

**DIMENSÕES  
ESPIRITUAIS DA VIDA**

**LEONARDO PAIXÃO**

***CAMPOS DOS GOYTACAZES, RJ  
2013***

**LEONARDO PAIXÃO**

***DIMENSÕES ESPIRITUAIS DA  
VIDA***

**1. Edição**

**Campos dos Goytacazes, RJ**

**Edição do Autor**

## **Dimensões Espirituais da Vida**

**Copyright@2013 by Leonardo  
Paixão**

Paixão, Leonardo

Dimensões Espirituais da  
Vida/Leonardo Paixão/Espíritos Diversos.  
Campos dos Goytacazes, RJ, 1ª edição,  
2013.

1. Obras Psicografadas.

2. Espiritismo

I. Paixão, Leonardo II.

Título

CDD – 133.93

### **Revisão Doutrinária**

Calunga (Espírito)

*Direitos Autorais reservados*

***Proibida toda e qualquer reprodução conforme  
Lei 9.610, de 19 de Fevereiro de 1998.***

## **ÍNDICE**

Prefácio

1 – Dimensões e Vida

2 – Luz e Sombra

3 – Ilusão

4 – Mudança

5 – Auxílio da Luz

6 – Morte: Simples Passagem

7 – Inquietações

8 – Domínio da Vida

9 – Práticas para o Domínio da Vida

10 – A Unidade

Entrevista com o médium Leonardo  
Paixão

## ***DIMENSÕES ESPIRITUAIS DA VIDA***

Pensei em um livro que, de maneira prática e bem objetiva pudesse colaborar com a compreensão dos fenômenos espirituais e desmistificar a morte bem como o contato com os mortos amados. Muitas são as pessoas que nos procuram para tirar suas dúvidas, seja no Grupo em que trabalhamos, seja nos encontros que temos no dia-a-dia. Eis o porquê deste livro, que à primeira vista poderá parecer muito simples, mas que, a sua profundidade se revela, justamente, em sua aparente simplicidade.

Espero que ele possa auxiliar não só na compreensão dos diversos fenômenos mediúnicos tão atraentes à vista, mas, principalmente, auxiliar na *mudança interior imprescindível à divina realização*.

Leonardo Paixão.

## ***DIMENSÕES E VIDA***

A vida é vivida por nós em três dimensões: altura, largura e profundidade acrescida da dimensão tempo com o advento da Teoria da Relatividade de Einstein. Pensando estas dimensões em nível de consciência espiritual podemos nos perguntar:

- Em que altura está nossa Alma?

- Qual a largura de nossos interesses espirituais?

- Qual a profundidade de nossa consciência?

- Que tempo temos dado à Vida?

Para responder a estas questões, que estão intimamente interligadas, é preciso que façamos considerações sobre cada um

destes itens: alma, interesses espirituais, consciência, Vida.

### *Alma*

O que é a Alma? A Alma é simplesmente um Espírito encarnado, resumindo, é você, sendo que vestindo um corpo, em algumas organizações místicas como a Ordem Rosacruz – AMORC, prefere-se o termo “personalidade-Alma”, pois encarnada, a Alma não está em sua individualidade plena já que está com as influências do tempo em que se situa, são as influências sociais, familiares, educacionais, religiosas.

Podemos nos libertar destas influências despertando o “Eu Real” que somos, deixando a prisão das influências negativas e harmonizarmo-nos com o Cósmico e, então, só então, poderemos falar como Jesus: “Eu e o Pai somos Um”.



### *Interesses Espirituais*

Interesse espiritual não é apenas ler livros sobre espiritismo, esoterismo, yoga, budismo ou de qualquer líder religioso com que simpatizemos. Não. Vai, além disso, muito além, é se sentir bem ao estar no Grupo Espírita, na Igreja, no Templo que você frequenta e, onde quer que seja, para buscar a Deus, não este deus morto que te julga e decide a sua eternidade com um céu ou um inferno, mas o Deus que é Vida e vive em nós. A pessoa que tem interesses espirituais não faz caridade com o pobre objetivo de ir para o Céu, ela faz o Bem porque o seu interesse é mostrar Deus em nós. Em tudo que faz desde o trabalho ao lazer, o seu interesse é este e nada mais. Daí a abundância favorecer tal criatura.

### *Consciência*

Consciência é o estar pleno de si. O inteligente sabe que existe. Como revelou Descartes: “Cogito,

ergo sum” (Penso, logo existo). Isto não é consciência, não é apenas se saber existente em meio à multidão. Consciência é plenitude, é o estado do saber de onde vim, porque estou aqui e para onde vou. Não é olhar a vida superficialmente com o raciocínio inteligente. Ser consciente é se saber Uno com o Todo, o macro e o micro.

### *Vida*

*“A Vida é Deus e amar a vida é amar a Deus” – Léon Tolstói*

Li esta frase pela primeira vez em minha adolescência e, desde então, ela vem me acompanhando a fim de que pudesse lhe descobrir o seu profundo sentido. Hoje sei que, mesmo precisando trabalhar para o “pão de cada dia”, precisando estudar para não ser um alienado, a Vida é muito, muito mais do que se matar para acumular bens, estudar para ganhar posição, tudo isto virá quando estivermos *conscientes* de nossa alma, de

nossos interesses e da Vida. Este segredo Jesus nos revelou dizendo que o Reino de Deus é Vida em abundância: “Eu vim para que tenhais vida e Vida em abundância”. Ora, correr para ganhar dinheiro apenas e tão-somente é viver o não sentido da Vida.

### *Dimensões Espirituais da Vida*

. A Vida é uma teia em que todos nos encontramos enredados. Cada fio dessa teia representa uma dimensão. Temos a dimensão do orgulho, da vaidade, do rancor, do ódio, enfim, dos sentimentos negativos que deixamos muitas vezes nos afligir. Também temos o lado oposto: a dimensão da humildade, da modéstia, da indulgência, do amor e todas as virtudes que dele advém.

De acordo com o que nos acontece estaremos tecendo este ou aquele fio da teia de nossa vida. O problema maior é

permaneceremos grudados nas teias que não nos elevam.

Se eu fico preso ao orgulho do “só eu sei fazer”, não enxergando que o outro também pode, vou ficar grudado, apegado a que todos reconheçam a minha autossuficiência, quando autossuficiência verdadeira é o reconhecer que “faço o que posso”, daí advém a modéstia. Assim com todos os outros sentimentos que nós já falamos.

Não se deixe levar pelo ego, ele te prende em coisas pequenas que não promovem o seu crescimento.

Ego é mente e mente não é consciência, porque a mente está muito atrelada ao raciocínio chamado lógico. A mente pode até te favorecer com algumas percepções psíquicas, mas é só, ela não te levará á consciência plena.

Você vive em várias dimensões, mas qual delas verdadeiramente te faz reconhecer Filho de Deus?

A dimensão corpo só enxerga o visível.

A dimensão social deseja posição.

A dimensão emocional deseja satisfação.

A dimensão familiar deseja reconhecimento.

A dimensão mente deseja reconhecimento.

A dimensão espiritual deseja Deus.

A dimensão *consciência* sabe ser Plena.

Vamos tecer a teia da consciência e nos veremos livres para viver sem nos sentirmos escravos de nada e de ninguém.

Liberte-se, Viva.

*“Conhecereis a Verdade e a Verdade vos libertará” – Jesus (João, 8:32).*

*Calunga*

*(Mensagem psicografada no dia 05/01/2013 pelo médium Leonardo Paixão).*

**LUZ E SOMBRA**

Como vimos, vivemos num mundo onde a Luz tanto brilha quanto a Sombra a oculta. A mensagem de Calunga deixa isso bem claro quando fala dos sentimentos. Fazemos Luz quando nos preenchemos de Amor e Sabedoria, na grande verdade, não nos preenchemos, despertamos o que está latente em nosso Ser.

Todos sabemos que as trevas são a ausência da Luz, mas como pode a Luz estar ausente se nós somos parte dela? Afinal, a obra do Criador é Perfeita e essa perfeição faz parte de nós, todas as qualidades que atribuímos ao Criador estão em nós, pois sendo Ele Luz nós também o somos. No entanto, o nosso desejo de vermos esta perfeição realizada na Terra é o que faz com que nos rebelemos contra a Lei Divina e caminhemos a passos contrários, buscando nos

colocar no mais alto pedestal para logo percebermos que, vivendo na sombra de nossa suposta autossuficiência, ficamos sem enxergar a harmonia que rege a vida e que a Sombra só nos faz atrasar os passos rumo à Plenitude.

Podemos perguntar: a Sombra é ruim?

Depende do ponto de vista em que nos inserirmos. Se a virmos como o Diabo, o obsessor, a causa de toda destruição que há no mundo, então, a conclusão que se chega é de que ela é um grande monstro e deve ser extinta.

Se pensamos que a Sombra por ser apenas reflexo de nosso eu distorcido, diremos que ela não é ruim, nem muito menos criação do mau, concordaremos com Santo Agostinho quando diz que “o mau é a ausência do Bem”. A Sombra revela a nossa personalidade presa à ilusão da satisfação de nossos desejos e, quando para isso



despertamos percebemos que o “Seja feita a Vossa Vontade”, da Oração do Pai Nosso, nos alerta para o fato de que quando estivermos livres do desejo, a nossa expressão é a Vontade de Deus.

A Sombra (neste sentido espiritual que estamos colocando) é caminho de reconstrução. Reconstrução da Harmonia com o Universo. Por isso, não devemos temer a Sombra, ao contrário, sejamos gratos por ela nos mostrar o caminho. Gratidão é o que devemos ter e não medo, porque o medo é justamente o que pode vir a fortalecê-la e ainda mais tempo nos deixar na caverna.

Para este caminho de reconstrução, não basta sair da caverna e enxergar a Luz, é preciso levá-la aos outros que também estão na caverna e tem medo de se ofuscarem com a Luz. Paulo, Apóstolo, se ofuscou com a Luz do Cristo na estrada de Damasco e

isso o fez reconhecer que, enxergando, estava cego e, ao passar três dias nas trevas de seus olhos materiais, olhou para si mesmo despertando a Luz Crística e em sua Epístola aos Gálatas, cap. 2, vers. 20, ele proclama: “Não mais eu vivo, mas o Cristo vive em mim”.

Verdadeiramente Paulo, agora, estava liberto, levando a Palavra para os que se acomodavam com a Sombra.

A Sombra nos mantém no *sono da ilusão* do qual precisamos despertar para realmente vivermos. Em um soneto, por nós psicografado, o Espírito Vinícius de Moraes nos alerta:

*Despertar do Sono*

Nasce a alvorada em matinais encantos

Em meio á alegria de pássaros em canto

Renovando o suor e o calor  
de novo dia

Na eterna bênção do  
recomeço em alegria

Na vida não mais o  
desencanto

De encontros e desencontros  
em seu pranto

Entre misérias e grandezas da  
alma [humana

No ímpeto feroz de animal em  
sanha...

Vivei, vivei a vida em amor  
profundo

Renovai as voltas em íntimo  
mundo

Dizendo adeus às ânsias do  
engano

Morte e Vida, Vida e Morte

O Amanhã é o teu Norte

Ao despertar da ilusão do  
sono.

*Vinícius de Moraes*

*(Soneto psicografado no dia  
05/09/2011).*

## **ILUSÃO**

*“Se nós formos o que os amigos  
querem, alguns ficarão magoados; se nós  
formos dissimulados, alguém vai  
perceber, então, a melhor forma de ser é  
ser você mesmo”.*

*Frei Carlos Murion  
(Espírito)/médium: José Medrado*

O alerta de Frei Carlos Murion nos leva a algumas reflexões: Que tipo de pessoa sou? Vivo me preocupando em agradar a todos, usando da arte da camuflagem dependendo das circunstâncias a fim de ser aceito? Ou sou eu mesmo sem me preocupar com o que os outros pensam, dando atenção apenas à minha consciência?

Se você, que está lendo estas páginas, respondeu à 2ª opção, é sinal de que, apesar dos obstáculos que surgem à sua frente, você vence a todos porque sabe encarar a vida de frente e, portanto, sabe

ser alegre e feliz. Se você ficou em dúvida ou teve vergonha por se reconhecer como pessoa da 1ª opção, sinto dizer, mas você está iludido considerando que você está se enganando ao achar que é o que você, em verdade, finge ser. E por que você finge? Porque quer muito ser o que não é, pensando assim agradar ao namorado, à esposa, ao patrão, à família, aos amigos, etc. Mas, e quando acaba a farsa, como você se sente? Se sente decepcionado, mal e irritado consigo mesmo. Apesar disto, isto é sinal de que um alerta foi dado, pois a pior ilusão é aquela que nos deixa cegos a respeito do valor que nos damos e com ele toda gama de variedades que provém deste tolo orgulho: indiferença, calúnia, preconceito, descortesia, inveja, rancor, etc.

Como orador e médium espírita temos nos deparado com diversas pessoas que conosco vem conversar, algumas nos pedindo

orações, outras conselhos, e, grande número para falar de seus sofrimentos e culpando às pessoas de seu convívio ou aos espíritos que ainda estagiam em zonas inferiores como responsáveis pelos seus insucessos. Geralmente essas pessoas se dão um valor de santificação, justificando atitudes indevidas visto que o seu objetivo é ajudar ao próximo. Aí nos perguntamos; se o objetivo delas é ajudar o próximo e se elas são tão boas, por que virem a nós de forma angustiada? Se são tão boas por que não compreendem que o outro está agindo desta ou daquela forma dentro de seu nível de evolução? Infelizmente o ser humano iludido sobre si próprio não analisa pelo prisma da empatia, somente da simpatia e, quando percebe o outro contrário ao seu modo de ver e sentir, logo começam as inúmeras justificativas para que dê início à indiferença, à maledicência envernizada, ao preconceito, etc. Este o caminho da ilusão.

Sejamos nós mesmos e estimulemos o outro a também se libertar da prisão do “devo fazer assim porque a sociedade é assim”; “se não fizer isto o que vão falar de mim?”. Não se culpe, se você está agindo de acordo com a voz de sua consciência, não há o que temer. Siga confiante e *ouça a voz interior que te fala e lehe siga os passos, deixamos de aprender e crescer ao não ouvirmos a voz de Deus em nós.*

Uma última reflexão para se evitar qualquer mal-entendido: ser você mesmo não significa seguir com a *síndrome de Gabriela*: Eu nasci assim, eu cresci assim, eu sou sempre assim. A música é bonita, mas não é para ser seguida ao péda letra, até porque música é feita para agradar aos ouvidos e passar uma mensagem, mas não é uma doutrinação.

Como Filhos de Deus somos Luz e sendo Luz, todo e qualquer



sentimento negativo é sombra. Daí se somos impacientes precisamos descobrir o poder da paciência e todas as vantagens que disto advém e assim fazemos como todas as sombras que ainda vivem em nós. Alcançando a Unidade Divina seremos rastros de Luz por onde passarmos. Isto é Ser.

## IV

### **MUDANÇA**

*“Para mudar sua situação, mude sua atitude. Solte suas ideias fixas. Altere suas fotos internas. Você pode fazê-lo. Você é criativo e poderoso”.*

*James Van Praagh – médium norte-americano.*

Você deve estar pensando: “Meu Deus, como é difícil mudar”! Sim, é difícil, não vou falar que é fácil. A mudança *doi*. Você não quer deixar o mundo de fantasia em que vive. A mudança significa expor as feridas e ver suas cicatrizes. No entanto, só você pode fazer isso. *“Você é criativo e poderoso”.*

Qual o processo usar para auxiliar e facilitar a mudança?

É um processo muito simples e o seu sucesso só dependerá de você.

A maioria das pessoas que desejam mudar a sua vivência, não o conseguem e se martirizam por dois motivos: um é o se concentrar no “eu não consigo” – afirmação negativa. O outro é o se concentrar no “eu sou assim mesmo” – afirmação positiva. Nos dois casos o sentimento que envolve estas afirmações é um sentimento de indignação, por isso, se permanecer como se está até então.

Modifique seu pensamento para o pólo positivo, diga “sou paciente”, “sou humilde”, “sou Luz”, diga isso com o sentimento de profunda alegria, sinta-se feliz e em paz ao afirmar e perceba a mudança fluindo em você. Desse modo a mudança deixará de ser um parto doloroso para ser um momento mágico de sua vida.

Dê ouvidos à sua consciência e para ouvir a sua consciência aprenda que:

“Para ouvir minha consciência, tive de deixar de ouvir muitos amigos que não tinham a menor noção do que eu realmente preciso para crescer como espírito eterno.

“Para ouvir minha consciência, tive de aprender a valorizar o que vale e o que não vale a pena ser valorizado sobre o que falam a meu respeito, e também acerca do trabalho que realizo em nome de Jesus.

“Para ouvir minha consciência, aprendi que a mágoa é muito útil quando sabemos o limite entre os erros dos outros e o quanto nós também contribuimos para seus erros nos ferirem.

“Para ouvir minha consciência, aprendi que jamais vou agradar a todos.

“Para ouvir minha consciência, aprendi também que não posso avançar sozinho.

“Para ouvir minha consciência, hoje entendo que a vaidade é a mais grave doença dos médiuns, mas que jamais será erradicada sem a coragem de investigá-la de frente” (Wanderley Oliveira. Meus Desafios Perante a Maioridade do Espiritismo. **Os Dragões**, do Espírito Maria Modesto Cravo. 3.ed. p. 27-28).

Quão belos e úteis são estes depoimentos do médium Wanderley Oliveira! Quantas coisas temos de deixar de lado e quantas coisas precisamos compreender para uma mudança efetiva!

O importante é deixar a mudança fluir sem sentimento de indignação, de desvalorização, fluir, como dissemos acima, com sentimento de felicidade e paz.

Só você é o responsável por sua mudança e *“você pode fazê-lo. Você é criativo e poderoso”*.

**AUXÍLIO DA LUZ**

Muitas pessoas se perguntam qual o processo usado pelos espíritos para nos auxiliar. Bom, para responder a este questionamento é preciso que primeiro compreendamos um pouco os processos de comunicação que os espíritos usam.

Espíritos se comunicam com os humanos desde os primórdios do mundo. A primeira forma de comunicação se deu através dos sonhos, foi assim que o homem primitivo foi tomando consciência da vida após a morte. A Bíblia é um repositório de fatos mediúnicos desde o Antigo e o Novo Testamento, assim como outros livros da Sabedoria Antiga como o Bhagavagita, o Alcorão e livros diversos de filósofos antigos e contemporâneos.

Allan Kardec foi um homem inspirado que percebeu que um novo movimento, uma revolução estava a se fazer no mundo. Através de uma pesquisa aprofundada Allan Kardec classificou do seguinte modo os tipos de comunicação:

*Pneumatofonia:* Voz dos espíritos; comunicação oral dos espíritos, sem o concurso da voz humana. Mais conhecido como *voz direta*.

*Pneumatografia:* Escrita direta dos espíritos sem o auxílio da mão de um médium.

*Psicofonia:* Comunicação dos espíritos pela voz de um médium falante. ImproPRIAMENTE chamada de *incorporação*, este é um termo errôneo, pois, *o espírito não entra no corpo de ninguém*.

*Psicografia:* Escrita dos Espíritos pela mão de um médium. Ela pode ser mecânica (o espírito

toma da mão do médium e este não tem consciência do que escreve – raros); semi-mecânica (o médium toma consciência à medida que escreve – muito comum) e intuitiva (a comunicação se dá pelo pensamento. Kardec adverte que neste tipo de mediunidade é difícil separar o que é do médium e o que é do espírito,mas, não é regra geral).

*Tiptologia:* os espíritos se comunicam através de pancadas e movimento de objetos.

*Materialização:* através do ectoplasma (substância que sai do organismo do médium), os espíritos modelam rostos, mãos e até mesmo aparecem de corpo inteiro. É um fenômeno muito desgastante para o médium, com o tempo ele diminui até o tamanho de sua estatura, isso foi observado com o conhecido médium Peixotinho.

*Vidência ou Clarividência:* faculdade de ver os espíritos.



*Audição ou Clariaudiência:*  
faculdade de ouvir os espíritos.

No Brasil, os tipos mais comuns de médiuns são os audientes, videntes, falantes (ou psicófanos) e psicógrafos (escreventes). Este último tipo ficou muito conhecido graças ao trabalho do conhecidíssimo Chico Xavier. É claro que há uma gama enorme de comunicações mediúnicas e quem quiser estudá-las a fundo aconselhamos que leia “O Livro dos Médiuns”, de Allan Kardec e outros psiquistas como Léon Denis, Gabriel Delanne, Ernesto Bozzano, Alfred Erny, Charles Richet, William Stead, etc.

Os espíritos que gostam de nós aproveitam ocasiões para nos enviarem sinais, daí a importância de ficarmos atentos aos detalhes que a vida nos mostra. Quando nós não entendemos os sinais que os Amigos Espirituais nos mostram, eles procuram se mostrar

ostensivamente e é aí que entra a figura do médium.

Há 17 anos, uma senhora do Grupo que frequentamos desencarnou, logo fui convidado por uma médium da Casa a irmos ao velório, era um feriado e estava muito cansado, eu tinha trabalhado a tarde e a noite do dia anterior e o velório era pela manhã. Saí de casa para ir ao supermercado fazer pequenas compras quando, para minha surpresa, a voz do *Guia* se fez ouvir dizendo: “A missão de todo médium é auxiliar o próximo”. Voltei imediatamente para casa, troquei de roupa e segui para o cemitério, em lá chegando, cantamos alguns hinos e oramos eu e a médium que nos havia chamado, impondo as mãos sobre o corpo da recém-desencarnada, foi quando ouvimos bem perto de nós um barulho como se algo estivesse sendo cortado e aí percebemos que os espíritos precisavam de usar da energia física de médiuns para, neste caso

específico, facilitar o desprendimento do espírito ao corpo. Como vemos, mesmo na hora da morte somos auxiliados pelos amigos da Luz.

### *Ajudando a se enxergar*

Em uma reunião de estudos sobre mediunidade, uma jovem começou a falar a respeito de algumas dúvidas que tinha e, ante que ela terminasse, de maneira intuitiva comecei a falar tudo o que ela estava sentindo e ela me olhou espantada e disse: “Meu Deus! Verdadeiramente você é um bruxo”. Dei uma risada e respondi: “Às vezes é permitido lermos as pessoas. Os espíritos bons promovem isto para auxiliar a que não tenhamos medo de nos olharmos de frente. Encare-se, não tenha medo de você, quando você se conhecer tudo vai mudar”. A jovem hoje tem seguido a vida sem muitas angústias.

### *Está dando certo?*

É comum ouvirmos expressões como: “Minha vida está dando para trás”; “Tudo que eu faço dá errado”. Raras são as pessoas que param para raciocinar o porquê disto. Falamos acima que é necessário prestarmos atenção aos detalhes da vida. Se seu trabalho, seu estudo, seu relacionamento não está indo bem, preste atenção em *como* você os está realizando e, mais, *como* você os está pensando. Você tem se concentrado apenas no “Não está dando certo”? Se for isto, você está atraindo para você o fator “não dá certo”, mude a direção do seu pensamento, renove sua atitude mental e luzes chegarão até você para intuir novos rumos, que poderá ser o de trocar de trabalho, terminar um relacionamento. Não se assuste alguém já disse que a única coisa permanente é a mudança. Por vezes insistimos em algo e não é nesta posição que devemos estar, daí decepções atrás de decepções. Um exemplo: frequentamos por alguns anos, a título de colaborador,

determinados Grupos Espíritas e, sempre, algo acontecia que fazia com que os dirigentes viessem a mim conversar. Pois bem, por falta de conhecimento dos processos mediúnicos e até mesmo desejo de que em sua Casa se mantivesse certo *status quo*, passei por situações nada agradáveis e, ao nos afastarmos de tais ambientes – não dizemos que todos assim pensam -, ficamos sabendo daqueles que, num ranço trazido de religiões antigas, nos chamam de obsedado (pessoa influenciada por espíritos negativos). É a forma pela qual pessoas sem argumento usam para justificar que era melhor fulano ou cicrano realmente saíssem do Centro. Infelizmente isto acontece e quando o chamado perturbado e/ou obsedado está fundamentado em seus conhecimentos. Bom, esta é uma história que temos visto se repetir com diversos médiuns sérios e dedicados por estes rincões do Brasil.

Perguntamos: vale a pena continuar em tais ambientes ou é melhor fazermos ou encontrarmos aquele que nos acolherá como colaboradores reais? Não julgemos ninguém e façamos o que consideramos ser certo, pois tolerância e perdão não significam que temos de conivir com o erro. Assim no trabalho, nos estudos, nos relacionamentos conjugais, familiares, de amizade, etc.

### *O trabalho dos Guias*

Os espíritos Guias são os que têm uma visão ampla da vida, são os chefes da falange espiritual da qual fazemos parte. Eles nos orientam para o Bem e para o nosso bem. O trabalho deles, ainda que possam nos auxiliar em algum sentido material, é o de nos mostrar o caminho a seguir para cumprirmos com o nosso avanço na caminhada evolutiva.

Guias verdadeiros não nos dirão em que número de loteria ou

jogo de bicho marcar. Não. Guias verdadeiros nos auxiliarão à medida em que estivermos com os nossos canais abertos, ouvindo-os intuitivamente e agindo positivamente, culminando as nossas ações em bem para nós mesmos e para outros. Guias não são egoístas e suas intuições não favorecem tão-só o guiado, mas ensinam a ele o valor da fraternidade.

Resumindo: o trabalho dos Guias é o fazer avançar a espécie humana.

#### Abrindo Canais

Existem hoje muitos livros que falam sobre como despertar a intuição e como contatar os espíritos. A intuição é de fato uma potencialidade humana, já a capacidade de contatar os espíritos de modo ostensivo, somos de opinião que esta é uma faculdade bem desenvolvida em algumas pessoas. O pesquisador Dr. Gilberto

Perez Cardoso afirma que, em 40 anos de pesquisa, ele só confirmou mediunidade ostensiva em poucas pessoas, dentre estas o já falecido médium clarividente e clariaudiente Newton Boechat. Allan Kardec diz: “(...) usualmente, assim só se qualificam (de médiuns) aqueles em quem a faculdade mediúnica se mostra bem caracterizada e se traduz por efeitos patentes, de certa intensidade, o queentão depende de uma organização mais ou menos sensitiva (*O Livro dos Médiuns, cap. XIV – item 159*). Diante disto, não esperem que venhamos a dar fórmulas mágicas para torná-lo médium. O que iremos propor são meios que consideramos eficazes para aumentar a sensibilidade intuitiva, nada mais.

1 – *Oração*: é a prática de nossa ligação com Deus. Através da oração elevamos nossa consciência a Planos Superiores e entramos em sintonia mais afinada com o Cósmico.



Sobre a oração escreveu Louis-Claude de Saint-Martin, o Filósofo Desconhecido: *“A verdadeira oração é filha do Amor. É o espírito da ciência, germina no coração do homem como seu terreno natural. Transforma todos os infortúnios em benesses porque é filha do Amor, porque é necessário amar para orar, e é necessário ser sublime e virtuoso para amar”*.

2 – *Meditação*: meditar é mudar o nível de consciência, o médium Divaldo Pereira Franco tem insistido em suas palestras para que meditemos ao menos dez minutos pela manhã e à noite. Isto nos trará imenso bem-estar e ele não será passageiro. Diz o Bhagavagita 6.18: *“Quando o yogi, pela prática da yoga, disciplina as suas atividades mentais e se situa em transcendência – desprovido de todos os desejos materiais – diz-se que ele está bem estabelecido em yoga”*.

3 – *Mantras*: é repetição de palavras sagradas. O Espírito Miramez, no livro *Horizontes da Mente*, psicografia de João Nunes Maia diz: “Os mantras são autossugestões alciôneas, capazes de nos tirar do caos, dando-nos momentos de felicidade e abrindo caminhos para que possamos nos libertar dos fustigantes pensamentos de inferioridade”. Mais à frente ele nos falará da atuação de um mantra: “Vejam um mantra que ficou famoso pela sua composição sábia e pelo valor do seu sentido na vida dos que sofrem: “Hei de vencer”. Colocando esta frase na mente, sem hesitar, ela faz milagres, porque não só encoraja a alma nas lutas diárias, como estimula reações químicas no corpo físico”.

Vemos assim como os mantras nos auxiliam. A religião católica tem no terço uma forma de mantra, muitos são os casos de santos que entraram em êxtase ao

recitar o terço. Você pode criar seu próprio mantra. Diga toda manhã ou toda noite antes de deitar: “*Sou feliz porque sou Uno com Deus*” ou “*Venço porque amo*”. O que importa é que não mencione neles coisas negativas e com a continuidade da prática, verá que tudo em sua vida estará harmonizado.

Praticando estes três processos diariamente a abundância do Universo fluirá em você. O canal da intuição positiva estará aberto facilitando assim o auxílio da Luz.

## VI

### **MORTE: SIMPLES MUDANÇA**

Você tem medo da morte? Não gosta de falar sobre o assunto? Infelizmente em nossa cultura ocidental, a morte é vista como algo tenebroso, a forma pela qual ela é representada faz juz a isto: um espírito de vestes negras carregando consigo uma foice. Em outras culturas, como a hindu, a morte não é chorada, é festejada como libertação do Espírito da prisão da matéria.

Desde a nossa infância fomos educados para vivermos a vida: estudarmos, passar em um concurso, conseguir um bom emprego, encontrar uma boa esposa ou um bom marido e, ao final, conseguirmos a merecida aposentadoria, tudo isto é muito louvável, mas onde aí a educação para a morte? A religião nos dá dois destinos: céu ou inferno. É algo

nada consolador que envolve raciocínios óbvios: Por que Deus permitiria que um ser espiritual por Ele criado com Ele passasse a lutar eternamente? Como uma mãe e um pai zelosos de seus filhos poderão gozar de uma felicidade eterna se seus filhos poderiam estar em sofrimento eterno? Se um pai terreno luta para retirar seu filho da lama, Deus seria menos misericordioso, logo Ele a que é atribuída a qualidade de Eterna Misericórdia? Poderão argumentar que Deus também é Justo e o É, mas a Sua Justiça e Misericórdia Eternas não podem ser medidas conforme a finita compreensão humana e esta finita compreensão, em relação a Deus, não entende um Deus que condena para sempre e o próprio Jesus disse: “Nenhuma de minhas ovelhas se perderá”. O sentido desta frase é justamente nos revelar a Esperança Eterna que Deus tem na Sua criatura.

Os ensinamentos do Espiritismo e de ordens ocultas como o Martinismo, a Rosa-Cruz, a Teosofia e várias correntes espiritualistas, afirmam que ao morrer o corpo físico a alma se liberta deste para reentrar no Mundo Espiritual de onde veio, a sua verdadeira morada e afirmam também que, em determinadas condições, os mortos amados retornam para nos mostrarem que estão vivos.

### *Modos de contato*

Falamos no capítulo anterior de várias modalidades mediúnicas, mas, independente delas, se é que assim me posso expressar, os mortos se fazem perceber de diversas maneiras: sonhos, intuição, sinais.

Analisemos cada uma destas formas

### *Sonhos*

Quando uma pessoa querida se vai, há como que um intenso desejo intuitivo de se estar em contato com ela e quantas vezes ouvimos relatos de pessoas narrando sonhos que elas chamam de reais?

Ao dormirmos, enquanto o nosso corpo descansa, o Espírito volta por alguns instantes à Vida no Mundo Espiritual e é aí que os espíritos desencarnados se aproveitam para entrar em contato direto conosco. Muitos sonhos com pessoas queridas trazendo mensagens com pedidos de ajuda a A, B ou C e também podem nos avisar sobre perigos em nossas vidas ou nos felicitem por uma conquista ou pelo nosso aniversário. Para mim, esta é a melhor forma de comunicação pelo fato de ela ser direta, sem a necessidade de um intermediário (médium) e para a pessoa que passa pela experiência não há dúvida da presença e do encontro

com o ente querido. É um processo mais comum do que se imagina.

### Intuição

A intuição pode dar a perceber a presença do morto amado mediante alguns fatos como: ter vontade de ir a um lugar que o espírito gostava de ir; uma lembrança repentina do ser que partiu; saudade inexplicável de alguém ou de algo sem compreendermos o porquê. Infelizmente muitos ainda consideram tais fatos simplesmente como aspectos psicológicos que fazem parte do processo de quem “perdeu” um ente querido. No entanto, as pessoas que vivenciam estas experiências sentem que há algo a mais.

### *Sinais*

Os espíritos também se dão a perceber por sinais que se traduzem por batidas, movimento de objetos, cheiros, uso de diversas



tecnologias, visões, músicas, animais.

### *Os "raps"*

Não é raro encontrarmos espíritos buscando chamar a atenção através de pancadas nas paredes, deslocamento de objetos como quadros, batidas em panelas, sons de móveis caindo. Nos assustamos com isso e, no entanto, pode ser apenas um espírito amigo a nos chamar a atenção ou um espírito sofredor preso à Terra a nos pedir preces, estes são os casos mais comuns.

Tivemos experiências com este tipo de fenômeno. Quando ainda me iniciava nos estudos espíritas, escutei em meu quarto, enquanto lia um livro, uma pancada forte no móvel ao lado da cama. Não me assustei, até que a pancada se fez ouvir mais vezes e mais forte, busquei então investigar: olhei em baixo do móvel para ver se havia algum rato ou outro bicho

qualquer que estivesse fazendo tal barulho, pesquisei as paredes até que, ao nada encontrar, tive uma forte intuição de que poderia ser um espírito. Pedi, em pensamento, que se fosse um espírito pedindo preces que ele batesse uma vez após eu bater uma vez (significando sim) e duas vezes (significando não), pois bem, bati no móvel e, para minha surpresa, veio a resposta: uma batida forte. Fiz a prece para o espírito e não mais ouvi batidas em meu quarto.

#### *A Assistida do Grupo*

Uma senhora assistida de um grupo onde realizamos determinados trabalhos, certa vez nos procurou assustada, pois estava escutando toda noite, no mesmo horário, batidas na cozinha, perguntei a ela sobre animais como gatos, cães e, especialmente ratos, já que a presença deles poderia estar provocando (eles seriam a causa) os barulhos. Ela disse que

não havia cães nem gatos e que ratos não havia, são raros na localidade em que mora. Pedi a ela que me desse seu nome e endereço para que eu orasse e a aconselhei a orar também, principalmente a realizar o Culto do Evangelho no Lar uma vez por semana em dia e horário fixos. Passou-se uma semana e a senhora G. Veio até mim para falar que as batidas tinham cessado desde o dia em ela realizou o Culto do Lar.

### *Movimento de Objetos*

Este é um meio muito usado pelos espíritos também. Foi através de pancadas e movimento de corpos inertes como uma mesa, que Allan Kardec voltou a sua atenção aos fenômenos espíritas e é assim que muitas pessoas começam a se interessar por tal assunto.

Os espíritos também usam deste meio para chamar a atenção para o fato de que eles *estão no*

*local naquele momento.* Espíritos de entes queridos podem mexer em quadros com sua fotografia, balançar cortinas, fechar e abrir suavemente portas e janelas. Casos há que tais movimentos de objetos traduz a presença de espíritos perturbadores. Quem (há muitas pessoas) que, ao sair para ir ao Grupo Espírita, à Igreja ou para realizar alguma obra no Bem não “perdeu” a chave da casa? Este é um caso em que espíritos adversários da Luz estão muito presentes e sorriem ao nos verem agitados, impacientes em busca de um pequeno objeto de valor para nós: a chave de nossa casa.

### *Cheiros*

Vou relatar um fato interessante: uma ex-namorada que, ultimamente, está a cuidar de sua mãe doente, nos conta que, sempre que se preocupa com o estado espiritual de sua mãe, ela sente um cheiro de fumo (não do

cigarro, mas de cachimbo), “é *um cheiro gostoso*”, diz ela, e é o mesmo cheiro que o irmão de sua mãe usava ao fumar o cachimbo quando encarnado. É assim que ela tem a certeza de que o seu tio está cuidando da irmã, mesmo estando do *Outro Lado*.

O Espírito Scheilla revela sua presença pelo cheiro de éter ou de rosas.

O Espírito Guia da médium Yvonne Pereira se fazia sentir pelo cheiro de violeta. Frederic Chopin pelo cheiro de violeta colhida em dia de chuva.

Espíritos negativos deixam cheiros desagradáveis.

Minha mãe certa vez sentiu um cheiro forte e desagradável de cigarro, procurou pela casa se alguém estava fumando, nada havia, cheguei em seguida e também percebi o cheiro forte. Minha mãe, muito católica, me disse

que ia jogar água benta pela casa e eu logo fiquei em oração, após ela fazer o ritual de sua fé, o cheiro desapareceu. Aí não foi só a água benta que funcionou, mas a fé, porém, temos de pensar que a água como grande catalisador de energia também possa ter auxiliado a dispersar, por ter desativado, a energia negativa que estava no local. Não é necessário o uso de nada externo para tal, falamos do fato, pois ele aconteceu, em casos tais uma oração é o maior auxílio.

### *Tecnologias*

Assim como no início dos fenômenos espíritas as mesas giravam, hoje os espíritos usam de outros meios disponíveis como rádios, telefones, Tv's, computadores, os espíritos deixam registrados aí sons e imagens. Existe no Brasil e no mundo pesquisadores dedicados a estes fenômenos chamados de

Transcomunicação Instrumental (TCI) ou Fenômenos Eletrônicos de Voz (FEV). Um filme muito interessante sobre isso é *Vozes do Além*.

Outra forma de tecnologia usada pelos espíritos é a fotografia.

Certa vez me foi mostrada a fotografia do ex-marido de uma amiga e ela me mostrou que, no copo em que o ex-marido estava a beber cerveja havia outra mão envolvendo a mão dele. Questionei se não podia ser uma falha da máquina a ter produzido tal resultado e ela me disse que, assim que a foto foi tirada ela viu isto, ela a guardou, disse ainda que sempre que o ex-marido bebia ela sentia algo diferente até porque a personalidade de seu ex-marido *exclusivamente com ela mudava*, além de ela mesma perceber vultos pela casa e alguns *efeitos físicos* como som de móveis caindo, etc.

Não estamos sós, então, sem brincadeiras, podemos atender ao telefone um dia e estarmos a falar com o Além.

### *Visões*

Não somente quem é médium vidente pode enxergar os espíritos. O médium vidente é assim distinguido por esta faculdade ser nele uma constante. Quando digo que uma pessoa que não seja o que se chama médium vidente pode ver os espíritos, digo em relação à algumas circunstâncias.

Quantas pessoas já não viram vultos? Quantas já disseram ter visto este ou aquele parente já falecido? Os espíritos quando desejam podem se fazer visíveis, para isto utilizando de parcela de energia tirada à Natureza e de nós próprios é o que se pode chamar de *aparição*. Ao fazer a *aparição* o espírito só pode ser visto e ouvido, mas não pode ser tocado, não é uma materialização. Neste sentido



de aparição é que digo não ser preciso ser médium vidente para, em certos casos, se enxergar os espíritos. Como sempre, isso dependerá do desejo e da *vontade* do espírito então nossa.

Há um caso muito interessante contado por uma amiga nossa. Certa vez, ao estar em um grupo espírita, ela disse que uma senhora ao abrir o portão para dar passagem ao carro de seu companheiro como que se transfigurou no espírito de sua mãe, falando-nos sobre, dissemos, baseados em "*O Livro dos Médiuns*", de que este é tipicamente um caso de transfiguração, onde o espírito se sobrepõe ao corpo de um médium sem que este nem mesmo perceba que está atuando neste momento. Ela disse que foi tão real e tão suave que ela não teve medo e, ao perguntar à sua mãe se ela iria "*subir*", logo sua mãe deu-lhe um sorriso e não mais se

fez aparecer, ao menos, naquele momento.

Em tal fenômeno o espírito usa da energia do médium e se mostra transposicionado ao corpo do encarnado facilitando por meio da energia animalizada a visão daquele a quem deseja aparecer.

### *Música*

A música tem o poder de nos levar aos tempos passados, escutar música é reviver emoções e sensações como tristeza, alegria, prazer, é também recordar fatos que nos levaram a estas emoções e sensações. Os espíritos pelo canal da intuição fazem com que surja a lembrança de uma música e que tenhamos vontade de ouvi-la, pois ela nos fará lembrar o ente que partiu. Se acontecer de estarmos na via pública e o espírito deseja revelar a sua presença, ele irá nos direcionar, ainda pelo canal da intuição, para que passemos por um local que pode ser uma loja de Cd'S

ou por uma rua em que haja rádio ao público e que esteja a tocar a *sua* música.

Considero esta uma forma muito expressiva de contato, já que a música propicia o aumento de nossa sensibilidade.

### *Animais*

Os animais tem o potencial psíquico de ver os espíritos, eles também revelam para nós a presença dos espíritos. Em reuniões de Culto do Evangelho no Lar temos visto cachorros a ficarem quietos ou, de outra forma, olharem fixamente para um local onde aparentemente não há nada e latirem insistentemente. De outras vezes, quando, por exemplo, ao findar o Culto, vez por outra ocorre de eu “incorporar” algum espírito para transmitir uma mensagem, os cães se aproximam e, acontece de se postarem muito tranquilos. O espírito Inácio Ferreira, percebendo que os cachorros iriam latir porque

ela estava com o cheiro dos gatos que tem no Mundo Espiritual, disse que iria retirar o cheiro dos gatos e começou a acariciar um cão que não mais estava com expressão de ataque e logo ficou dócil recebendo os seus carinhos.

Como vemos há muitas formas dos espíritos contatarem conosco independente da presença específica de um médium. Percebe-se assim também o quanto a nossa saudade é amenizada com estes fatos e o quanto os nossos entes queridos desejam nos falar: *não morri, estou aqui.*

## VII

### ***INQUIETAÇÕES***

Ao falarmos de morte, em geral, nos assalta um sentimento de inquietação íntima: o que será de nós? Como será que morreremos? Existe verdadeiramente um mundo Além como falam vários médiuns e muitos espiritualistas?

Sobre este sentimento – inquietação – deixemos falar aqui o Espírito Giordano Bruno através do médium Aloísio Silva:

#### ***INQUIETAÇÕES ÍNTIMAS***

Às vezes somos envolvidos por pressentimentos íntimos, temos a sensação de que algo ruim vai acontecer conosco. Além da sensação de insegurança que nos assalta o coração, uma tristeza grande passa a ser a nossa companheira. Por que isso nos acontece? É o processo de intuição que está ativo, o ser sábio que existe na nossa intimidade nos

convida a analisar a nossa existência, em especial, o que está ligado ao nosso pensamento e sentimento para que possamos rever alguns pontos, refazer outros e desta maneira errar menos para que as consequências não sejam tão dolorosas. Funciona como se fosse uma avaliação íntima da nossa realidade externa. O que se pode chamar de auto avaliação compulsória, ou seja, nos vemos obrigados a fazê-la, pois se depender de nós vamos levando a vida como se fossemos inconsequentes. A existência humana é muito complexa, e é preciso que paremos vez por outra para fazer uma avaliação. Parar, refletir, analisar cada atitude dentro de cada campo de atuação é fundamental. A avaliação pode ser feita por setor como, por exemplo, o aspecto profissional. Como está a minha atuação? Como está a minha disciplina de horário? E o relacionamento com os colegas? O cumprimento das tarefas pela qual

recebo para fazer estão sendo realizadas? E o relacionamento com aqueles a quem sou subordinado? Como estou me relacionando com aqueles que estão sobre o meu comando? Estas e outras são perguntas fundamentais que devemos fazer a nós mesmos no que se refere ao campo profissional. Podemos fazer de maneira rotineira, diariamente em horário fixo seria o ideal, em caso de dificuldade pode ser feito semanalmente em dia e horário fixo, ou mesmo uma vez por mês também em dia e horário fixo. O importante é de forma disciplinada parar para meditar a nossa vida cotidiana. Pode-se iniciar com uma oração e em seguida com um papel em branco escrever as perguntas, em seguida meditar demoradamente sobre cada uma delas até chegar à última. Com esta rotina diária a vida aos poucos ficará sobre o nosso domínio, ou seja, um despertar de consciência, fazendo com que ajamos com menos impulso possível. A

impulsividade tem trazido malefícios de toda ordem ao ser humano. Crimes passionais poderiam ser evitados se agíssemos menos por impulso e mais com consciência. Um discípulo interroga Buda: “Tu és um deus?” ao que ele responde: “não”. Continua o jovem inquieto: “Então tu és um anjo?” o discípulo recebe a mesma resposta: “Não”. “Então por que fazes tantas maravilhas?” Perguntou o discípulo, ao que o líder espiritual da Índia respondeu: “É porque estou desperto”. Desperta você mesmo ou será forçado a fazê-lo através da sua consciência íntima.

*Giordano Bruno*

*(Mensagem psicografada no dia 08/04/2013 pelo médium Aloísio Silva – Fundador e Atual Presidente da Sociedade Guarapari de Estudos Espíritas – esta mensagem consta do livro “Inquietações Íntimas”, do Espírito Giordano Bruno/Aloísio Silva).*



*Para viver em paz é preciso saber controlar pensamentos e sentimentos, a inquietação não mais existirá quando você compreender que você domina a sua vida.*

*Silencie - quanto mais quietude íntima, melhor a razão funcionará e a intuição se fará revelando-te o bom senso nas palavras e nos atos.*

## VIII

### ***DOMÍNIO DA VIDA***

Para bem lidarmos com experiências da vida como inquietude, depressão, relacionamento familiar, profissional, morte, doença, faz-se necessário que tenhamos o controle, o domínio de nossa vida.

Você poderá pensar, argumentando: Mas, não é Deus que controla a vida? Sim, Ele tudo controla, porém, dentro deste controle Ele vem nos mostrando que a *liberdade* a nós concedida é primordial para aprendermos, é assim que vemos no mundo animal o *Ser* se desenvolvendo com as experiências de busca de alimentos, convivência em grupo, ataque e defesa. O filósofo espiritualista Pietro Ubaldi, diz que o homem não mais está em uma luta física – fome e sexo -, mas que, com o desenvolvimento do intelecto que trouxe a tecnologia facilitando a

vida, o homem se encontra agora em uma luta *nervosa e psíquica*.

Fala-se muito da correria do dia-a-dia, de como o tempo parece correr tanto e o quanto nós não conseguimos cumprir no dia todas as tarefas que deveríamos realizar e ficamos perplexos com isto e a agitação, o nervosismo, o estresse, parecem dominar o ritmo de nossas vidas. O relógio a marcar as horas no mesmo compasso todos os dias, se apresenta aos nossos olhos como inimigo cruel a sempre nos dizer: *venci*.

É preciso fazer uma reflexão: O que nos leva a não termos perfeito controle de nossas vidas? E aqui vai uma resposta simples e profunda: Porque não estamos *despertos*. E por conta deste não despertar nos deixamos seduzir pelas diversas ditaduras que a mídia (a quem damos o poder) tem realizado: ditaduras da beleza, da moda, das músicas, enfim, somos

(porque nos deixamos ser) comandados pelo exterior.

Uma boa maneira de apreciarmos isto é em festas, seja de aniversário ou casamento, e neste caso a mulher é a que mais se revela como ser dominado pela exterioridade, desde as que se apresentam com vestidos de última moda àquelas que, pelos cantos, comentam umas com as outras sobre esta ou aquela está vestida deste ou daquele jeito. A hipocrisia e a falsidade mostradas nas cenas das novelas se repetem perfeitamente na vida real, aliás, como já bem colocado, a *arte imita a vida*. É claro que há mulheres que assim não agem e homens que sabem dar um perfeito show com estas atitudes, falamos aqui de fatos perfeitamente observáveis e que exemplificam o quanto o ser humano por não estar seguro consigo mesmo deseja expressar segurança *desejando* controlar o outro.

Quando passarmos a perceber o outro como um *Ser* em evolução, passando pelas experiências necessárias ao seu crescimento, seremos bons conselheiros porque deste modo não seremos críticos. Para percebermos o outro como *ser* em evolução é preciso nos sentirmos verdadeiramente *espíritos*.

O Espírito Calunga em mensagem psicofônica (falada) através de nós disse: “*As rédeas do cavalo estão em nossas mãos. O controle da vida é nosso. Cabe a nós a decisão do freiar e do avançar*”.

Um exemplo sobre este freio e avanço está no relacionamento homem-mulher. Sempre se fala da necessidade de renúncia que tanto o homem como a mulher devem ter no relacionamento conjugal. Particularmente discordo do fato de que deva haver renúncia, o relacionamento deve ser algo

prazeroso e a palavra renúncia traz o sentimento de se deixar de fazer o que se deseja para ceder com sacrifício de uma das partes ao outro. Muito diferente é o *respeito ao espaço* do outro, mas só haverá este respeito se verdadeiramente respeitarmos nossos limites e passarmos a compreender assim o limite do outro. Assim saberemos a hora de freiar e a de avançar. Quantas discussões se dão porque quando uma das partes, por exemplo, ao chegar do trabalho e desabafar acontecimentos, ao invés de ser apenas ouvida passa a ouvir julgamentos e comentários a respeito da sua atitude? Neste momento a pessoa quer apenas ser ouvida e, em outra oportunidade, após reflexão, ela pedirá (ou não) opinião sobre o caso.

*Em um relacionamento a dois o respeito é fator preponderante para que duas almas venham a verdadeiramente comungarem em um mesmo diapásão.*

Diante destas situações fica a pergunta: o que fazer para ter o domínio da vida? Uma das palavras-chave para se ter o domínio da vida é *disciplina* e disciplina leva à paciência e à fazer cada ato de uma vez.

*Disciplina é excelente ferramenta para o domínio da vida. Disciplina é a alavanca principal do sucesso.*

Uma grande prova do valor da disciplina é a cultura oriental. Se não fosse pela disciplina que conduz também à perseverança, os japoneses não teriam reconstruído o seu país em tão pouco tempo após os horrores da 2ª Grande Guerra. Portanto, quando tudo ao seu redor parecer um grande caos, pare, reflita e aja, organizando-se e, em breve, surgirá à sua frente um caminho onde os obstáculos eram apenas o reflexo de sua própria desorganização mental.

## ***PRÁTICAS PARA ALCANÇAR O DOMÍNIO DA VIDA***

Abordaremos neste capítulo algumas práticas que, realizadas, muito auxiliarão para a conquista do tão almejado *domínio da vida*.

### *Concentração*

Na correria dos dias atuais pode parecer impossível o conseguir se concentrar, mas, paradoxalmente, a falta de concentração tem sido grande responsável pelos desacertos que ocorrem em nossas vidas. E, como a falta de concentração leva a esquecimento, indisciplina e, ao fracasso em objetivos almejados, temos a partir daí a pessoa frustrada, triste e desmotivada.

A concentração é uma arte e como toda arte, ela pode ser desenvolvida através de exercícios simples:



- Quando você estiver pela rua a passear, olhe para a vitrine de uma loja e fixe bem a sua atenção para os elementos que ela contém, depois, afaste-se e, sem olhar a vitrine, tente visualizar cada objeto que observou;

- Ao ouvir uma música, busque distinguir cada instrumento que está sendo tocado. Observe – isto é o principal – o tempo em que conseguiu ficar concentrado na música;

- Ao comer perceba o sabor de cada alimento. Alimentos compostos devem tentar ser distinguidos a fim de identificarmos o sabor de cada um separadamente. Ao fazer isto, além de estar se exercitando para concentração, você vai perceber o quanto um paladar apurado te levará a prazerosas sensações. O comer devagar é uma questão tanto de saúde física quanto de saúde emocional. A 1ª nos proporciona os

nutrientes necessários à ordem do corpo e a 2ª à satisfação psicológica, não deixando assim que venhamos a sofrer de ansiedade tão característica em nossos dias do comer depressa pela falta de tempo e, por isso mesmo, de comer mal;

- Ao fazer um passeio e passar por um jardim, sente um pouco e busque se concentrar no cheiro de cada planta;

- Pegue uma pedra no quintal de sua casa mesmo ou um objeto qualquer, feche os olhos e busque perceber o formato que a pedra ou o objeto tem.

Realizando estes exercícios diariamente ou, no momento oportuno, você perceberá que a sua atenção e a sua capacidade de resolução de problemas estarão ampliados, com isto, você perceberá também os objetivos conquistados.

## *Contemplação*

Enquanto a concentração dirige nossa atenção ao estímulo de nossos sentidos, a contemplação é subjetiva, dirigindo a nossa consciência à razão, à memória e à imaginação. Há ordens monásticas na Igreja Católica que são chamadas *contemplativas*, porque o seu objetivo é dar novas formas às ideias já existentes na consciência.

Quando adolescente, fazia exercícios de contemplação usando um livro pequeno, mas de muita inspiração: *Imitação de Cristo*. Mas, há muitas outras fontes de contemplação e a Natureza com seu manancial de diversidade é uma delas.

Ao realizar a contemplação você irá perceber um mundo de ideias que surgirão daquilo que já se sabia, mas que não se conhecia uma nova forma de se realizar, de se falar e de agir.

## Exercícios de Contemplação:

- Realize uma leitura rápida, um versículo da Bíblia ou um trecho de um livro interessante, uma frase que te chamou a atenção e fixe o pensamento no que leu, buscando por alguns minutos perceber as ideias que surgem decorrentes do trecho lido;

- Leia uma passagem do Evangelho e entre na cena, coloque-se presente, sentindo e participando, o conhecimento interno se te fará e não a superficial interpretação da razão apenas;

- Olhe o Céu estrelado e contemple-o, ativando a imaginação você vai perceber como a sua razão e a sua memória se conjugarão fazendo você perceber lembranças do passado e, ao mesmo tempo te fazendo ter também belas inspirações;

-Visite uma galeria de arte, contemple e beba toda a beleza e harmonia que lá existem.

Você terá a sua sensibilidade ampliada. Importante: não crie algo e coloque nas telas, mas seja impactado pelo que vê;

*A **contemplação** é um deixar-se impregnar e invadir pelo mistério contemplado. O próprio mistério tem a sua força. Deixar que o evangelho nos molde e não querer interpretá-lo. Por isso se requer mais simplicidade, humildade e passividade. É a atitude de deixar-se ensinar. O ritmo das contemplações é lento. Não se devem buscar logo aplicações para a vida. Ficar atento às moções... As consolações que brotarem... As desolações que surgirem... Acolhendo e demorando-me nas consolações e descartando as desolações.(Padre José Roque Jungus, SJ – Do site:*

[http://www.clfc.puc-rio.br/evc/2\\_d1.html](http://www.clfc.puc-rio.br/evc/2_d1.html)).

*Assim eu ouvi contar:*

*Em certa ocasião o Abençoado estava vivendo na região dos Kurus, onde havia uma cidade chamada Kammasadhamma*

*Ali ele se dirigiu aos monges assim: “Monges” – “Venerável Senhor”, responderam eles. O Abençoado disse:*

*“Monges, este é o caminho direto para a purificação dos seres, para a superação do sofrimento e da lamentação, para o desaparecimento da dor e da tristeza, para aquisição do verdadeiro método, para a realização do Nirvana – os quatro fundamentos da atenção plena.”*

*“E quais são os quatro? Aqui, monges, um monge permanece contemplando o corpo como corpo. Ardente, plenamente atento e consciente, havendo deixado de lado a cobiça e a tristeza em relação ao mundo. Ele permanece contemplando as sensações como sensações. Ardente, plenamente atento e consciente, havendo deixado de lado a cobiça e a tristeza em relação ao mundo. Ele permanece contemplando a mente como mente. Ardente, plenamente atento e consciente, havendo deixado de lado a cobiça e a tristeza em relação ao mundo. Ele permanece contemplando os fenômenos como fenômenos, ardente, plenamente atento e consciente, havendo deixado de lado a cobiça e a tristeza em*

*relação ao mundo". (Sattiphatâna Sutra, in: Majihima Nikaia – Discursos Médios de Buda).*

### *Visualização*

A visualização é uma técnica que há milênios é usada pelos místicos. Há livros diversos que ensinam a como realizar a visualização. Não vou entrar aqui no mérito de cada uma delas, pois que, conforme a intensidade do desejo de quem as usa, elas poderão produzir excelentes resultados. A visualização é excelente poder mental, infelizmente pouco ou quase nada usado por nós. Quantas vezes você ficou com o pensamento fixo em um vestido, em um carro ou mesmo em alguém (homem ou mulher desimpedidos) e que você



muito desejou? E, por quantas vezes você se frustrou por não ter os seus desejos concretizados? A visualização é técnica que lhe permitirá a realização do que você quiser, lembrando porém, que os seus desejos só se realizarão se estiverem nos padrões Cósmicos, portanto, não pense em atos desonestos como o tirar uma esposa do marido ou o contrário e nem em ganhar dinheiro quando o outro será lesado. O Universo é harmonia e o que não é harmônico ele não realiza, daí a lei de ação e reação funcionar equilibrando o ritmo universal.

Visualizar é criar e criar é realizar. Visualizando você sente, sentindo você mentaliza, mentalizando você age e agir é

realizar. A visualização é uma ótima mostra do quanto o pensamento é criador. Apresentaremos uma técnica simples deste poder criador:

1 – Escolha um *desejo único*, a visualização de vários desejos ao mesmo tempo resulta infrutífera;

2 – Pense nas razões do seu desejo, se ele é egoísta e só satisfará o seu bem-estar; você pode visualizar coisas para si, mas elas deverão auxiliar outros também;

3 – Sente-se confortavelmente com as costas eretas, mãos sobre as coxas e pés ligeiramente separados;

4 – Respire profundamente e *visualize de forma intensa* o que

you desire. Visualize at the point of your enthusiasm and your emotions being activated. Important: visualize the desire as if it had already been concretized, live the situation, do not visualize with the hope of the desire being realized, this reveals your confidence in the spiritual laws;

5 – E, para finalizar, após você ter *vivenciado* a sua visualização, inspire profundamente pelo nariz, retenha o ar nos pulmões por alguns instantes, expire lentamente também pelo nariz e diga: “*se é da vontade do Cósmico, está feito!*” ou se quiser use: “*se é da vontade de Deus, assim é*” ou, ainda, “*seja feita a Vossa Vontade*”. Important: depois esqueça completamente do seu desejo, uma boa forma de isto

conseguir é retomar as suas tarefas e ter a certeza interior que você terá o seu desejo realizado. Visualizando você perceberá a sua inspiração e intuição fluindo bem neste período.

A visualização de um desejo se transforma em uma *forma-pensamento*. Tudo aquilo que desejamos intensamente é passível de se materializar, porém, um desejo egoístico por estar fora dos padrões de equilíbrio que é lei universal, dificilmente se realizará, pois a Inteligência Divina – a Lei do Universo -, não compreende o egoísmo pelo simples fato de Ela não ser egoísta.

Uma pergunta que fica é: Quanto tempo leva para a

realização de um desejo? Ora, isso depende de muitos fatores: para construir uma casa, isso não se faz em poucos dias, daí, dependendo do que se deseja o tempo pode ser de anos, mas, poderá se dar de um desejo se concretizar em alguns poucos meses ou até em poucos dias. Tenho uma amiga que há muito tempo por ela me apaixonei e sentia nela alguma receptividade neste campo afetivo. Não conseguindo, por timidez, me declarar a ela e, sabendo que o meu desejo faria bem aos dois e não só a mim, visualizei a seguinte cena: eu e ela conversando em um banco de jardim e carinhosamente nos beijando. Visualizei isto por uma semana e, na semana seguinte ela me enviou um e-mail, marcando para nós conversarmos e marcou

exatamente em uma praça com um belo jardim e, enfim, aconteceu o tão esperado momento. Quando as condições precisas para a realização do desejo estão reunidas, ele se concretiza. Sendo ético e útil ao nosso desenvolvimento espiritual, podemos ter certeza que conseguiremos pela *visualização* o que desejamos.

Não pense nas condições financeiras, quando for este o caso para a realização de um desejo, aguarde, visualize e a Lei Universal decidirá, enviando a você os mecanismos precisos para tal: a promoção no emprego, o passar em um concurso, obter facilidades de pagamento, recebimento de uma herança inesperada, o auxílio

espontâneo de um amigo ou de alguém que confia em seu projeto, etc, Deus tem várias formas de agir e não cabe a nós dizer a Ele o que fazer.

Faça o exercício diário de visualizar *paz* no mundo. Veja e viva entre pessoas que se abraçam e se compreendem, pessoas que sorriem, ao encerrar sua visualização, inspirando pelo nariz, retendo o ar e expirando também pelo nariz, diga: “é a vontade de Deus!” Fazer isto todos os dias é dar a sua contribuição pela *paz no mundo*, tão necessitado nestes tempos de transição de uma Era para outra, além de revelar em você o amor universal.

*Meditação*

Antes de apresentarmos a técnica (uma delas) de meditação, vejamos o que diz o Lama Anagarika Govinda no livro *Meditação Criadora*:

*“O coração, a força central da meditação, é a inspiração. Mas, como a inspiração é uma faculdade espontânea (interpretada também como “arrebatamento”), não poderia ser criada por comando, mas somente provocando em nós interesse ou admiração. Antes de podermos ser inspirados, é preciso então prepararmos o terreno, criarmos a disposição, tornarmos o espírito receptivo, e isso pressupõe duas condições: por um lado, relaxação, tranquilidade, paz, harmonia e, por outro lado, alguma coisa que proporcione direção e*



*concentração à mente, ou então um objeto visível de contemplação que seja suficientemente atraente para prender a atenção daquele que medita. A beleza da natureza ou de um poema, uma prece comovente como um cântico devocional, a lembrança ou a imagem de uma personalidade carismática ou de um ser iluminado, tudo isso convida à meditação. Outros bons elementos de preparação são a música, o incenso, as flores e as velas, ou ainda o ritual pelo qual essas coisas são ofertadas num templo ou diante de uma altar (como era costume em todas as famílias tibetanas, assim como na maior parte das famílias indianas budistas ou hindus). Em suma, os elementos de beleza e de devoção são aquilo que mais induz à meditação. Esses dois elementos*

*estão reunidos nos tankhas tibetanos, e isto pode explicar o estranho fascínio que eles exercem no espírito moderno e mais particularmente nas pessoas que se interessam pelos valores espirituais e pelas práticas de meditação. Para as pessoas de tendência devocional, a própria prece abre caminho para a meditação; na verdade a prece, no sentido mais profundo, como “direção do coração”, é uma forma de meditação. Tudo aquilo que amamos torna-se facilmente objeto de contemplação, porque não há necessidade de esforço e o indivíduo segue a tendência natural de sua cabeça e de seu coração.*

*Não obstante, mesmo pesquisas intelectuais, a análise de*

*ideias e fenômenos de nossa vida comum e de seus problemas, pode servir como ponto de partida para nossa meditação, embora persista o perigo de permanecermos no nível intelectual, de nos contentarmos com soluções racionais, em lugar de nos elevarmos ao nível da experiência direta, na qual o problema se dissolve. Seja como for, nos estágios iniciais da meditação, a faculdade de pensar é tão importante quanto qualquer dos outros fatores que intervém no processo da meditação. Isto se evidencia nos dois primeiros fatores da mais antiga definição da meditação budista: vitarka, o pensamento inicial e vichâra, o pensamento sustentado; em outras palavras, pensar e refletir, os dois aspectos do pensamento discursivo.*

*Isso dá direção, coerência e concentração à nossa consciência, cujo fluxo não podemos sustar mudando constantemente de pensamento, de sentimento, impressão, imagem; só podemos canalizar esse fluxo, limitá-lo, dirigi-lo, dando-lhe uma forte motivação, um ponto central de interesse e de abstração. Pensar e refletir, portanto, são apenas o começo; levam a um estado de consciência intuitivo onde termina o processo de pensamento e da reflexão, para ser então substituído por algum tipo de visão mais profunda ou de experiência direta. O primeiro passo nesse sentido é a experiência da infinidade do espaço, em que a consciência perde seus limites, a qual leva à experiência da infinidade da consciência. Essa experiência de*

*expansão e liberdade ilimitadas conduz à realização de Shûnyatâ, que os primeiros textos em páli descreveram como a esfera de “não-coisidade” (nanchâyatana). Para além disso, as palavras não podem mais descrever a experiência real daquele que medita, que é então descrito como tendo alcançado o estado de “nem percepção, nem ausência de percepção”, o domínio do limite último de percepção, porque a distinção entre aquele que tem a experiência e o objeto desapareceu; sujeito e objeto foi um só, a unificação perfeita (samâdhi) foi realizada”.*

Meditando:

- Escolha um lugar calmo e tranquilo, pode ser o seu quarto. Diminua a luminosidade. Se quiser coloque música instrumental (há várias lojas que dispõem de CD's para a prática da meditação);

- Sente-se com as costas bem retas, palmas das mãos sobre as coxas e pés bem apoiados no chão e ligeiramente separados;

- Feche os olhos e, durante cerca de 1 minuto, inspire e expire profundamente pelo nariz, sem interrupção, diferente do que expomos para a visualização, não retenha o ar entre uma inspiração e expiração, realize-as sequencialmente, naturalmente;

- Após o minuto de respirações profundas, concentre-

se no objeto de sua meditação. Repita, por exemplo, mentalmente uma pergunta para a qual você deseja uma resposta ou se concentre em um problema para o qual deseja solução, resumindo-o, sendo bem claro e conciso. Você poderá meditar querendo apenas estar em um momento de paz, então basta se concentrar mantendo atitude tranquila e receptiva;

- Após alguns minutos de concentração no objeto de sua meditação, fique agora em estado de absoluta passividade. Se entregue a um sentimento de perfeita união com o Universo, com o Cósmico; o estado de passividade é o que nos permite transferir ao

Universo a nossa pergunta e, assim obtermos a resposta;

- Quando sentir o desejo de encerrar a meditação volte devagar à consciência objetiva, movendo e sentindo pés, pernas, mãos, braços, pescoço e, por fim, abra os olhos e retorne às suas atividades.

A resposta que desejamos pode não vir na hora, mas pode e ocorre de ela ser dada por uma intuição muito forte no decorrer dos dias ou mesmo através dos sonhos.

Como você viu a meditação reúne em si a concentração, a contemplação e a visualização e todas elas são práticas que nos despertam um excelente canal com a Consciência Cósmica – a *intuição*.



Realizar estes exercícios é despertar a nossa potencialidade de espíritos e equilibrar o material e o espiritual, acarretando para nós uma Vida Plena e Feliz.

## X

### **A UNIDADE**

Este é o capítulo que dá fechamento às nossas reflexões e exposições. Ao falarmos de espiritualidade, não podemos deixar de fazer uma reflexão sobre *unidade*.

A palavra religião, de origem latina (religare), significa em *essência religar a criatura ao Seu Criador*, mas, o que vemos na maioria dos religiosos é o esforço para colocar a religião que pratica como *a verdade*.

Como seres vivendo experiências o mundo das formas, percebemos a multiplicidade delas e tomamos consciência da dualidade

que existe no universo, o filósofo taoísta Lao Tsé ao tomar esta consciência dá-nos máximas para equilibrarmos as energias yin e yang. Mas, se o Universo é uno, por que então há duas energias? Não, não há duas energias, o que há são manifestações de uma só energia a se manifestar de modos diversos.

O princípio da dualidade está em todas as religiões: é Ahura-Mazda x Arimã; Deus x Diabo; Anjos x Demônios; Espíritos Superiores x Espíritos Inferiores; Mentor Espiritual x Obsessor; Bem x Mal.

Este princípio da dualidade vem mostrar a nós através dos mitos, o quanto nós próprios nos manifestamos ora de um modo, ora

de outro. Quando estamos irritados, raivosos, impacientes, tristes, somos quais demônios, espírito inferior, obsessor e, quando estamos pacientes, benevolentes, alegres, compreensivos, somos quais anjos, mentores espirituais, distribuindo o Bem. Portanto, a religião pensada apenas em sua estrutura formal não nos levará à religião com o Criador.

Swami Vivekananda (12/01/1861-04/07/1902), monge, iogue e filósofo hindu, afirma:

“Para tornar-se religioso, comece sem nenhuma religião, faça sua própria escalada, perceba e contemple os fatos por si mesmo. Quando proceder assim, então, e só então, terá uma religião. Antes

disso, você não é melhor que os ateus, talvez seja até pior, porque o ateu é sincero. Ele se levanta e declara: - Nada sei sobre isso – enquanto os outros também não sabem, mas vão adiante batendo no peito: - Somos pessoas muito religiosas. Que religião eles professam, ninguém sabe; engoliram alguma história da carochinha e os sacerdotes pediam que nela acreditassem.

E pode um homem jamais ter pisado numa igreja ou mesquita; jamais ter realizado um ritual; se ele sente Deus em seu interior e, dessa forma, ergue-se acima das vaidades mundanas, esse homem é um santo, um bem-aventurado, dê-lhe o nome que quiser”.

Ampliando estas afirmações de Vivekananda, temos a resposta de Krishnamurti à questão *O que é Religião?*:

“A crença não é religião. E a autoridade, que as igrejas, que as religiões organizadas assumem, isso não é religião. Nisso há todo um senso de obediência, conformidade, aceitação, a divisão hierárquica da vida.

A divisão entre o protestante e o católico, do hindu e do muçulmano, isso não é religião. Então, quando você nega tudo isso, o que significa que você não é mais hindu, não é mais católico, não pertence mais a alguma perspectiva sectária, então sua mente questiona: o que é a verdadeira

religião? Ela não vem a partir de rituais, dos mestres, dos salvadores, não é através disso. Portanto, na mente, isso causa essa inteligência, porque se vê que não é isso.

Então, o que é religião? Religião é... não é o que eu penso, mas religião é... o senso de compreensão da totalidade da existência, onde não há divisão entre você e eu. Assim, se existe essa qualidade da bondade, que é virtude, virtude real, não essa falsa virtude da sociedade, virtude real, então a mente pode ir além e descobrir a verdadeira meditação, o verdadeiro, profundo, tranquilo silêncio, e descobrir se há essa tal de realidade.

E, portanto, uma mente religiosa é uma mente que está constantemente desperta, sensível, atenta, para que ela possa ir além de si própria, a uma dimensão absolutamente sem o tempo”.

Ao acabar de escrever as palavras de Krishnamurti, percebi uma presença espiritual e uma leve vibração na mão direita, perguntei em pensamento: Calunga é você? E ele me respondeu: “Sim, filho, estou aqui”. Entendi que ele queria se expressar pela escrita e, então, peguei outros papéis e de mente passiva deixei a escrita fluir e ela fluiu rápida como ocorre no processo psicográfico:



## ***PARA REFLETIR***

A Vida é uma só, as experiências que devemos passar é que são várias, aí é que entra a lei dos renascimentos ou reencarnação.

Religião formal é só uma manifestação de parcela da Verdade Integral, que não está aqui ou ali, mas dentro de você.

Por que você tem uma religião? Para dar satisfação à sociedade? Para apenas dizer que tem?

Você acha mesmo que Deus está preocupado com isto e se divide assim?

Quanta pobreza de  
pensamento!

Quanta mesquinhez no  
humano, demasiadamente humano!

Seja qual for a doutrina que  
você seguir, qual a sua filosofia de  
vida, isto é apenas movimento da  
experiência do evolver espiritual,  
apenas isto.

Criador e criatura não estão  
separados, as experiências nos  
deixam pensar assim, mas somos  
Um.

Não há dualidade em Deus,  
Ele é Uno e nós somos Unos nEle e  
com Ele.

Compreender isso é despertar  
a sabedoria e despertar a sabedoria

é também viver o amor, por compreendermos que o outro também reflete a face de Deus, seja este outro homem, mulher, ateu, religioso, homossexual, estrangeiro...

Enfim, quando entendemos que tudo se faz para o crescimento do Ser, o que para nós antes era divisão, passa a ser apenas etapa de um processo maior.

Pare e reflita, sentindo a energia divina fluir em você.

*Calunga*

*(Mensagem psicografada no dia 21/05/2013 pelo médium Leonardo Paixão).*

Os textos de Vivekananda, Krishnamurti e Calunga, nos levam à reflexão, mas para verdadeiramente compreendermos a *Unidade*, se faz necessário vivenciá-la e o que nos ajudará a ter esta vivência é a meditação.

Seguindo a técnica simples que demos no capítulo anterior, faça a seguinte pergunta: *Se tudo se reduz à Unidade, o que é a Unidade?* Qualquer resposta que venha à sua mente são reflexos do ego, não há palavras para responder a isto, alcançando o nível real de meditação você viverá a experiência da *Comunhão Cósmica*, da Unidade, não há palavras para descrevê-la, justamente devido à sua característica transcendente,

Vivê-la é se libertar das formas e se perceber também *Ser*.

*Tenha uma Vida Plena e Feliz!*

**NAMASTÊ**

## **ENTREVISTA COM O ORADOR E ESCRITOR LEONARDO PAIXÃO**

1. Como se tornou espírita?

- Desiludido com os dogmas da Igreja Católica (tradicionalista), dela me afastei e, após ler filósofos como Dostoiévski e Léon Tolstói, aos 16 anos ao passar por uma banca de livros espíritas adquiri O Livro dos Espíritos e o li em uma madrugada.

2. Quais as faculdades mediúnicas de que é portador?

- Psicografia, psicofonia, audição, projeção astral, psicometria, receitista, conselheira, clarissensibilidade e tenho raros episódios de vidência.

Em relação à conselheira, Yvonne Pereira e Julinho (Júlio César Grandi Ribeiro) diziam que a Casa Espírita deveria estar aberta 24 horas por dia com médiuns conselheiros atendendo aos necessitados da Alma.

3. Qual Grupo, Casa ou Centro você frequenta?

- Hoje estou em um círculo de estudos domésticos que foi denominado pelos Espíritos por Grupo Espírita "Semeadores da Paz".

4. Quais as suas atividades no Grupo?

- Atendimento Fraternal, estudo, psicografia de Benfeitores e/ou de entes queridos e vez ou outra

receituário mediúnico. Há tarefas na caridade material: uma vez por semana distribuimos lanche aos carentes.

5. Além destas atividades você também mantém atividades pela internet, fale-nos delas.

- Sim, mantenho os blogs [scienciaespirita.blogspot.com.br](http://scienciaespirita.blogspot.com.br), onde coloco textos meus e de outros, preferencialmente sobre pesquisas no campo da fenomenologia espírita, além de mensagens por nós psicografadas que consideramos como de interesse geral, o [formiga-paixao.blogspot.com.br](http://formiga-paixao.blogspot.com.br), onde posto as trovas, sonetos e poemas do Espírito Eurícles Formiga, fiz este blog a pedido do próprio, fiquei temeroso de início, pois o Baccelli tem um blog do mesmo espírito: [formiga-baccelli.zip.net](http://formiga-baccelli.zip.net), mas, por



inspiração percebi que o Bem é o bem em qualquer parte e não há aí nenhum plágio à obra do Baccelli que, através de e-mails muito tem nos incentivado à tarefa mediúnica tanto quanto nossos amigos em comum Geraldo Lemos Neto (Geraldinho) e Antônio Baracat, de Belo Horizonte, MG.

6. Estes blogs são bem acessados?

- As estatísticas que eles trazem mostram que além do Brasil, a Alemanha, a Rússia, os Estados Unidos, a Noruega, a Grécia são países nos quais eles são visualizados.

7. Como os blogs chegaram ao conhecimento destes países?

- Acessando a revista eletrônica O Consolador, há uma página sobre o movimento espírita internacional e os respectivos e-mails de Federações, Uniões, Grupos, então passei a cada nova postagem enviar e-mails para lá e também para os amigos. É preciso ser ousado na divulgação do Bem. Mas, deixo claro que quem não quiser receber tais mensagens basta me enviar um e-mail dizendo e não mais as enviamos.

8. E para ser médium, também é necessário ser ousado?

- O médium Carlos Antônio Baccelli em seu livro autobiográfico "*A Trajetória de um Médium*" diz que "o médium para ser médium precisa ser ousado".

9. Como se dá essa ousadia?

- Como há dirigentes que, muitas vezes, até com boa intenção, buscam podar o médium quando percebem que este tem asas para voar mais alto, muitos médiuns permanecem em uma inquietude interna, pensativos e, não raro, pesarosos da incompreensão dos homens.

10. O que você recomenda a estes médiuns?

- O que o médium Wanderley Oliveira aconselha: num primeiro momento obedecer, obediência à direção da Casa que frequenta, até que, ele venha a alcançar sua autonomia. A obediência se faz necessária para o exercício da humildade, a propósito o Espírito André Luiz no livro Os Mensageiros,

cap. 35 coloca: *"Há gente que fala bastante de humildade, mas não é capaz de um único gesto de obediência"*. O Wanderley e eu mesmo, passamos cerca de duas décadas obedecendo.

11. Em que constitui esta obediência?

- Em seguir o que se convencionou chamar de "normas da Casa", o que é um contrassenso, pois a Casa Espírita deve simplesmente ter por base o Evangelho do Cristo à luz do que consta na Codificação Kardequiana. Um exemplo pessoal: colaborando em uma determinada Casa Espírita, mesmo trabalhando na que iniciei, fui "delicadamente" convidado a "silenciar" a mediunidade por um ano e assim o fiz, mas somente lá, permanecendo dando mensagens nos eventos que

participo. Retornando às reuniões mediúnicas, ocorreu o fato de, ao mesmo tempo em que um espírito sofredor se comunicava, Espíritos trovadores escreviam as suas trovas. Por ignorância dos dirigentes tanto da reunião quanto da Casa, fui acusado de "irregularidade" (risos) e, quando o Presidente da Casa conversou comigo, simplesmente lhe devolvi as chaves da respectiva Casa, das quais possuía cópias, pois realizava estudos lá e percebi que, de fato, o que se desejava era, através desta forma, verdadeiramente me afastar dos trabalhos. Por este ou aquele motivo eu estava "atrapalhando".

12. Mas, não se pensou que tal fenômeno, um tanto quanto raro, não vem a demonstrar a

independência de individualidades a influenciar o médium?

- Mas, como os respectivos dirigentes pensarem por este prisma, se entendiam (ou ainda entendem) que o espírito entra no corpo do médium e não tinham (ou não têm) a compreensão de que o que há é uma influência através do perispírito do médium? Um dos dirigentes chegou a dizer: Por que os Espíritos não aguardaram a sua vez? (risos). É muita falta de estudo, pois fenômenos assim ocorriam com Peixotinho que, ao mesmo tempo em que doutrinava, psicografava, também com o Julinho que psicografava dois espíritos ao mesmo tempo, com a mão direita e a esquerda e também um terceiro pela psicofonia, a médium Leonore Piper que também psicografava dois espíritos com a

mão direita um e com a esquerda outro.

Porém, se estudassem, perceberiam o erro em que incorriam, mas, como já disse por fatos que não me confortam recordar, o motivo real era o meu afastamento.

13. Você é corajoso em suas colocações.

- Não vejo assim, apenas sou sincero ao expor meu pensamento. E, de consciência tranquila, pois não desejo reconhecimento, pois aprendi que este é de Jesus, digo o que é a mais pura expressão da verdade, nada mais.

14. Você diria que ser médium é sofrer?

- Por quê? A mediunidade quando colocada em prol do Bem, ela te traz muita felicidade. Consolar, instruir, fazer ver aos vivos que os seus "mortos" queridos não são mortos, vivem, dar alívio a um enfermo, ser instrumento do Alto, dá paz e nos deixa em estado que deveria ser permanente, de compaixão.

15. Você é orador inspirado, quando começou nesta atividade específica?

- Também muito cedo. Estava um dia na reunião pública do GE Malvina Navega em Goytacazes, bairro de nossa cidade de Campos, RJ, que há muito tempo era um distrito e, como o orador da noite não aparecera e os membros da Casa me conhecendo por um estudioso e frequentador do GE



Luiz Gonzaga (havia apenas um ano que lá estava), me convidaram a substituir o orador e, sem pensar aceitei. Subindo à tribuna muito nervoso - de que eu ia falar? -, quando a palavra me foi passada falei fluentemente por 1 hora, até hoje não me recordo do que disse, até hoje não me recordo do que disse, só sei que o resultado foi u convite para eu falar em um momento festivo da Casa, mas, não me preparei confiando na inspiração e recebi a lição dos Espíritos: "Se queres nossa ajuda, ajuda-te: estude e nós te inspiraremos". Até hoje não mais deixei de estudar.

16. Você fala só na cidade de Campos ou também viaja para esta tarefa?

- Falo muito nas Casas da cidade de campos que me convidam

carinhosamente e também nas regiões próximas. Já fui à Juiz de Fora e, recentemente, estive em Guarapari falando na Sociedade Guarapari de Estudos Espíritas fundada pelo Orador e Mèdium Aloísio Silva e tenho propostas para ir ao Rio de Janeiro e Ubá - MG. Onde me chamarem irei com o maior prazer.

17. E a mediunidade, também aflorou cedo?

- Sim, aos 17 anos ao ser colocado pelo então Presidente do GE Luiz Gonzaga, o já desencarnado Nilton Rangel, à mesa, manifestei um tremor na mão direita e recebi uma mensagem de meu avô, pai de meu pai que eu não conheci em vida. Daí em diante, outras faculdades começaram a se manifestar.

18. Você, hoje, tem realizado o trabalho de transmitir as chamadas "cartas consoladoras". Como é isto?

- Já recebia mensagens de entes queridos, em geral na intimidade e para pessoas próximas, até que em um Seminário no dia 18/11/2012 com os amigos Célio Faria e Sarah Bastos Vieira, de Guarapari - ES, estando à disposição para a psicografia em público, recebi mensagens de entes queridos para pessoas com as quais eu não tinha proximidade e com o detalhe de as assinaturas dos "mortos" corresponderem à que tinham em vida. E, a cada dois meses, na 2ª quarta feira, o GE Luiz Gonzaga realizava-se após a palestra uma sessão de irradiação, onde ficava à disposição para a psicofonia e a psicografia orientadoras, vindo aí

também as "cartas consoladoras" - trabalho hoje infelizmente não mais realizado por motivos que não nos cabe aqui relatar -, mas me considero ainda sendo trabalhado pelos Bons Espíritos para a realização desta tarefa tão gratificante porque muito consoladora, mais vezes no mês, diante das dificuldades que passei, já foi dado um grande passo. Agora é trabalhar e confiar. Não posso esquecer aqui de deixar a minha gratidão aos médiuns Célio Faria, Guarapari-Es e sua esposa Sarah Bastos Vieira; Geraldo Lemos Neto e Antônio Baracat, ambos de Belo Horizonte-MG; Carlos Antônio Baccelli, Uberaba, MG, Rogério H. Leite, Taubaté, - SP e aos médiuns de nossa cidade de Campos, RJ, como Marlene e Silene do GE Cantinho Fraternal e da Casa de Caridade Jesus Peregrino e de D.

Hélia do Lar de Débora, por sempre nos estimularem ao trabalho e nos orientarem quando preciso.

19. Além do fenômeno que você relatou de receber comunicações espirituais ao mesmo tempo, você também já recebeu uma psicografia especular.

- Sim, mas foi apenas uma frase de nosso Guia Espiritual, o Alberto. A frase foi a seguinte: "Ele (o Cristo) é a luz de Deus em nós". Com Chico Xavier e Divaldo Franco, o fenômeno foi mais expressivo porque duplo: além de escreverem mensagens de forma especular, elas estão em idiomas desconhecidos dos médiuns, fenômeno cunhado com o nome de xenoglossia, pelo sábio psiquista Dr. Charles Richet.

20. Também já se deu com você a xenoglossia, isto é, o falar ou escrever em idioma desconhecido?

- Sim. Já falei e escrevi em inglês, francês e alemão, no inglês foram realizados diálogos com entidades sofredoras e no francês e no alemão, apenas falei, ou melhor, os Espíritos falaram como o Dr. Joseph Gleber pequenas frases em alemão. O Alberto, nosso Guia já escreveu uma página em inglês e o Espírito Miramez, por vezes, se expressa em espanhol.

21. Quais os seus autores preferidos?

- Entre os espíritas: Allan Kardec, Chico Xavier, Yvonne Pereira, João Nunes Maia, Carlos Baccelli,

Hermínio Miranda, Clóvis Tavares, Newton Boechat e Carlos Bernardo Loureiro.

Entre os espiritualistas: Ramatís, Deepack Chopra, o Dalai Lama, James Van Praagh e Pietro Ubaldi.

Entre os de literatura: Clarice Lispector, Aldous Huxley, Léon Tolstoi, Dostoiewski, Vinícius de Moraes, os de Física Teórica, de Michio Kaku e muitos outros. No Brasil temos excelentes escritores e poetas.

22. Não é muita coisa?

- Sim é, porém, leio desde a infância e, durante a faculdade (Normal Superior), foi prazeroso ter de ler vários autores clássicos. Ainda bem que eu gosto, senão...(risos).

23. Como você vê o Movimento Espírita Atual?

- Dividido. Como assim? Você vai perguntar e eu explico. O Movimento Espírita está dividido em "elitizado" que adora formalidades, que dogmatiza e diz o que é e o que não é Espiritismo e quem são os médiuns e as obras confiáveis, quando há médiuns e até espíritos escrevendo apenas para verem suas obras comercializadas e, alguns estão nas Federações. O outro é o Movimento "informal e simples" tal qual o que realizaram Chico Xavier, Yvonne Pereira, Eurípedes Barsanulfo, Júlio César Grandi Ribeiro, Maria Modesto Cravo, Spartaco Ghilardi, Celso de Almeida Afonso, este movimento é o que fazem hoje os espíritas e médiuns que não desejam



holofotes, que não têm pretensão alguma e estes por este mesmo fato não aparecem.

24. Fale mais sobre este Movimento "informal e simples"?

- É o Movimento do Espiritismo naturalmente alegre e em que o auxílio se faz a qualquer hora, com disciplina sim, mas a disciplina do Amor. É o Espiritismo em que a mediunidade não é institucionalizada, em que médiuns e espíritos não são controlados e trabalham livremente, sem as peias do dogmatismo que só enxerga o seu próprio umbigo. Ao observarmos como eram realizadas as sessões do Grupo Espírita da Prece, vemos o quanto elas eram simples e como Chico incentivava aos médiuns iniciantes e os orientando a permanecer na

disciplina com Jesus e Kardec. É necessário preservarmos esta simplicidade e para isto não se faz preciso a adesão a nenhum órgão unificador.

25. Qual a sua mensagem final?

- Que os espíritas de agora, neste período da maioridade das ideias espíritas, não se preocupem em apenas zelar por uma "pureza doutrinária" em detrimento da fraternidade, da afetividade. Sigamos, espíritas e espiritualistas trabalhando pelo nosso crescimento espiritual despreocupados em vigiar ao outro. Pureza doutrinária não é formalidade e sim o atendimento fraterno, carinhoso, para com os necessitados de corpo e alma que nos procuram (o médium está agora em um estado de profunda emoção, quase chora) e diz: "O Espírito

Maria Modesto Cravo está aqui e diz que: *"O serviço de humanização na Seara é urgente. Procurar a disciplina no exterior não deve representar atitudes de arrogância que trazem a doença da ilusão da autossuficiência. Precisamos caminhar tal quais os servidores da Casa do Caminho, orientando e servindo sem condições, reavivando desta forma a simplicidade cristã.*

*Não nos iludamos, não somos campeões da virtude e, se temos alguma missão, é a de, através do trabalho cristão, olharmos para nós e vermos que, assim como os que auxiliamos, somos quais pirilampos que, simbolicamente, vivem a oscilar entre a sombra e a Luz.*

*Confiemos".*

Não é preciso dizer mais nada. Agora é pegar na vassoura, como diz o Dr. Inácio Ferreira e trabalhar.

