as mentes para os dias gloriosos da pregação de Jesus.**

**O Divino Mestre foi quem mais destacou o autoamor, quando afirmou: “Sede perfeitos, como vosso Pai, que está nos Céus, é Perfeito” e quando disse: “O Reino de Deus está dentro de vós.”**

**Posteriormente, com o desfazimento do Império Romano, o fanatismo e o obscurantismo impingiram a ideia do ser humano essencialmente pecador, impregnando-nos de baixa autoestima, com graves prejuízos para a ideia do autoamor.**

**O que se poderia esperar de filhos degenerados por tendência e de um Deus cruel e rude além do Inferno após a morte depois de uma vida triste, onde a obediência cega predominava?**

**Com o Renascimento europeu, valorizando-se o laicismo, desenveram-se a Ciência, a Filosofia e as Artes em geral, para**

tanto encarnando em massa missionários do Conhecimento para mostrarem à humanidade seu potencial intelectual.

Depois, veio o Iluminismo, destacando a razão como medida de todas as coisas, preparando a vinda do Consolador. De todas as áreas do Conhecimento faltava, todavia, libertar-se a Religião dos extremos que se criaram, da fé cega dos religiosos tradicionalistas e da descrença dos livres pensadores em geral.

Com o advento da Doutrina Espírita, em meados do século XIX, apresentando-se inicialmente como Filosofia e Ciência e, mais adiante, igualmente como Religião, principalmente no Brasil, os seres humanos encarnados passaram a enxergar-se como realmente são, ou seja, filhos muito amados do Pai Celestial, libertando-se a Religião das meias-verdades e mostrando a autêntica Verdade anunciada por Jesus. Quanto à Filosofia, a Ciência e as Artes, iluminaram-se com as revelações dos Espíritos Superiores, a partir da Codificação Kardequiana.

O tema autoamor somente ganhou o realce que merece através do Espírito Joanna de Ângelis, principalmente com sua Série Psicológica, a qual, todavia, para ser materializada no mundo terreno, necessitava do desenvolvimento da Psicologia, Psiquiatria e outras ciências, como a Física Quântica e a Química.

O autoamor implica em escolher, de tudo o que se apresenta em termos de opções, o que realmente é melhor para nossa evolução intelecto-moral, adequando-se ao que afirmou Paulo de Tarso: “Tudo me é permitido, mas nem tudo me convém”, bem como ao conselho de Jesus Cristo: “Sede perfeitos, como vossos Pai, que está nos Céus, é Perfeito.”

**Pretendemos contribuir, dentro das nossas limitações,  
para a divulgação desse importante tema.**

**Agradecemos ao Pai Celestial esta oportunidade.**

**O autor**

## **1 – O INÍCIO DA CAMINHADA EVOLUTIVA**

**A Doutrina Espírita, ao contrário do que Moisés afirmou simbolicamente como ponto inicial da criação do ser humano, mostra uma realidade do ser mais primitiva que o vírus, sendo que, por enquanto, não temos condições de conhecê-lo, pelo menos enquanto encarnados.**

**Sabemos que a Revelação é progressiva, dependendo do nosso desenvolvimento intelectual e moral, principalmente deste último, uma vez que, enquanto não superarmos os defeitos morais do orgulho, egoísmo e vaidade, tendemos a utilizar para o Mal as informações que recebemos do mundo espiritual, de onde promana a Verdade, porque o mundo terreno vai-se aperfeiçoando tendo como modelo o mundo espiritual.**

**O Espírito André Luiz, através do seu livro “Evolução em Dois Mundos”, psicografado por Francisco Cândido Xavier, é quem mais e detalhadamente esclarece sobre esse assunto. Afirma que do vírus ao ser humano primitivo gastamos cerca de um bilhão e meio de anos.**

**Sempre fazemos questão de ressaltar esses detalhes, porque é importante termos presente a ideia da evolução, como tópico do autoconhecimento, uma vez que passamos a entender nossa realidade atual como a soma do que já conquistamos através da passagem pelos Reinos inferiores da Natureza e enxergamos um futuro promissor a caminho do progresso intelecto-moral cada vez mais significativo, rumo à angelitude, como afirma André Luiz.**

**Divaldo Pereira Franco diz que, como coletividade, trazemos também na nossa bagagem cerca de 6.700 anos de civilização.**

**Entretanto, podemos considerar como o grande salto qualitativo da nossa evolução o que ocorreu após a**

**encarnação de Jesus no mundo material, oportunidade em que Ele revelou uma parcela muito maior das Leis Divinas.**

**A profundidade da Revelação Cristã é tão grande que, se passarmos uma encarnação inteira estudando as Lições de Jesus, não conseguiremos abarcar integralmente sua essência. Quando Jesus afirmou: “Passará o céu e a Terra, mas Minhas Palavras não passarão” estava dando um indicativo de que somente os Espíritos Superiores têm acesso à Verdade em grau avançado. Quanto a nós, estamos ainda assimilando as suas noções iniciais.**

**Conta-se que o Espírito Emmanuel pediu autorização para participar de um grupo de estudo evangélico junto a Paulo de Tarso e outros Espíritos desse nível, mas logo solicitou seu desligamento do grupo seletivo, porque não se sentia à altura de acompanhar as Lições que ali eram tratadas...**

**Todavia, compete-nos o dever de tentar aprofundar nossos conhecimentos do Evangelho, agora com as luzes da Doutrina Espírita, que vai sendo expandida graças ao esforço dos missionários que falam e escrevem através de alguns médiuns de alta qualificação espiritual e daqueles que reencarnam com a tarefa de esclarecimento dos encarnados.**



## **2- O INGRESSO NA FASE HUMANA**

**Apesar de já termos adiantado, no anterior, um pouco o assunto deste capítulo, temos a dizer que agora nosso compromisso com a própria evolução deve ser levado a sério, pois os resultados bons ou ruins que colheremos dependem exclusivamente do esforço pessoal que empreendermos no autoaperfeiçoamento.**

**A área do pensamento passa a ser tratada como o cerne da evolução.**

**A propósito, podemos realizar uma breve digressão no passado, lembrando que Jesus disse: “Foi dito aos antigos: não matarás, todavia todo aquele que se encolerizar contra seu irmão será réu de juízo e todo aquele que olhar para uma mulher cobiçando-a, já cometeu adultério com ela no seu coração.”**

**Assim, Jesus já estava informando sobre o poder criador do pensamento, que faz com que tenhamos de responder perante a Justiça Divina pelas emanações mentais que projetarmos no Universo.**

**Com o advento da Doutrina Espírita a força mental ficou muito mais esclarecida: daí se podendo ter certeza de que mais do que nossas ações, somos medidos pelo que pensamos.**

**O Espírito Emmanuel afirmou, certa, que se queremos saber exatamente quem somos devemos verificar o que pensamos quando estamos a sós.**

**No mundo material, a maior parte da humanidade ainda não adquiriu o controle mental, vivendo muito mais das ações do que se preocupando com a própria educação do pensamento.**

**Todavia, essa tarefa nos compete como requisito essencial para o progresso intelecto-moral.**

**Iniciemos, desde já, essa empreitada, que os resultados serão compensadores e nos abrirão horizontes inimagináveis rumo a Deus.**

### **3- O AUTOAMOR**

**Talvez tenha sido o Espírito Joanna de Ângelis a primeira a utilizar essa expressão para os encarnados.**

**Sempre ouvimos falar em “amor ao próximo como a nós mesmos”, todavia não nos tinham explicado como amarmos a nós mesmos. Aliás, muitos combatiam a ideia do amor a si mesmos confundindo-a com o defeito moral do egoísmo.**

**O autoamor significa esforço de autoaperfeiçoamento intelecto-moral e é pré-requisito para o amor ao próximo, porque, sem nos aperfeiçoarmos, sequer teremos ideia realmente melhor do que é necessário fazer em benefício dos outros.**

**Michel de Montaigne, quando encarnado, escreveu seu livro “Ensaios”, propondo o autoconhecimento, por entender que teria de conhecer primeiro a si próprio para poder ser mais útil aos irmãos e irmãs em humanidade.**

**Autoamar-se é aprofundar a sonda do conhecimento sobre todas as ciências que digam respeito ao ser humano em geral e a nós próprios em particular.**

**Em uma única encarnação não conseguiremos chegar ao máximo do autoconhecimento, mas compete-nos iniciar essa viagem maravilhosa.**

**Lembremos, por exemplo, o Espírito Laura, referido por André Luiz, que, no mundo espiritual, estava lendo sua autobiografia referente a duas encarnações anteriores, com vistas à programação da encarnação que encetaria brevemente: trata-se do autoconhecimento. Por aí se vê que autoconhecer-se é uma tarefa muito mais ampla do que imaginamos.**

**No livro “Memórias de um Suicida”, do Espírito Camilo Castelo Branco, psicografado por Yvonne do Amaral Pereira,**

**também se vê o trabalho de autoconhecimento, quando alguns Espíritos mais intelectualizados são levados a recordar encarnações muito antigas, algumas até a época em que Jesus esteve encarnado no Planeta.**

**Para nós, no geral, basta revermos nossa realidade atual, desta encarnação, que já teremos realizado um grande progresso no autoconhecimento, pois, como diz o ditado, “pelo dedo se conhece o gigante”, podendo-se interpretar em sentido contrário, que também se conhece o anão espiritual que ainda somos...**

### **3.1 – O AUTOCONHECIMENTO**

**Os Espíritos Superiores que orientaram Allan Kardec afirmaram-lhe que o ser humano é formado de três elementos: Espírito, perísprito e corpo físico.**

**O Espírito André Luiz, através da mediunidade de Francisco Cândido Xavier, acrescentou um outro elemento, que chamou de “corpo mental”, sem, contudo, fornecer qualquer informe sobre ele.**

**Sabendo-se da progressividade da Doutrina, não é de se estranhar que daqui a algum tempo venham do mundo espiritual novas informações, por exemplo, esclarecendo o que é o corpo mental e até a existência de outros elementos ainda não conhecidos pelos encarnados.**

**O cientista espírita Hernani Guimarães Andrade realizou estudos aprofundados sobre a estrutura humana, mas preferimos que os próprios Leitores se informem a respeito, caso julguem conveniente.**

**Para efeito do nosso estudo, que tem outro objetivo, podemos ficar apenas com as informações dadas a Kardec, de que somos, quando encarnados, Espírito, perísprito e corpo físico.**

**Quanto mais pudermos conhecer sobre as ciências relacionadas com o corpo físico é melhor para nós mesmos, pois, naturalmente, faremos as melhores opções quanto à sua manutenção em ordem, vivendo com boa saúde e tendendo à longevidade possível.**

**O funcionamento do perísprito talvez venha a ser de mais difícil conhecimento para nós, principalmente se não somos médiuns, uma vez que a utilidade desse conhecimento é apenas relativa para quem não encontrar uma aplicação prática para o que vier a saber. Todavia, sempre é bom aprender sobre nós mesmos e a essência humana.**

**Aprofundar a essência espiritual é, todavia, de todos esses conhecimentos, o mais importante, pois somos essencialmente Espíritos, cujo perísprito vai se aperfeiçoando à medida que evoluímos intelecto-moralmente e sabemos que já habitamos muitos corpos e habitaremos outros tantos nas encarnações futuras. Em outras palavras, o que nos dará reais benefícios práticos é conhecermos a nós mesmos, ou seja, a nossa essência espiritual.**

**Somos o resultados de mais ou menos um bilhão, quinhentos milhões e duzentos mil anos de evolução, partindo de um ponto anterior ao vírus, sendo que, nessa trajetória, as aquisições foram se acumulando em quantidade e qualidade e rumamos para mais consciente sintonia com o Pai Celestial.**

**As fases já ultrapassadas por nós transformam-se em reflexos automáticos, sendo que até os nomes “inteligência” e “moralidade” são meras convenções humanas, pois, nos Espíritos Superiores, essas qualidades já estão tão consolidadas que atuam automaticamente, como verdadeiros reflexos condicionados.**

**Não temos a mínima ideia, por exemplo, de quase nada que se refira a Jesus, devido à distância incomensurável que medeia entre nós e Ele.**

**Por exemplo, quando estudamos sobre Ele e Seus Ensinamentos, baseados no que os Evangelhos e outros livros registraram, passaremos, na melhor das hipóteses, a vida inteira tentando decifrar certos detalhes, sem, contudo, chegarmos a um resultado definitivo.**

**Por isso, devemos combinar o estudo sobre Ele e Suas Lições, de preferência, interpretadas por aqueles que sabem mais do que nós, com as observações sobre nossa própria intimidade, pois ninguém melhor do que nós para nos conhecermos, como, em outras palavras, afirmava Michel de Montaigne.**

**Nossa encarnação atual mesmo pode ser objeto de muitas reflexões: os pensamentos, sentimentos e ações que vivenciamos desde os primeiros anos de vida representam vasto material de pesquisa, a fim de sabermos o que já adquirimos em termos intelecto-morais e o que devemos procurar melhorar.**

**Se formos bem analisar esse “banco de dados” vivo e pulsante, verificaremos que já conquistamos um tanto das virtudes de humildade, desapego e simplicidade, o que representa progresso moral, mas que ainda estamos muito aquém do ideal para vivermos em verdadeira harmonia com nossos irmãos e irmãs em humanidade, o que significa que essas virtudes estão ainda incipientes em nós.**

**Os Espíritos Superiores, devido a terem as virtudes muito mais consolidadas que nós, não encontram dificuldade alguma em se relacionar com quem quer que seja, pois sua humildade leva-os a respeitar a todos indistintamente; seu desapego aos interesses materiais ou ilegítimos não os leva a disputa de espécie alguma e sua simplicidade não os faz sofrer pela procura de conquista de evidência inútil no contexto social onde estão.**

### **3.1.1 – A AUTOANÁLISE**

**Sigmund Freud nasceu na Terra com a importante missão de despertar os encarnados para a autoanálise. É certo que ele, com as limitações próprias dos seres humanos, não conseguiu acertar em todos os seus pontos de vista, principalmente porque não tinha adquirido as virtudes acima referidas, diferentemente de Allan Kardec, que bem cumpriu sua missão, porque colocou-se sempre na posição de humilde servidor do Cristo.**

**Outros intelectuais igualmente encarnaram e vêm encarnando com o intuito de fazer desenvolver-se a importante ciência que é a Psicologia, cujo objetivo é o conhecimento da “psique” humana, que nada mais é que o próprio Espírito, todavia, negado pelos materialistas.**

**Esses cientistas estão, na verdade, em atraso de mais de um século e meio, sendo de se lamentar tal situação, todavia, contrabalançada pelas informações valiosas do Espírito Joanna de Ângelis, psicóloga de escol, que do mundo espiritual tem direcionado para os encarnados, através da mediunidade de Divaldo Pereira Franco, as noções mais avançadas da Psicologia com Jesus.**

**Fora dessa linha, vertical, tudo não passa de tentativas horizontais de se alcançar a essência humana, que é o próprio Espírito, com seu acervo fabuloso de conquistas evolutivas, mas ainda prejudicado pelos defeitos morais, que lhe provocam distonias psíquicas.**

**Todo aquele que tenha real interesse em aprofundar seus conhecimentos na Psicologia com Jesus tem como referência principal a Série Psicológica de Joanna de Ângelis, que, um dia, na certa, deverá ser estudada nas universidades**



**realmente compromissadas com a Verdade, como já vem acontecendo com as obras científicas do Espírito André Luiz.**

### **3.1.2 – A SUPERAÇÃO DOS DEFEITOS MORAIS**

**A Psicologia materialista não aborda diretamente os defeitos morais, mas sim procura, através de cada profissional seguindo a corrente de sua preferência, dissolver os focos infecciosos no psiquismo dos pacientes, de forma que podemos chamar de “indireta”, para não dizer, paliativa. Pois o que provoca as distonias psíquicas é pura e simplesmente a nossa sintonia com o Mal, ou seja, as correntes de pensamento negativas, representadas pelos defeitos morais.**

**Enquanto não nos libertarmos desses defeitos, que se irradiam através dos pensamentos, sentimentos e atitudes desajustados em face da consciência, de nada adianta conhecermos e seguirmos qualquer doutrina psicológica que seja.**

**Somente Jesus, representando o Caminho, a Verdade e a Vida, tem o remédio para os males do Espírito, que se traduz na autorreforma moral.**

**A Ciência sem Jesus pode ser comparada a um corpo sem alma, uma flor sem perfume, uma sinfonia sem harmonia, uma paisagem monocromática, a instrução sem afetividade e assim por diante.**

**Infelizmente, a preocupação com a remuneração faz com que muitos profissionais da Psicologia não queiram desagradar seus pacientes chamando-os à razão para encarar a própria consciência face a face.**

**A superação dos defeitos morais exige esforço continuado, diário, verdadeira coragem, pois, para ser humilde se exige a ousadia de assumir situações de aparente humilhação; para ser desapegado tem-se de vencer o medo de sofrer futura pobreza e para ser simples tem-se de suportar o desprezo dos vaidosos.**

**Um estilo de vida que não coincide com os modelos vigentes deve ser adotado pelos que assumem a proposta do autoamor, pois os resultados são compensadores, uma vez que, como afirma Joanna de Ângelis, na verdade, cada um está a sós consigo mesmo.**

**Errar em grupo, escudado nos equívocos alheios e na mentalidade primitivista da maioria, não resolve nossa insatisfação interior, provocada pelo descompasso entre nossos pensamentos, sentimentos e atitudes e as Leis Divinas.**

### **3.1.3 – O DESENVOLVIMENTO INTELECTUAL**

**Quanto a este ponto do nosso estudo peço licença aos prezados Leitores para relatar alguns fatos da minha vida pessoal, sem, porém, a pretensão de fazer autobiografia.**

**Quando eu estava recém ingressado na adolescência, aos 12 anos de idade, coincidiram em minha personalidade a adoção da crença espírita com um interesse acentuado pela leitura, sobretudo das obras espíritas.**

**Notei que aqueles livros me ensinaram, ao contrário do que muitos pensam, muito sobre os mais variados campos do Conhecimento humano, com a vantagem do incentivo à autorreforma moral, pois, como se sabe, a Doutrina Espírita apresenta três facetas distintas: a filosófica, a religiosa e a científica e, por isso, seu acervo, atualmente contado em milhares de obras, enriquece a Cultura humana de forma significativa.**

**Francisco Cândido Xavier, sabe-se, é responsável pela materialização no mundo terreno de mais de quatro centenas de obras, cuja densidade e utilidade são incontestáveis. Yvonne do Amaral Pereira escreveu cerca de duas dezenas de livros; Divaldo Pereira Franco psicografou várias dezenas de livros de raro valor; Léon Denis escreveu muitas obras de profundidade inigualável; Allan Kardec condensou nos seus escritos o que nenhuma Enciclopédia jamais conseguiu informar em termos de qualidade; o Novo Testamento representa um Tratado da Sabedoria do Infinito e assim por diante.**

**Há autores que contribuem apenas para o progresso intelectual da humanidade, sendo que muitos, infelizmente para eles próprios, descompromissados com o aspecto moral,**

acabam, até sem o perceber, contribuindo para os desvios morais da humanidade.

Francisco Cândido Xavier afirmava, com inteira razão, que: “Cada um é responsável pelas imagens que cria na mente dos semelhantes.”

A inteligência é uma das asas que leva o Espírito a Deus, contanto que a outra, representada na moral, atue com igual qualidade, segundo lição memorável do Espírito Emmanuel.

Os intelectuais que deixam de lado a moral ainda se contam em grande quantidade na Ciência, na Filosofia, na Ciência e nas Artes da Terra, fazendo bem e mal ao mesmo tempo, muitos resumindo sua contribuição apenas na área da formação profissional, útil apenas para a sobrevivência material de quem trabalha e dos destinatários desse trabalho, na maioria dos casos, apenas durante a encarnação.

Assim aconteceu, por exemplo, com o próprio Espírito André Luiz, que, ao “cair em si”, no mundo espiritual, verificou que a maioria dos seus vastos conhecimentos serviram para seu sucesso material quando encarnado, mas que, na outra vida, quase nada representavam, tendo de partir quase que do ponto zero para trabalhar na nova realidade, depois de uma permanência de vários anos em estado de sofrimentos morais no umbral, como forma de depurar-se dos defeitos morais que o imantavam às correntes inferiores do pensar, sentir e agir...

Voltando à minha própria experiência pessoal, verifiquei que, no período em que me dediquei quase que exclusivamente aos conhecimentos profissionais e ao exercício laboral, permaneci vibrando nas faixas dos defeitos morais, assimilando muito de orgulho, egoísmo e vaidade, somente me

**desvinculando dessas influências nocivas quando aconteceu meu “cair em si”, depois de muitos anos de “sono moral”.**

**Fazendo uma avaliação de tudo que vivi até o presente momento, concluí que, destes 57 anos de vida, mais de três dezenas foram concentrados quase que exclusivamente nos interesses materiais. Verifiquei que minha encarnação corria o risco de fracassar... Se, de uma parte, os estudos estritamente profissionais me proporcionaram a oportunidade de resolver os problemas de muitas pessoas, de outra, ameaçaram eclipsar da minha mente os ideais sonhados nos albores da adolescência, quando pretendia sair pelo mundo afora pregando a Mensagem de Jesus.**

**O conselho que posso transmitir aos prezados Leitores é que, mesmo estudando para a conquista de um diploma necessário ao exercício de uma profissão e lutando pelo pão de cada dia, nunca se esqueçam de que são Espíritos.**

**A profissão, em verdade, é mera forma de sobrevivência material e, no máximo, um meio de trabalhar em benefício da sociedade, mas não representa a meta principal da vida. É assim que os Espíritos Superiores pensam, tanto que a maioria deles costuma escolher profissões apagadas ao invés das tarefas destacadas do mundo. Nosso planeta, ainda categorizado como de provas e expiações, coloca em evidência as pessoas pela quantidade de riquezas ou poder que detêm e não pelos seus méritos intelecto-morais.**

**Não se pretende aqui desvalorizar o estudo, aliás, muito pelo contrário, ressaltar que a bagagem intelectual deve ser de conhecimentos úteis ao progresso sobretudo espiritual, pois o valor de cada conquista está na razão direta da sua contribuição para a realização do Bem.**

**Quantos desvios presenciamos em relação à inteligência, naqueles que se empolgam consigo próprios, tornando-se narcisistas e desviando-se dos propósitos que trouxeram do mundo espiritual!**

**Quanta inteligência se vende a César ou a Mamom!**

**As reencarnações são o caminho que Deus estabeleceu para a evolução dos Espíritos, desde sua origem, mas é importante sabermos que os interesses relacinados exclusivamente com o mundo material são meras maneiras de desenvolvermos a inteligência, que, todavia, somente avança rumo ao Infinito se traz o selo das virtudes da humildade, desapego e simplicidade.**

**A Ciência, a Filosofia, a Religião e as Artes devem infiltrar-se das noções de espiritualidade para serem realmente úteis, contribuindo para a elevação do nosso mundo para terra de regeneração.**

**O desenvolvimento intelectual deve significar a abertura cada vez maior da nossa visão mental para as Leis Divinas.**

### **3.2 – NOÇÕES DE PSICOLOGIA**

**A ideia do autoconhecimento ficou associada ao nome de Sócrates de forma indissolúvel, pelo próprio merecimento dele na sua divulgação.**

**Na verdade, a Psicologia é simplesmente uma outra denominação que a ciência materialista deu ao autoconhecimento, pois não quis, inconscientemente, reconhecer todas as implicações que decorreriam da pura e simples adesão aos ensinamentos do grande missionário de Jesus na Grécia antiga, que pregava abertamente a existência do Espírito, sua sobrevivência à morte do corpo e sua comunicabilidade com os encarnados, ele mesmo dizendo-se orientado por Espíritos sábios, podendo-se acreditar que pelo próprio Divino Mestre.**

**A Psicologia das universidades terrenas, infelizmente, ainda está a meio caminho da sua missão, ignorando o Espírito e substituindo-o pelo ente indefinido que convencionou chamar de “mente”, mas, pior do que isso, aprofundando a sonda da autoanálise normalmente sem orientar as criaturas para a autorreforma moral.**

**Simplesmente identificar distonias psíquicas não as soluciona; atribuir sua origem a traumas da infância ou outras causas periféricas, sem reconhecer que são decorrência dos nossos defeitos morais do orgulho, egoísmo e vaidade, também não possibilita a cura definitiva; deixar de enxergar o Espírito e suas múltiplas encarnações, desde um início que se perde na noite dos tempos e vai em direção ao futuro sem fim é minimizar a própria grandeza do Pai Celestial e da Sua criação, da qual cada um de nós faz parte indissolúvelmente.**

**É preciso que os que já despertaram para o autoconhecimento no seu sentido mais amplo e profundo**



**divulguem entre os não receptivos à ideia de espiritualidade a sua própria fé raciocinada, para que a Psicologia se transforme de simples ciência sem alma em estudo da nossa própria essência à luz da Ciência Divina.**

**O fato de estar-se propagando a Psicologia, mesmo materialista, em quase todas as áreas das atividades profissionais pode ser interpretado como um caminho para, mais adiante no tempo, ela própria converter-se no que deveria ser desde o começo.**

**Toda planta tem sua utilidade, mas só dá frutos na época certa, sendo que o mesmo deverá acontecer com a Psicologia, contanto que deixe as meias verdades e adote a Verdade como paradigma, o que, no entanto, exige dos seus adeptos as virtudes sem restrições.**

**Estudar a Psicologia com Jesus é autoconhecer-se, o que Joanna de Ângelis vem ensinando através dos seus preciosos compêndios.**

**Noticia-se que esse valoroso e iluminado Espírito renascerá na Terra daqui a cerca de três anos, o que redundará, na certa, no cumprimento de uma missão grandiosa na área que representa sua especialização, ou seja, a Psicologia.**

**Teremos, dentro de alguns anos, uma nova corrente dessa ciência propagada entre os encarnados pela sua própria idealizadora, lidando com pacientes e conquistando adeptos entre os profissionais, já na nova realidade da Terra como mundo de regeneração.**

**Antecipemo-nos, todavia, fazendo a nossa parte no estudo da Psicologia com Jesus, que tem a autorreforma moral como paradigma, e aguardemos que a missionária**

**mais graduada dessa ciência venha a impulsioná-la pessoalmente no mundo terreno.**

**Se estivermos ainda aqui ou não durante sua vilegiatura, isso não importa, porque as realidades material e espiritual são simplesmente circunstanciais, mas não essenciais. O que importa é a nossa realidade interior, boa ou má, conforme nossa sintonia com o Bem ou o Mal.**

### **3.2.1 – JOANNA DE ÂNGELIS**

**Verificando os dados biográficos desse luminoso Espírito em suas encarnações conhecidas: Joana de Cusa, Clara de Assis, soror Juana Inés de la Cruz e Madre Joana Angélica, pode-se-lhe observar algumas características marcantes, que são sua forma de conduzir-se sempre equilibrada e moralizada e sua dedicação total à Causa de Jesus.**

**Não será por acaso que teria sido convidada a participar da Equipe Espiritual que trabalhou com Allan Kardec na Codificação, podendo ser identificada com o pseudônimo de “um Espírito Amigo”, inclusive ditando várias mensagens, umas das quais selecionadas pelo Codificador para divulgação.**

**Na presente encarnação de Divaldo Pereira Franco aparece como sua Orientadora Espiritual, tendo como missão mais importante, além das obras filantrópicas, implantar no mundo terreno a Psicologia com Jesus, ao lançar essa corrente inovadora no seio dessa ciência infelizmente materialista na sua realidade terrena.**

**É preciso compreendermos que a horizontalidade nunca leva à subida para a compreensão das realidades mais importantes da Lei Divina, sendo que somente com a procura das Coisas de Deus é que a Inspiração Celeste revela a essência do Conhecimento às criaturas humanas.**

**A Psicologia sem alma que a maioria dos estudiosos e profissionais da área adota simplesmente revolve a realidade interior das criaturas, a massa enorme de vivências, pensamentos e sentimentos das pessoas, mas não as cura de suas mazelas morais, portanto, não as faz sair do torvelinho de suas próprias idiossincrasias.**

Depois de muito autodisciplinar-se, após estudar sua própria carreira evolutiva, Joanna de Ângelis tornou-se a mestra da Psicologia mais avançada.

Para os não espíritas e, inclusive, para muitos espíritas que não se interessam por essa ciência, o tema se afigura desinteressante e até sem importância, pois que se preocupam com a evangelização, muitas vezes apenas dos outros, sem se concentrar no autoconhecimento, que está umbilicalmente ligado à autorreforma moral.

Simplesmente frequentar reuniões e palestras espíritas, ler as obras dos autores encarnados e desencarnados, submeter-se a tratamentos continuados de passe e fluidoterapia, sem a procura do autoconhecimento, não acarretam necessariamente a evolução espiritual.

A proposta joannina é inovadora, todavia, plenamente consentânea com os postulados kardequianos e evangélicos, não se tratando de aventura dentro dos arraiais do Espiritismo.

Na realidade do mundo espiritual ninguém evolui sem o autoconhecimento, podendo-se citar novamente o exemplo do Espírito Laura, mencionado por André Luiz, sem contar os autoestudos aprofundados relatados em “Memórias de um Suicida”.

Iniciemos nosso autoestudo aqui mesmo na vida terrena, para não termos de enfrentar a realidade espiritual, muito mais complexa que a nossa, sem um mínimo de preparação, pois que lá somente têm condições de viver equilibradamente quem já adquiriu a estabilidade, sobretudo, no pensar e sentir, sendo o agir secundário, pois o corpo de carne ali não existe e quase tudo se realiza pelas emissões mentais.

**Joanna de Ângelis nos prepara para a Terra como mundo de regeneração: estudemos suas obras e realizemos o autoconhecimento.**

### **3.2.2 – A PSICOLOGIA ESPÍRITA**

**Infelizmente, muitos missionários da Psicologia intimidaram-se em afirmar a existência do Espírito diante das academias e da população em geral, pois é necessária muita coragem e desapego para “colocar a candeia sobre o candeeiro, a fim de que dê luz a todos que estão na casa”.**

**Os interesses materiais falam muito alto para muitos, que preferem o destaque material e seus benefícios a perder tudo isso em troca da afirmação da Verdade.**

**As academias e o povo em geral não admitem a Verdade num grau mais elevado, pois esta lhes cobra a autorreforma moral, a qual não interessa a quem ainda está aferrado à materialidade.**

**Aos poucos, todavia, mesmo que timidamente, os profissionais da Psicologia e os espíritas em geral vão assumindo sua crença na Psicologia com Jesus.**

**O progresso é lento, poderia ser mais rápido se houvesse maior desapego pelos interesses materiais, mas acabará se fazendo realizar, evidentemente que com prejuízos causados pela demora, principalmente para os necessitados de tratamento.**

**Como se pode prever, a presença física da própria idealizadora da Psicologia Espírita e seus seguidores mais eminentes no mundo dos encarnados representará o alavancamento desse ramo da ciência, com benefícios gerais.**

**Destemida e disciplinada, a grande missionária revolucionará os arraiais do academismo reducionista, fazendo varrer da Psicologia o materialismo, que o prejudica e estagna, limitado que tem estado por teorias e mais teorias periféricas e superficiais.**

### **3.2.3 – EMMANUEL**

**Segundo voz corrente no meio espírita, encontra-se reencarnado na Terra desde 2000, sendo, portanto, atualmente um adolescente com 11 ou 12 anos de idade.**

**É possível que sua programação espiritual preveja que venha a despontar na sua missão desde cedo, como aconteceu com Francisco Cândido Xavier, ou somente passe a desempenhar sua tarefa principal em idade mais madura, como aconteceu com Allan Kardec.**

**Pode-se imaginar que venha a se dedicar ao magistério, por causa da característica que foi adquirindo no curso dos últimos séculos, valendo a pena relembrar um fato ocorrido na década de 1960, ou seja, a visão mediúnica de uma médium americana, que detectou junto de Francisco Cândido Xavier e Waldo Vieira dois Espíritos: um médico (André Luiz) e um professor (Emmanuel).**

**Talvez, em sendo professor, traga ideias a serem aplicadas na Pedagogia, a qual necessita de uma revisão geral, estando, atualmente, carente, sobretudo, de humanização, o que somente se concretizará com a reforma moral tanto dos profissionais da área quanto dos alunos.**

**A Pedagogia com Jesus é o único caminho para a educação no sentido profundo como a entendia o professor Rivail, baseado no método de Pestalozzi.**

**Já tendo escrito dois textos sobre Emmanuel, há alguns anos atrás, insiro-os neste livro para conhecimento dos prezados Leitores.**

### 3.2.3.1 - EMMANUEL E A MAGISTRATURA

Ouviu-se, pela primeira vez, falar em Emmanuel quando do surgimento da Doutrina Espírita com as pesquisas de Allan Kardec, no século XIX, tendo sido Emmanuel um dos membros da luminosa equipe de orientadores da Doutrina nascente, encontrando-se no *Evangelho Segundo o Espiritismo*, obra assinada por Allan Kardec, uma mensagem de autoria do luminoso discípulo do Cristo intitulada *O Egoísmo*, no Capítulo XI, que bem retrata seu estilo claro e objetivo.

Posteriormente, já no século XX, ressurgiu Emmanuel no cenário da Doutrina Espírita, como orientador da gigantesca produção mediúmica de Francisco Cândido Xavier, inclusive ele mesmo tendo ditado valiosíssimas obras, dentre as quais *A Caminho da Luz*, talvez seu livro mais importante.

No curso desses anos de trabalho junto ao médium de Pedro Leopoldo surgiram informações sobre algumas das encarnações de Emmanuel, sendo elas: a) Públio Lentulus Sura (cônsul romano contemporâneo de Caio Júlio César, Marco Túlio Cícero e M. Pórcio Catão, que participou da famosa *conjuração de Catilina*, que visava dominar Roma através de guerra civil); b) Públio Lentulus Cornélio (senador romano contemporâneo de Jesus Cristo, que, no final da vida, tornou-se cristão, depois de muito relutar após ter sido convocado pessoalmente pelo Mestre em encontro memorável); c) Nestório (judeu grego cristão, que chegou a ouvir os ensinamentos evangélicos pelos lábios abençoados de João, o Evangelista, dedicando-se à propagação do Evangelho); d) Padre Manuel da Nóbrega (missionário e educador do século XVI conhecido na história do Brasil e de Portugal); e) Padre Damiano (religioso espanhol que viveu na Espanha e França, tendo desencarnado no século XVIII).

A respeito da mais antiga dessas vidas encontra-se notícia no livro *Guerra Catilinária*, do historiador romano Salústio. Também no livro *Há 2000 Anos*, de autoria do próprio Emmanuel, psicografado por Francisco Cândido



Xavier, se vêem detalhes dessa encarnação cheia de ambições pelo poder, que culminou com a condenação do conjurado à morte.

A vida de Públio Lentulus Cornélio (bisneto do anterior) é mais conhecida dos espíritas, através do citado livro *Há 2000 Anos*.

Quanto a Nestório somente se tem informes sobre ele através do livro de Emmanuel intitulado *50 Anos Depois*, também psicografado por Francisco Cândido Xavier.

Sobre Manuel da Nóbrega há muitas informações, inclusive encontráveis em suas famosas *Cartas do Brasil*.

Entretanto, apesar da imensa importância desse luminoso pupilo de Paulo de Tarso, somente Clóvis Tavares escreveu sobre ele um livro, em que procura traçar sua biografia espiritual. Trata-se do *Amor e Sabedoria de Emmanuel*. Nesse livro, dentre outras informações interessantes, encontra-se uma mensagem de Cneio Lúcio, ditada através de Francisco Cândido Xavier, onde o autor faz uma comparação entre Públio Lentulus Cornélio e Manuel da Nóbrega.

Cumprе ressaltar que Emmanuel foi, nessas vidas que conhecemos, ligado às atividades jurídicas, seja como magistrado, seja como administrador público.

E é de se notar que dos autores espirituais que conhecemos é ele quem mais trata de assuntos jurídicos, mesmo que em afirmações esparsas, demonstrando suas velhas simpatias pelo assunto.

Assim, pareceu-nos justo chamar a atenção dos Leitores para esse ângulo da personalidade de Emmanuel, visto geralmente apenas como evangelizador no Brasil.

E, por oportuno, pode-se lembrar o que Emmanuel diz no seu *O Consolador*, psicografado por Francisco Cândido Xavier, afirmando que a Revelação Divina veio em três etapas: a Justiça através de Moisés, o Amor através de Jesus e a Verdade através do Espiritismo, mas que *com o Amor, a Lei manifestou-se na Terra no seu esplendor máximo*, sendo que a

**Justiça e a Verdade *nada mais são do que os instrumentos divinos de sua exteriorização.* Isso mostra porque Emmanuel deixou, aos poucos, de ser uma lúcida inteligência dedicada às questões materiais para voltar-se cada vez mais para as coisas do espírito.**

**Quem de nós for adquirindo *olhos de ver e ouvidos de ouvir* deverá ir seguindo por esse caminho.**

### 3.2.3.1 - EMMANUEL E A ABRAME

Lendo o livro “Há 2000 Anos”, de Emmanuel, psicografado por Francisco Cândido Xavier, interessou-nos, além de dezenas de outras coisas, conhecer a figura de Públio Léntulo Cornélio, o senador incorruptível e austero a quem Jesus acabou convencendo a tornar-se um de Seus discípulos mais leais e grande propagador do Cristianismo a partir de então. (Diga-se de passagem que a família Cornélia, à qual pertencia o senador, foi uma das mais destacadas da história romana.)

Nesse livro tivemos a oportunidade de ver a menção à encarnação anterior de Emmanuel, na personalidade do cônsul Públio Lentulo Sura, seu bisavô, e contemporâneo de Caio Júlio César, Marco Túlio Cícero e M. Pórcio Catão, além de aliado político do temível Lúcio Catilina, conforme se pode ver em “Guerra Catilinária”, obra memorável do historiador romano Caio Salústio Crispo.

A personalidade do senador aparece claramente, como a de um homem que se acreditava destinado a governar Roma e que o teria feito se tivesse sido vitoriosa a famosa rebelião de que participou como figura exponencial.

Esses dois personagens são conhecidos pela História e talvez Emmanuel tenha mencionado essas suas vidas num exemplo de humildade, relacionando suas antigas deficiências, como então homem do mundo, e seu esforço para tornar-se um verdadeiro discípulo do Cristo.

Entretanto, continuando na esteira do tempo, a encarnação posterior de Emmanuel, após Públio Lentulo Cornélio, é na figura de Nestório, vista no livro “50 Anos Depois”, escrito por Emmanuel e psicografado por Francisco Cândido Xavier. Trata-se de culto judeu grego cristão, que chegou a ouvir, na infância, as pregações de João Evangelista e, já em idade madura, feito escravo, foi levado para Roma, mas, mesmo sendo estrangeiro e, depois de liberto, ocupou cargo de destacado assessor do censor Fábio Cornélio na

**Prefeitura dos pretorianos na própria cidade de Roma, tendo morrido no circo, como verdadeiro mártir.**

**Trata-se Emmanuel de espírito que viveu muitas vidas de trabalho nas áreas jurídica e política.**

**Para quem pretenda pesquisar sobre as vidas de Emmanuel existe uma lacuna de mais ou menos 13 séculos, sendo Clóvis Tavares um dos poucos que conheceu algumas delas, conforme relata no seu livro “Amor e Sabedoria de Emmanuel”.**

**A partir dessa vida como Nestório, somente se conhece aquela em que Emmanuel apresentou-se no cenário do mundo como o padre Manuel da Nóbrega, o primeiro missionário do Cristianismo em terras brasileiras e, ao mesmo tempo, o primeiro jurista que o Brasil conheceu. A seu respeito disse Serafim Leite: “Bom jurista, administrador de energia e clarividência, e homem de Deus” (“História da Companhia de Jesus no Brasil”, Instituto Nacional do Livro, Rio de Janeiro, vol. IX).**

**A propósito, o entusiasmo pelos méritos do grande missionário cristão, que é Emmanuel, levou-nos a ler os livros escritos pelo padre Manuel da Nóbrega, que são o “Diálogo da Conversão do Gêntio” e “Cartas do Brasil”, duas obras primas do “primeiro escritor do Brasil”.**

**No livro “Amor e Sabedoria de Emmanuel” (já mencionado) Clóvis Tavares reproduz uma mensagem do espírito Cneio Lúcio, em que este traça um paralelo entre Públio Lentulo e Manuel da Nóbrega, mostrando a evolução realizada por esse valoroso discípulo do Cristo.**

**Posteriormente, na figura do padre Damiano, que viveu na Espanha e na França (personagem desconhecida da História, mencionada no livro “Renúncia”, escrito por Emmanuel e psicografado por Francisco Cândido Xavier), Emmanuel já mostra (desculpe-nos o Leitor a ousadia da análise) uma personalidade totalmente diferente do antigo senador romano, pois preocupado única e exclusivamente com sua missão espiritual e desvinculado das disputas materiais.**

E, por ocasião da missão terrena de Allan Kardec, no séc. XIX, aparece Emmanuel como um dos seus orientadores espirituais, agora já utilizando esse pseudônimo (v. a mensagem “O Egoísmo”, em “O Evangelho Segundo O Espiritismo”, Capítulo XI).

No livro “O Consolador”, sempre através da psicografia de Francisco Cândido Xavier, Emmanuel respondendo à questão nº 361, fala coisas importantíssimas que se aplicam a nós, juízes, como esta: “...há no mundo um conceito soberano de “força” para todas as criaturas que se encontram nos embates espirituais para a obtenção dos títulos de progresso. Essa “força” viverá entre os homens até que as almas humanas se compenetrem da necessidade do reino de Jesus em seu coração, trabalhando por sua realização plena. Os homens do poder temporal, com exceções, muitas vezes aceitam somente os postulados que a “força” sanciona ou os princípios com que a mesma concorda. Enceguecidos temporariamente pelos véus da vaidade e da fantasia, que a “força” lhes proporciona, faz-se mister deixá-los em liberdade nas suas experiências. Dia virá em que brilharão na Terra os eternos direitos da verdade e do bem, anulando essa “força” transitória.”

É sabido que Emmanuel é um dos responsáveis perante o Cristo pelos progressos da Doutrina Espírita no Brasil.

A propósito lembramo-nos de que, quando o prezado Weimar Muniz de Oliveira falou-nos pela primeira vez na ABRAME (Associação Brasileira dos Magistrados Espíritas), dissemos-lhe da nossa crença de que Emmanuel estivesse congregando os juízes espíritas para comporem essa importante entidade, com o que concordou o ilustre colega, presidente da FEEGO (Federação Espírita do Estado de Goiás).

E assim, estando a ABRAME em franco progresso, ficamos a pensar que algo deva ser dito quanto ao luminoso ex-colega, que agora vive apenas para os afazeres espirituais, para demonstrarmos gratidão por tudo o que tem nos

**ensinado através de seus livros maravilhosos. E ficamos na esperança de, também como aconteceu com ele, nos desvincularmos da “força” e passarmos a integrar, de corpo e alma, as falanges dos trabalhadores do Cristo, para nossa própria felicidade.**

**E, na ABRAME, acreditamos encontrar uma entidade típica da grande transformação do planeta em “mundo de regeneração”, principalmente pelo fato de estar sob o comando espiritual de Emmanuel.**

### **3.2.4 – A AUTOEVANGELIZAÇÃO**

A Boa Nova, trazida por Jesus, é tão universal que Mohandas Gandhi, que durante toda sua encarnação foi hinduísta, apesar de aberto a todas as correntes religiosas, afirmou que, se todos os escritos religiosos se apagassem da Terra e somente sobrevivesse o Sermão da Montanha, a Religião estaria preservada.

Realmente, o Evangelho, no seu sentido espiritual, e não na literalidade das expressões humanas utilizadas pelos seus próprios redatores encarnados e pelas traduções nem sempre corretas ou isentas, representa a Verdade, ou seja, a Lei Divina na sua expressão máxima para a compreensão humana.

O próprio Divino Mestre prometeu enviar o Consolador, em época própria, para esclarecer os pontos obscuros, trazer novos esclarecimentos e reviver o que tivesse sido esquecido, o que ocorreu com o advento da Doutrina Espírita, consistente sobretudo nas revelações feitas pelos Espíritos Superiores, através de médiuns missionários.

Pelo fato destes últimos terem, pelas próprias limitações do corpo de carne, dificuldades muito grandes de acesso ao mundo espiritual, poucos missionários encarnados conseguiriam informar-se de maneira suficiente para esclarecer os encarnados, fazendo-se necessário que a Verdade viesse do mundo espiritual para cá pela via mediúnica, única realmente em condições de atingir maior grau de fidelidade.

Allan Kardec foi, dos encarnados, quem mais estava em condições de reunir aquelas informações e organizá-las, sob a supervisão deles, em um corpo doutrinário apto a satisfazer tanto a razão quanto o coração. Assim surgiu na Terra, no

**mundo material, a Doutrina Espírita, sob os três aspectos de Filosofia e Ciência, na França, depois ganhando contornos de Religião, ao ser transplantada para o Brasil, conforme determinação de Jesus, narrados esses fatos no livro do Espírito Humberto de Campos, denominado “Brasil, Coração do Mundo, Pátria do Evangelho”.**

**A missão evangelizadora, na Doutrina Espírita, parece ter sido dada principalmente ao Espírito Emmanuel, cuja dedicação e senso de organização foram responsáveis pelo reconhecimento do Espiritismo como corrente religiosa, contando atualmente com milhões de adeptos.**

**Hoje em dia quase nem se fala mais em Espiritismo como Ciência ou Filosofia, mas sim como Religião, no Brasil, pois, já considerados provados seus postulados pelas pessoas de boa fé e boa vontade, quase ninguém mais se preocupa em provar a existência do Espírito e outras realidades do início do Espiritismo da época de Kardec.**

**Para nós, o que importa é nossa autoevangelização, ou seja, nossa autorreforma moral.**

**Emmanuel, graças à mediunidade sublimada de Francisco Cândido Xavier, realizou o trabalho da evangelização no Brasil, no que pertine à área abrangida pela Doutrina Espírita.**

**Discípulo reconhecido de Paulo de Tarso, o grande divulgador do Cristianismo entre os “gentios”, Emmanuel nos aclarou o Evangelho principalmente partindo dos escritos daquele apóstolo, por ele comentado em diversas obras de estudo, que revelam o significado mais profundo dos ensinamentos contidos nas suas famosas epístolas.**

**Autoevangelizar-se deve ser a meta principal de cada espírita, segundo exemplo do próprio Emmanuel, que**



**transformou-se de homem do mundo em verdadeiro apóstolo de Jesus. Vencendo todos os defeitos morais que detectou em si próprio, pela autoanálise sincera e aprofundada, adquiriu as virtudes da humildade, desapego e simplicidade.**

**Para quem acredita que os Espíritos Superiores são empertigados como os nossos homens e mulheres do mundo, vai aqui um exemplo que bem demonstrará o contrário. Certa vez indagaram de Francisco Cândido Xavier como Emmanuel se apresentava perante Ismael, o Guia Espiritual do Brasil, e o médium missionário respondeu simplesmente: - De joelhos! Aí a demonstração clara de que essas Entidades primam pela humildade e as outras virtudes.**

**Conhecer a Doutrina de Jesus, para os espíritas, representa estudar, de forma organizada e metódica, nos grupos de estudo das Casas Espíritas, as obras da Codificação e, em seguida, as obras complementares, ou sejam, as psicografadas por Francisco Cândido Xavier, Divaldo Pereira Franco, Yvonne do Amaral Pereira, José Raul Teixeira e alguns outros, além de Léon Denis e demais renomados e conceituados autores encarnados.**

**Querer conhecer o Espiritismo simplesmente através dos romances pode-se comparar a pretender tornar-se médico lendo apenas relatos clínicos sem enfrentar os maçudos tratados teóricos, necessários para uma visão organizada das disciplinas como Anatomia, Fisiologia e as demais. Os romances de Emmanuel, André Luiz, Manoel Philomeno de Miranda e Victor Hugo, por exemplo, ao mesmo tempo que relatam histórias interessantes, nos levam a reflexões evangelizadoras, mas não dispensam o estudo da Codificação Kardequiana, sem a qual, comparativamente, nunca**

**passaremos de “balconistas de farmácia que receitam remédios sem conhecimento da ciência médica”...**

**Espiritismo é Doutrina que exige estudo para seu conhecimento, sendo que, por exemplo, o Evangelho é tão profundo que uma encarnação a ele dedicada poderá nos trazer algumas noções elementares do seu conhecimento, mas somente no mundo espiritual conheceremos a chave de vários detalhes intrincados, de maior complexidade, que dependem de respostas somente acessíveis aos Espíritos Superiores, que já realizaram a autorreforma moral.**

**Não basta conhecer os textos dos evangelistas de memória, sem autorreformular-se, para compreender a essência da Mensagem de Jesus.**

**Somente quem se autorreformou moralmente se pode considerar evangelizado, realmente.**

### 3.2.5 – ANDRÉ LUIZ

Trata-se de um Espírito altamente intelectualizado, com especialização na área médica, cuja tarefa junto aos encarnados foi principalmente a de abordar, através da mediunidade de Francisco Cândido Xavier, a face científica da Doutrina Espírita.

Talvez a sua revelação sobre a vida no mundo espiritual tenha sido uma das suas maiores contribuições, por exemplo, quanto às realidades descritas na Série Nosso Lar.

Todavia, é evidente que existem inúmeros focos populacionais no mundo espiritual e não apenas a urbe por ele descrita, que fica sobre o céu da cidade terrena do Rio de Janeiro.

Não concebo que eu, por exemplo, habitante da cidade mineira de Juiz de Fora, em desencarnando, vá habitar algum dos arrabaldes de Nosso Lar, mas sim algum recanto apagado da Juiz de Fora espiritual...

As obras de André Luiz nos informam sobre importantes aspectos da Ciência Espírita, mas, sobretudo, nos conclamam para a educação interior, esclarecendo a força criadora do pensamento e do sentimento, que atuam tanto quanto as ações materiais, “respondendo cada um por suas obras”, que incluem suas emissões mentais e suas emoções.

Aliás, Jesus já tinha ensinado sobre a responsabilidade do pensar e do sentir quando disse: “Foi dito aos antigos: não matarás; Eu, porém, vos digo que será réu de juízo todo aquele que se encolerizar contra seu irmão. Igualmente, foi dito aos antigos: não cometerás adultério; Eu, porém, vos digo que todo aquele que olhar para uma mulher cobiçando-a já cometeu adultério com ela no seu coração.”

### **3.2.6 – A CIÊNCIA**

**Quanto aos cientistas encarnados ocorreu um fenômeno interessante: a imensa maioria não teve coragem de declarar-se espírita, somente o fazendo aqueles conhecidos do século XIX e, no século XX, o nosso respeitável e realmente autorreformado moralmente Hernani Guimarães Andrade, além de alguns poucos, principalmente renascidos no Brasil, como Sonia Rinaldi.**

**Os que se têm dedicado à TCI (Transcomunicação Instrumental) são geralmente verdadeiros missionários da Ciência, preparando a época em que nos comunicaremos, através de aparelhos, com os desencarnados. Todavia, como esclarecia o Dr. Hernani, tudo isso está a depender da reforma moral da humanidade.**

**O Comando Espiritual do Planeta, ou seja, o Divino Mestre, não permite que ultrapassemos os limites por Ele traçados, para não repetirmos a má utilização de recursos avançados para o Mal, como se fez com a utilização de aviões para bombardear cidades e populações civis e utilizar a desintegração atômica para fabricar bombas, como as que dizimaram Hiroshima e Nagasaki...**

**Quando realmente estivermos vivendo a era da regeneração teremos um progresso científico inimaginável por enquanto: basta ler, “com olhos de ver e ouvidos de ouvir”, o livro Nosso Lar, de André Luiz, para se fazer uma estimativa do que ainda veremos concretizado no mundo material.**

### **3.2.7 – A FILOSOFIA**

**Platão e Aristóteles, como afirma Emmanuel, apesar da grande contribuição que deram à Filosofia, estavam muito aquém da elevação, sobretudo, espiritual do seu mestre Sócrates.**

**A Filosofia tomou o rumo do materialismo e ainda continua reducionista, portanto, horizontal, perdendo precioso tempo com reflexões que em nada contribuem para melhorar a Ética, a qual depende umbilicalmente do reconhecimento da existência do Espírito e demais postulados daí decorrentes, aliás, pregados pelo próprio Sócrates há cerca de dois milênios e meio.**

**Temos, atualmente, estudada nas universidades uma Filosofia materialona, verdadeira flor sem perfume, que funciona como mero exercício cerebral que teme olhar a Verdade face a face.**

**Michel de Montaigne, no século XVI, foi um dos poucos filósofos a afirmar sua crença em Deus e na reencarnação, valorizando o autoconhecimento como discípulo verdadeiro e assumido de Sócrates.**

**Infelizmente, ouvimos falar da Filosofia dos ateus, dos quais muitos se dizem tais simplesmente como meio de sobreviver no magistério superior e no mercado editorial, em troca de uma remuneração que lhes trai a própria consciência.**

**Allan Kardec, compilando e organizando as informações dos Espíritos Superiores, contribuiu para a implantação no mundo terreno da Filosofia estudada no mundo espiritual, ou seja, aquela que se baseia na reflexão sobre as Leis Divinas.**

### 3.2.8 – AS ARTES

Yvonne do Amaral Pereira, quando ainda encarnada, afirmou que o Espírito Victor Hugo estava se preparando para reencarnar, junto com uma plêiade de gênios da Arte, para implantarem a Arte Sublimada do Terceiro Milênio.

Estamos no aguardo dessa realização, porque, na verdade, no geral, o que se tem visto, em termos artísticos, na atual conjuntura planetária, é a consagração da imoralidade e do mau gosto, comparável talvez ao período da desagregação do Império Romano.

Sem a Ética não se concebe uma Arte realmente construtiva e nossos artistas, no geral, têm primado pelo desacerto moral, verdadeiros maus exemplos para as pessoas desavisadas, pregando, direta ou indiretamente, a irresponsabilidade e o materialismo, sendo sua maioria composta de “cegos guiando outros cegos”...

Por exemplo, em termos musicais, depois de termos ouvido Beethoven, Bach, Schubert e outros luminares da Harmonia, termos de suportar os ritmos e poesias musicadas de muitos dos artistas contemporâneos significa que estão encarnados poucos dos verdadeiros missionários da Música Espiritual.

Quanto às outras modalidades artísticas, inclusive a Literatura, o que se tem visto pode ser enquadrado na expressão utilizada por Yvonne do Amaral Pereira quanto a um literato dos mais famosos, que ela qualificou de “inconveniente”...

Quando ouvimos uma música, lemos um livro, apreciamos uma obra de Arte, a tendência é entrarmos em sintonia com a corrente mental do autor daquela produção: se é elevada, traduzir-se-á em paz e harmonia interior, mas, se for inferior, nos colocará em contato mental com encarnados e desencarnados que vibram naquela frequência desarmônica.

Por isso Paulo de Tarso recomendava: “Tudo me é permitido, mas nem tudo me convém.”

**Há obras artísticas do Bem e há obras do Mal, dependendo da índole de cada artista.**

**Francisco Cândido Xavier afirmava: “Cada um é responsável pelas imagens que cria na mente dos semelhantes.”**

**Em uma de suas obras, o Espírito André Luiz narra a tortura mental que vivia um escritor desencarnado, perseguido pelas criações desequilibradas que tinha engendrado quando ainda vivia no mundo terreno...**

**Experiências científicas, como se sabe, demonstraram os efeitos positivos ou negativos que as composições musicais provocam nas moléculas da água: imagine-se o que acontece, por exemplo, no nosso próprio corpo físico, composto de cerca de 65% de água, sem contar a questão da sintonia mental...**

### **3.2.9 – A DOUTRINA ESPÍRITA**

**A Doutrina Espírita aconselha o autoamor com Deus, enquanto que há alguns autores de textos de autoajuda que procuram incentivar a autoestima de variadas formas, mas sem nenhuma religiosidade.**

**Aparentemente, os resultados são os mesmos, todavia, partindo das premissas espíritas, os resultados são definitivos, pois consolida-se o autoamor baseado na razão, de que tanto fazia questão Allan Kardec, com a crença raciocinada, enquanto que a autoajuda dos materialistas, digamos, necessita de constantes repetições, como tratamento paliativo, cobrando novas doses, sempre que ocorre qualquer situação desagradável.**

**Hoje em dia vêem-se verdadeiras enxurradas de livros de autoajuda, porém, o simples fato de estarem seus autores distanciados da fé raciocinada enfraquece seus argumentos e representam “bengalas psicológicas” capengas para seus usuários, tais como as sessões de Psicologia sem reforma moral.**

**A Doutrina Espírita ensina-nos a amar a nós próprios dedicando-nos ao nosso aperfeiçoamento intelecto-moral, sem o que não conseguiremos amar os nossos irmãos e irmãs em humanidade.**



### **3.2.10 – A VALORIZAÇÃO DO CORPO**

**O corpo físico representa uma verdadeira bênção para o Espírito, pois, unido a ele nas sucessivas encarnações, desde as primeiras na escalada evolutiva, é que vai fixando as lições que o fazem evoluir desde as experiências anteriores ao vírus, que todos já fomos, até a angelitude, que alcançaremos um dia.**

**Na verdade, os corpos são seres espirituais mais primitivos, cujo contato com os Espíritos mais evoluídos é obrigatório, por determinação da Lei Divina, que estabelece que uns sirvam de instrumento para a evolução dos outros, ou seja, o contato entre os mais adiantados e os mais primitivos beneficia a todos eles.**

**Assim, o corpo de um ser humano, formado de trilhões de células, possibilita ao Espírito encarnado o aprendizado somente possível pelas encarnações, ao mesmo tempo que aperfeiçoa esses minúsculos e iniciantes Espíritos.**

**A Sabedoria e o Amor do Pai Celestial estabeleceram essa interdependência, que, aliás, é muito mais ampla que imaginamos, englobando todos os seres da Criação, ou seja, do Universo.**

**Os cuidados que devemos ter com o nosso corpo representam respeito e gratidão a Deus, atenção com esses “irmãozinhos” mais primitivos, que necessitam do contato fluídico conosco para evoluírem, e preservação da nossa saúde, da qual precisamos para desempenhar nossas tarefas materiais durante a encarnação.**

**Infelizmente, muitos de nós ignoram as regras necessárias à boa saúde corporal, que depende não só da alimentação saudável e demais atenções materiais, como também do bom estado de ânimo, pois o corpo sofre as**

**influências do meio externo como e, principalmente, o efeito dos pensamentos e sentimentos do Espírito que o habita, através dos centros de força (chakras).**

**Tudo fazendo para preservar o corpo, cumprimos um dos deveres da encarnação, enquanto que agindo de forma que o prejudique, assumimos um grave compromisso frente às Leis Divinas.**

**O Espírito André Luiz foi tido como “suicida inconsciente” devido aos abusos que cometeu quando encarnado, antecipando indiretamente sua desencarnação. Não afirma que prejudicou aqueles “irmãozinhos”, que são as células, mas, quando lemos seu livro “Evolução em Dois Mundos”, entendemos as afirmações que aqui estamos fazendo.**

**Conta-se que, certa vez, Francisco Cândido Xavier estava acamado com um problema orgânico relacionado com o fígado, quando Emmanuel lhe apareceu à visão psíquica, aconselhando-o a conversar com as “irmãzinhas”, as células hepáticas, o que ele fez, donde começaram a funcionar, possibilitando que logo se levantasse do leito e fosse ao trabalho...**

### **3.2.10.1 – A ALIMENTAÇÃO**

**Infelizmente, a maioria dos ocidentais prefere os alimentos pelo sabor ao invés da sua qualidade nutritiva, prejudicando seriamente o organismo e antecipando, em muitos casos, a própria desencarnação.**

**Sem querer transformar este modesto estudo em meio de vanglória pessoal, afirmo, apenas como exemplo, minha felicidade ao ver minhas filhas Tereza e Jaqueline, adolescentes ainda, dedicadas à alimentação saudável, seguindo à risca as orientações da sua nutricionista, inclusive quanto aos produtos que devem ser escolhidos e os horários corretos de sua ingestão.**

**Chegará a época em que toda a humanidade entenderá que a Nutrição é uma ciência das mais importantes para a vida humana e não um capítulo da Gastronomia, esta última que costuma conduzir à gula e às doenças que infelicitam milhões de seres humanos pela ingestão de produtos nocivos.**

**O Espírito André Luiz dá alguns indicativos sobre a alimentação em Nosso Lar, valendo a pena sua leitura como referência para o que devemos fazer aqui, enquanto encarnados, para, quando chegarmos ao mundo espiritual, estarmos mais bem preparados para lá viver bem.**

**Informa esse Orientador Espiritual que, nos Espíritos Superiores, quando de sua desencarnação, as primeiras funções a atrofiar-se são a digestiva e a genésica, o que deve ser motivo de nossa reflexão.**

### **3.2.10.2 – AS ATIVIDADES FÍSICAS**

**Cada pessoa costuma ter suas preferências em termos de atividades físicas: Mohandas Gandhi e Sundar Singh viajavam a pé; Divaldo Pereira Franco subia os morros onde se localizam as favelas; outros preferem a prática de esportes e assim por diante.**

**De qualquer forma, é necessário que exercitemos os músculos para termos boa saúde.**

**O próprio Divino Mestre nunca dispensou as atividades físicas, bastando observar Seu estilo de vida para verificarmos quanto de energia corporal Ele dispendia em cada dia de Sua curta mas extraordinariamente profícua encarnação.**

**A preguiça é um vício que devemos combater em nós mesmos, porque nos prejudica imensamente.**

**Principalmente quando exercemos uma profissão em que o cérebro é muito cobrado é que devemos contrabalançar esses tipos de atividade com alguma forma de atividade física, aliás, seguindo a sabedoria dos antigos romanos, que apregoavam o “mens sana in corpore sano”.**

**O excesso de atividade física é que deve ser evitado, pois que, atualmente, com o despertamento das pessoas para as atividades esportivas, muitos têm sido vítimas de lesões até graves pelos esforços incompatíveis com os limites que o corpo suporta.**

**Com bom senso, geralmente, podemos desenvolver alguma atividade física saudável até os últimos dias de vida, o que auxilia a própria estabilidade emocional.**

### **3.2.10.3 – O AUTOERDÃO**

O Espírito Joanna de Ângelis tem estudado o autoeridão como um elemento importante na cura dos males espirituais, estes últimos que costumam acabar provocando muitas doenças do próprio corpo.

Tendo, como temos, um grande acervo de equívocos morais no nosso “banco de dados” em que consiste nosso inconsciente, é necessário trazer para o consciente esses “dados” e reflexionar sobre eles, a fim de cumprir o conselho do Divino Mestre quando disse: “Vai e não peques mais.”

Todavia, infligirmos castigos cruéis a nós próprios pelos erros pensados, sentidos e colocados em prática representa desconhecimento da técnica de autocura, que determina o autoeridão e não a autopunição.

“Ir e não pecar mais” significa autoerdoar-se, procurar ressarcir aqueles que prejudicamos de alguma forma e seguirmos adiante na escalada evolutiva.

O fanatismo e a desinformação que vigoraram, sobretudo na Idade Média, impingiram na nossa mente a ideia de que devemos nos punir por conta de muitas coisas que eram tratadas como “pecados” e, assim, ao invés de autoerdoarmos-nos e seguirmos adiante, ficamos “parados no tempo,” enjaulados por dentro e doentes por fora.

Muitos casos de doenças psíquicas são mera decorrência da incompreensão quanto a esse aspecto.

A Orientadora Espiritual referida acima tem procurado esclarecer os encarnados sobre a necessidade do autoeridão.

Sigamos seus ensinamentos, pois o autoamor é uma das suas mais importantes contribuições para o autoconhecimento, caminho para a evolução intelecto-moral.

## **CONCLUSÕES**

- 1) Amar a Deus é nosso primeiro dever, como se sabe;**
- 2) Amar a nós mesmos é o segundo e amar os demais seres da Criação, ou seja, do Universo, é o terceiro;**
- 3) O autoamor significa investir no próprio aprimoramento intelecto-moral, sendo que, quanto a este último, traduz-se em vencer os nossos defeitos morais, substituindo-os pelas virtudes da humildade, desapego e simplicidade;**
- 4) Nosso corpo deve ser cuidado dentro das melhores regras da saúde física e mental;**
- 5) Autoamar-se é imprescindível para a felicidade atual e futura.**