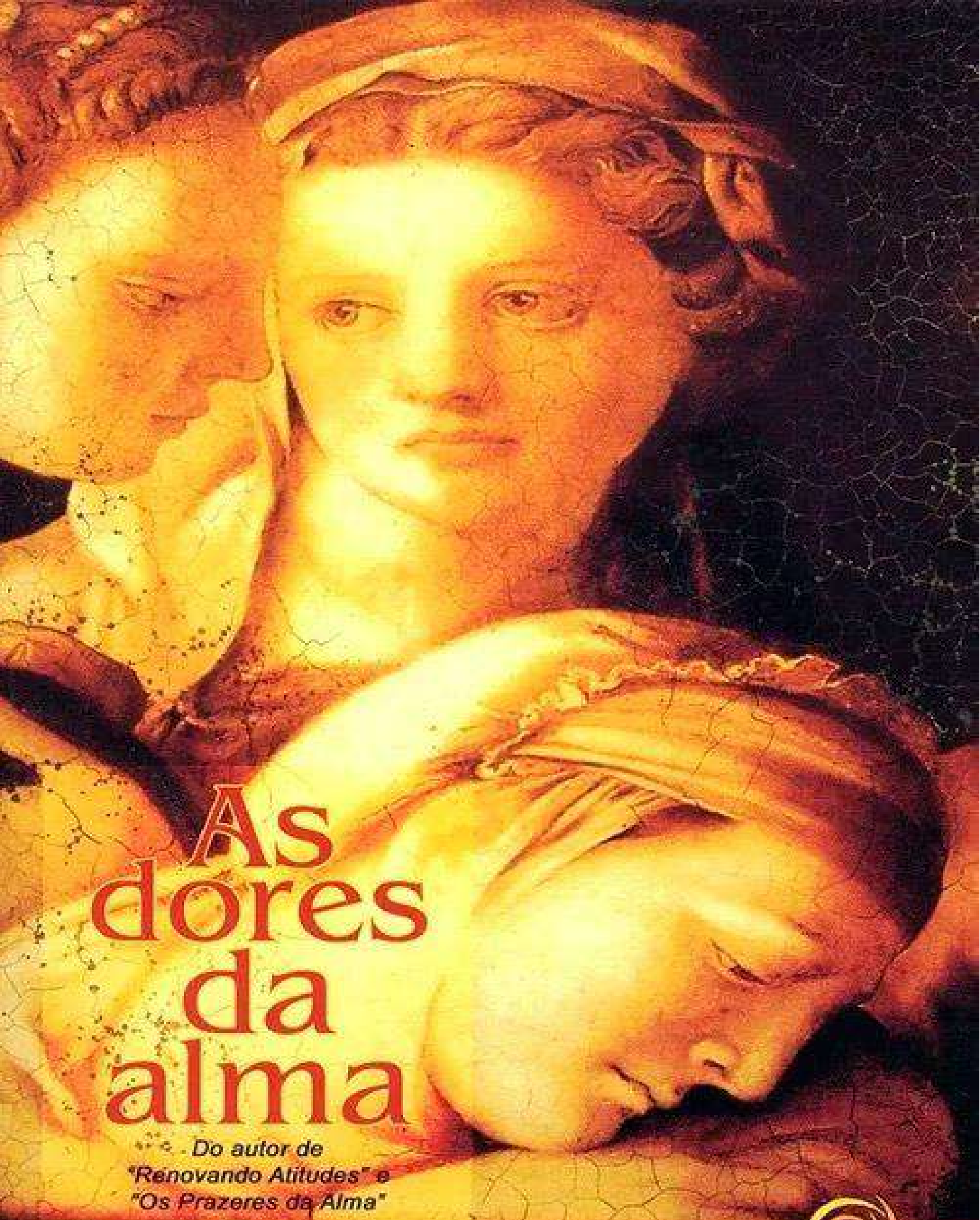




As dores da alma

Do autor de
"Renovando Atitudes" e
"Os Prazeres da Alma"

FRANCISCO DO ESPÍRITO
SANTO NETO

ditado por HAMMED



DADOS DE COPYRIGHT

Sobre a obra:

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

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

Sobre nós:

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



www.ebookespírita.org

As Dores da Alma

Francisco do Espírito Santo Neto

Pelo espírito **Hammed**

8ª edição – agosto/2000

Boa Nova

Editora e Distribuidora de livros espíritas

Índice

Agradecimentos	5
Dores da Alma	6
Crueldade	8
A autocrueldade é, sem dúvida, a mais dissimulada de todas as opressões.....	8
Cada ato de agressividade que ocorre neste mundo tem como origem básica uma criatura que ainda não aprendeu a amar.....	10
Orgulho	12
Na vida nada está perdido; aliás, existe a época certa para cada um saber o que é preciso para se desenvolver.	12
A compulsão de querer controlar a vida alheia é fruto de nosso orgulho.....	14
Irresponsabilidade	16
Somos nós mesmos que fazemos os nossos caminhos e depois os denominamos de fatalidade.....	16
O indivíduo que não aceita a responsabilidade por seus atos e, constantemente, cria álibis e recorre a dissimulações, culpando os outros, é denominado imaturo.	18
Crítica.....	20
Carmas são estruturados não somente sobre nossos feitos e atitudes, mas também sobre nossas sentenças e juízos, críticas e opiniões.....	20
O crítico, por vigiar e espreitar sem interrupção os problemas alheios, permanece inconsciente e imobilizado em relação à própria aprendizagem evolutiva.....	22
Ilusão.....	24
Somos nós mesmos que nos iludimos, por querer que as criaturas dêem o que não podem e que ajam como imaginamos que devam agir.	24
É mais produtivo para a evolução das almas acreditar naquilo que se sente do que nas palavras que se ouvem.	26
Medo	28
O resultado do medo em nossas vidas será a perda do nosso poder de pensar e agir com espontaneidade.	28
Desvendar, gradativamente, nossa “geografia interna”, nosso próprio padrão de carências e medos, proporciona-nos uma base sólida de autoconfiança.....	30
Dentre as muitas dificuldades que envolvem a agorafobia, a mais grave é a incerteza de nosso valor pessoal e as crenças de baixa estima que possuímos, herdadas muitas vezes na infância.	32
Preocupação.....	34
Os preocupados vivem entorpecidos no hoje por quererem controlar, com seus pensamentos e com sua imaginação, os fatos do amanhã.	34
Toda vida em nós e fora de nós está em constante ritmicidade. por que, então, desrespeitar os mecanismos de que se utilizam as leis divinas na evolução? por que nos afligirmos e tentarmos mudar o imutável?	36
Vício	38
O viciado é um “conservador”, pois não quer correr o risco de se lançar à vida, tornando-se, desse modo, um comodista por medo do mundo que, segundo ele, o ameaça.	38
Em verdade, viciados são todos aqueles que se enfraqueceram diante da vida e se refugiaram na dependência de pessoas ou substâncias.....	40
Solidão.....	42
Declarar de modo geral que o divórcio é sempre errado é tão incorreto quanto assegurar que está sempre certo.	42
Ouçamos com os ouvidos internos, pois ninguém pode assimilar bem uma experiência que não provenha de sua própria orientação interior.....	44
Culpa	46

As religiões foram criadas para retirar as criaturas da convenção e transportá-las à espiritualização, mas, na atualidade, algumas religiões se transformaram nas próprias convenções sociais.	46
Aprenderam a vestir a túnica de “super-heróis”, tentando satisfazer e suprir as necessidades da família, e se culpavam quando não conseguiam resolver esses problemas.	48
Viver em paz com nossa experiência sexual atual, valorizando nosso aprendizado e, em tempo algum, culpar-nos ou atribuir culpa a alguém.	50
Mágoa	52
O produto amargo de nossa infelicidade amorosa são nossas mágoas, resultado direto de nossas expectativas, que não se realizaram, sobre nós mesmos e sobre as outras pessoas.	52
É profundamente irracional nutrir a crença de que nunca seremos traídos e de que sempre seremos amados e entendidos plenamente por todos.	54
Egoísmo	56
A vaidade é filha legítima do egoísmo, pois o vaidoso é um “cego” que somente sabe ver a si próprio.	56
A mesquinhez pode manifestar-se ou não com a acumulação de posses materiais, como também pode aparecer como um “refreamento de sentimentos” ou um “autodistanciamento do mundo.”	58
Baixa Estima	60
A criatura materialista precisa crer que é superior, para compensar sua crença na insignificância da existência ou na falta de sentido em que vive.	60
O sentimento de inferioridade ou de baixa estima associa as criaturas a uma resignação exagerada, a um autodesleixo ou descuido das coisas pessoais.	62
Rigidez	64
O excesso de rigidez e severidade faz com que criemos um padrão mental que influenciará os outros para que nos tratem da mesma forma como os tratamos.	64
Os erros são quase que inevitáveis para quem quer avançar e crescer. São acidentes de percurso, contingências do processo evolutivo que todos estamos destinados a vivenciar.	66
Ser flexível não quer dizer perda de personalidade ou “ser volúvel”, mas ser acessível à compreensão das coisas e pessoas.	68
Ansiedade	70
A reunião de todas as nossas ansiedades não poderá alterar nosso destino; somente nosso empenho, determinação e vontade no momento presente é que poderá transformá-lo para melhor.	70
De nada adiantará teu desespero e aflição, pois a Vida Maior não te dará ouvidos dessa forma.	72
Perda	73
Não admitimos que podem coexistir entre amigos sentimentos ambivalentes como: admiração e inveja, estima e competição, afeição e orgulho.	73
São compreensíveis as lamentações e os pesares, o pranto e os suspiros, pois o ser humano passa por processos psicológicos de adaptação e de reajuste às perdas da vida.	75
Quase nada sabemos em matéria de velhice e, por isso, inconscientemente, ajudamos os anciãos a se precipitarem, de forma prematura, no abismo da doença e da morte.	77
Insegurança	79
Os inseguros omitem defesa a seus direitos pessoais por medo e evitam encontros ou situações em que precisam expor suas crenças, sentimentos e idéias.	79
A intensa motivação que invade os indivíduos para serem amados e queridos a qualquer preço nasce das dúvidas íntimas sobre si mesmos.	81
Repressão	83
Chorar é muito natural. Quando estamos em contato com nossas emoções e sentimentos, sabemos o que eles nos querem dizer e mostrar.	83
As mutilações de qualquer gênero são sempre uma repressão cruel e violenta às leis naturais da vida.	84
Depressão	86
É preciso saber lidar com nossas emoções; não devemos nos censurar por senti-las, mas sim julgar a decisão do que faremos com elas.	86

Somos também Natureza; possuímos as estações da alegria, do entusiasmo, da moderação e do desânimo, assim como as da primavera, do verão, do outono e do inverno.	88
Dependência.....	90
Nossa autonomia, tanto física, emocional, mental como espiritual, está diretamente ligada às nossas conquistas e descobertas íntimas.	90
A capacidade de amar está presente na alma humana, mas, para que floresça, exige maturação da consciência, isto é, “aprimoramento dos sentimentos”.	92
Inveja.....	94
O invejoso é inseguro e supersensível, irritadiço e desconfiado, observador minucioso e detetive da vida alheia até a exaustão, sempre armado e alerta contra tudo e todos.....	94
Não há nada a nos censurar por apreciamos os feitos das pessoas e/ou por a eles aspirarmos; o único problema é que não podemos nos comparar e querer tomar como modelo o padrão vivencial do outro.....	96

Agradecimentos

"A última coisa que se decide ao fazer um trabalho é saber o que se deve colocar em primeiro lugar."

Pascal

Gostaríamos de registrar, no limiar desta obra, nossa eterna dívida de gratidão para com os benfeitores espirituais Blaise Pascal e Nicolas Pavillon, pela assistência e generosidade que sempre nos dispensaram.

À equipe de espíritos queridos, constituída de Catherine de Vertus, Walon de Beaupuis, Antoine Arnauld e Pierre Nicole, seareiros de ideal, amigos de agora e de velhos tempos — unidos por laços de amizade que os séculos não conseguiram destruir —, nossos agradecimentos sinceros extensivos a tantos outros companheiros que, no momento, seria impossível nomear.

E concluir, reafirmando com Pascal: "O coração tem razões que a própria razão desconhece".

Hammed

Dores da Alma

Nas celebrações da publicação do primeiro livro da Codificação Kardequiana, quando a Seara Espírita completa 141 anos de iluminação e libertação das consciências, entregamos aos leitores o resultado de nossos estudos e meditações sobre os ensinamentos superiores de “O Livro dos Espíritos”.

Desde muito, aspirávamos realizar comentários em tomo da imensa riqueza que existe nessa obra basilar. Nela encontramos verdadeiros tratados de sociologia, de psicoterapia, de pedagogia, de saúde mental e outras tantas ciências, que são valiosos recursos para desenvolvermos a capacidade de pensar, de escolher, de tomar decisões e para nos tomarmos cada vez mais conscientes em todas as circunstâncias da vida.

Inspirando-nos em suas preciosas “questões e respostas”⁽¹⁾, fizemos nossas modestas anotações, cujas páginas⁽²⁾, em sua totalidade, reunimos neste volume. Não temos a pretensão de inovar as diretrizes espíritas, mas sim o propósito sincero de reafirmar-lhes os sublimes conceitos que, em realidade, são os grandes estimuladores da mente humana à sementeira de uma vida nova. Para tanto, utilizamo-nos de um sumário de termos retirados dos materiais de pesquisa e do pensamento de notáveis estudiosos do comportamento humano.

Estamos cientes de que integramos falange de espíritos ainda em evolução nas atmosferas intelectuais da Terra, tão sujeitos a enganos como qualquer outro. Temos também consciência de que somos uma alma que leva ao alto o archote iluminado que Jesus Cristo, por compaixão, nos concedeu a graça de carregar, para que iluminássemos a nós mesmos, em primeiro lugar, a fim de que conhecêssemos as nossas faltas e, ao superá-las, realizássemos serviço do autodescobrimento.

Nada traz de incomum e extraordinário nossa contribuição. Estes simples textos, em que desenvolvemos um raciocínio, um mais entre os diversos estudos das questões e dos conflitos humano, representam o somatório de nossas meditações nos ensinamentos superiores. Apuramos dados atuais, examinamos conquistas modernas, observamos conceitos recentes, tentando resumir dessa forma nossas conclusões, que ora entregamos nesta editoração.

Em nossos apontamentos, denominamos os “sete pecados capitais” como as “dores da alma”. São eles: o orgulho, a preguiça, raiva, a inveja, a gula, a luxúria e a avareza. Na atualidade, graças a valioso concurso das doutrinas psíquicas, de modo geral, e da psicologia espírita, especificamente, esses “pecados” são considerados mais como desajustes, neuroses ou desequilíbrios íntimos. Em verdade os “pecadores” precisam mais de auto-análise, reparação e tratamento do que de condenação, repressão ou castigo.

Quem tem hoje um mínimo de clareza íntima procura discernir esses processos psicológicos em desalinho da psique humana não levá-los a um sacerdote para que os absolva; ou, simplesmente apontá-los como faltas ou erros provocados pela ação dos espíritos infelizes, sem assumir nenhuma responsabilidade.

Entendemos que as “dores da alma” são fases naturais da evolução terrena, nas quais estagiam todos os seres em crescimento espiritual, aprendendo a usar, convenientemente, seus impulsos inatos ou forças interiores.

A moralidade medieval, em seu ardoroso empenho de regulamentar uma linha de conduta, instituiu os “sete pecados capitais”, que supomos ter sido uma tentativa de impedir que as criaturas enveredassem pelos imaginários caminhos do mal, com o temor de serem levadas a uma completa ruína por toda a eternidade.

Na atualidade, as religiões austeras ou intransigentes proclamam ainda o pecado em “altas vozes”, julgando as atitudes e as ações com um radicalismo irracional e posicionando-se com uma certeza absoluta sobre o que é bom ou mal, certo ou errado.

¹ Tivemos a atenção de transcrever; ao término de cada mensagem, as questões em estudo de “O Livro dos Espíritos” (Edição da FEB, tradução de Guillon Ribeiro), a fim de facilitar as observações e os estudos dos leitores.

² Algumas mensagens psicografadas que figuram nesta obra foram, inicialmente, publicadas pela Boa Nova Editora e Distribuidora de Livros Espíritas de Catanduva, de forma avulsa. Aparecem agora revisadas e adaptadas, para uma melhor apresentação e ordenação do conjunto. (Notas do autor espiritual)

No entanto, quem compreendeu as divinas intenções do Poder da Vida sabe que, na nossa existência, nada pode estar acontecendo de errado, pois a obra da Natureza tem a maravilhosa capacidade de sempre estar promovendo a todos, mesmo quando tudo nos pareça perda ou destruição.

Ao entregarmos o nosso livro, temos a intenção de despertar os interessados para a conquista do auto-aperfeiçoamento, através do estudo da vida inconsciente, “o além-mar” de nossa existência de espíritos imortais, fazendo conexões entre os mecanismos e métodos da psicologia e diversas questões do “Livro-luz”.

Essas interligações entre a Nova Revelação e estudos das atividades psicológicas permitiram novos ângulos de compreensão, contribuindo para que aceitemos, valorizemos e apreciemos tanto as nossas experiências como as dos outros e avaliemos tudo aquilo que elas representam, naquele exato momento evolutivo, sem lançarmos mão de críticas, perseguições ou imposições.

Possibilitam, do mesmo modo, que nos limitemos unicamente a olhar e observar os vários níveis da experiência humana, sem contestarmos ou indagarmos se poderiam ou não ser de outra forma. Assim, apreciamos somente as diferentes ações e formas de aprendizagem com que os bens fundamentais da Divina Providência agem e promovem a evolução da humanidade. “Nenhuma pessoa se queixa das pedras por serem duras, nem tampouco da cachoeira por ser úmida”. É dessa forma que devemos ponderar e analisar as atitudes heterogêneas na natureza humana, se quisermos facilitar e cooperar adequadamente com o processo educativo da Vida Maior em nós e nos outros.

O mau hábito de fixarmo-nos em prejulgamentos criar-nos-á dores e dificuldades no amanhã, quando tivermos que arrancar essas raízes de inflexibilidade. Por isso, entendemos que “melhor é ser planta que germina de galho”.

A dor emocional, diferentemente da lesão material, implica uma angústia no corpo todo; porém, a impressão física parece real. As “dores da alma” provocam um aperto no peito, uma dificuldade de respirar, uma sensação de que o coração vai se partir. “Enquanto eu chorava, doía muito mesmo no fundo do coração”, assim muitos se expressam diante dos pesares e aflições da vida.

As pessoas, entretanto, tendem a condenar e punir, olvidando-se de que todos somos alunos, não malfeitores, na escola da vida; que as “dores da alma” são as educadoras ou instrutoras particulares que a Harmonia da Vida nos concedeu, para vencermos bloqueios e obstáculos íntimos.

Esquecem também de que a Doutrina Espírita reconhece, não exclusivamente, a religião, mas de forma igual a ciência e a filosofia como processos de aprendizagem; em outras palavras, métodos de ensino importantes que utilizamos para conhecer a nós mesmos, as outras criaturas e demais criações do Universo. O Espiritismo sintetiza esses três métodos para que os indivíduos percebam a unidade ou totalidade do conhecimento pleno, e não a dualidade, que nos aprisiona ao mundo conflitante dos opostos.

Com esta singela obra, sentimo-nos desde já recompensados, pois oferecemos a instrumentalidade de nossa vida aos princípios do amor e da educação, tentando cooperar, de certo modo, com os nossos semelhantes. Portanto, se as páginas aqui reunidas puderem constituir para algum deles explicação, solução, reflexão ou renovação, ensejando-lhe alívio para suas “dores da alma”, ficaremos duplamente gratificados pela realização deste trabalho.

Catanduva, 8 de junho de 1998.

Hammed