

## MEDICINA E ESPIRITISMO

Caros irmãos!

A presente palestra tem por objetivo transmitir algumas informações importantes para as pessoas que têm a doutrina espírita como uma filosofia de vida ou religião. Em outras palavras, para os que, a sua maneira, conseguem entender e re-ligarem-se a Deus, nosso Pai Maior. Julgamos serem informações importantes tendo em vista que diariamente constata-se um número muito grande de pessoas adoecendo, se desequilibrando mental e fisicamente, sem perceberem que estão procurando tratar apenas as conseqüências (sintomas físicos e mentais) sem chegar nas causas de seus problemas. Se continuarem persistindo nesta forma de encarar a saúde, é possível que muitos descubram, quando no retorno ao plano espiritual, que boa parte dos problemas ainda não terão sido resolvidos.

Assim, presumimos relevante abordar o tema: **“O que é saúde e o que é doença à luz da doutrina espírita?”**

Devido ao fato da medicina ter se especializado tanto, atualmente quando nos encontramos doentes, procuramos diretamente o médico especialista daquela área do corpo que está enferma. Passamos a achar normal falar “sou doente do estômago” ou “meu coração está com problemas” como se pudéssemos ter apenas um coração ou um estômago doentes sem que o todo estivesse em desequilíbrio.

Podemos dizer que **doença e saúde se referem ao estado em que se encontram as pessoas e não ao estado de órgãos ou partes do corpo**. Na medicina homeopática se fala em doentes e não em doenças. É o ser humano num todo que adocece, que se desequilibra e apresenta sintomas.

Da mesma forma não podemos dizer que apenas o corpo ou apenas a mente está doente. **O corpo físico nunca está só doente ou só saudável, já que nele se expressam realmente as informações da consciência**. Isto significa que o corpo serve como um sinal de alerta para expressar que o espírito está num nível de desequilíbrio exagerado. Certas manifestações ocorrem com relativa facilidade devido às predisposições que o indivíduo trouxe consigo. Dizemos que cada um adocece no que pode e não no que deseja. Assim, **o corpo de um ser humano vivo deve seu funcionamento ao espírito que o habita**. É o espírito que se sensibiliza num primeiro momento, sem que muitas vezes apresente sinais de estar desequilibrado. Conforme a sensibilidade da pessoa, uma pequena contrariedade já transmite imediatamente sinais ao corpo físico que se desorganiza e adocece. Por exemplo: Uma pessoa ouve algo que não gosta logo após o almoço. Como tem uma sensibilidade gástrica, acaba prejudicando a sua digestão e vomitando horas mais tarde. Buscamos como explicação no alimento que estaria estragado ou no fato de ter comido muita quantidade de comida, mas não percebemos a desarmonia espiritual ou emocional que pode ter predisposto a má digestão e conseqüente aparecimento de sintomas.

**Quando as várias funções corporais se desenvolvem em conjunto dentro de uma harmonia, ele (ser humano) se encontra num estado que denominamos de saúde**. Este conceito considera um equilíbrio de mente e corpo. Para falar em saúde integral, precisamos entender a harmonia compreendendo corpo, mente e espírito. Levando em conta que nosso espírito ainda carece de um maior equilíbrio, no estágio evolutivo em que nos encontramos, não podemos dizer que temos uma saúde perfeita. Isto é uma expectativa para futuras encarnações. **Se uma função falha, ela compromete a harmonia do todo e então falamos que ele (ser humano) se encontra**

**num estado de doença. A doença é a perda relativa da harmonia.** Em termos físicos dizemos que a doença se manifesta por um desequilíbrio bioquímico ou celular. Até a “saúde” pode ser afetada por uma variação climática, mas normalmente não estamos acostumados a associar o sintoma físico ou emocional com algo mais sutil.

**Esta perturbação da harmonia acontece ao nível de consciência, que é a parte espiritual do ser, enquanto o corpo é a forma de apresentação desta desarmonia.** Precisamos estar atentos ao menor sinal de desarmonia nos nossos sentimentos, pois é a primeira indicação de que algo está ocorrendo na esfera do espírito, sede dos nossos sentimentos.

**O nosso “não consciente” envia mensagens ao nosso “consciente”, sob a forma de tensões ou sofrimentos físicos e emocionais. Procurando “silenciar” esta tentativa de comunicação, utilizamos medicamentos para acabar com os sintomas, sem perceber o que gerou os mesmos.** Principalmente na filosofia oriental, se aceita com mais facilidade que o corpo identifica, através de cada tipo de desarmonia, exatamente a causa para aquele distúrbio. No mundo em que vivemos, estamos eternamente correndo, procurando nos livrar de tudo aquilo que consideramos dispensáveis. Afinal, o que é a dor? Não é algo que apenas serve para atrapalhar? Por que ela apareceu? Não sabemos, nem temos interesse em saber. Somente queremos que ela suma o mais rápido possível, pois com isso poderemos voltar a realizar tudo aquilo que gostamos, mas estava nos desequilibrando. Se o medicamento não fizer o sintoma desaparecer em segundos, não é bom. Se o médico não acertar o remédio de primeira também não é bom. Às vezes, bom mesmo, no pensamento de alguns, é consultar o balconista da farmácia da esquina, que acertou com o nosso vizinho ao indicar aquele antibiótico de última geração, bem caro, mas que funciona. Ou quem sabe aquele antiinflamatório, que pode provocar diversos efeitos colaterais, mas que deu uma resposta rápida para o nosso parente. E assim, continuamos indo de infecção em infecção, de inflamação em inflamação, até que sintomas mais graves apareçam.

**Para se dar conta de onde está situada a causa inicial, médicos e pacientes precisam aprender não apenas a perceber o que é visível na luz, mas também identificar o que está escondido na sombra.** O que quer dizer isto? Quer dizer que nem sempre apenas o que aparece é a causa do problema. Não estou dizendo que precisamos pensar sempre nas exceções. Geralmente, quando se analisa a história de um paciente, observam-se as situações físicas que podem estar atuando como agentes desencadeadores do problema. É importante também pensar o que está por trás desta forma de desequilíbrio orgânico. Perceber como estávamos até recebermos uma certa notícia e observar como reagimos emocionalmente. Que sentimentos adormecidos surgiram naquele momento? Como isto afetou meu equilíbrio?

**Por que médicos e pacientes precisam aprender a perceber onde está a causa inicial? Médicos porque têm o papel de orientar. Se não souberem a causa, irão tratar apenas a consequência. Pacientes porque são os principais interessados e responsáveis por sua cura.** Estamos assim há quanto tempo? Continuaremos desta forma por quanto tempo ainda? Se o paciente não se interessa, deixando apenas na mão do médico para encontrar a causa do problema, tem grande chance de que consiga excelentes resultados transitórios, porém não um equilíbrio duradouro. Vamos entender melhor isto após comentarmos sobre o perispírito. Talvez algumas pessoas ainda não saibam bem o que é perispírito.

**Sabemos todos que o perispírito: É preexistente e sobrevivente à morte do corpo material, transmitindo suas vontades ao corpo físico e as impressões do corpo físico ao espírito.** Consideramos o perispírito como o intermediário entre o corpo físico e o espírito. Assim, quando desencarnamos, carregamos conosco, em nosso perispírito, todas as informações a respeito do

equilíbrio ou desequilíbrio que estamos vivenciando naquele momento e todas as impressões, positivas ou negativas, que tivemos ao longo da existência.

Sabemos também **que o envoltório carnal se modela e as células se agrupam de acordo com a forma perispiritual**. O perispírito serve de molde para a formação do corpo físico, e também se ajusta às modificações que vão ocorrendo no corpo físico, trazendo alterações transitórias ao mesmo. Tudo aquilo que fazemos, quando beneficiamos ou prejudicamos outras pessoas tem repercussão em nosso ser.

Temos consciência de **que as qualidades ou defeitos, faltas, abusos e vícios de existências passadas registrados no perispírito reaparecem no corpo físico como enfermidades e moléstias**. Quando insistimos em certos tipos de comportamento ou em atitudes inadequadas, acabamos por gerar em nosso perispírito lesões, que irão se manifestar mais cedo ou mais tarde como disfunções físicas ou emocionais. Alguns hábitos como ingerir bebidas alcoólicas (com frequência excessiva ou mesmo eventualmente em quantidade excessiva), comer em demasia, fumar, utilizar drogas como maconha, crack, cocaína, ou utilizar alucinógenos, acaba prejudicando o corpo físico. Como conseqüência, conforme o tempo de permanência do hábito, a programação espiritual que o próprio espírito havia traçado para si pode começar a sofrer mudanças, comprometendo a sua caminhada, já que ele terá, mais cedo ou mais tarde, que recuperar-se destes comportamentos inadequados.

Quando vamos repetindo escolhas que podem até trazer uma certa alegria num primeiro momento, mas em seguida geram desânimo, tristeza, melancolia pelas conseqüências negativas que muitas vezes estão associadas a estes eventos, estes sentimentos negativos vão interferindo na nossa auto-estima. Como conseqüência, alterações bioquímicas vão surgindo, interferindo na produção de neurotransmissores, alguns deles responsáveis pelo nosso estado de ânimo. Ocorre que, conforme estiverem os registros em nosso perispírito no momento de nosso desencarne, estaremos levando conosco os mesmos, os quais, por sua vez, estão associados aos quadros emocional e físico deste período. Desta forma, observamos que atualmente **inúmeras almas já renascem “adoecidas”, ou seja, com os componentes psíquicos enfermiços. Em grande parte dos casos o componente inicial desta enfermidade é a falta de auto-amor**. Devido a esta dificuldade em gostar de si mesmo, acabamos mantendo desarmonias psicológicas que continuarão a se manifestar na próxima encarnação. É necessário começarmos agora mesmo a busca de uma transformação. Não devemos esperar confiantes pela morte, achando que ela apagará tudo. O que deixamos de fazer numa existência, precisamos terminar em outra. Desta forma, conforme abordamos anteriormente, os vícios, os hábitos, os temperamentos, todos precisam de educação e disciplina. **O ato de amar a si mesmo ainda é uma lição que todos temos de aprender. Muitas reencarnações têm por objetivo precípuo restabelecer o desejo de viver e recuperar a alegria de sentir-se em paz. Uma conseqüência da falta do auto-amor é a depressão**.

Mas uma pergunta se faz necessária neste momento. **O que é depressão? Como se pode conceituá-la à luz do conhecimento espírita?**

Podemos começar dizendo que **depressão é cansaço de viver, é não aceitar a vida como ela é**. Temos uma tendência a nos desanimarmos quando os obstáculos surgem a nossa frente. Como dissemos anteriormente, devido ao “hábito” de termos este tipo de reação diante das dificuldades, encarnação após encarnação, acabamos desencarnando com as modificações bioquímicas que surgem em conseqüência a este tipo de pensamento e levamos esta informação gravada em nosso perispírito para a próxima existência. Por isto podemos observar crianças que apresentam desânimo quando enfrentam uma dificuldade na escola ou problemas de relacionamento com os amigos. A depressão é a **“doença prisão” que cassa a liberdade da**

**criatura rebelde, viciada em ter seus caprichos atendidos.** É uma prisão porque enquanto a pessoa se deixa dominar pelo sentimento depressivo, não consegue realizar tudo aquilo a que veio preparada para desempenhar na sua existência. Quando existe um esforço de superação, ela pode vencer estas dificuldades, e este esforço será necessário para superar a energia negativa que deixou ir acumulando no seu corpo perispiritual nas inúmeras oportunidades que teve em vidas anteriores. Quando a depressão se manifesta, é como se houvesse **uma intimação de leis da vida convocando a alma a mudanças inadiáveis.** A pessoa que enfrenta este tipo de prova deve estar consciente de que tem o amparo da providência divina e procurar perceber em si a força e a capacidade de superar as adversidades, lembrando que o Pai Maior não permite que nenhum de Seus Filhos passe por prova maior que a sua capacidade de vencê-la.

**Em tese, depressão é a reação da alma que não aceitou sua realidade pessoal como ela é, estabelecendo um desajuste interior que a incapacita para viver plenamente.** É preciso tomar uma atitude, não mais transferindo para a próxima existência a responsabilidade da mudança. Buscar o autoconhecimento, com o auxílio de profissionais experientes como psicólogos e psiquiatras é necessário quando nos sentimos deprimidos. Embora muitas pessoas não gostem de medicação, ela pode ser necessária, mas não deve ser tomada de forma isolada sem o auxílio da terapia, pois a utilização pura e simples de medicamento resolve o problema desta vida, mas empurra para a próxima à solução definitiva do mesmo. Assim, evite ficar remoendo pensamentos e tentando achar sozinho o caminho para o equilíbrio. Deixe o orgulho de lado e aceitem o auxílio que lhes é oferecido.

Lembramos daquele conto, em que um homem está em sua residência e alguns bombeiros vêm avisar que a área será inundada devido as fortes chuvas, convidando-o a se retirar. Ele se recusa dizendo que Deus o protegerá. Mais tarde quando a água começa a bater na entrada da sua porta eles voltam e oferecem novamente ajuda, a qual ele recusa dizendo que confia na proteção divina. Quando a água já está quase chegando no telhado, os mesmos bombeiros aparecem novamente de barco insistindo para que ele os acompanhe. Outra vez ele afirma que Deus não irá permitir que nada de mal lhe ocorra e que irá permanecer na casa pois precisa tomar conta de seus pertences. O nível de água aumenta e ele acaba morrendo. Chegando no céu encontra-se com Deus e questiona: "Por que o Senhor não me salvou? Eu sempre acreditei no seu auxílio?" Deus então responde: "Mas por três vezes eu te encaminhei meus mensageiros para que fosses salvo e não atendeste a nenhuma das minhas ofertas". Não podemos exigir que as coisas aconteçam da forma como nós queremos. Precisamos de flexibilidade e humildade.

Para aqueles que gostam de uma receita para ajudar a combater a depressão, lembramos que **no capítulo "Receituário oportuno" do livro "Escutando os Sentimentos" de Wanderley S. de Oliveira, Ermance Dufaux nos diz ser necessário ingerir três medicações com frequência:**

**1. Acreditar que merece a felicidade, assim como todos os seres humanos (ser feliz é contentar-se com o que se é, sem que isso signifique estacionar; é o amor a si);** Todos nós merecemos ser felizes. Nós fomos criados destinados a chegar nos planos superiores. O caminho é de nossa escolha, o ponto de chegada é o mesmo. Assim, a felicidade é de merecimento de todos. O desfrutar da felicidade no momento atual é consequência do plantio já feito, o que não tira o que está previsto no destino de cada um.

**2. Parar de encontrar motivos externos para suas dores, encontrando-lhes as causas íntimas (dentro de cada um está a cura para todos os seus males);** Temos uma tendência a transferir a responsabilidade de todos os problemas que temos em nossa vida nas costas dos outros. Ou são os pais os responsáveis por determinadas dificuldades, ou são os cônjuges que não nos entendem, ou é o chefe que nos persegue. Enquanto estivermos sempre procurando uma causa externa, sem

nos conscientizarmos que atraímos para nossa vida as energias de acordo com o que emitimos, continuaremos a fazer o mesmo por muito tempo. Certa vez atendemos uma paciente que em todos os locais em que havia passado sempre era “perseguida”. Como funcionária pública, já tinha sido transferida inúmeras vezes, sempre a pedido, porque em cada lugar onde entrava tinha colegas que não gostavam dela e o clima era ruim. No entanto, até aquele momento não conseguira identificar em si algo a ser modificado. Os outros é que precisavam mudar. Se algo assim ocorre, é preciso pensar.

**3. Parar de pensar em felicidade para depois da morte e tentar ser feliz ainda em vida (a felicidade resulta da habilidade de consolidar o sentido da vida a partir do “olhar de impermanência”).** Muitos espíritas e espiritualistas, com a crença de que terão outras existências, desistem de procurar perceber na vida que lhes é oferecida, momentos de felicidade. Sabemos que a felicidade absoluta nós encontraremos nos mundos superiores. Isto, porém, não é um fator impeditivo de procurar viver cada dia como um momento único que nos oferece sempre aprendizados. Os orientais falam muito na impermanência, ou seja, nada no nosso plano é permanente. Nosso sofrimento se dá, muitas vezes, justamente pelo fato que queremos prorrogar certas situações que já esgotaram o que podiam nos dar de aprendizado. Precisamos seguir em frente. Mas teimosos, queremos a estabilidade, atingir um estágio em que continuemos equilibrados. Só que o universo está sempre em expansão, continuamente mudando, e precisamos acompanhá-lo para não ficar para trás.

Voltando à depressão, lembramos que é interessante fazer uma relação entre **as emoções e os chakras**. Por que? Porque quando surgem distúrbios na nossa energia, e os chakras têm o papel de nos fornecer energia, isto pode afetar a nossa sensibilidade. **Quando a consciência de uma pessoa está desequilibrada, pois a mesma torna visível e palpável na forma de sintomas físicos ou psicológicos os seus desequilíbrios, existem desarmonias registradas a nível perispiritual. É o ser humano que está doente (espírito) e não o seu corpo físico.** Como dissemos anteriormente, não são os órgãos da pessoa que ficam doentes, mas a pessoa como um todo. Quando dizemos que a consciência está desequilibrada, estamos nos referindo ao espírito daquela pessoa que sofre de alguma perturbação na sua energia. Esta perturbação pode ser devida a pensamentos negativos ou atitudes indevidas persistentes. A consequência de algum tempo de vibração inadequada, e este tempo será diferente para cada pessoa, pode ser uma alteração na informação celular que tem como consequência o desenvolvimento de uma patologia ou doença.

**Como os chakras fornecem energia sutil aos diversos órgãos do corpo, os bloqueios e conflitos emocionais podem resultar num fluxo energético anormal para diversos sistemas fisiológicos. Com o tempo, esses fluxos anormais de energia podem produzir doenças de maior ou menor gravidade em qualquer órgão do corpo.** Os chakras captam a energia do universo e a transmite para o corpo todo através dos meridianos. O tipo de vibração mental que emitimos pode perturbar a recepção destas energias, bem como o seu deslocamento ao longo do organismo. Com isto podem surgir bloqueios energéticos capazes de, gradativamente, gerar alterações físicas. **O stress emocional é um importante fator no processo de produção de doenças. Os conflitos emocionais, os sentimentos de impotência e a falta de amor por si próprio podem ter efeitos nocivos sobre o funcionamento dos principais chakras.** As pessoas que vivem sob constante stress têm uma alteração permanente na sua produção de hormônios, consequentemente afetando a sua capacidade imunológica. É comum encontrarmos pessoas com baixa defesa orgânica quando vivenciam um stress muito grande, seja ele emocional ou físico. Também é comum encontrar pessoas que diante de uma tarefa, gastam muita energia Para conseguir terminá-la e, quando entram em férias ou tiram alguns dias de descanso, o sistema imunológico reage e elas ficam doentes naquele momento.

**A falta de amor a si ou auto-imagem ruim pode causar bloqueio no chakra cardíaco, o qual, secundariamente, afeta o funcionamento do timo, debilitando o sistema imunológico. Também pode afetar os pulmões contribuindo para as doenças respiratórias.** Ainda não aprendemos a nos amar. Como consequência, esta falta de auto-amor afeta nossa auto-estima, influenciando no nosso humor, mexendo por fim na nossa saúde. Fomos condicionados, por muito tempo, que deveríamos amar o próximo, esquecendo da complementação "como a nós mesmos". Assim, conseguimos desenvolver o espírito de solidariedade, de fraternidade, mas isso não significa necessariamente que o amor verdadeiro ao nosso próximo tenha sido estimulado. Só podemos dar aquilo que temos. Como vamos amar o próximo se não conseguimos amar a nós? Como perdoar alguém se não perdoamos a mais simples das nossas faltas? Como sermos caridosos com os outros se não agimos com caridade para conosco? Pensamos que dizer sim aos outros é amar o próximo. Esquecemos que quando dizemos sempre sim para os outros uma pessoa está sistematicamente recebendo um não a sua vontade: nós! Por que sentimos dificuldade de amar a nós mesmos? Porque ainda temos a tendência do egoísmo. Assim, muitos talvez, inconscientemente, temam que ao se amar resvalam no egoísmo, onde com certeza já estamos. Ficamos numa encruzilhada: se nos amarmos, podemos nos tornar egoísta; se não nos amarmos, não conseguiremos amar o nosso próximo verdadeiramente. O que fazer? O que Jesus nos ensinou: "Orai e vigiai". Seguindo este ensinamento, mantendo a fé no amparo divino, conseguiremos desenvolver o amor ao nosso eu sem nos tornarmos egoístas, valorizando a herança divina que Deus deixou dentro de cada um de nós.

**A forma inadequada de expressar verbalmente o que sente ou a não expressão verbal dos sentimentos internos pode interferir na função do chakra laríngeo. Esta pode ser a causa de muitos casos de amidalites ou transtornos de tireóide.** Cada chakra está ligado a um conjunto de órgãos, refletindo nestes órgãos a falta ou excesso de energia nos chakras. Assim, conforme o tipo de sentimento ou atitude que assumimos, interferimos mais diretamente num determinado chakra e, por consequência, num conjunto de órgãos. Depressão, baixa energia vital está relacionada com o primeiro chakra; dificuldades nos relacionamentos e problemas de ordem sexual têm relação com o segundo chakra; medo, ansiedade, orgulho são sentimentos vinculados ao terceiro chakra; aceitação e compaixão estão mais vinculadas ao quarto chakra; criatividade está ligada ao quinto chakra; percepção sutil das emoções liga-se ao sexto chakra enquanto o sétimo chakra é o centro da espiritualidade.

**Nossas doenças são freqüentemente um reflexo simbólico dos nossos estados internos de intranqüilidade emocional, bloqueio espiritual e desconforto. Isto sugere que a prescrição de medicamentos de efeito rápido, que aliviem apenas temporariamente os sintomas agudos da doença, não é a solução ideal para minorar os problemas do paciente, dentro de uma perspectiva reencarnacionista.** Precisamos ter em mente que por vezes os medicamentos são necessários, mas geralmente é porque não prestamos atenção nos sinais mínimos que nosso corpo nos dá quando as primeiras alterações energéticas se fazem sentir. Hoje não nos permitimos identificar o porquê das dores. A única coisa que pensamos é que precisamos aliviar as mesmas rapidamente. Já observei muitas pessoas com cefaléia relacionada ao stress, mas ao invés de buscar um relaxamento ou meditação, usam continuamente analgésicos e seguem no seu ritmo alucinado, mantendo o stress em nível alto. Como consequência, anos mais tarde, terão possibilidade de desenvolver outros distúrbios mais sérios como hipertensão. **A medicina do futuro deverá ensinar os pacientes a reconhecer os fatores emocionais e energéticos sutis que podem predispor-los a determinados estados mórbidos. Terá mais facilidade em detectar disfunções nos chakras, no corpo emocional, corpo etérico e corpo mental.** Médicos e pacientes terão que se adaptar a estas mudanças. Os médicos, que ainda apresentam uma visão mais

materialista, irão gradativamente perceber a realidade do espírito e a necessidade de cuidar também o ser humano sob este aspecto. Os pacientes precisarão prestar atenção em si mesmos, o que ainda hoje poucos fazem.

Fala-se muito em **hereditariedade**. Será que simplesmente a genética explica **por que ficamos doentes se aparentemente fazemos tudo certo? A hereditariedade existe, mas os registros no perispírito, das experiências passadas da alma (psíquico, intelectual, profissional, moral e emocional), determinam a formação dos órgãos no novo corpo material. A hereditariedade reflete a aproximação por afinidades vibratórias entre os membros de uma mesma família.** Quando encontramos numa mesma família, por exemplo, pessoas com tendência a depressão, podemos dizer que existe realmente um gene que predispõe a depressão. No entanto, a nível espiritual, eram pessoas que se afinavam vibratoriamente, por todas apresentarem impresso, ao nível do perispírito, a mesma tendência a deprimir-se. Como ocorre então que elas venham a apresentar tal gene? **Na fecundação, o gameta masculino vitorioso está impulsionado pela energia do perispírito do reencarnante que encontrou nele os fatores genéticos necessários para a programação reencarnatória. Os códigos genéticos da hereditariedade, em consonância com o conteúdo vibratório dos registros, vão organizando o corpo físico.** Ou seja, somos nós os responsáveis pelo corpo que temos, por todos os distúrbios de saúde que apresentamos no nosso nascimento. Deixemos de responsabilizar os pais pelos “genes” que possam nos ter transmitido. Se assim o fizeram, foi por nossa necessidade para continuarmos a caminhada evolutiva. Se não herdei aquela cor de olhos ou o tipo de cabelo que desejava, ou se herdei uma predisposição à obesidade ou à magreza, isto foi por minha influência, pelas informações que trouxe junto a mim.

**As enfermidades graves decorrem de faltas passadas e contribuem para o aprendizado, reparação e restauração dos atos inadequados, além da elevação da alma.** Se nascermos com um órgão em desarmonia, sem funcionar na sua plenitude, isto se deve às energias negativas que acumulamos em nosso corpo perispiritual no passado. Quando agredimos outra pessoa, ou simplesmente emitimos através do pensamento energias negativas contra o nosso semelhante, semelhantes energias se acumulam no nosso perispírito. Se nada fizermos de positivo desde que ocorreu esta agressão até o nosso desencarne, que possa de certa maneira eliminar ou amenizar esta energia acumulada, a levaremos conosco. Na próxima ou numa das próximas encarnações o corpo físico servirá de “mata-borrão” a sugar esta energia e purificar nosso perispírito.

**Certos acontecimentos e doenças são permitidos pelo plano espiritual para estimular o espírito a cumprir compromissos com a sua jornada evolutiva.** Nada ocorre por acaso. Sabemos que Deus não permite que um fio de cabelo caia se não houver uma necessidade para isto. Assim, se existe a doença em nossa vida, ela está a nos sinalizar algo. Precisamos aprender o que o nosso corpo tem a nos dizer. **Assim, enfermidades ou acidentes inesperados, carência afetiva, dificuldades econômicas, são meios utilizados para despertar da anestesia da ilusão ou da intoxicação do orgulho, egoísmo, cólera, etc, a que muitos se submetem.** Precisamos ir desfazendo-nos das nossas imperfeições. Vamos deixar de colocar tudo na “geladeira” aguardando a próxima encarnação para melhorar. Vamos parar de fazer o papel de crianças que não querem crescer, que não querem deixar de brincar, que desejam simplesmente gozar a vida sem responsabilidades, para começar a dedicar alguma atenção nas necessidades do espírito. Vamos deixar de ficar esperando que milagres aconteçam, depois de insistirmos por anos a fio em condutas que sabemos de antemão serem equivocadas e com conseqüências desastrosas. Nestes casos, se caminharmos para períodos de “choro e ranger de dentes”, não teremos do que nos queixar. Fomos avisados. E muito.

**Tabaco, álcool, drogas, excesso no sexo e na alimentação, são de livre opção atual, não incursos originalmente no processo evolutivo de ninguém. Quem a qualquer deles se vincula, colherá o efeito prejudicial, não se podendo queixar ou aguardar solução de emergência.** Temos a tendência a justificar pela hereditariedade os nossos “desvios de conduta”. Escolhe-se começar a fumar (precisando perseverança para aprender a engolir fumaça); escolhe-se começar a beber (precisando superar a barreira do gosto amargo ou da sensação de queimação na garganta); escolhe-se abusar na alimentação (para isso não se precisa esforço, basta apenas a desculpa para os fatos que ocorrem - come-se demais por estar triste ou por estar alegre; por conquistar algo que desejava ou por não conquistar; para comemorar quando começa o namoro ou para esquecer quando rompe o namoro - enfim, para tudo existe motivo para nos “agraciarmos com a comida”); escolhe-se abusar do sexo (nossos impulsos ainda estão presentes na quase totalidade das almas, e quando não conseguimos perceber a realidade do espírito, concentramos nossa atenção nos prazeres da carne). A hereditariedade presente nestes casos tem relação com a nossa vontade. Posso ser membro de uma família que há dez gerações tem problemas de alcoolismo. Posso ter o gene pois participo desta “comunidade espiritual” há muitos séculos, mas EU escolho continuar nesta caminhada de uso do álcool ou não. O gene não estimula a beber, o gene sinaliza que a pessoa tem problema com o álcool. Por que os outros podem beber só um pouco e eu não? Porque possivelmente eles até o momento não tenham abusado do uso em alguma encarnação, gerando desequilíbrios na sua estrutura perispiritual. Pode ser que nunca venham a cometer ou venham a fazê-lo em outro instante. O importante é prestar atenção em como eu reajo. Se eu observo que cometo abusos, se os outros falam que cometo excessos, a melhor alternativa é não usar.

**E a energia vital. Como equilibrá-la? De um ponto de vista energético, o corpo físico debilitado oscila numa freqüência diferente daquela quando em estado saudável.** Temos um nível de energia quando estamos bem e outro nível quando estamos mal.

**Quando a pessoa é incapaz de alterar o seu modo energético para a freqüência adequada, talvez seja necessário aplicar-lhe certa dose de energia sutil, o que pode fazer com que seus sistemas bioenergéticos passem a vibrar de forma apropriada.** São os momentos em que precisamos de uma ajuda externa para equilibrar o meio interno. Quando passamos muito tempo em desequilíbrio, começamos a apresentar sintomas. O ideal é que consigamos perceber a alteração na energia antes e começar a reequilibrá-la o mais cedo possível.

**Existem formas de tratamento que interagem também com a energia do ser humano como a acupuntura, a homeopatia, a antroposofia, a cromoterapia, os florais, os fatores de auto-organização, os elixires de pedras preciosas, o passe magnético, a prece, a água fluída, etc.** Muitas destas formas de tratamento encontramos nas casas espíritas (passes, água fluída, cromoterapia, em algumas casas ainda se utiliza a homeopatia sob a supervisão de médicos homeopatas) e as demais com os profissionais da área da saúde. **No entanto, a medicina não deve ter como foco apenas o tratamento do corpo, pois desta forma não obterá a cura, apenas melhora dos sintomas.** Por este motivo, as formas de tratamento relacionadas acima são importantes de serem utilizadas, mesmo associadas a tratamentos clínicos convencionais, pois são auxiliares para o re-equilíbrio do corpo, da mente e do espírito.

**Pesquisas realizadas com ajuda de clarividentes sugerem que as doenças iniciam-se primeiramente no corpo etérico e em outros veículos de freqüências superiores. Neste caso os sinais de doenças poderão ser percebidos no corpo etérico antes que seja possível detectá-los no corpo físico.** Isto vem ao encontro do que o espiritismo já dizia: as perturbações iniciam com os sentimentos desequilibrados afetando o perispírito, e posteriormente provocando alterações na

mente e no corpo físico. **O ideal é que se possam detectar as doenças num estágio suficientemente precoce para que impeça a manifestação física da doença no nível celular.** No momento em que isto começar a ser feito, muitas doenças deixarão de ser vistas com tanta frequência.

**A doença é o caminho pelo qual o ser humano pode seguir rumo à cura. Quanto maior for nossa compreensão, maior nosso aproveitamento das coisas que nos cercam.** O inconsciente é sábio e dá uma dica do que está afetando o equilíbrio do todo. Nós é que precisamos aprender a reconhecer a linguagem da mente e suas influências no corpo. **A cura acontece através da incorporação daquilo que está faltando e, portanto, ela não é possível sem uma expansão da consciência.** Precisamos expandir nossa consciência aprendendo a identificar o que os nossos sentimentos provocam como resposta. Ninguém sente ódio ou inveja sem uma consequência em si mesmo. É preciso perceber as reações que surgem em nós quando emitimos estas vibrações.

**O desenvolvimento de valores como paciência, humildade, bondade, perdão, tolerância, caridade e amor, são características de consciência plenamente desperta, de unidade perfeita e de perfeito entrosamento de Deus para com o homem. Este é o caminho da cura.** Não conquistaremos a cura plena sem o desenvolvimento destas qualidades. Até lá, continuaremos doentes do espírito, com corpos aparentemente saudáveis. Precisamos nos aproximar do Pai Maior. Ele é o nosso equilíbrio. Estar com Ele significa estar curado. Lembremos disto todos os dias, principalmente dentro do lar, com aquele irmão ou irmã que pode neste momento estar atrapalhando a nossa leitura. Ele ou ela é apenas um instrumento para nos mostrar que ainda somos imperfeitos, e que precisamos nos esforçar mais. Chega de deixar para amanhã. Chega de deixar para a próxima encarnação. Chega de pensar apenas nos prazeres do corpo. Dediquemos alguns minutos do dia para meditar, refletir, vibrar a mente positivamente. Passamos horas na academia, no salão de beleza, no restaurante, nas casas de massagem, nas discotecas, nos campos de futebol, e reclamamos quando temos de ir tomar um passe ou fazer o evangelho no lar. Não podemos alegar que não fomos avisados. Os sinais estão por toda parte. Apenas nós insistimos em negá-los.

E quais são as **responsabilidades de médico e paciente no processo de cura?** Qual é o **papel do espiritismo** neste processo?

**O princípio mais importante para a medicina que trabalha com as vibrações é o conceito de que os seres humanos são sistemas dinâmicos de energia que refletem os padrões evolutivos do crescimento da alma.** Embora nossos corpos nem sempre identifiquem qual o estado de nosso espírito (graças à bondade divina temos a oportunidade de uma roupagem nova a cada encarnação, adequada para as lições que precisamos aprender), ele vibra dentro de um padrão que revela o quanto já conseguimos evoluir. Determinadas pessoas, com capacidade intuitiva ou mediúnica mais desenvolvida, conseguem, simplesmente olhando para outra pessoa, identificar o que se passa no seu interior. Nós também aprenderemos a fazer isto quando deixarmos de prestar atenção apenas no nosso umbigo e nos ligarmos mais com os planos superiores. Lembremos que amar a si mesmo não significa esquecer do outro. Precisamos crescer em conjunto, aprendendo a nos valorizar como participantes da criação, com qualidades em desenvolvimento e defeitos em processo de correção, e continuar desenvolvendo o amor ao nosso semelhante

**O médico não deve ser apenas um agente promotor da cura, mas também um educador. No entanto, o paciente é o principal responsável pela sua cura.** Se prestarmos atenção, muitos médicos hoje já executam este trabalho de orientação com relação a medidas de higiene, alimentação, exercícios. Os psiquiatras já fazem a orientação quanto aos aspectos emocionais. No futuro todos os médicos terão como parte do seu labor o objetivo de desenvolver e lembrar da

importância da espiritualidade de cada um, o que muitos já estão a realizar. **É muito mais fácil tomar um comprimido que proporcione um rápido “conserto” do organismo, do que modificar os hábitos potencialmente insalubres que possam estar contribuindo para o problema da saúde.** Devemos deixar de esperar apenas que os comprimidos ou o tratamento médico atuem e começar a utilizar o potencial da nossa mente na busca do equilíbrio perdido. Precisamos deixar de lado a preguiça ou a posição de criança que fica emburrada quando tem de fazer algo que não gosta, e lembrar que, quando a doença aparece é porque fizemos demais as coisas que gostávamos, sem pensar nas conseqüências. Tem gente com orientação para andar mais e comer menos, mas prefere tomar remédio porque é mais fácil.

**Cada ser humano é responsável pela busca do seu equilíbrio, da sua harmonia. O espiritismo auxilia no tratamento da consciência humana, lhe apresentando novos valores, educando o espírito.** Com o conhecimento das informações a respeito do espírito e da vida na espiritualidade, temos a necessidade de direcionarmos a nossa atenção também para esta realidade. Somente através da educação do espírito conseguiremos atingir os planos superiores. O espiritismo, como o consolador prometido, tem auxiliado inúmeras almas a se despertarem do torpor de séculos anestesiados pelos prazeres físicos ou no revide de atos praticados contra a honra ou os interesses materiais.

**Muitos pacientes só adotam hábitos mais saudáveis após algum acontecimento traumático ou o diagnóstico de uma doença grave.** Infelizmente ainda não aprendemos as lições que o Evangelho nos transmite. Quando se diz que precisamos ter fé, que temos o amparo da espiritualidade maior, isto significa que, mantendo-nos ligados com os planos superiores, em pensamentos, atos e atitudes, em comportamentos e sentimentos, estaremos sempre contando com o apoio dos benfeitores espirituais, que contam conosco para que a mensagem que Jesus trouxe se cumpra em todos os corações. No entanto, temos a mania de pensarmos que nunca nenhum mal nos acontecerá porque vamos semanalmente na casa espírita ou fazemos o evangelho no lar. Ao mesmo tempo descuidamos das necessidades do corpo: nunca não praticamos nenhum tipo de exercício físico (porque não gostamos); não dormimos o suficiente para recuperar as energias (porque achamos que dormir "é perda de tempo"); abusamos da alimentação dizendo não ser possível ficar sem um determinado alimento como doces, pães, chocolates, etc (porque pode estragar ou os outros vão comer); não conseguimos deixar de beber ou de fumar (porque sem eles não se consegue ficar calmo), como se tivéssemos nascidos condenados a sermos dependentes destas substâncias. É muito comum descobrirmos que éramos capazes deste autocontrole quando surge um diagnóstico de doença grave ou incurável. Por que antes não era possível? Somente voltamos os nossos sentidos ao Pai Maior quando estamos em aperto? Continuamos sempre esperando que o milagre aconteça, havendo a cura do dia para a noite. E a nossa parcela de comprometimento com esta recuperação? O Pai sempre perdoa, mas após ser feita a sementeira, a colheita é obrigatória.

**O médico do futuro combinará o conhecimento científico e o conhecimento espiritual a fim de promover a cura em todos os níveis.** Esta é uma expectativa. Não consigo pensar em cura do corpo e da mente sem o equilíbrio do espírito. Como tendemos a uma evolução, acredito firmemente que venceremos a materialidade e nos ligaremos mais com os planos superiores. Os médicos apresentarão uma intuição mais clara, percepção dos miasmas impressos no campo perispiritual e, conseqüentemente, saberão orientar o que cada paciente precisará trabalhar naquele momento quanto aos sentimentos e emoções.

**MUITA LUZ, PAZ, HARMONIA E SAÚDE A TODOS**