



Tratamento Espírita da Depressão

Milton Felipeli

Respeite o direito autoral.

A reprodução parcial ou total desta obra somente deverá ser feita mediante a autorização expressa do autor.

Tratamento Espírita da Depressão

Por Milton Felipeli

Programa do Curso

Primeira Aula

- 1. Origens, causas e desenvolvimento da depressão*
- 2. Ansiedade, depressão, síndromes e fobias*
- 3. Depressão e obsessão*

Segunda Aula

- 1. Conseqüências físicas e psicológicas causadas pela depressão*
- 2. A depressão pode ser controlada*
- 3. A depressão pode ser curada*

Terceira Aula

- 1. O tratamento espírita pode auxiliar o tratamento clínico*
- 2. Como o centro espírita pode ajudar os médicos no tratamento das pessoas que sofrem de depressão*

Quarta Aula

- 1. Orientação doutrinária, passes e água fluidificada*
- 2. O socorro dos espíritos*

Suplementos:

- 1. Conclusão*
- 2. Como evitar a auto-obsessão*

Primeira Aula

- 1. Origens, causas e desenvolvimento da depressão*
- 2. Ansiedade, tensões, depressão, síndromes e fobias*
- 3. Depressão e obsessão*

1. Origens, causas e desenvolvimento da depressão

A depressão é caracterizada pela ciência como sendo um processo de abatimento físico ou moral, resultando em estados de tristeza, desolação, perda de interesse, perda de amor próprio, múltiplas queixas somáticas (insônia, fadiga, anorexia), atraso motor; ou ainda, agitação, idéias agressivas e, em alguns casos, tentativas de suicídio. Na classificação da Psicologia e da Psiquiatria, é um dos componentes da psicose maníaco-depressiva.

*Tratando-se para a ciência, de uma disfunção que afeta os pensamentos, humor, sentimentos, comportamento e saúde física, a **Depressão** é diferente do estado de apenas tristeza, tendo em vista que é mais intensa e duradoura.*

*Os estudiosos do assunto alegam que as causas da **Depressão** pode ser a mistura de alguns fatores, como:*

- a) predisposição genética (quem tem parentes com depressão possui mais chance de desenvolvê-la;*
- b) algum acontecimento na vida pessoal e que tenha causado forte impacto emocional. Exemplo: a morte de alguém muito próximo; ou ainda, o término de um relacionamento; ou, a perda do emprego;*
- c) acidentes que provoquem lesões na cabeça;*
- d) doenças, como por exemplo, uma disfunção na tireóide.*

*Os analistas referem-se ainda à **Depressão**, como uma “doença do corpo como um todo, pois afeta o sono, o apetite, a disposição física”. Dizem que a **Depressão** afeta, também, diversos aspectos psicológicos, como a auto-estima e a autoconfiança. O pessimismo uma característica de quem a sofre.*

*O fato é que a **Depressão** pode durar algumas semanas e até vários anos. Pode aparecer juntamente com outras doenças.*

*Escrevemos em linhas atrás, que existe uma diferença muito grande entre os estados de tristeza e de **Depressão**. Convém agora esclarecer qual é essa diferença. Ocorre que os sentimentos de tristeza são passageiros, enquanto que a **Depressão** leva a períodos longos.*

*Os estudos mostram ainda que a **Depressão** é mais comum do que se pensa, pois entre 15 e 25% das pessoas podem ter uma crise de **Depressão** pelo menos uma vez na vida. Isso significa que uma entre quatro pessoas terá que se tratar de **Depressão** alguma vez na vida.*

Os especialistas classificam os sintomas afetivos da depressão esclarecendo que eles podem ocorrer de forma variada. A mesma pessoa pode ser acometida de várias crises com sintomas diferentes em cada crise. As crises podem ter duração variada:

- a) período único;
- b) períodos freqüentes;
- c) períodos crônicos
- d) períodos breves ou espaçados (com longos períodos sem crise).

Os principais sintomas podem ser:

- a) sentimento de tristeza e ou instabilidade persistente;
- b) desânimo;
- c) cansaço;
- d) indisposição;
- e) perda da capacidade (parcial de sentir prazer nas atividades costumeiras) que tanto pode ser no trabalho, como no lazer e até o desejo e prazer sexual;
- f) ansiedade, preocupação, insegurança, indecisão;
- g) sentimentos de desesperança;
- h) sentimentos de culpa, inutilidade, incapacidade, desamparo, solidão;
- i) alteração no sono, tanto insônia como excesso de sono, ou até mesmo, acordar cansado;
- j) alteração do apetite, que pode ser a falta ou excesso de apetite;
- k) idéias de morte, suicidas ou tentativas de suicídio;
- l) irritabilidade, inquietação;
- m) dificuldades de concentração, de manter atenção, de lembrar o que ia fazer ou falar;
- n) esquecer onde deixou as coisas;
- o) sintomas físicos persistentes que não melhoram com os tratamentos médicos, como dores do estomago, dores crônicas de cabeça, das costas, das articulações;
- p) alterações intestinais sem causa orgânica definida.

Estamos tecendo algumas considerações sobre a **Depressão**, que se constitui, hoje em dia, em uma enfermidade que está assustando a sociedade. Considerações essas, à luz do conhecimento teórico e prático da ciência. Do ponto de vista social, a **Depressão** se tornou um problema tão grave, que ela será a segunda maior causa de incapacitação ao trabalho até o ano 2020.

Para os médicos, a **Depressão** está deixando de ser conseqüência, se tornando fator de risco de outras doenças. Avança em todas as faixas etárias, o que significa que crianças e jovens também podem sofrer desse mal. A média, de idade, baixou dos 40 para os 26 anos. Os adolescentes também passaram a consumir antidepressivos. O **Prozac**, por exemplo, está liberado para uso da criança a partir de 7 anos.

A ciência retirou a **Depressão** do quadro conceitual de “doença da alma”, introduzindo-a na relação de caráter químico, pois as experiências levaram ao conhecimento de que existe uma ligação entre a enfermidade e a ausência de duas substancias no cérebro: a **seretonina** e a **noradrenalina**.

*Sob o ponto de vista do tratamento, a **Depressão** encontra-se em estado de sinal vermelho, pois a maioria que sofre da doença não procura ajuda, e quando o faz, vencendo o preconceito e o sentimento de vergonha, nem sempre recebe o tratamento correto.*

*O Departamento de Saúde dos Estados Unidos tornou público recentemente que apenas um terço dos americanos com **Depressão** recebe o diagnóstico da doença, tomando o medicamento considerado correto, na dosagem certa, pelo tempo necessário.*

A orientação governamental recomendou que a partir deste ano, todos os médicos americanos façam um exame detalhado para saber se o paciente apresenta sintomas suspeitos da doença, como falta de auto-estima e desânimo.

Em nosso país, o problema é muito mais sério, pois as pessoas não procuram os médicos porque não acreditam que estejam doentes. Quando buscam orientação e atendimento, nem sempre o tratamento é correto.

Para se ter uma idéia, bastaria lembrar que em 2002 foram vendidas cerca de 16 milhões de unidades de antidepressivos para aproximadamente 700 mil pacientes.

*As estatísticas indicam ainda que 17% dos brasileiros vão passar uma **Depressão** na vida. A doença é duas vezes comum em mulheres que em homens.*

*Para completar esta parte valerá tornar conhecida a informação de que após ter noção de que a **Depressão** possui um componente químico do corpo, o **deprimido** diminui o seu preconceito e o sentimento de vergonha. Esse fator, entretanto, possui outra consequência: **as pessoas doentes deixam de procurar dentro de si mesmas. As causas da doença.***

2. Ansiedade, tensões, depressão e síndromes

*No capítulo anterior, apresentamos algumas considerações sobre o conhecimento atual da ciência sobre a **Depressão**.*

*Nesta parte do nosso trabalho procuraremos comentar um pouco sobre a correlação da **Depressão** com outros fatores da vida.*

Começaremos pelo conhecimento básico ou fundamental demonstrado pela doutrina espírita.

O homem é um espírito ainda imperfeito, realizando experiências evolutivas na Terra, que é um dos planetas do Universo. Em todos os mundos de uma forma ou de outra a vida se manifesta para atender à lei de evolução.

Na classificação geral dos mundos a Terra é um planeta destinado às provas e às expiações. As provas (ou provações) são testes escolhidos deliberadamente pelos espíritos antes de reencarnar. Expições são todas as conseqüências (efeitos) das causas anteriores (nesta e em outras encarnações) produzidas pelos espíritos.

*Para realizar suas experiências evolutivas os espíritos utilizam três atributos essenciais à sua evolução: inteligência, vontade e pensamento. A inteligência é uma faculdade que possibilita ao espírito **aprender**. A vontade é a capacidade de determinar suas ações, e o pensamento é o encaminhador de suas ações. É através do pensamento que o espírito encontra opções para sua vida.*

O homem é um espírito ainda imperfeito. Isso significa que ele está à caminho da perfeição. E, encontra-se no caminho da perfeição, seguindo a lei natural da evolução. A evolução é realizada através do acúmulo de conhecimentos. Todas as experiências realizadas pelo espírito são validas para a sua evolução, porque refletem a sua liberdade de escolha, pois ele possui o livre arbítrio.

*O livre arbítrio, portanto, pertence ao quadro das leis naturais, digamos, prioritárias, que são: **Imortalidade, Reencarnação, Evolução, Livre Arbítrio e Causa e Efeito**. Essas leis formam o conjunto de providencias para garantir o resultado final que é o estado de perfeição a que todos os espíritos no Universo atingem.*

Existe, portanto, uma escala gradual e progressiva na evolução. Essa escala é percorrida por todos os espíritos. Não há privilégios ou preferências.

Existem certas características que são gerais aos espíritos imperfeitos. A primeira delas é o apego maior às coisas do mundo material. A segunda é a sua ignorância em relação à realidade espiritual. Desse desconhecimento decorrem: orgulho, egoísmo e todas as tendências más: desonestidade, infidelidade, aliadas às paixões e vícios.

*Para efeito de estudo, transcreveremos aqui o que Allan Kardec estabeleceu como características de cada uma das classes as quais pertencem os espíritos imperfeitos: **impuros: inclinados ao mal; levianos: malignos, inconseqüentes, zombeteiros; pseudo-sábios: pensam que sabem mais do que verdadeiramente sabem; neutros: não são suficientemente bons para fazerem o bem, nem suficientemente maus para somente fazerem o mal; perturbadores: levam a perturbação e o mal-estar por onde passam, devido ao seu desequilíbrio espiritual.***

*Porém cabe bem a pergunta: o que é que isso tudo tem a ver com a **Depressão**? É o que responderemos a seguir.*

*Se os espíritos que reencarnam na Terra pertencem à categoria dos espíritos imperfeitos, isso significa que não possuem ainda conhecimento integral da realidade espiritual. Se não conhecem ainda a realidade espiritual, esse fato revela a sua instabilidade sobre o futuro. Havendo dúvidas, incertezas, desconhecimento, disso decorre a sensação de medo, temor em relação ao que **há-de- vir**.*

Ansiedade

A falta de conhecimento desequilibra o espírito, isto é, a ignorância revela a instabilidade.

O medo, o receio e o temor projetam a insegurança, a expectativa e disparam o processo de ansiedade. Alguns exemplos demonstrarão melhor:

- *medo de perder a pessoa amada*
- *medo de perder o emprego*
- *medo de não ter dinheiro suficiente*
- *medo de enfrentar determinadas situações, ou determinadas pessoas, e assim por diante.*

O desconhecido é a causa principal do medo. O medo é a causa principal das ansiedades.

As Tensões

As ansiedades, revelam a expectativa e temores em relação ao que ainda vai acontecer. Sua origem é a instabilidade do espírito, da qual decorrem os desarranjos e distúrbios do corpo físico.

A ciência estuda, examina e cuida dos efeitos cujas causas são espirituais. As tensões também são efeitos.

Tensão é o estiramento dos músculos e nervos, por isso é chamada de musculatura esquelética: o que equivale afirmar: retezamento dos músculos e nervos (tensões) é o mesmo que estiramento. Estirados, os músculos e nervos do corpo comprimem os órgãos internos: coração, pulmões, estômago, fígado, etc, do que resultam as dores.

Do medo, da expectativa, das ansiedades temos agora como resultado as dores provocadas pelas tensões. Quanto mais ansiosa for a pessoa, mais tensões ela provoca em seu corpo. A dor é o grande sinal das tensões. A dor é o grande desconforto do espírito, enquanto encarnado, que fica moralmente abatido, sem forças, desanimado.

Depressão

*O abatimento moral revela a fragilidade espiritual. É quando entra no quadro da **depressão**. O sentimento é de impotência para viver, lutar e vencer. A origem de tudo foi o **medo** que é, por sua vez, criação da ignorância e do desconhecimento.*

Síndromes

*Como consequência, nascem as síndromes. A mais conhecida hoje em dia é a do **pânico**, que dura até 40 minutos, mas que para o enfermo “parece uma eternidade”. A sensação é a de que a morte se aproxima rapidamente. O enfermo imagina que está tendo um ataque do coração. Pensa que está sendo sufocado. Passada a crise, surge o pavor de que outra crise vai ocorrer a qualquer instante.*

*As estatísticas mostram que no Brasil cerca de oito milhões de pessoas sofrem da denominada **síndrome do pânico**. No mundo são quase 50 milhões.*

Crianças, adolescentes, jovens e adultos podem sofrer desse mal. Por que? Simplesmente porque todos são espíritos reencarnados em um planeta de provas e expiações, pertencente à categoria inferior na classificação geral dos mundos.

*A Organização Mundial de Saúde concluiu que a **síndrome do pânico** afeta mais mulheres, na proporção de três para cada homem. Os especialistas afirmam que isso se deve ao fato de que os homens demoram mais em admitir que se encontram em crise e também em procurar auxílio médico.*

*Desse quadro de instabilidade espiritual e de consequências orgânicas, participam também as chamadas **Fobias**.*

*Fobia é o medo persistente e “irracional” de um objeto específico, de uma atividade ou de uma situação considerada sem perigo, mas que **apavora** quem a sofre. O portador das síndromes (de qualquer natureza) reconhece que seu medo é excessivo, mas não consegue controlá-lo.*

*Um exemplo é a **agorafobia**. Quem a sofre tem pavor de sair ou ficar desacompanhado; de entrar em lojas; mercados, ou lugares públicos, abertos ou fechados. Medo de andar de transporte coletivo (ônibus, trem, metro, avião, elevador e outros). A agorafobia é o oposto à **claustrofobia**.*

3. Depressão e Obsessão

*Para a Psiquiatria, “**pensamentos obsessivos são idéias, imagens ou impulsos que surgem repetidamente na consciência de forma estereotipada**”. (Transtorno obsessivo-compulsivo, Francisco Lotufo Neto, e, “Pânico, Fobias e Obsessões).*

“O conteúdo das obsessões é extremamente variado, porém o padrão se repete entre indivíduos e diferentes culturas”.

*O tema obsessão é estudado no espiritismo, a partir da questão 467 de **O Livro dos Espíritos**. Kardec pergunta: **Pode o homem se afastar da influencia dos espíritos que o imitam ao mal? Resposta dos Espíritos:** “Sim, porque eles não se ligam senão aos que os solicitam por seus desejos ou os atraem por seus pensamentos”.*

*Para se compreender bem essa resposta, precisamos reler o capítulo anterior deste trabalho, na parte em que estudamos que **o homem é um espírito ainda imperfeito**. Todas as informações daquele capítulo são importante para o que vamos examinar daqui para frente.*

Obsessão, segundo os dicionários

*Os dicionários registram **obsessão** como sendo um substantivo feminino que significa: impertinência excessiva; ação ou efeito de importunar; vexar/ perseguir; preocupação constante; idéia fixa.*

Obsessão, segundo o espiritismo

Kardec conceituou a obsessão como sendo “a influencia e sujeição que entre si promovem os espíritos inferiores”. Espíritos inferiores conforme já vimos, são os que se encontram ligados mais ao mundo material, com inclinação ao mal, vícios e paixões.

Trata-se, portanto, de instabilidade espiritual, da qual decorrem as ligações entre os seres. Pode-se dizer que se trata de uma enfermidade de origem espiritual. (É um pouco redundante esta afirmação, porque na verdade todas as enfermidades decorrem do desequilíbrio do espírito, num planeta de provas e expiações).

Como de caracteriza a obsessão

Kardec constatou de imediato a relação existente entre a obsessão e a mediunidade. A razão é esta: todos os homens possuem, indistintamente, a faculdade de ligação (ou contacto) com os espíritos.

Todos os seres humanos são potencialmente médiuns. Sob o aspecto prático, nem todas as pessoas são chamadas de médiuns ostensivos. Na maioria, os efeitos não ficam explicitamente caracterizados.

*Por esse motivo, Kardec, somente aplicou o termo médium àquele em quem **ostensivamente** a manifestação dos espíritos fica patente, bem caracterizada, sem nenhuma sombra de dúvida (O Livro dos Médiuns. Item 159).*

Assim, ao estudar o assunto obsessão, Kardec observou o fato de que a influência e a sujeição existentes entre os espíritos inferiores são quase que generalizadas. Esse fato facultou-lhe dizer tratar-se de impedimento ao bom desempenho da faculdade mediúnica. Pelo mesmo motivo, o codificador afirmou que entre as principais dificuldades para o aspecto prático do espiritismo encontra-se a obsessão (O Livro dos Médiuns. Capítulo 23).

Esse fato revela que toda pessoa envolvida pela obsessão é médium segundo o espiritismo

Como o termo obsessão significa, em sua generalidade, a influencia e a ação entre espíritos inferiores, pode ser classificada em três **gêneros**: **simples**: trata-se de influencia muito sutil, segundo a qual um espírito agindo sobre o pensamento de determinada pessoa, pode confundir o seu raciocínio. Essa modalidade é intermitente e impertinente. Quem a sofre “sente que algo está errado, mas não sabe explicar”; **fascinação**: essa modalidade caracteriza-se pela **ilusão** produzida pelo obsessor sobre o obsediado. O agente indutor (encarnado ou desencarnado) embaraça o pensamento e, por consequência, o raciocínio, atuando hipnóticamente. Ele produz a ilusão, o fascínio. O fascinado fica sob mercê do algoz e age sob o seu comando; **subjugação**: ação também voluntária e intencional que objetiva a paralisação da vontade de quem a recebe. O obsessor mantém o obsediado em uma rede magnética que o conduz como se ele estivesse sob verdadeiro jugo (daí a palavra subjugação).

Como se pode observar existe uma relação muito estreita entre **Depressão e Obsessão**, pois tanto o estado obsessivo pode ocasionar a depressão, quanto o estado deprimido pode levar a auto-obsessão.

Os dois estados (depressão e obsessão) se caracterizam pelo desequilíbrio espiritual. O espiritismo afirma que o fator predisponente da obsessão é a **imperfeição moral**. O mesmo pode ser afirmado a respeito da depressão.

Quando uma pessoa sai do estado simples de tristeza momentânea e ingressa no caminho da depressão (abatimento profundo e prolongado) encontra-se, na verdade, em quadro auto-obsessivo.

A cura da obsessão é um processo de auto-cura. A doutrina espírita propõe, ao lado do conhecimento sobre os fundamentos do espiritismo, a terapia através de fluidos salutareos e também o esforço para a melhora moral dos envolvidos.

Kardec sugere a técnica da doutrinação para o esclarecimento dos espíritos obsessores e também do obsediado. **Essa é a base, melhor dizendo, o primeiro degrau da longa escada para a solução desses casos.**

Segunda Aula

- 1. Conseqüências físicas e psicológicas causadas pela depressão*
- 2. Depressão pode ser controlada*
- 3. A depressão pode ser eliminada*

1. Conseqüências físicas e psicológicas causadas pela Depressão

*A medicina é um ramo da ciência que objetiva tratar das pessoas doentes e cuidar da saúde de maneira preventiva. A medicina examina a questão da **depressão** e de todos os transtornos obsessivos compulsivos (TOC) envolvendo as suas conseqüências. Salienta os médicos, que a principal conseqüência do episódio depressivo é o prejuízo social, pessoal e psicológico*

*A **depressão** leva o enfermo à auto-depressão. Vários casos reais poderiam ser lembrados para ilustrar este estudo. O abandono do lar, por homens que sob o estado depressivo, não se consideram mais dignos da família. Estudantes que são obrigados a paralisar seus cursos; mulheres que deixam de cuidar de seus lares; tentativas várias de suicídio; doenças circulatórias, cardíacas e assim por diante.*

*Deixamos bem claro neste trabalho que existe relação entre a enfermidade chamada pela ciência de **Depressão** e o estado espiritual de seu agente. Na verdade não é que existe uma relação estreita entre a **Depressão** e o desequilíbrio espiritual, e sim que tudo não passa exatamente de distúrbios espirituais. Tratado o espírito de maneira correta, teremos como conseqüência a restauração também da saúde física. O fato real é que a **Depressão** é efeito de uma ou várias causas. Acontece que como explica muito bem a doutrina espírita, todo efeito é também gerador de novas causas que terão, por conseqüência, novos efeitos, e assim sucessivamente.*

*O conhecimento aprofundado da **lei de causa e efeito**, conforme a orientação espírita é indispensável para o estabelecimento de um roteiro seguro em qualquer tratamento. Buscar e entender as causas da **Depressão** é um avanço considerável para a sua solução.*

*Quando os médicos dizem que o **prejuízo social** é a principal conseqüência da doença, nos fazem lembrar do conhecimento doutrinário que indica o fator da relação entre o **obsessor** e o **obsediado**, em que o agente indutor do processo tem, por objetivo, a desmoralização social do enfermo, sobretudo, no gênero de subjugação.*

*Portanto, ao tratar do assunto relacionado às conseqüências físicas e às conseqüências chamadas “psicológicas”, da **Depressão**, não podemos nos afastar das conseqüências espirituais, que envolvem outros espíritos no processo.*

*Diz Allan Kardec que atraímos os espíritos através dos nossos pensamentos: “**se alguém demonstrar como pensa, podemos dizer quais são as suas companhias invisíveis**”. Ora, quem esteja passando pelo processo depressivo demonstra quais os tipos de espíritos encontram-se a ele ligados.*

*Tendo em vista que a **depressão** é o “terceiro estágio” de um processo, que começa com as ansiedades, depois com as tenções e depois com a **Depressão**, importa*

salientar que as “**companhias espirituais**” encontram-se domiciliadas desde o primeiro estágio desse processo.

Parece-nos, que é muito importante não se afastar dessa realidade, pois que qualquer processo de cura, precisa do conhecimento desses antecedentes.

2. A Depressão pode ser controlada

*Aprendemos com o espiritismo que as dificuldades, obstáculos e problemas se constituem em verdadeiros desafios à capacidade de superação do espírito. Outra coisa que aprendemos com a doutrina é que **toda e qualquer enfermidade objetiva, principalmente, exercitar no espírito a paciência**. A paciência conduz a tolerância, e a tolerância à indulgência. Parece simples, não? Mas não é simples. Porém é necessário.*

*A **paciência** é a capacidade (qualidade) de entender e aguardar serenamente; a **tolerância**, de compreender as limitações do semelhante, desculpando e perdoadando enganos, erros, defeitos; a **indulgência**, de respeitar o direito do semelhante, aceitando suas limitações, oferecendo tantas oportunidades quantas forem necessárias até conseguir recompor-se espiritualmente: é acompanhar, sem reclamar, doar, sem exigir nada em troca.*

*A **Depressão** é uma característica da pessoa sem paciência, sem tolerância e sem indulgência consigo e com os semelhantes.*

*O controle da enfermidade exige uma atitude natural de reconhecimento de que algo não está bem e de que é necessária ajuda para superá-la. Para isso, importa buscar o apoio de um **profissional sério**. Ao lado da ajuda clínica, solicitar o recurso do espiritismo.*

O centro espírita quando é bem organizado e bem dirigido, conta com o serviço de atendimento para esse gênero de dificuldade.

*O controle e a cura da **Depressão** dependem também de um apoio espiritual.*

Controlar a enfermidade significa impedir a sua evolução.

3. A Depressão pode ser curada

*A solução para essa grave enfermidade depende exclusivamente do uso da vontade do enfermo. A vontade, de acordo com o que já foi devidamente examinado, é um dos três atributos principais do espírito (**inteligência, vontade e pensamento**). Quando essas três qualidades são devidamente utilizadas podemos resolver os mais graves problemas.*

No caso da **Depressão**, o que importa é estimular no mais alto grau possível a vontade do enfermo. Isso significa que todas as pessoas que desejam ajudá-lo necessitam de motivá-lo a sentir prazer pela vida.

Algumas providências auxiliares devem ser tomadas:

Providências médicas: (orientação, medicamentos e exercícios recomendados pelo médico).

*Providências Espirituais: tratamento feito em casa espírita séria, responsável. A terapia espírita consiste em: a) transferência de fluidos qualificados através de passes; b) água modificada (fluidificada) c) terapia desobsessiva. Os fluidos são transmitidos através de passes e são assimilados pelo perispírito do enfermo; a água modificada adquire propriedades de tratamento e é assimilada pelo organismo físico e serve para reequilibrar o sistema nervoso e promover a calma, a tranqüilidade e a serenidade. O esclarecimento doutrinário é importante no tratamento pois informa os motivos, as origens, as causas dos problemas humanos, ativando a **vontade** do enfermo. A terapia desobsessiva é feita internamente pelo centro, em reunião reservada e destinada a doutrinação de espíritos (desencarnados e encarnados) que fazem parte dos problemas ligados ao enfermo.*

Terceira Aula

- 1. O tratamento espírita pode auxiliar o tratamento médico*
- 2. Como o Centro Espírita pode ajudar os doentes e os médicos.*

1. O tratamento espírita

*Verificamos anteriormente que o tratamento espírita da **Depressão** é realizado em quatro partes: a) passes; b) água fluidificada; c) esclarecimento doutrinário d) desobsessão. Essas quatro partes se ajustam e se interligam; devem seguir em paralelo ao tratamento feito pelo médico. **Os dois tratamentos se completam.***

*O tratamento de reforço fluídico é feito por intermédio de passes. Os passes são ótimo recurso, pois os fluidos, que são o **quinto estado da matéria**, podem ser qualificados pela vontade e pelo pensamento. A base desse tratamento é o amor e o desejo ardoroso de ajudar os semelhantes. Os Centros Espíritas são locais apropriados para esse tipo de tratamento, tendo em vista o comparecimento dos espíritos bons; médicos, enfermeiros, terapeutas, além dos protetores e guias. Esses espíritos criam um ambiente favorável para a modificação dos fluidos e da água que servem ao tratamento.*

*Dependendo das circunstâncias esse tipo de tratamento pode ser rápido e de grande eficácia. O ponto principal é **motivar a vontade do enfermo**, aumentando sua confiança, sua fé e sua coragem.*

O passe é apenas um recurso auxiliar, pois tudo depende da vontade: de quem ajuda, de querer curar-se.

*Importante destacar que **os fluidos não são propriedades do centro espírita**. Eles inundam o Universo inteiro. Em todos os locais existem fluidos. A ciência chama os fluidos de **energia cósmica**. Acontece que o espiritismo ensina que podemos usar os fluidos como se fosse uma **alavanca** para conseguir o que desejamos.*

A água é ótimo elemento para veicular propriedades terapêuticas. Sua eficácia já está demonstrada até mesmo por cientistas e pesquisadores. Sugerimos aos interessados a leitura da apostila “A Cura pela Água” de nossa autoria.

Seu uso, no centro espírita, não deve ser encarado como parte de culto religioso, nem de atitude mística. A água fluidificada no centro espírita é recurso de tratamento, pertencendo à ciência espiritual.

*Kardec esclarece, no O Livro dos Médiuns, no capítulo VIII, nos itens relacionados com a “**modificação das propriedades da matéria**” (itens 130 e 131) que tanto os espíritos desencarnados quanto os encarnados podem, pela ação da vontade e do pensamento, alterar a “agregação molecular da água para modificar as suas propriedades”. No Centro Espírita, em que a vontade é de ajudar, auxiliar, apoiar e de curar, essa modificação adquire propriedade de tratamento da saúde física.*

*Quanto ao **esclarecimento doutrinário**, desejamos dizer o seguinte: o espiritismo **não promete cura**, pois a doutrina propõe a **autocura**.*

A autocura depende do conhecimento e da vontade em ação. O esclarecimento da doutrina é feito para explicar como funcionam as leis naturais. Principalmente, a lei de causa e efeito, que se for entendida pode explicar as causas da ansiedade, tensões, depressão, síndromes e fobias. A vida de qualquer pessoa muda quando ela adquire conhecimento sobre a realidade espiritual.

O conhecimento sobre a realidade espiritual implica em entender muito bem como funcionam as leis de imortalidade, evolução, reencarnação, livre-arbítrio e causa e efeito. Essas são as leis prioritárias. Existem os conseqüentes dessas leis e que formam as bases do conhecimento espírita: Fluidos, Perispírito, Mediunidade, Pluralidade dos Mundos Habitados, Erraticidade, Influência dos Espíritos em nossa Vida e a Ação dos Espíritos junto aos Fenômenos da Natureza.

Ao lado desse conhecimento teórico, a doutrina espírita sugere a adoção de atitudes práticas, ligadas à Ética e à Moral. Nesse ponto que reside a força do tratamento espírita. A melhora da qualidade de vida pela mudança de conceitos sobre a realidade do Espírito.

2. Como o centro espírita pode auxiliar os médicos que tratam as pessoas que sofrem de Depressão.

O centro espírita se constitui em um local onde se estudam os fundamentos filosóficos, científicos e moral da doutrina. e onde se pratica esses fundamentos. A primeira imagem que fazemos da casa espírita é a de um lugar de estudos. Esse foi um dos principais pontos das recomendações de Kardec. Dizia ele que o conhecimento teórico deve preceder ao conhecimento prático.

A primeira ajuda que a casa espírita bem organizada presta a qualquer pessoa é a de auxiliá-la a entender as causas do sofrimento e das enfermidades. A segunda ajuda é a de mostrar como podemos modificar para melhor a nossa situação. A terceira é a de viabilizar recursos espirituais com a ajuda de espíritos bons e protetores. Nesse sentido, o centro é um reservatório fluídico e de energias qualificadas.

*O Centro Espírita auxilia no tratamento da **Depressão** e de todas as demais enfermidades espirituais, estimulando a forma saudável de viver, cultivando boas emoções: serenidade, resignação, alegria, coragem, determinação, amabilidade. Incentivando também atitudes de: responsabilidade, independência, maturidade; dar mais do que receber; evitar o egoísmo a competição; ser flexível adaptável. Substituir as emoções doentias que causam tensões, por emoções sadias. Manter o bom humor nos momentos difíceis e de situações graves e pesadas. Evitar pensamentos sobre “suas desgraças”, repetindo tudo como se fosse um CD”. Controlar a irritação e a perturbação. Substituir a “pena de si mesmo” pela alegria de viver. Transformar a sensação de fracasso em sensação de vitória Confiar na própria força interior, colocando-a em ação constante. Criar a sensação de “**estar feliz para ser feliz**”.*

Imunologia Espiritual

O corpo físico é formado de trilhões de células. Cada célula do corpo físico possui vida. Isso é o que todo mundo sabe agora, o que é preciso entender também é que as moléculas que formam a células do corpo são formadas de átomos.

Dissemos que as células possuem vida própria, significa também que podem se reproduzir. Elas nascem, vivem e morrem. A vida das células do corpo física acompanha a forma de vida do espírito que utiliza o corpo. De acordo com os pensamentos e as emoções do “ser inteligente”, assim também será a maneira de agir e reagir das células.

A evolução se faz, segundo a doutrina espírita, desde o átomo, até o ponto mais alto que são os chamados “Espíritos Perfeitos”. Os espíritos que alcançaram o grau máximo da escala evolutiva começaram sua evolução no átomo (questão 540 de O Livro dos Espíritos).

Para garantir o sucesso de toda essa trajetória, enquanto encarnado, o espírito dispõe de vários dispositivos para assegurar as defesas de seu organismo. O corpo é veículo para novas experiências no processo da reencarnação.

As reações negativas das células às formas doentias da vida, produzem complicações orgânicas, e até mesmo a morte.

*Por outro lado, a alegria, o prazer de viver, a docilidade, o espírito fraterno, solidário, caridoso, criam no organismo a química imunológica contra as enfermidades. A **endorfina beta** é resultado da maneira positiva de se enfrentar a vida.*

*A **Depressão** pode ser classificada como processo de **auto-obsessão**, cuja consequência primeira é a baixa do **estado imunológico**.*

*Quando uma pessoa fica em estado de tristeza aguda não passageira, já é um sinal de diminuição do seu estado imunológico. Mas é um sinal primeiro de que o **espírito está em desequilíbrio**; isto é, não está ordenando bem o seu pensamento, o que revela, que a sua vontade, a sua determinação está sendo afetada.*

*Além do conhecimento sobre essa situação espiritual temos também que saber “ativar” a vontade dessa pessoa com os recursos da **motivação, da vontade**. Os psicólogos conhecem muito bem esse ponto. O mais famoso psicólogo alemão a estudar, pesquisar e orientar as motivações da vontade, **Guilherme Wundt** estabeleceu uma classificação bastante interessante sobre esse assunto valerá a pena os interessados examinarem os trabalhos do doutor Wundt.*

Quarta Aula

- 1. Orientação doutrinária, passes e água fluidificada*
- 2. O socorro dos espíritos*

1. Orientação doutrinária, passes e água fluidificada

O termo **orientação doutrinária** não deve ser entendido aqui como **doutrinação**, no sentido que essa palavra adquiriu ao longo do tempo. **Doutrinação** antigamente era sinônimo de **ato de ensinar**. Com o passar do tempo esse termo foi sendo utilizado com uma conotação pejorativa: impor uma doutrina; sujeitar alguém a um processo impositivo de uma doutrina religiosa, política, social e assim por diante.

*Em espiritismo, nada é imposto, e sim uma proposição. Allan Kardec escreveu que o espírita é antes de tudo, um **livre pensador**. A liberdade de estudar, examinar, aceitar ou não aceitar, é **imprescritível**.*

*Orientação doutrinária significa, a bem da verdade, **mostrar o caminho do conhecimento da doutrina**. E isso se faz com o maior prazer. Nada pode causar mais alegria do que auxiliar alguém a compreender os assuntos da doutrina espírita.*

*A cura da **Depressão** depende do conhecimento sobre o fato espiritual. O espiritismo possui condições de transmitir conhecimento sobre isso, pois o objetivo da doutrina é o estudo da origem, da natureza e do **destino** dos espíritos. Esse conhecimento é indispensável a quem sofre de **Depressão**.*

*O conhecimento espírita fortalece as convicções e faz nascer uma certeza sobre a vida e o futuro. Essa a finalidade da **orientação** doutrinária, no processo de **tratamento espiritual**. Na **Desobsessão**, também é assim que se conduz a cura. Aliás, importante afirmar que **desobsessão**, na linguagem espírita, significa **reconciliação**. Reconciliação entre os espíritos envolvidos por sentimentos de ódio, inveja, vingança, adversidade. Na **Depressão**, o tratamento prevê a **reconciliação** do enfermo consigo mesmo, portanto, **desobsessão** de si próprio.*

Quanto a terapia do passe e da água citada anteriormente, desejamos acrescentar alguma coisa mais: quando alguém entra no processo depressivo, isto significa que antes ou paralelamente, esteve ou está sob fortes tensões e em ansiedade. Equivale dizer que se encontra esgotada energética e fluidicamente. O centro espírita oferece um reforço através de passes, permite o seu fortalecimento.

*No processo de transferência de fluidos entra em funcionamento a vontade dos três agentes: do enfermo, do médium que é um intermediário, e do espírito que combina, qualifica e dirige os fluidos. A vontade, portanto, é fator preponderante nesse processo: a) a vontade do **espírito** que deseja auxiliar; b) a vontade do **médium** em querer doar parte de seus fluidos e de servir de **medianeiro**; c) a vontade do **enfermo** em querer receber a ajuda para a sua recuperação fluídica.*

*A conjugação da vontade dos três, portanto, é a base para uma boa transferência fluídica. Toda pessoa enferma registra uma alteração em seu quadro energético e fluídico. Vamos entender melhor: o corpo físico possui uma ação constante para a **vitalização** dos órgãos responsáveis pela **vida**. Essa ação constante realiza um*

trabalho muito específico. O resultado dessa ação gera energia. Todos os corpos possuem energia, produto dessa ação em trabalho específico os gregos chamavam essa ação em trabalho capaz de produzir energia, de ergon.

*O perispírito é o corpo fluídico do espírito. O perispírito não necessita de receber essa ação constante para produzir **energia**, pois ele não possui órgãos vitais como o corpo físico o que altera o **perispírito** é apenas o pensamento do espírito (ler O Livro dos Espíritos).*

Dessa forma, motivando-se a vontade e ordenando melhor os pensamentos, obtém-se resultado de apoio fluídico.

*No momento da terapia de fluidos através de passes no centro espírita, é formada uma situação favorável para essa modificação nos pensamentos e na motivação da vontade do enfermo **que deseja e necessita de ajuda.***

A dificuldade maior é a atitude posterior a esse tipo de tratamento, pois sendo os fluídos modificáveis de acordo com os pensamentos, tudo depende de como o enfermo mantém os resultados obtidos no momento do passe.

Conhecemos e registramos inúmeras curas ou melhora acentuada da saúde física, obtida através da modificação da água.

*Para entender bem esse ponto fazemos questão de reproduzir neste trabalho a frase escrita por Allan Kardec e que se encontra em O Livro dos Médiuns (item 130): **“Desde que o espírito, através apenas de sua vontade, pode agir tão decisivamente sobre a matéria elementar, compreende-se que possa formar substância e até mesmo desnaturar as suas propriedades usando a própria vontade como reativo”.***

*Observemos bem: a doutrina espírita afirma que através da vontade o espírito (encarnado ou não) pode agir sobre a **matéria elementar**, isso significa que pode agir sobre o átomo e as partículas subatômicas. E por que? Simplesmente porque o pensamento é um dos atributos essenciais do espírito. Os três atributos essenciais são: **inteligência, vontade e pensamento.***

A inteligência serve para o espírito adquirir conhecimento; a vontade para determinar as suas ações; e o pensamento para escolher as suas opções; isto é, para realizar, concretizar o que a vontade determinou.

*Kardec estudou as ações do magnetismo humano e do magnetismo espiritual, demonstrando que é através da vontade e do pensamento que se pode **magnetizar** “a água”. Qualquer pessoa pode fazer experiência nesse sentido e com toda certeza obterá resultados fantásticos.*

*Repetimos o que escrevemos em outra parte deste trabalho? O tratamento através da água modificada no centro espírita, não deve ser encarado como um **culto religioso**, e sim como tratamento de enfermidades.*

3. O socorro dos espíritos

*O espiritismo estudou, analisou e comprovou cientificamente a existência dos espíritos. Esse fato é incontestável. Reafirmou, dessa forma, o que anteriormente já havia afirmado Jesus de Nazaré, sobre a pré-existência, existência e sobre-existência da alma. E mais: Kardec e os Espíritos Superiores formaram um quadro aproximado da realidade evolutiva indicando as três ordens principais. As classes e suas características básicas. Esse quadro que Allan Kardec chamou de “**Quadro da Vida Espírita**” é uma verdadeira **Escala**, através da qual podemos perceber como os espíritos podem estar classificados:*

<i>Terceira Ordem:</i>	<i>Espíritos Inteligentes</i>
<i>Segunda Ordem:</i>	<i>Bons Espíritos</i>
<i>Primeira Ordem:</i>	<i>Espíritos Puros</i>

*A Terra, um planeta de provas e de expiações abriga espíritos da **Terceira Ordem**: imperfeitos (intelectual e moralmente).*

Os espíritos imperfeitos em qualquer mundo em que fazem suas experiências, recebem o auxílio, a ajuda dos espíritos pertencentes à segunda ordem: Bons Espíritos. Entre eles existem os espíritos superiores, cujas características básicas são conhecimento das ciências; sabedoria (teoria e prática) e extensão do sentimento de bondade.

*Outra informação da doutrina que auxilia na compreensão do tema refere-se ao fato de que, nas condições em que se acham, os **espíritos** do nosso planeta, “imperfeitos”, isto é, em processo de aperfeiçoamento, cada um, ao **reencarnar**, conta com o apoio de um **protetor**, de um guia. A tarefa do guia espiritual é **aconselhar** o seu protegido. Isso é realizado pela ligação que ele mantém através do pensamento.*

*A realidade é que os espíritos desencarnados vivem no meio dos encarnados. Seu número é muito superior. Viveram na Terra na condição de encarnados e encontram-se agora em **erraticidade**, que é o estado em que ficam todos os desencarnados.*

Como estamos observando, os espíritos agem como os homens (afinal, eles também foram humanos!). Existem espíritos bons e maus. Os bons nos auxiliam e os maus tentam nos prejudicar.

Da mesma forma como ocorre no mundo material, espíritos existem que buscam socorrer os encarnados, nos momentos de dificuldades. São espíritos amigos, familiares e aqueles que se dedicam à ajuda recíproca.

*De acordo com o que esclarecemos em outros capítulos deste caderno, são duas as alavancas que proporcionam a cura de qualquer enfermidade: **necessidade e merecimento**. As combinações destes dois fatores permitem o resultado desejado. Não devemos esquecer da vontade, da determinação, da confiança e da convicção.*

Os espíritos podem nos socorrer, nos ajudar, porém, tudo depende das nossas forças interiores: vontade, determinação, confiança e convicção. Essas forças interiores atraem mais forças.

*Temos ensinado aos nossos irmãos espíritas o que temos aprendido com a ciência do mundo material, e com a ciência do espírito: que é preciso saber usar os **recursos** que trazemos como espíritos e **determinar**, a nós mesmos, o que desejamos alcançar na presente encarnação. É admitir que temos condições de movimentar nossa vontade. Para tanto, pensar e condicionar o pensamento em idéias como esta:*

Quero!

Posso!

Consigo!

Faço!

Conclusão

1

Ao examinar o campo das emoções a ciência descobre hoje as sensações de amor, prazer, alegria, assim como o ódio, paixões, tristeza, vergonha, dor, terror e frustrações afetam a vida vegetativa.

A pressão sangüínea, as tensões musculares e a secreção das glândulas podem ser alteradas, de acordo com a afetação do sistema nervoso simpático.

Os cientistas da saúde sabem, que existe um grupo de núcleos na base do cérebro, chamado hipotálamo que quando recebe uma impressão de flagra uma reação em cadeia, a partir dos sistema nervoso autônomo. Essa reação em cadeia, segundo os cientistas, é praticamente impossível de ser interrompida.

Ao ser iniciado esse processo, os vasos sanguíneos do estomago e intestinos se contraem, a digestão, a assimilação e a eliminação param, e o sangue é enviado para o cérebro, pulmões e músculos onde a energia é indispensável.

A adrenalina então acelera o processo estimulando o coração e os pulmões; os brônquios relaxam e o fígado libera os carboidratos que são rapidamente usados como açúcar no sangue. A pressão sobe e o tempo de coagulação do sangue diminui para que o corpo passa reagir e se defender de um possível ataque.

2

Os estudos da Psicanálise, com Sigmund Freud e Carl Jung, concluíram que não existe nenhuma parte do corpo que se encontra imune à influência das emoções, e que os desequilibrados emocionais são responsáveis por inúmeras doenças como a asma, tuberculose, resfriados, gripes, alergias, e assim por diante.

Sentimentos ocultos ou transparentes de conflitos, temor, ansiedade e depressão podem causar problemas sérios relacionados à digestão e à eliminação. Quando as reações são freqüentes e intensas podem surgir sérias lesões.

Os cientistas sabem que a diabete pode ser originada por doloroso choque emocional. Jung afirma que alguns acidentes podem ser ocasionados a partir de conflitos internos.

3

*A ciência do espírito, ou seja, o espiritismo aclara muito bem tudo isso que escrevemos linhas atrás, a partir da explicação do que é o **Espírito**, e de como funcionam as Leis de **Reencarnação, Livre- Arbítrio e Causa e Efeito**, para entendermos sobre o campo das chamadas emoções.*

A doutrina espírita explica como os desequilíbrios espirituais refletem no corpo físico, provocando reações e doenças. Por exemplo: ao reencarnar, isto é, ao entrar no processo de reencarnação, o espírito liga (e isto é automaticamente) seu perispírito ao corpo físico que esta sendo formado. O momento inicial é o da fecundação. A ligação é molecular de forma que cada átomo do perispírito é ligado a cada átomo do corpo físico.

*Esse fato revela que existe uma “**integração**” perfeita entre o corpo fluídico (perispírito) com o corpo físico. As manifesta do sentimento refletem nas emoções e estas no perispírito, que passa tudo para o corpo físico. Esse é o procedimento funcional.*

O espírito reencarnado, sujeito às experiências (acontecimento) das provas e das expiações, modifica, altera e transforma as reações do corpo físico, de acordo com o conhecimento e os seus sentimentos, respeitados os limites de seu livre abítrio.

4

*A **Depressão**, como vimos neste trabalho, pode ser incluída no quadro dos desequilíbrios espirituais, com conseqüências no corpo físico.*

O tratamento desse desequilíbrio deve atender a dois aspectos: o espírito e o corpo, o corpo registra os efeitos. O espírito acusa as causas

A medicina mais avançada, que trata dos problemas da mente (espíritos) sabe disso e procura cuidar dos desarranjos espirituais e também desarranjos físicos.

A farmacologia procura produzir medicamentos que ajudem corrigir os efeitos, enquanto que a Psicologia, Psicanálise, Psicoterapia, e a Psiquiatria, auxiliam no redirecionamento do espírito.

*Várias são as técnicas utilizadas como recursos para diminuir e eliminar os efeitos da **Depressão** como desarranjo espiritual. Todavia, a Ciência Espírita possui seus*

próprios métodos, seus recursos de comprovada eficácia, que procuramos demonstrar neste curso.

*Enfermidade, cura e autocura, encontram-se intimamente ligadas. E mexer na motivação humana para a vida é tarefa que os **terapeutas espirituais** desenvolvem a partir do conhecimento sobre a realidade do espírito.*

*Saber que a **Obsessão** envolve a ansiedade, as tensões, a depressão, as síndromes e as fobias, é o único caminho para a solução dessas dificuldades espirituais. E é isso que propomos a todos que queiram conhecer e ou receber a ajuda para o tratamento eficaz dessas enfermidades que podem ser sanadas.*

Como Evitar a Auto-Obsessão

(Adaptação do roteiro da palestra de Milton Felipeli intitulada “A Vida não é uma Aventura”)

Como evitar a auto-obsessão

1º. Mantenha a simplicidade.

2º. Evite fabricar dores e doenças. Pessoas consideradas sadias podem ficar enfermas se cultivarem a idéia de que não estão bem.

3º. Ame o trabalho. Aprecie o ato de realizar algo de bom e produtivo. A existência se torna monótona para quem não gosta de trabalhar.

4º. Aprenda a se sentir satisfeito. A vida se torna mais rica e compensadora quando se valoriza o que se tem.

5º. Goste das pessoas. Aprenda a se interessar pelos empreendimentos humanos.

6º. Transforme a derrota em vitória. Pense, fale e aja com otimismo.

7º. Habitue-se a dizer coisas alegres e agradáveis.

8º. Mantenha um bom passatempo. As horas vagas tornam-se tediosas.

9º. Enfrente os problemas, dificuldades e obstáculos com decisão e coragem. As adversidades são ótimos desafios a nossa capacidade de viver.

10º. Viva o momento presente com boas emoções. Extraia de cada experiência um novo ensinamento.

11º. Planeje novas experiências. Fuja da rotina. Seja criativo.

12º. Exercite permanentemente: a paciência, a tolerância e a indulgência. Esse, o caminho para o êxito e o sucesso!

Recomendamos a leitura de:

O Livro dos Espíritos

O Livro dos Médiuns

O Evangelho Segundo o Espiritismo

A Gênese

O Céu e o Inferno

(Obras de Allan Kardec)

Contatos como autor:

Milton Felipeli

miltonfelipeli@ig.com.br

www.miltonfelipeli.com.br

www.espiritismoagora.com.br