

Autoperdão: Libertando-se da culpa para ser feliz

Nazareno Feitosa

Livro **Tormentos da Obsessão**: Espíritos sofrendo no mundo espiritual, na maioria, casos de auto-obsessão por perfeccionismo e sent. de culpa.

CULTURA DA CULPA: fruto do nosso orgulho

Autoflagelações na igreja primitiva (autochicotear-se) acreditando que isso fosse agradável a Deus. Jesus nunca afirmou isso. Nos convidou para o amor. A psicologia moderna diz que as palavras "culpa" e "pecado" deveriam ser abolidas do dicionário. Não servem para nada, só nos atrapalham. Aprendemos tanto com os erros quanto com os acertos. O erro só pode ser considerado um fracasso, quando não tiramos dele um aprendizado útil. (H) A culpa é provocada pelo nosso orgulho. Quanto maior o orgulho, maior o sentimento de culpa.

Até em algumas mensagens espíritas a cultura da culpa se infiltrou

Para julgarmos uma comunicação mediúnicamente, devemos analisar quem é (ou foi) o espírito comunicante, e quem é o médium, posto que muitas vezes, continuamos com as mesmas crenças que nutríamos em vidas passadas. No Evangelho Seg. o Espiritismo, há comunicações de espíritos que foram da igreja antiga, como Santo Agostinho, São Luís, São Vicente de Paulo, Adolfo (bispo de Argel), João (bispo de Bordéus), etc. Alguns deles (ou os médiuns), falaram em termos que refletem alguns atavismos e concepções ultrapassadas, como "Deus castiga", "Deus pune", que promovem o sentimento de culpa. (DF)

Ao passo que no Livro dos Espíritos (p. 13) as entidades venerandas nos apresentam um Deus perfeito, soberanamente justo e bom, e não um Deus vingativo, ou que castiga seus filhos. Afirmando que o mal que sofremos é criação nossa (colhemos o que semeamos). E que Deus só permite que colhamos o mal que nós mesmos plantamos, por que sabe que dele nascerá um bem maior. Que o sofrimento não é a regra do universo, mas uma exceção, própria de mundos ainda atrasados como o nosso (talvez haja tanto sofrimento na Terra porque parece que é o único remédio que funciona contra o nosso imenso orgulho).

SOMOS NOSSOS PRÓPRIOS JUÍZES

L.E. p. 621: "Onde estão escritas as leis de Deus? R.: Na consciência." Não é Deus quem nos condena. Nos condenamos ou nos absolvemos.

SENTIMENTO DE CULPA: UM "PLUGUE" PARA A OBSESSÃO

Só existe obsessão, porque somos "obsediáveis". Nós oferecemos o "plugue", a "tomada" que são as imperfeições morais - egoísmo, orgulho, inveja, etc - e ainda o **sentimento de culpa**, que permitem o processo obsessivo, baixando nosso padrão vibratório.

Melhor do que espantar as moscas, é curarmos a ferida. (CX)

"Podemos ter 200 obsessores e não ser obsediados" (SR)

A importância da reforma íntima. Podemos fazer quantas desobediências quisermos, se não nos perdoarmos, além de nos auto-obsediarmos, continuaremos atraindo outras entidades, por sintonia.

PAULO DE TARSO E A "DOCTRINA DA GRAÇA"

A doutrina da graça deve ter tido sua razão de ser. Foi graças a ela que Paulo conseguiu converter tantas pessoas. Nós, espíritas, acreditamos que ela foi além do que Jesus ensinou. Mas talvez devêssemos nos perguntar por que o Cristo permitiu que o maior divulgador do Evangelho fosse inspirado por tal doutrina. Ao analisá-la, utilizemos a regra de ouro que Jesus ensinou: "Pelos frutos conhecereis a árvore. Se o fruto é bom, a árvore é boa." E seus frutos são maravilhosos: autoperdão, auto-amor e alegria. Algumas igrejas se tornaram lugares de muita alegria e esperança. Nesse ponto, parece-me que nossos irmãos de outras religiões estão à frente de nós, que talvez não tenhamos compreendido bem o Evangelho do Cristo Consolador, carregando ainda muita culpa, tristeza e desânimo.

A alegria é um atributo dos espíritos nobres. Fco. de Assis era o "cantor da alegria"; Chico Xavier adorava contar "causos" divertidos.

Os maiores palestrantes que conheço são todos alegres e espirituosos.

PERDOE-SE

Se não nos perdoarmos, como vamos conseguir cumprir o maior mandamento (amar a Deus... como a si mesmo)? Como vamos conseguir nos amar? Se Jesus nos ensina a perdoar os inimigos, por que não deveríamos perdoar a nós mesmos?

DEUS SABIA: Deus, perfeito e onisciente, sabia que nós iríamos errar. Se ele não quisesse que errássemos, teria nos criado "anjos perfeitos", e não espíritos simples e ignorantes, que aprendemos com os milênios de evolução (H). O erro faz parte do processo evolutivo.

"INFÂNCIA" ESPIRITUAL: Como é que Deus nos perdoa, mesmo com tantas imperfeições? Estamos ainda na "infância espiritual", somos crianças, espiritualmente. Quem não perdoa o filhinho traquinas? (DF) Nós ainda não "sabemos", não introyetamos o conhecimento. (H) Saber que é bom ser bom, não nos transforma em pessoas boas.

"Pai, perdoa-lhes, porque eles não sabem o que fazem"

Deus permite a convivência de "lobos" com "ovelhas" na Terra

Quem colocaria raposas e galinhas juntas no mesmo local?

Deus, sabendo das nossas inúmeras imperfeições, que dentre nós há ainda "lobos", e "ovelhas", se nos colocou todos juntos, certamente sabia o que poderia acontecer. Há uma explicação para isso no L.E.

Primeiramente, isso só ocorre nos mundos de prova e expiação, como ainda é a Terra. Nos mundos mais evoluídos, só há espíritos bons, porquanto os espíritos atrasados foram enviados para outros mundos. Essa é a interpretação do juízo final que Jesus ensinou. Aqui, junto aos maus, os bons aprendem a perdoar, a compreender, a amar, são provas para seu adiantamento. Os maus, por sua vez, recebem a educação e o exemplo dos bons para se melhorarem. Não somos tão "lobos", nem tão "cordeiros" assim. Os "cordeiros" de hoje, provavelmente foram os "lobos" de ontem, e precisam despertar. No nosso atual estágio evolutivo, o orgulho ainda é tão grande que o único remédio que funciona conosco ainda é o remédio amargo do sofrimento. Mas ele não é um fim em si mesmo. Só é necessário para despertarmos para o amor. Deus não nos criou para sofreremos, mas para amar e sermos amados.

"As flores despertam somente com o alvorecer, o nascer do sol. Mas as pedras, elas precisam da dinamite para despertar." (JA)

CONTO: "O Bendito Aquilhão" de Humberto de Campos

SE NÃO FÔSSEMOS NÓS, PROVAVELMENTE OUTRO FARIA

Nosso modo de pensar atrai nossas experiências, pois pensar é um contínuo ato de escolher. (H) Deus sendo infinitamente justo e bom não permite injustiças. Assim, aquela pessoa que prejudicamos atraiu aquela experiência dolorosa. Nós fomos os responsáveis, mas poderia ter sido qualquer outro. Ela só sofreu aquilo porque atraiu tal experiência e talvez no passado, tenha cometido a mesma falta.

"Na Terra, há injustos, mas não há injustiçados" (Raul Teixeira)

Aceitamos algumas provas antes de reencarnar - L.E. p. 258

Se, antes de reencarnar, aceitamos passar por aquelas determinadas provas e expiações, que importa se foi o fulano ou beltrano o instrumento? Perdoe-o, ele foi somente instrumento para nossa elevação moral. Se não fosse ele, possivelmente seria outro, porque atrairíamos as experiências pelas quais precisamos passar.

VIVÊNCIA ou ATENÇÃO PLENA (filosofia zen budista)

Esteja "presente", aproveitando cada momento da vida. Não se preocupar, não "morrer de véspera". Confiança em Deus. Por que as crianças são tão felizes? Porque vivem o momento presente, não se inquietam com o dia de amanhã.

É irracional analisar o passado – o que poderíamos ter feito. Nós não podemos mudar uma vírgula sequer do que fizemos.

O maior presente que recebemos: o "momento presente".

"O espírito que fica preso ao passado não progride. Se eu não deixo o passado passar, ele vira presente!" (H)

"O trabalhador que lança mão da charrua (arado), e olha para trás, não é digno do Reino dos Céus" (___)

Nada de "arrepentimentos móbidos", mas sim trabalho no bem.

O arrependimento deve ser momentâneo, e não durar muitos anos.

NOSSO "KARMA" É DINÂMICO

"Kardec nunca usou a palavra 'karma', na codificação, indicando que o karma é dinâmico. O bem que faço modifica o nosso "karma" (DF)

"O amor (a caridade) cobre a multidão de pecados" (Pedro)

"O bem que fazemos é nosso advogado em qualquer parte" (E)

O importante é dar o melhor de si, tentar ser melhor a cada dia.

Mesmo imperfeitos, podemos fazer grandes obras.

Exemplos de renovação de Paulo de Tarso e Maria Madalena.

ESQUECIMENTO DAS NOSSAS OFENSAS

Se, para o nosso próprio bem, vamos esquecer tudo o que fizemos, queiramos ou não, no momento da próxima reencarnação, por que não colaborarmos com o progresso, esquecendo agora mesmo? Deus nos faz esquecer tudo, mas ficamos teimando, querendo lembrar.

Imaginemos um encontro com Jesus. Ele nos daria um sermão, nos condenando, ou nos perdoaria, estendendo-nos a mão?

ALGUNS POSSÍVEIS EQUÍVOCOS NAS INTERPRETAÇÕES

Alguns companheiros citam a passagem: "A quem muito foi dado, muito será cobrado", esquecendo do restante do Evangelho do Cristo.

A melhor interpretação, para nós, foi a de Kardec, que inspirado pelas entidades nobres, acrescentou: "Mas será muito dado também, se souber bem aproveitar" (nós sempre esquecemos o fim da frase, porque adoramos o lado negativo das coisas). Ao analisarmos uma frase, não utilizemos apenas a interpretação literal. Devemos fazer como no direito: ver quem disse, para quem, em que contexto, se está de acordo com a Constituição, códigos, etc. Temos que interpretar uma lei de acordo com todo o ordenamento jurídico, todo o conjunto de leis. Naquele episódio, Jesus falava para um fariseu. Analisemos essas passagens com um cuidado ainda maior, pois Ele foi muito enérgico para com eles. Lembremos dessa outra passagem: "A quem tem (fé, conhecimento) lhe será dado, e a quem não tem (fé, conhecimento), até o pouco que tem, lhe será tomado."

A IMPORTÂNCIA DO TRABALHO NO BEM

L.E. p.1000: "... Só por meio do bem se repara o mal". L.E. p. 770-A: "Fazer a maior soma de bem do que de mal constitui a melhor expiação".

Jesus nos ensinou parábolas lindas, falando das recompensas "grande será o seu galardão (recompensa) no Reino dos Céus", etc. como a do Semeador: "Aquele que semeia saiu a semear... e a semente, caindo em solo fértil produzirá 30 por um, sessenta por um e alguns grãos,

cento por um". Falou-nos da misericórdia infinita do Pai, como a do filho pródigo, da alegria do reencontro da ovelha perdida. Por que esqueçamos dessas parábolas lindas? A palavra "bem-aventurados" significa "felizes". Jesus veio falar das felicidades que nos aguardam.

"O meu jugo é suave, e o meu fardo é leve". Se estiver pesado demais, reflita sobre o assunto. Não será o perfeccionismo, nos castigando? L.E. p.909: *O esforço é bem pequeno. Mas quão poucos o fazem!*

AS TRÊS REGRAS SÃO: DISCIPLINA, DISCIPLINA, DISCIPLINA

Seria um equívoco de interpretação? Quem disse isso? Emmanuel. Para quem? Para Chico. Não foi para nós, para quem ainda está valendo o mandamento mais sublime de Jesus: "Amai-vos uns aos outros como eu vos amei" (amor incondicional, sem julgamentos). Emmanuel disse isso para Chico, porque ele já era "todo amor", e precisava de uma disciplina rigorosíssima para escrever 412 livros e ser um exemplo para o mundo, porque era extremamente assediado.

OBS: A disciplina é muito importante, em especial para os médiuns.

"Se você não acredita em disciplina, observe um carro sem freio" (AL)

SOMOS INSTRUMENTOS, TANTO NO BEM, COMO NO MAL

Incoerências do mov. Esp.: Quando fazemos algo bom, somos apenas instrumentos dos bons espíritos. Mas, se é assim, por que quando fazemos o mal, também não dizemos que fomos apenas instrumentos? Afinal, qual a influência dos espíritos em nossas vidas? L.E. p. 459: "Mas do que supondes, comumente, são eles que vos dirigem".

OBS: Isso não nos isenta de responsabilidades, porque temos o livre-arbítrio. Escolhemos sintonizar com aquela faixa vibratória. Daí a importância do "Vigiai (os vossos pensamentos) e orai, a fim de não cairdes em tentação". Mas, certamente, somos instrumentos utilizados por obsessores que muitas vezes têm responsabilidades maiores que a nossa. Num mundo mais elevado, sem a influência deles, não erraríamos tanto. Portanto, não somos tão maus assim como imaginamos. Mas também não somos ainda tão bons como o nosso orgulho nos faz crer. Nós não nos conhecemos. Portanto, como podemos nos julgar? Estaremos sendo injustos, queiramos ou não.

CONSOLIDADOR OU CONDENADOR PROMETIDO ?

O Espiritismo é um consolador, e não um condenador. Vem nos ensinar que o amor (a caridade) cobre a multidão de pecados. Por que muito amou, seus pecados foram perdoados.

O significado da palavra "Evangelho" = Boa Nova, boa notícia.

Jesus veio anunciar o Reino de Deus, falar das felicidades que nos aguardam, da pluralidade dos mundos habitados, afirmando:

"Não se turbe o vosso coração. Crede em Deus, crede também em mim. Há muitas moradas na casa de meu Pai. Se assim não o fosse eu já vo-lo teria dito. Mas eis que me vou adiante de vós, a fim de vos preparar o lugar e retornarei, para que aí onde eu estiver, vós estejais também."

Jesus nos ama do jeito que somos, porque sabe que ainda temos limitações, e que o Pai não nos exige algo que ainda não podemos dar. Ainda erramos muito e continuaremos errando. Ainda não somos anjos, a natureza não dá saltos. Nossa evolução é lenta e gradual. Não sejamos hipócritas, exigindo dos outros o que ainda não podem dar.

Conceito de "espírita" para Allan Kardec (ESE).

Jesus repetiu 2x: "Misericórdia quero, e não sacrifício" (Mt 9:13 e 12:7)

A natureza não dá saltos. Seremos, sim, um dia, espíritos puros, mas não iguais. Não nos transformaremos em "Chicos" ou "Ghandis". É uma prova de humildade reconhecer isso. Cada um tem uma missão própria. Nada na criação é desprezível, pois tudo é criação divina. Cada um irá dar frutos no seu devido tempo. (H).

LE p. 559: *Na construção de um edifício não são necessários tanto o mais simples operário como o mais ilustre arquiteto?*

Estória: Lâmpião trabalhando no bem com Bezerra de Menezes. (MM)

SE FORMOS PARA O UMBRAL?

O que faremos se despertarmos no umbral? Ficar nos lamentando e nos consumindo em remorsos, frutos do nosso orgulho, ou iremos fazer algo produtivo por lá? Há algum tempo, se eu fosse para o umbral, iria ficar lá recostado, imóvel, me culpando e me lamentando. Hoje, se ainda for passar uns dias por lá, vou fazer algo diferente: convidar a todos para ler o evangelho, fazer ESDE, palestras, montaremos grupos de auxílio, etc. Por que não? "Floresça onde for plantado" (DF) Chico disse que queria ir para o CEU = "Centro Espírita do Umbral"

IMPORTÂNCIA DO AUTOCONHECIMENTO PARA O AUTO-AMOR

Qual seria a pergunta mais importante do Livro dos Espíritos? Para alguns, está em um dos 4 livros que o compõem: "As Leis Morais". Em sua última questão, Allan Kardec pergunta às entidades benfeitoras:

L.E. p. 919: *Qual o meio mais eficaz que tem o homem de se melhorar nesta vida e de resistir à atração do mal?*

R- *Um sábio da antiguidade já vo-lo disse: "Conhece-te a ti mesmo."*

Orgulho: o Pai de todos os vícios, porque é o maior obstáculo - nos impede de ver nossos defeitos, impedindo nosso aperfeiçoamento.

Nosso sistema de "crenças" equivocadas nos faz sofrer. Precisamos descobrir as potencialidades divinas que possuímos.

Conhecendo-se através das doenças: Livro *A doença como caminho*.

Uma das melhores ferramentas: o Pathwork de Eva Pierrakos

Onde se encontra a felicidade?

Conhecemos muito do **mundo material**. Temos as ciências, a física, a química, a medicina, a biologia, a tecnologia, etc. Nós, espíritos, através das obras de espíritos como André Luís, Manoel Philomeno de Miranda, e outros, conhecemos muito do **mundo espiritual**. Mas não é em nenhum desses dois mundos que iremos encontrar a felicidade.

O mundo que precisamos conhecer é o nosso **mundo íntimo**. (H)

O Reino de Deus está dentro de nós. (JC)

Tomé, o mais culto dos apóstolos, fala do autoconhecimento:

3 – (...) Mas, o Reino está dentro de vós, e também fora de vós. Se vos conhecerdes, sereis conhecidos e sabereis que sois filhos do Pai Vivo. Mas, se não vos conhecerdes, vivereis em pobreza, e vós mesmos sereis essa pobreza.

67 - Disse Jesus: *Quem conhece o Universo, mas não se possui a si mesmo, esse não possui nada.*

113 – Os discípulos perguntaram-lhe: - Em que dia vem o Reino? Jesus respondeu: *Não vem pelo fato de alguém esperar por ele; nem se pode dizer, ei-lo aqui! Ei-lo acolá! O Reino está presente no mundo inteiro, mas os homens não o enxergam.* (Ev. de Tomé)

Autoconhecimento e Auto-obsessão:

Quase toda obsessão tem no fundo uma auto-obsessão. (H)

A "tentação" é a projeção de tendências infelizes que ainda trazemos, que se exteriorizando, em forma de pensamentos materializados, atraem mentes que se harmonizam conosco. (CX)

Descubramos o que há em nós que está atraindo aquelas experiências. Nossa máscara é fruto do nosso orgulho: queremos parecer melhores.

Qual o vício que Jesus mais condenou? A hipocrisia (a máscara).

A auto-imagem idealizada (máscara) segundo o Pathwork.

JESUS VEIO PARA OS "PECADORES"

Ele veio especialmente para os "pecadores". Acercou-se de coletores de impostos (Mateus), de prostitutas (Madalena), de corruptos (Zaqueu), etc., sendo criticado pelos fariseus, que diziam que Ele andava com pessoas de má vida. Para quem Jesus apareceu primeiro? Não foi para Pedro, a quem confiou seu rebanho, nem para João, o discípulo muito amado, mas fez questão de aparecer para uma "pecadora", Maria Madalena, que era desprezada pelos apóstolos.

"Deus não faz acepção de pessoas" (PT)

Auto-Aceitação: "Nós estamos assim, mas não somos assim." (DF)

Somos espíritos destinados à perfeição e à felicidade supremas.

Lei do progresso: Nós estamos a cada dia melhores. (LE)

AUTO-AMOR: "Amar ao próximo como a si mesmo"

Só posso dar aquilo que tenho. Se não me amo, como posso amar?

Humildade não é inferioridade, não é se depreciar. É não ser dono da verdade. Cuidar do corpo e do espírito (ESE). O caminho do meio (budismo). Cuidar da aparência, sem excessos, é equilíbrio (AA).

Relaciono-me com os outros do mesmo modo que comigo. (H)

JESUS, A ALEGRIA DOS HOMENS

Jesus era um homem simples, espontâneo. Nas bodas de Caná, transformou água em vinho. Se Jesus fosse um puritano, um hipócrita, teria dito: *O que? Mais vinho para esses bebedores?* Ele, ao contrário, atendeu o pedido de sua mãe, levando alegria para os convidados.

Os maus de hoje, serão os bons de amanhã. (E)

Os espíritos mais renitentes no crime serão salvos das garras do mal, se invocarem verdadeiramente o amparo do Senhor. (E)

Deus nunca está pobre de misericórdia. (L)

Há mais alegrias no Reino dos Céus quando uma ovelha desgarrada retorna ao rebanho do que quando chegam 99 justos. Jesus é o bom Pastor: *Eu sou o bom pastor; o bom pastor dá a sua vida pelas ovelhas.*

O bom pastor conhece cada uma de suas ovelhas pelo nome.

Nenhuma das ovelhas que o meu Pai me confiou se perderá. (JC)

Vós sois deuses, e filhos do Altíssimo todos vós. (Sl 82:6)

Podeis fazer tudo o que faço, e muito mais! Brilhe a vossa luz!

FIM – Que Jesus, com sua alegria e seu amor, nos ilumine a todos!

OBS: Esse texto não é definitivo. Não são afirmações peremptórias, mas sim questionamentos. Trata-se apenas de uma palestra intuída, ainda não revisada. Há afirmações que precisam ser confirmadas por outros médiuns, conforme nos ensina Kardec. Gostaríamos de receber críticas, correções e contribuições para o tema: *Como levar mais alegria para as casas espíritas?* Escreva para: nazarenofeitosa@gmail.com

BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA:

KARDEC - *O Livro dos Espíritos* e *O Evangelho Segundo o Espiritismo*

DIVALDO FRANCO: CDs *Divaldo Responde 2; Perdão e Autoperdão;*

MANOEL PHILOMENO DE MIRANDA: *Tormentos da Obsessão;*

ERMANCE DUFAUX – Wanderley S. Oliveira - *"Reforma Íntima Sem Martírio";*

"Mereça Ser Feliz Superando as Ilusões do Orgulho"; www.inede.com.br

HAMMED - Fco. do Esp. Santo Neto - *Os Prazeres da Alma; As Dores da Alma;*

Renovando Atitudes; Conviver e Melhorar; Um Modo de Entender.

LIVROS ESPÍRITUALISTAS:

EVA PIERRAKOS – *Entrega ao Deus Interior; Criando União; Não Temas o Mal;*

O Caminho da Autotransformação. www.pathwork.com.br

JOHN WELWOOD – *Em Busca de uma Psicologia do Despertar.*

ABREVIATURAS:

AA = Alberto Almeida	DF = Divaldo Franco	E = Emmanuel
ESE = Evang. Seg. o Esp.	LE = Livro dos Espíritos	H = Hammed
JÁ = Joanna de Angelis	AL = André Luís	EP = Eva Pierrakos
HC = Humberto de Campos	SR = Sílvio Romero	SI = Salmos