



Digital Proofer

Terapia para depress...

Authored by kld Kleber Lages D...

6.0" x 9.0" (15.24 x 22.86 cm)
Color on White paper
212 pages

ISBN-13: 9781508455448
ISBN-10: 1508455449

Please carefully review your Digital Proof download for formatting, grammar, and design issues that may need to be corrected.

We recommend that you review your book three times, with each time focusing on a different aspect.

- 1 Check the format, including headers, footers, page numbers, spacing, table of contents, and index.
- 2 Review any images or graphics and captions if applicable.
- 3 Read the book for grammatical errors and typos.

Once you are satisfied with your review, you can approve your proof and move forward to the next step in the publishing process.

To print this proof we recommend that you scale the PDF to fit the size of your printer paper.

Terapia para depressão e prevenção de drogas



TERAPIA PARA DEPRESSÃO E PREVENÇÃO DE DROGRAS



INDAIATUBA, SP

2014

Kleber Lages Dutra

Sumário

INTRODUÇÃO	7
CAPÍTULO I	13
Conceitos	13
1.1 GDR(Gravação Direta por Repetição).13	
CAPÍTULO II	19
Depressão	19
2.1 O que é depressão.....	19
2.2 Vazio existencial	26
2.3 Suicídio inconsciente	29
2.4 Suicídio	39
2.5 Origem da doença	41
2.6 Pai eterno	50
CAPÍTULO III	53
Depressão e seus agravantes	53
3.1 Prazer sexual e depressão.....	53
3.2 Felicidade	59
3.3 O ódio	61
3.4 O ódio	65
3.5 Orgulho e depressão.....	66
3.6 Falando de amor.....	71
3.7 Tristeza e depressão	74
3.8 Doce margarida	79
3.9 Terceiro sexo.....	82
3.10 Sexo de homem com homem	91

3.11 Querer, prazer e depressão	94
3.12 Caminhos do sexo	101
3.13 Cigarro e depressão	103
3.15 Violação de consciência	111
3.16 Monólogo de instinto.....	116
3.17 Transtorno bipolar.....	117
CAPÍTULO IV	128
Ação e reação	128
4.1 Lei de ação e reação	128
4.2 Lei da ação e reação	134
CAPÍTULO V	137
GDR (Gravação Direta por Repetição). 137	
5.1 Técnica GDR (Gravação Direta por Repetição) 137	
5.2 GDR (Gravação Direta por Repetição)..145	
5.3 GDR (Gravação Direta por Repetição) para aliviar a angustia	146
5.4 GDR Para iluminação interior.....	147
5.5 GDR para ter mais fé.....	149
5.6 GDR para depressão	150
5.7 Algumas verdades que te ajudar ajudarão a entender melhor as coisas.....	151
5.8 Eliminando preocupações.....	157
CAPITULO VI	164
Amor	164
6.1 Importância do amor	164
6.2 Amparo de amor	168
6.3 Origem do amor	170
6.4 Expressões do amor	175

Terapia para depressão e prevenção de drogas

6.5 Relações social	178
6.6 Regras regentes	182
6.7 Amor de almas gêmeas	184
6.8 Sonho de amor	189
6.9 Dificuldade de amar	191
6.10 Dueto	196
6.11 Amor e sexo.....	198
6.12 Amor e sexo.....	203
6.13 A generosidade	205
6.14 Generosidade da natureza.....	207

CAPÍTULO VII.....211

Prevenção de drogas211

7.1 Profilaxia de drogas	211
7.2 Tormenta.....	216
7.3 Informações uteis sobre drogas	218
7.4 Cocaína.....	225
7.5 Crack e merla	229
7.6 Solventes ou inalantes	231
7.7 Não curto drogas, curto a vida.....	249
7.8 Drogas, a dependência fatal.	251
7.9 Dependência maldita.....	255

CAPÍTULO VIII.....257

Drogas e seus agravantes257

8.1 Magoa e drogas.....	257
8.2 A curiosidade e a droga	260
8.3 Álcool e outras drogas.....	263
8.4 Fé no futuro	269

8.5 Boas e más companhias te fazem crescer	271
--------------------------------------------	-----

Terapia para depressão e prevenção de drogas

8.6 Drogas no além	280
8.7 No mundo que cheguei.....	285
8.8 Influências Obsessivas	288
8.9 Sinto.....	293
8.10 Influências negativas.....	296
8.11 Anjo do bem, Anjo do mau.....	301

CAPÍTULO IX.....303

O começo de tudo303

9.1 Formação da energia, da matéria e do universo	303
9.2 Criação do universo	309
9.3 Formação do espirito	311
9.4 Partícula/onda	317
9.5 Obsessão	318
9.6 Lei do progresso	333
9.7 Lei querida.....	341
9.8 A questão da dor	342
9.9 Sofrimento vegetal.....	346

CAPÍTULO X.....349

Entendendo a sintonia349

10.1 Conceitos básicos de ondas.....	349
10.2 Propagação de ondas	350
10.3 Ondas amortecidas:	360
10.4 Ondas de pensamento	360
10.5 Sintonia de frequência	365
10.6 Sintonia dos espíritos	366
10.7 O teclado cósmico de camille flammariion	373

CAPÍTULO XI.....377

Conhecendo melhor sua alma377

Terapia para depressão e prevenção de drogas

11.1 Aura.....	377
11.2 Períspírito	378
11.3 Períspírito amigo	382
11.4 Corpos sutis	385
11.5 Mentor espiritual.....	396
11.6 Anjo da guarda.....	399

CAPÍTULO XII.....401

Se livrando da obsessão401

12.1 A prece	402
12.2 Sintonia	409
12.3 Leis naturais da oração.....	411
12.4 Oração	416
12.5 Orgulho e caridade.....	418
12.6 Diálogo entre a vaidade e o orgulho	421
12.7 Oração do perdão.....	425
12.8 Pai nosso e seus significados.....	431
12.9 Te amo Deus	445

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Introdução

Como tudo na vida evolui, as técnicas direcionadas para tratamento psicológicos de auto ajuda também devem evoluir.

Fazendo uso da tecnologia digital, esta obra propõe formas de curas eficientes e práticas, você não precisará mais perder horas a fio para ter os resultados que precisa, poderá obter isso enquanto cuida de seu afazeres diários e com o mínimo de esforço e concentração, basta você ter vontade e o resto acontecerá naturalmente.

Outra garantia de praticidade e eficiência é o fato de que nesta técnica você não precisará nadar contra a corrente, a técnicas apesar da simplicidade obedece as leis naturais da mente. Em termos de descrição também é nota dez, pois parecerá que você está simplesmente ouvindo uma música qualquer em seu celular ou MP3, nesta obra, outras formas de alcançar bons resultados também serão apresentadas, sendo essas direcionadas para casos mais específicos.

Perceba no decorrer da leitura que é abordado, não apenas o aspecto científico, mas também o aspecto moral-religioso de várias formas, aqui a ciência justifica e explica o conceito religioso, principalmente quando falamos de sintonia no capítulo sobre mediunidade.

Começo tratando do assunto com a aplicação das teorias provadas pela física quântica e avanço com as explicações científicas no sentido considerado religioso pelo cidadão comum, note também que não há colocação de limites claros entre um conceito e outro, pois na minha opinião ciência e religião se confundem em um só termo, já estamos preparados intelectualmente o suficiente, para entendermos a religião do ponto de vista científico, empurrando os limites do misticismo para um ponto próximo do zero, chamamos de religião aquilo que precisamos acreditar e que ainda não conseguimos entender cientificamente, talvez você me ache ousado demais pelo que estou propondo, mas isto não é novo, são conceitos que vem amadurecendo a milênios, apenas chegou o momento de colocá-los em prática, pesquise com mais zelo e verá que os referidos fenômenos já estão devidamente explicados e justificados. Mas não volte

Terapia para depressão e prevenção de drogas

sua atenção apenas para este aspecto do trabalho, pois o objetivo principal da obra é melhorar sua vida do ponto de vista sentimental, por isso volto a enfatizar a praticidade da técnica seguindo a tendência evolutiva da sociedade, em sempre conseguir mais com menos tempo e menor esforço.

A depressão é uma doença bem atual agravada pela correria cada vez mais acelerada do dia-a-dia e pelo apego demasiado ao materialismo, não se pretende aqui abolir o apego pelo material, mas trocar o supérfluo deste material pela paz e harmonia interior, não tenha dúvida de ser este um excelente negócio, você verá que a vida não é tão dura nem tão cruel como se imagina, sem mencionar que este seu futuro bem estar afetará de forma direta seus familiares e todos aqueles que te rodeiam. Tem um custo benefício incomparável; você não investe tempo, não investe dinheiro, investe o mínimo de energia e mesmo assim recebe de volta paz, alegria real e bem estar.

Outro assunto bastante atual, tanto agora como no tempo infinito não poderia deixar de ser abordado em uma proposta de tal abrangência, você conhecerá nesta obra o mais espetacular poder de cura e o único sentimento capaz de proporcionar a real felicidade, o amor é analisado aqui em vários aspectos como em pouca vezes se viu, é sempre dignificante para o ser humano acrescentar conhecimentos sobre esta suprema dádiva divina.

A técnica denominada GDR, como vocês verão lançará os conceitos diretamente onde esses conceitos agirão como um comando colocando em ação a mais poderosa força do universo que são as leis da mente.

Então não perca mais tempo comece a construir sua felicidade ao mesmo tempo que colabora para construção de um mundo melhor e mais confortável para seus descendentes. A felicidade do planeta começa dentro de você, e se você pretende ler este livro e colocar em prática os conceitos aqui descritos, tudo indica que a felicidade planetária acabou de ganhar mais um colaborador.

No capítulo sobre prevenção de drogas está sendo feito uma profunda abordagem deste tema, de forma simples e adequada a compreensão tanto do especialista como do leigo. O tema principal é relacionado, de forma inteligente, com os principais itens de causas e consequências das drogas, colocado de uma maneira eficiente, tudo que a família e os demais interessados no assunto precisam saber para prevenção de drogas, não aprofundi aqui na questão que toca a parte governamental,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

embora em minhas pesquisas deparei com algumas ações dos governos no sentido de prevenir o uso de drogas, não consegui perceber nessas ações o potencial necessário para resolver o problema, por isso me ative mais ao ciclo familiar e ao ciclo de amizade do jovem.

Capítulo I

CONCEITOS

1.1 GDR (Gravação Direta por Repetição)

Para iniciarmos este trabalho se faz necessário detalhar ou simplesmente relembrar alguns conceitos importantes que utilizaremos nos primeiros momentos da obra.

Um desses termos trata-se do EGO, termo introduzido na psicanálise por Freud em 1923. De lá para cá as funções atribuídas a esse bloco de nossa mente não mudou muito, continua sendo o ego um guardião de nossa mente que administra todas as

Terapia para depressão e prevenção de drogas

informações que captamos, aproveitando umas e descartando outras. O ego deve fazer o papel de mediador entre o ID e o superego; esses dois conceitos, ego e ID, detalharemos a seguir.

O ego é o que chamamos de consciência e é o principal formador de nossa personalidade atual, através dele tomamos consciência de todas as situações que nos envolve acatando aquelas que nos parece licitas e integrando a nossa consciência.

O que vem do nosso interior também deve passar pelo crivo do ego para que seja expressado ou não, o que gera alguns problemas, pois temos dificuldades em aceitar nossos defeitos, algumas vezes preferindo mascara-los, mas trataremos disso com mais detalhes futuramente, vejamos agora uma definição mais clara de ID; este trata-se também de um termo usado por Freud na mesma época que introduziu o termo ego, só que no caso do ID trata-se de um conjunto de forças primitivas nascidas do conflito entre o bem e o mal. O id representa basicamente os instintos mais originais em cima dos quais o ego monta a personalidade usando as experiência vividas pelo sujeito no decorrer de sua vida.

As expressões desses instintos nem sempre são determinadas pelo ego, citando um exemplo prático, uma pessoa casada sabe que o adultério não é permitido e mesmo assim as vezes o comete, mesmo tendo consciência do erro que está praticando, isso ocorre devido ao nível evolutivo da pessoa em questão, nesse caso seu conceito de bem não é suficiente para barrar o ato de adultério, o seu nível de consciência sobre o que representa a fidelidade para a sociedade e principalmente para evolução moral do ser ainda não atingiu o patamar necessário para tomar a decisão de não comete-lo, a noite com a consulta ao travesseiro é acusado pela sua consciência que passa a martiriza-lo, mas como o instinto sexual é mais forte, o seu interior torna-se um verdadeiro campo de batalha, esta situação é na verdade um claro convite a reflexão sobre as reais necessidades da vida.

Esta não é a única ferramenta usada pela lei do progresso para o avanço do ser em direção ao criador, a sociedade também cobra por este erro, e além da formação de traumas gerado pelo conflito interno, temos também a cobrança de nossa alma onde estão implantados os princípios divinos a serem desenvolvidos, sendo este complexo conflito interno um dos principais geradores da depressão.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Vamos falar agora um pouco sobre o superego. Como estou adotando a divisão tríade da psicologia tradicional e pretendo aqui tratar de uma área mais ampla e profunda do ser, superego neste trabalho não significará apenas a representação dos valores da sociedade, mas de todos os valores internos implantados desde a origem do ser, incluímos neste termo a alma e personalidades formadas em vidas passadas. Nota-se de pronto que é a alma a parte mais potente do ser.

Apesar do aparente domínio do ego a decisão final será sempre do superego, pois que todo ser e tudo que existe em sua volta existe em função do aperfeiçoamento da alma.

Na verdade o que existe de real e permanente em nós é o nosso espírito, a mente está localizada no espírito e não no cérebro, que é apenas um órgão de comunicação da alma com o mundo material, como uma espécie de estação de recepção e transmissão de ondas de rádio ou TV. O espírito são as ideias os desejos, pensamentos, sentimentos e impulsos é o que nos move em todas as direções, embora o cérebro seja necessário para a mente funcionar e essencial para uma conduta consciente.

Um dos problemas da psicologia atual é não considerar que a pessoa já nasce com experiências adquiridas e sintetizadas de vidas antecedentes, essas experiências deixaram suas marcas, inclusive marcas traumáticas que aflorarão em situações específicas, sem dizer que essas chamadas personalidades de vidas passadas interferem diretamente em nosso bloco principal, que é nossa alma, acreditando elas ainda fazer parte do cenário social onde estamos inseridos, como essas personalidades foram criadas no passado, pela consciência que imperava na época, elas traz consigo resquícios dessa consciência que em função do tempo que existiu e imperou é uma consciência atrasada para os padrões atuais.

Por não aceitar esse novo patamar de consciência que nos foi concedido, o profissional terapeuta, não consegue tratar de forma satisfatória o paciente, o paliativo que encontram infelizmente passa pela crescente dosagem de medicação ou internação em manicômios.

Naturalmente não são os motivos citados acima os únicos causadores da depressão, mas pela importância do tema e para melhor compreensão da obra falaremos mais um pouco sobre a mente. Na verdade nenhum desses níveis de nosso ser exerce um domínio completo sobre o todo, este domínio é exercido pelas leis naturais,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

principalmente pela lei do progresso e pela lei da ação e reação, comentaremos essas leis com mais detalhes na exposição da técnica.

Para que a terapia tenha um resultado eficiente precisamos conhecer um pouco melhor sobre a depressão, nos capítulos a seguir farei uma breve exposição sobre o assunto.

Capítulo II

DEPRESSÃO

2.1 O que é depressão

A depressão sendo ela grave ou não é sempre um quadro complexo composto por vários fatores psicológicos, orgânicos, hormonais entre outros. O depressivo geralmente carrega uma tristeza imensa, em alguns casos, sem causa aparente, vive angustiado e sem esperança, com sensação de desamparo, falta de entusiasmo e sentimento de impotência diante da vida.

Geralmente a sensação mais angustiante produzida pela depressão é a tristeza profunda, motivo pelo qual devemos estar atentos a este sentimento, é normal sentirmos tristeza, mas quando esta perdurar por um longo período, busque ajuda, pode ser um quadro depressivo que se instalou.

Alguns transtornos de personalidade estão mais diretamente propensos a causar quadros depressivos graves, entre eles; personalidade dependente: a pessoa sente necessidade de proteção, concorda com tudo o que os outros dizem, não consegue se cuidar sozinha, sente-se desamparada, é indecisa nas escolhas, precisa constantemente de aprovação, si sente um fracassado, tem tendência a autodesvalorização, todas essas são características da personalidade dependente.

Personalidade borderline: tem problemas com a própria identidade, paranoias, instabilidade de humor, autoagressão.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Personalidade ansiosa: sentimento de inferioridade, medo de desaprovação, insegurança, medo de ser criticado.

De acordo com um estudo da OMS (Organização Mundial da Saúde) realizado em 18 países, o Brasil é o País que mais tem casos de depressão, 850 mil pessoas morrem de depressão por ano.

Um depressivo pode apresentar variados tipos de sintomas, os mais comuns são; mau humor, dificuldade de concentração, tristeza, indisposição, dores de cabeça, falta de vontade de viver, angustia, irritabilidade, ansiedade, falta de fé, sentimento de abandono, sentimento de inferioridade, baixo autoestima, pessimismo, tendência ao suicídio, insônia, perda de apetite, aumento de apetite, entre outros. Mas o depressivo não costuma apresentar todos esses sintomas, o grupo de sintomas apresentado por cada um varia de pessoa para pessoa, mas alguns sintomas como tristeza, ansiedade e mau humor são comuns a todos.

Dependendo da gravidade do quadro depressivo a ajuda de um profissional é indispensável para o tratamento, embora se as técnicas aqui sugeridas forem empregadas de forma correta e com a aplicação da fé necessária o problema poderá ser resolvido entre você, seus familiares e amigos.

O poder para resolver qualquer problema em sua vida está dentro de você basta usá-lo corretamente, este poder é sua própria alma que é imagem e semelhança de Deus.

A ação de hormônios liberados pela depressão podem também exercer influencias decisivas no deprimimento mental e corporal do depressivo, veja abaixo trecho de uma publicação da revista FABESP Nº 197.

Há tempos se sabe que em cada episódio leve ou intenso de estresse, provocado por um perigo real ou imaginado, o organismo reage liberando o hormônio cortisol. Produzido por glândulas situadas sobre os rins e lançado na corrente sanguínea em pequenas quantidades e por pouco tempo, o cortisol aumenta os batimentos cardíacos, eleva a pressão arterial e acelera a produção de energia. Enfim, prepara o corpo para fugir do perigo ou enfrentá-lo. Mas, em doses altas e por períodos prolongados como pode acontecer antes das crises, o cortisol começa a lesar os órgãos, entre eles o cérebro. (FAPESP nº 129).

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Pouco tempo atrás pesquisadores do Instituto Nacional de Saúde Mental dos Estados Unidos verificaram que, no interior das células cerebrais, em especial os neurônios, os níveis elevados de cortisol danificam as mitocôndrias, compartimentos em que o açúcar dos alimentos é convertido em energia. E danos nas mitocôndrias significam problema na certa. Elas produzem 85% da energia que as células consomem para si manterem vivas.

Ainda que de modo indireto, o excesso de cortisol faz surgirem poros nas paredes das mitocôndrias, por onde vazam compostos tóxicos que avariam os lipídeos e as proteínas e alteram a estrutura da molécula de DNA no núcleo das células. Toda essa transformação aciona os mecanismos de apoptose, a morte celular programada.

Por meio de uma técnica que permite avaliar as milhares de proteínas produzidas pelo organismo em certo momento, o biólogo brasileiro Daniel Martins de Souza, pesquisador do Instituto Max Planck para Psiquiatria, na Alemanha, também obteve indícios de que o funcionamento dessas organelas está alterado nas doenças psiquiátricas. Em especial, na depressão verificou diferenças na fase final da produção de energia, a chamada fosforilação oxidativa ou respiração celular, que ocorre no interior das mitocôndrias. As consequências dos danos as mitocôndrias não se restringem às células.

Os compostos liberados por elas alcançam a corrente sanguínea e ativam proteínas do sistema de defesa que disparam a inflamação, como a interleucina-6 (IL-6), a interleucina 10 (IL-10) e o fator de necrose tumoral alfa (TNF-alfa). Chegando ao cérebro, essas proteínas ativam outras reações bioquímicas que causam a morte de mais neurônios. Segundo Kapczinski, esse processo realimenta a destruição celular, reforçada por outro fenômeno típico do transtorno bipolar: a superprodução do neurotransmissor dopamina, que também aciona a apoptose.

Certamente há hormônios também que combatem esse mal, pesquisas científicas vem comprovando que as emoções positivas liberam hormônios que combatem a depressão, hormônios neurotransmissores como serotonina, dopamina e oxitocina melhoram o humor, promovem o relaxamento muscular aliviando a tensão e bloqueando a dor, a descoberta mais recente é a oxitocina, um neurotransmissor liberado em grandes quantidades nas relações sexuais e durante o parto e a amamentação, por este motivo é chamado de hormônio do amor.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Um trabalho divulgado pela Universidade da Concordia, no Canadá, constatou que a oxitocina torna a pessoa mais confiante. Sabe-se ainda que ela pode ser a encarregada de ativar o sistema de recompensa do corpo, estimulando a produção de dopamina, atrelada à sensação de motivação, e diminuindo o nível de estresse. A serotonina regularia todo este mecanismo.

O resultado final da equação: bons sentimentos + produção de neurotransmissores ligados ao bem-estar é um indivíduo mais feliz e menos propenso a doenças como depressão e problemas cardiovasculares.

Este é um dos motivos que aplicaremos bastante em nossas técnicas o uso do pensamento positivo.

2.2 Vazio existencial

Um dos problemas geradores de vazio existencial é a rápida transformação social que vivemos, vemos as tradições e os costumes do ponto de vista artísticos e pouco nos preocupamos em entender o que essas tradições e costumes significam para nossa adaptação às mudanças, a rapidez que os processos sociais se desenvolvem não permitem que assimilamos o sentido de abandonarmos velhos costumes e tradições de nossos pais e avôs, o sistema adotado por eles já tem os resultados experimentados e conhecidos, indiferente desses resultados serem eficientes ou não temos previsão do que vai acontecer se seguirmos seu exemplo, mas as coisas mudam e a forma de resolvermos as coisas também tem que mudar, assim nos vemos diante do desafio de criarmos novas soluções, e como sabemos, o novo sempre nos traz insegurança e medo, neste desafio entre a incerteza do resultado e a necessidade da eficiência vacilamos o suficiente para cairmos nas armadilhas de nosso inconsciente e nas sugestões de nossos irmãos espirituais mais desavisados, sobre esses nossos irmãos falaremos com mais detalhes no decorrer do trabalho.

Assim se instala nosso vazio existencial, difícil de resolver com a psicologia, impossível de resolver sem a fé.

Um dos problemas mais difíceis de resolver na depressão é justamente uma das causas mais efetivas desta doença, sabemos que fomos criados para evoluir do

Terapia para depressão e prevenção de drogas

átomo ao arcanjo, mas mesmo assim tendemos a mesmice, talvez pelo motivo de comodismo e medo citado no parágrafo anterior, fato é que nosso orgulho nos cega não nos permitindo perceber com clareza nossa pequenez diante de Deus e a grandeza da proposta de nossa existência. Somos impelidos, pela lei do progresso a crescer ininterruptamente no sentido moral, o que requer humildade, sendo orgulhoso tendendo a si sentir melhor do que os outros a humildade torna-se pratica difícil, o que provoca revolta e incompreensão levando a depressão, o orgulho leva muita gente a deixar de pensar na existência de um ser supremo, buscando de forma inconsciente não ter que admitir a existência de um ser mais elevado, derrubando assim a fé e a confiança em um futuro espiritual, além de todo este veneno que o orgulho dissemina em nossa mente acrescenta aí o egoísmo, o desamor, a vaidade o ódio entre tantas outras coisas que corrói e deprime o ser humano.

Abrirei aqui um pequeno paragrafo para citar o elevado número de mortes por suicídio que a depressão provoca, uma das principais razões para que isso ocorra é espiritual, em um quadro de depressão profunda fica fácil para o obsessivo (espíritos perseguidores), convencer o doente de que o melhor caminho para ficar livre do sofrimento é o suicídio e como agravante, mas não por acaso, isso ocorre justamente em um dos momentos mais críticos da doença que é quando a pessoa perde a esperança, por isso é tão importante a fé em Deus e em um futuro espiritual promissor.

A Lei é Deus. Ele é a grande alma que está no centro do universo. Não centro espacial, mas centro de irradiação e de atração. Desse centro, Ele irradia e atrai, pois Ele é tudo: o princípio e suas manifestações. Eis como Ele pode — coisa inconcebível para vós — ser realmente onipresente. A vida é unida por irradiação e atração desde o átomo até o amor fraterno. (PIETRO UBALDI, 1997, p. 16)

2.3 Suicídio inconsciente

No livro nosso lar uma das coisas que mais chamou a atenção foi a referência que o espírito André Luiz fez ao suicídio inconsciente.

Esta é uma situação que na maioria das vezes está ligada à depressão profunda e ocorre devido a presença de quadros traumáticos que estão enraizados no subconsciente e não no inconsciente como o autor fez referência no livro e no filme.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

É claro que André Luiz sabia deste detalhe, mas naquela época o conceito de subconsciente ainda não estava claro, por isso foi necessário colocar as coisas de forma mais generalizada.

A influência do inconsciente ou da alma neste processo sem dúvida é também de importância vital, pois sendo os sentimento uma característica da alma, se o depressivo tiver os conceitos de leis naturais devidamente desenvolvidos e tiver a força de vontade necessária, seus inimigos desencarnados não encontrarão guarita para induzi-lo ao habito da bebida e a outros tão prejudiciais à saúde mental.

A pessoa para cometer suicídio tem que ter muita coragem e desapego a vida material, o que ocorre é que a pessoa as vezes quer ou acredita que precisa cometer o ato, mas não tendo coragem de fazê-lo de forma consciente usa de subterfúgios para isto, é o chamado ganho secundário, a bebida passa a ser encarada como uma forma de prazer que vale a pena e como todo alcoólatra, este também dificilmente aceita o fato de ser viciado, e sempre que precisa busca apoio no ganho secundário para si convencer de que está fazendo a coisa certa. Na verdade qualquer forma de auto ataque injustificado ao corpo físico é uma forma de suicídio, quando encarnamos trazemos como compromisso a execução de ações que deverão nos elevar moralmente e o nosso tempo de vida é compatível com o tempo que demanda para execução desta tarefa, se atrasamos no caminho por atos que deveríamos evitar com nosso querer então estamos cometendo suicídio, pois o tempo perdido comprometerá nosso avanço na senda da obra divina.

Há de se ressaltar que, quando o desgaste físico é causado por amor ao próximo não se trata de suicídio, já que o amor é o mais nobre sentimento a ser desenvolvido pela humanidade.

Apesar de sempre citarmos os vícios com drogas como forma de suicídio inconsciente, ou indireto, nos tempos atuais um dos desequilíbrio que mais contribui para este tipo de suicídio é a gula que provoca a obesidade trazendo vários tipos de problemas de saúde para o paciente.

Veja a seguir como nosso irmão André Luiz retratou esta situação no livro nosso lar.

“Sorridente, o velhinho amigo, apresentou-me o companheiro. Tratava-se, disse, do irmão Henrique de Luna, do Serviço de Assistência Médica da colônia espiritual.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Trajado de branco, traços fisionômicos irradiando enorme simpatia, Henrique auscultou-me demoradamente, sorriu e explicou:

- É de lamentar que tenha vindo pelo suicídio.

Enquanto Clarêncio permanecia sereno, senti que singular assomo de revolta me borbulhava no íntimo.

Suicídio? Recordei as acusações dos seres perversos das sombras.

Não obstante o cabedal de gratidão que começava a acumular, não calei a incriminação.

- Creio haja engano - asseverei, melindrado -, meu regresso do mundo não teve essa causa. Lutei mais de quarenta dias, na Casa de Saúde, tentando vencer a morte. Sofri duas operações graves, devido a oclusão intestinal...

- Sim - esclareceu o médico, demonstrando a mesma serenidade superior -, mas a oclusão radicava-se em causas profundas. Talvez o amigo não tenha ponderado bastante. O organismo espiritual apresenta em si mesmo a história completa das ações praticadas no mundo.

E inclinando-se, atencioso, indicava determinados pontos do meu corpo:

- Vejamos a zona intestinal - exclamou. - A oclusão derivava de elementos cancerosos, e estes, por sua vez, de algumas leviandades do meu estimado irmão, no campo da sífilis. A moléstia talvez não assumisse características tão graves, se o seu procedimento mental no planeta estivesse enquadrado nos princípios da fraternidade e da temperança.

Entretanto, seu modo especial de conviver, muita vez exasperado e sombrio, captava destruidoras vibrações naqueles que o ouviam. Nunca imaginou que a cólera fosse manancial de forças negativas para nós mesmos? A ausência de autodomínio, a inadvertência no trato com os semelhantes, aos quais muitas vezes ofendeu sem refletir, conduziam-no frequentemente à esfera dos seres doentes e inferiores. Tal circunstância agravou, de muito, o seu estado físico.

Depois de longa pausa, em que me examinava atentamente, continuou:

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- Já observou, meu amigo, que seu fígado foi maltratado pela sua própria ação; que os rins foram esquecidos, com terrível menosprezo às dádivas sagradas?

Singular desapontamento invadira-me o coração. Parecendo desconhecer a angústia que me oprimia, continuava o médico, esclarecendo:

- Os órgãos do corpo somático possuem incalculáveis reservas, segundo os designios do Senhor. O meu amigo, no entanto, iludiu excelentes oportunidades, desperdiçando patrimônios preciosos da experiência física. A longa tarefa, que lhe foi confiada pelos Maiores da Espiritualidade Superior, foi reduzida a meras tentativas de trabalho que não consumou. Todo o aparelho gástrico foi destruído à custa de excessos de alimentação e bebidas alcoólicas, aparentemente sem importância. Devorou-lhe a sífilis energias essenciais. Como vê, o suicídio é incontestável.

Meditei nos problemas dos caminhos humanos, refletindo nas oportunidades perdidas. Na vida humana, conseguia ajustar numerosas máscaras ao rosto, talhando-as conforme as situações. Aliás, não poderia supor, noutra tempo, que me seriam pedidas contas de episódios simples, que costumava considerar como fatos sem maior significação. Conceituara, até ali, os erros humanos, segundo os preceitos da criminologia. Todo acontecimento insignificante, estranho aos códigos, entraria na relação de fenômenos naturais. Deparava-se-me, porém, agora, outro sistema de verificação das faltas cometidas.

Não me defrontavam tribunais de tortura, nem me surpreendiam abismos infernais; contudo, benfeitores sorridentes comentavam-me as fraquezas como quem cuida de uma criança desorientada, longe das vistas paternas.

Aquele interesse espontâneo, no entanto, feria-me a vaidade de homem. Talvez que, visitado por figuras diabólicas a me torturarem, de tridente nas mãos, encontrasse forças para tornar a derrota menos amarga.

Todavia, a bondade exuberante de Clarêncio, a inflexão de ternura do médico, a calma fraternal do enfermeiro, penetravam-me fundo o espírito. Não me dilacerava o desejo de reação; doía-me a vergonha. E chorei. Rosto entre as mãos, qual menino contrariado e infeliz, pus-me a soluçar com a dor que me parecia irremediável. Não havia como discordar. Henrique de Luna falava com sobejas razões. Por fim, abafando os impulsos vaidosos, reconheci a extensão de minhas leviandades de outros tempos. A falsa noção da dignidade pessoal cedia terreno à justiça. Perante minha visão espiritual

Terapia para depressão e prevenção de drogas

só existia, agora, uma realidade torturante: era verdadeiramente um suicida, perdera o ensejo precioso da experiência humana, não passava de náufrago a quem se recolhia por caridade. (FRANCISCO CANDIDO XAVIER, 1943, p. 25)

PROBLEMAS DA MORTE

Milhares de criaturas regressam do templo da carne, cada dia, no mundo, aos planos da Vida Espiritual. Raras, porém, abandonam a Terra, com o título do trabalhador que atendeu ao cumprimento das próprias obrigações. Quase todas deixam o corpo denso pelo suicídio indireto.

Em todos os lugares do planeta, vemos quem si envenena, destacamos quem elimine a vida do estômago, superlotando o aparelho gástrico de viandas excitantes ou corrosivas.

Reconhecemos quem si confia a vícios multiformes, criando monstruosos vermes mentais que se encarregam de aniquilar as possibilidades orgânicas.

Identificamos quem anestesia as próprias forças, enregelando-se pela ociosidade sistemática.

Encontramos quem arme laços fatais aos próprios pés, movimentando ambições inferiores nas quais se conduz na luta de cada hora. Vemos quem si asfixia ao calor das próprias paixões desenfreadas.

Observamos quem si sufoca no pântano dos próprios pensamentos delituosos e escuros.

Preservai o corpo, como quem reconhece no santuário da carne, o mais alto tesouro que o mundo é suscetível de oferecer. A experiência na Terra não é conferida em vão. Cada vida possui uma diretriz, um programa, uma finalidade.

Aquele que si ajusta à Divina Vontade incorpora a sua tarefa à obra incessante do Bem Infinito.

Se tendes de doar as próprias energias, sem receio da morte, aprendamos com Cristo a ciência do sacrifício pessoal pelo bem de todos.

Auxiliar constantemente, velar pelos que sofrem, amparar os que si transviam, extinguir as trevas da ignorância e balsamizar as feridas do próximo constituem esforço

Terapia para depressão e prevenção de drogas

de renúnciação que nos leva ao Plano Superior. Muitos si matam na Terra e poucos morreram para que outros possam viver dignamente.

Não nos esqueçamos de que enquanto Pilatos, com aparente tranquilidade, comprava o remorso que o conduziria ao suicídio direto, através da justiça mal aplicada, Jesus expirava no madeiro, entre angústia do próprio coração e o sarcasmo dos que assistiam, adquirindo, porém, a glória da ressurreição que acendeu no mundo a luz da imortalidade para todos os séculos terrestres. (Francisco Cândido Xavier, p. 39)

2.4 Suicídio

A crueldade do destino me colocou este negro véu

O descaso e o desamor daquele que está no céu

Hoje vivo na amargura insana dos vícios

Negligenciando meus mais nobres compromissos

De repente meu débil corpo estremeceu

Rapidamente minha vista escureceu

Abaixo de mim um vácuo se abriu

E um mundo de fogo surgiu

Não queira você ouvir meu lamento

Poucos aguentariam sem rebento

Meus gritos que no vazio se lança

Levando a dor como herança

Um balsamo bendito surgiu a meu lado

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Uma mão estendida com agrado

Uma figura divina que sorria em pé

Me convocando ao arrependimento e fé

Meu coração acelerado a Deus agradeceu

Pois hoje eu sei que o erro foi meu

Andei pela vida perdido em vícios

Hoje, regatei a vida com sacrifícios

Kleber Lages

2.5 Origem da doença

As doenças físicas ou mentais como já sabemos tem suas origens no espírito, geralmente são manifestações de imperfeições morais. A dor sofrida no corpo físico é na verdade um grito de socorro da alma que se encontra em desarmonia com as leis naturais e precisa de ações da consciência objetiva para entender com detalhes a origem e os mecanismos da lei infringida tornando assim viável a retomada do caminho rumo a paz interior que está diretamente relacionada com a observância da lei.

Claro que vale a pena lembrar que o amor é sempre um atalho confortável e eficiente para este caminhar. Em muitos casos os medicamentos oferecidos pela medicina fazem efeitos apenas no corpo físico, o que torna-se uma negação aos pedidos da alma, é como se disséssemos; não quero a dor, mas quero a imperfeição que originou a dor, isso com certeza não é a medida mais inteligente a tomar, trata-se apenas de protelar a solução do problema que mais cedo ou mais tarde se manifestará de formas mais agressivas e dolorosas.

Jesus nos falou que se fossemos a ele, nosso fardo seria aliviado, sabendo que fardo aqui significa dor e sofrimento, podemos perceber que o “ir a ele” significa seguir

Terapia para depressão e prevenção de drogas

seus preceitos, principalmente a fé, pois qualquer um que entende o objetivo real da vida percebe que o futuro espiritual existe, e que a felicidade deste futuro se faz no presente, mas na fase atual da humanidade poucos espíritos estão preparados para evoluírem sem dor em busca da felicidade real, no ensinamento oferecido pela dor, o entendimento do porquê a dor acontece, torna-se um bálsamo para as feridas abertas. Apesar deste conhecimento nem sempre ser o suficiente para cicatrizar a ferida, será sempre um anestésico que aliviará a dor.

Dois grandes catalisadores do sofrimento são a intemperança e a teimosia que estão diretamente relacionados com o orgulho que sem dúvida é um dos maiores males da humanidade, isso acontece pela oposição que o orgulho faz à dor, isso porque quem tem orgulho de seu irmão não poderá ama-lo adequadamente e conforme Jesus nos ensinou; o maior legado da alma é a crescente aquisição do amor.

Pietro Ubaldi em seu livro a “lei de Deus” nos explica isto da seguinte forma.

1) Trata-se de uma ética universal, que diz respeito à vida e permanece verdadeira em todas as suas formas chegadas a um dado nível de evolução, em qualquer corpo celeste do universo. Por isso, ficando acima de todos os pontos de vista particulares e relativos, esta ética resulta absolutamente imparcial a respeito das divisões humanas, porque delas é completamente independente.

2) Trata-se de uma ética positiva, como é a ciência, baseada em fatos, de uma ética que não é senão um capítulo da Lei que tudo rege e que a ciência estuda em outros seus aspectos. Ética de efeitos calculáveis, determinística, baseada em princípios absolutos, sem escapatórias, como por exemplo, a lei da gravitação e as leis do mundo físico, químico, biológico, matemático etc.

3) Trata-se de uma ética praticamente utilitária, concorde com o princípio fundamental da Lei, que é a justiça e também o desejo do ser; justiça que exige que o sacrifício da obediência à Lei e o esforço para evoluir encontrem a sua recompensa. Ética correspondente ao instinto fundamental do ser, que é o de fugir do sofrimento e de chegar à felicidade. Por isso, vem a ser uma ética capaz de ser entendida e aceita, porque satisfaz à forma mental do homem moderno.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

4) Trata-se de uma ética racional, logicamente demonstrada, que não se baseia na fé cega, no princípio de autoridade ou no terror de castigos arbitrários e obscuros, mas que convence quem saiba pensar. Uma ética que não admite enganos, porque nela se pode ver tudo claro: a perfeição e a bondade das regras, às quais devemos obedecer até as últimas consequências de cada ato nosso.

5) Esta ética resulta de um sistema filosófico-científico universal que tudo abrange e explica desde o princípio até o fim, sistema do qual ela representa um aspecto controlável nas suas consequências práticas da vida comum. Estas conclusões se baseiam no valioso apoio de teorias positivas gerais que as sustentam, orientando-nos também a respeito de tantos outros fenômenos, dos quais estas teorias oferecem uma interpretação lógica.

6) Esta ética pode ser submetida a um controle experimental no laboratório da vida, com o mesmo método positivo da experimentação que a ciência usa para controlar a verdade das outras leis que vai descobrindo, e todas juntas, ao lado desta ética, constituem a grande Lei que tudo rege.

7) De fato, estas conclusões foram submetidas, por nós que as estudamos em nossa própria vida e na alheia e por meio século, sob controle experimental, que as confirmou plenamente. E muitas testemunhas viram os fatos que aconteceram.

8) Afinal de contas, não estamos dizendo coisa nova, mas repetindo com outras palavras o que já foi dito no Evangelho e pelas religiões mais adiantadas que o mundo possui; De tudo isto só quisemos dar demonstração lógica e prova experimental. Explicamos a necessidade de tomar a sério e viver o que o mundo está repetindo com palavras há milênios.

9) Esta ética não somente nos orienta no imenso mundo fenomênico em que vivemos, dirigindo com conhecimento a nossa conduta, mas explica o que

Terapia para depressão e prevenção de drogas

está acontecendo, a razão dos fatos que nos cercam e logicamente os justifica quando não quereríamos aceitá-los, como no caso do sofrimento. Esta ética, respondendo às nossas perguntas e oferecendo uma solução razoável aos problemas da nossa vida, ilumina o caminho que temos a percorrer, de modo que possamos vê-lo e nele avançar, não de olhos fechados, mas com as vantagens oferecidas pelo conhecimento da Lei e a certeza da sua justiça e bondade.

10) Esta ética responde a uma necessidade do momento histórico atual. O Céu, contemplado, admirado e venerado na Terra, sempre de longe, como sonho praticamente irrealizável, não pode ser apenas teoria vivida por poucas exceções: deve descer e realizar-se entre nós. Seria absurdo que os grandes ideais existissem para nada, como o homem preguiçoso preferiria. Apesar da sua indiferença, ele não pode paralisar as forças da evolução na realização do seu objetivo fundamental, que é o progresso.

Com o abrir-se da inteligência e o aumento do conhecimento, vai aparecer também no terreno da ciência positiva, a verdadeira concepção de Deus e da sua Lei. Ela sairá, então, das formas das religiões particulares em lutas entre si, da clausura das igrejas, do exclusivismo dos seus representantes. Então, o homem, mais consciente, perceberá a grande realidade que é Deus e, finalmente, para o seu bem, se colocará, obediente, na ordem da Lei. (PIETRO UBALDI, 1959, p. 3)

S. Vicente, Páscoa de 1959.

Percebam que este texto escrito em 1959 permanece, ainda hoje um termo atual, e continuará a sê-lo por tempo indeterminado, pois trata-se de uma verdade eterna, Jesus que nos pregou com tanta veemência a importância do amor, atualmente nos explica cientificamente, usando os espíritos de luz que se comunicam através de nossos médiuns porque o amor é importante.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

2.6 Pai eterno

Mais uma vez vos falo da lei!
Dela não se livra nem o súdito nem o rei.
Em águas límpidas e claras me deleitei!
Na obediência da grande lei.
Quando contente cantarolei!
Foi sobre o carma que falei.
Diante da infinita sabedoria me calei!
Diante do supremo ser, amei.
Hoje me dou conta do pouco que sei!
Mal conheço o caminho por onde andei!
Sempre me perdi nas águas que naveguei!

Ergo os olhos a ti, óh Deus das alturas
Óh divina luz de candura
Que tem amor infinito pela criatura
Que ao humilde dá a armadura
Que ao orgulhoso dá a envergadura
Que ao doente oferece a cura
Que ao medroso supre de bravura
Santo é o senhor de candura
Que nos fez sua abreviatura
Que nos elevou as alturas

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Que nos livra da amargura

Que nos conduz a alvura

Kleber Lages

Capítulo III

DEPRESSÃO E SEUS AGRAVANTES

3.1 Prazer sexual e depressão

O prazer carnal tem determinado o destino de milhões e milhões de seres humanos, vários são os casos de obsessões gerados por desvarios sexuais, além disso, um dos traumas mais profundos que existe é o gerado pelo estupro. O estuprador esquece o que fez, mas a vítima jamais esquece a violação que sofreu, uma profunda impressão fica cravada em sua alma, por ser ela a principal afetada pela violência sexual.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

O ato sexual foi criado com o objetivo de se transformar em amor e perpetuar a espécie. A função de perpetuação da espécie é apenas uma das características do quadro evolutivo do ser humano, que com a transmutação do instinto sexual em amor, deverá levar o ser humano a um patamar cada vez mais gratificante na administração cósmica.

Sendo assim no decorrer da vida do espírito o instinto sexual vai se depurando gradativamente na medida em que sua experiência de vida aumenta.

No início da existência humana o ato sexual forçado não causava um grande impacto, pois o instinto sexual ainda pouco desenvolvido como sentimento, se encontrava em sua forma primitiva, embora já com fortes indícios de nobreza emprestado pela associação com o instinto de preservação da espécie. Explicando melhor, paralelamente o egoísmo gerado na luta pela sobrevivência faz com que uma mãe considere sua propriedade, a cria que gerou em seu ventre, levando-a a um ciúme extremo, fazendo-a acreditar ser a cria uma parte de si mesma. Este sentimento é na verdade uma faísca de amor herdada do criador que se desenvolverá na medida em que o egoísmo vai sendo eliminado.

Diante do exposto, podemos definir então, o ato sexual como um importante instrumento para a evolução humana, o que implica o envolvimento direto da lei da ação e reação aplicada a cada ser respeitando sempre o grau evolutivo individual, assim se a pessoa tem o instinto mais primitivo não conseguirá dominá-lo e, portanto dificilmente conseguirá agir de forma consciente já que este instinto está diretamente ligado a vontade do ser, e como sabemos geralmente somos impulsionados pela vontade e não pela razão, desta forma acabamos com a mente atabalhoada cometendo atos impensados que provocarão reações impetuosas nas vítimas afetadas. Essas reações têm como alvo o infrator que sofrerá o impacto da energia negativa liberada pela revolta da vítima.

No entanto, se este instinto já tiver sofrido a alquimia necessária para si transformar em amor o trato com o semelhante será mais suave, mais agradável, o que provocará uma reação de gratidão e na maioria das vezes até de ternura. Como podemos perceber as duas situações levam a evolução, embora de formas diferente; o amor gera o amor, que gera o prazer constante, alicerçado na paz interior que provoca, já a violência gera violência, que gera o sofrimento causado pela desordem interna do ser.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Uma das mais graves consequências da desordem interna gerada é a depressão, doença de difícil tratamento que afeta a alma.

O primeiro sinal de depressão é o desinteresse pelo sexo, e tudo que leva o depressivo ao isolamento social como: desesperança, angústia, tristeza, pessimismo entre outras coisas. Se a pessoa opta por remédios antidepressivos o problema sexual persiste, pois essas drogas costumam inibir a libido, desta forma o ímpeto sexual da pessoa é inibida a força, quando o mesmo não consegue fazê-lo de forma racional, e isto sem dúvida é útil no estado evolutivo em que se encontra nosso planeta.

Os espíritos mais embrutecidos precisam estar encarnados em nosso meio para que tenha um aprendizado adequado à sua evolução, ao mesmo tempo os que já avançaram um pouco mais nesse processo precisam aplicar os benefícios conseguidos naqueles que mais precisam desses benefícios, ou seja, a pessoa afeiçoada ao sexo ao ponto de prejudicar o próximo acaba tendo duas formas de aprendizado, ou pelo amor seguindo o exemplo dos mais moderados e aceitando seus conselhos e sua atenção, ou pela dor enfrentando os rigores da lei em respostas a seus atos cometidos, e no caso da lei humana falhar, as leis da mente cumprem esse papel gerando problemas como depressão.

Outro recurso frequentemente usado nesse processo, de forma corretiva, são as doenças sexualmente transmissíveis, por mais que a pessoa tente evitá-las, quando o excesso cometido é muito grande acaba havendo um relaxamento, e quando menos espera a pessoa si contamina. Em alguns casos a pessoa é inapelavelmente condenada à morte, como no contágio de doenças incuráveis como a AIDS e o suicídio levado a cabo por força da depressão, isso acontece quando o espírito se torna muito obstinado de forma em que o meio onde está encarnado não tem mais condições de oferecer o suporte necessário para seu retorno ao caminho do bem. Este é o caso de doenças incuráveis, não enquadrando aí o suicídio, que é um ato deliberado contra a própria vida.

A universidade estadual da Califórnia fez um estudo envolvendo 3.900 voluntários entre 18 e 25 anos, 11% desses voluntários fizeram sexo casual, sem nenhum envolvimento sentimental, e justamente esses 11% apresentaram manifestações psicológicas relacionadas com a depressão.

Em minha opinião, do ponto de vista espiritual esses 11% apenas apresentaram barreiras morais em níveis menos elevados que os outros revelando também um vazio a

Terapia para depressão e prevenção de drogas

ser preenchido por valores morais, vazio este que essas pessoas tentaram preencher na busca pelo prazer imediato, mas satisfeito os desejos, este vazio aumentou, pois o que incomodava na realidade não era o desejo sexual em si, mas a falta de valores capazes de trazer um sentido mais profundo para vida.

3.2 Felicidade

Sinal claro de paz, calma e harmonia.

Doce sorriso revelando suave alegria

Resplandecendo luz como magia

Transformação interior de alquimia

Selo de candura que faz renascer

Sabedoria infinita que faz crescer

Transmutando ignorância em saber

Se realizando na oração e no fazer

Candura divina na alma que alivia

Trazendo profundo amor e harmonia

Descendente direto da sabedoria

Despertar iluminado de um novo dia

Balanço tranquilo a acalantar

Como leve roçar de brisa a soprar

Equilíbrio perfeito a me abalizar

Alegre sol multicolor a me iluminar

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Sussurro da consciência com magia

Algo como nobre justiça e democracia

Saber maior gerado pela teosofia

Reino de glória e de pura soberania

Aconchego protetor que o amor agasalha

Amor representando forte muralha

Resultado sublime de forte batalha

Que profunda marca na alma entalha

Anuncio de aplausos como luzes da ribalta

Colorido brilhante que de repente assalta

Como silêncio reinante em noite alta

Bem universal maior que ouro e prata

Kleber Lages Dutra

3.3 O ódio

Este é sem dúvida um dos grandes instrumentos da evolução do homem, está intimamente ligado ao sofrimento, a rivalidade e a crueldade humana. O ódio entorpece a consciência mesmo nas pessoas mais preparadas intelectualmente, causando com isto um potencial de crueldade incalculável; matando, massacrando e provocando as mais sórdidas atrocidades em todas as castas sociais, é o principal combustível para obsessões que parecem durar eternamente. Faz parte também da lei da ação e reação.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

A pessoa que vergando o orgulho do outro fá-lo sofrer, ganha de presente o ódio do sofredor que na primeira oportunidade passará a persegui-lo ferozmente cobrando o debito contraído. Mesmo fora da relação de rivalidade que faz surgir o ódio há sofrimento, pois a pessoa que odeia é sempre a primeira vítima a ser psicologicamente envenenada por este arcaico sentimento sofrendo um sério desequilíbrio interno, além de poder gerar em uma crise de raiva várias avarias físicas como ulcera, parada cardíaca, aneurisma entre outras doenças graves, provoca a liberação de um hormônio chamado adrenalina que aumenta a frequência cardíaca e a pressão arterial podendo causar também derrames cerebrais.

Mas talvez seja a depressão uma das mais graves doenças gerada ou seriamente agravada pelo ódio, um dos graves perigo desta doença é o suicídio lento ou gradativo que o depressivo si impõe. Perceba então a força deste sentimento.

O sacrificio que vos obriga a amar aqueles que vos ultrajam e vos perseguem é penoso, mas é justamente isso que vos torna diferente deles. O adepto do ódio sem dúvida caminha em direção contraria a Deus, pois o ódio é oposto ao amor, e a maior lei que existe é a lei do amor, se você odeia aqueles que te odeia você está no mesmo nível moral deles, são duas energias negativas que se auto alimentarão crescendo cada vez mais de forma cíclica, esse ciclo fica vicioso e crescerá atravessando encarnações até chegar o dia em que o amor penetre nesse ciclo eliminando de forma penosa, à custa do arrependimento e do sofrimento dos centros geradores desse ódio que deverão ser completamente reformulados com a suavidade do amor.

O ódio na vida social é um desastre, as pessoas que te odeiam sempre acharão um jeito de entrar seus negócios, sendo você empregado ou autônomo.

Um dos sentimentos que provoca o ódio costuma ocorrer com mais frequência justamente nas disputas por bens matérias, este sentimento é a ambição que sendo sinal de uma evolução moral comprometida é também um sinal evidente da falta do amor fraterno no coração que o abriga, a pessoa ambiciosa demais ignora os limites da escrupulosidade, dá abrigo seguro ao egoísmo e a vaidade, criando assim dentro de si um turbilhão de sentimentos que se auto alimentarão destruindo a própria alma de sua sede, pois aquele que vibra em tal frequência espiritual sintoniza os que vibram nessa mesma frequência, e sendo estes também de baixa vibração não terão dificuldades de gerar um amontoado de ódio que carregará durante encarnações perseguindo o alvo de seu ódio.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

O ódio, principalmente aquele inserido nas castas sociais não tem vestimenta, é dissimulado frio e calculista, não se manifesta em explosões de raiva em ascendente tempestuosidade, pelo contrário; analisa a vítima, seus gostos e tendência, é um ódio mais inteligente que prefere evitar o desgaste armando ciladas, pegando a vítima em tocaias sorrateiras.

Autor espiritual, Agamenon

3.4 O ódio

Veneno ingerido em nome do outro!

Que corta o próprio coração,

Procurando atingir aqueloutro!

Mas provocando em se aberração.

Parente do orgulho e do egoísmo!

Cobra venenosa de tocaia,

Cava na alma um grande abismo!

Dor penetrante de ferrão de arraia.

Mata e estrupa, sem dó sem piedade!

Sorriso de hiena, lagrima de jacaré,

Filho do medo irmão da cruel maldade!

Habitante frequente do fedido cabaré.

Síndrome ferrenho de raiva e frustração!

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Arde na alma como vulcão em fogo,

Abrasando o espírito em maldição!

Mantendo o indivíduo em pântano de ogro.

Kleber Lages

3.5 Orgulho e depressão

A depressão muitas vezes tem origem na infância, nos próprios incentivos que os pais costumam dar para os filhos. Ao ajudar nossos filhos no planejamento de seu futuro muitas vezes os ajudamos a fixarem objetivos para o futuro que os mesmos não conseguem cumprir, no decorrer da vida os caminhos se desviam levando a metas paralelas, isso também provoca um vazio muitas vezes inexplicável, pois aqueles objetivos fixados lá na infância no decorrer do tempo e nos afazeres da vida foram esquecidos pela mente objetiva, mas no inconsciente continuam enraizados e ativos provocando uma espécie de falta de não sei o que, levando a angústia a ansiedade e a depressão.

O combustível que alimenta esse quadro depressivo é o orgulho encrustado na alma que impossibilita a aceitação de uma meta diferente daquela que foi planejada, esse sentimento a princípio nos torna garboso com a falsa sensação de poder e de superioridade, mas a vida acaba se revelando mais difícil que parece, e as barreiras encontradas vão minando esse orgulho ao longo do caminho, quanto mais endurecido for o coração pelo orgulho mais a pessoa sofre e mais difícil fica de lidar com as adversidades.

O objetivo principal desse mecanismo é o combate desse sentimento que tanto empobrece o ser humano, mas a ignorância e a vaidade aliada ao orgulho impede que a pessoa perceba o que realmente ocorre dentro de si, e o que é mais grave, impede que a pessoa aceite a existência de um ser superior que nos ama e nos protege constantemente, a fé em Deus é sem dúvida um porto seguro e o maior incentivo que o ser humano pode ter para continuar em frente com alegria e confiança.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

O orgulho entorpece os sentidos levando o ser humano a não perceber os valores que não consegue entender, deixando-o desmotivado a respeitar os direitos do próximo, esse é um dos pontos que leva o orgulhoso a desprezar o próximo, não considerando de forma convicta a existência de um criador, e si achando, ele próprio, um Deus vivo.

O orgulhoso si acha mais importante que seus irmãos se esquecendo de que indiferente de nosso estagio evolutivo somos todos iguais perante o pai maior, além de estar deixando de levar em consideração o exemplo de Jesus, que jamais desprezou ninguém, mesmo sendo ele infinitamente superior a nós no quesito, moral.

A falta de fé em Deus e nas leis divinas faz do orgulhoso um desesperado egoísta, pois não tendo este ponto de referência ele só pode contar consigo mesmo para sua sobrevivência e muitas vezes o desprezo que sente pelo próximo é apenas a tradução do medo de ter a sobrevivência ameaçada, por isso é mais cômodo para ele ter o outro sob seu julgo em um processo de escravização cruel e desprezível para a fase de transformação que vive nosso planeta, o amor para o orgulhoso é só uma oportunidade de levar vantagem, o que leva as pessoas boas de coração a se afastarem dele e ao mesmo tempo aproximam dele aqueles seus iguais, detentores do mesmo sentimento de orgulho. O orgulhoso constrói seu próprio mundo e em sua concepção o mundo gira em torno de si, esta é uma situação conflitante, pois o que acontece no seu mundo, que considera real não se materializa de fato em seu dia-a-dia, o que causa profunda frustração e irritação aumentando cada vez mais a depressão.

É uma situação dolorosa que leva o depressivo a buscar alternativas perigosas já que nesta posição se encontra revoltado e com a mente atabalhoada pelo sofrimento e pela ação de obsessores que constantemente induzem ideias de suicídio como válvula de escape.

Nem todos os depressivos se comportam da mesma forma, mas alguns sintomas identificáveis podem denunciar um quadro de depressão, as principais manifestações desta doença são: tristeza, irritabilidade, frustração, desânimo para viver a vida, impotência sexual, sonolência, falta de apetite, ira, revolta, insegurança, desinteresse por tudo, baixo autoestima, pensamentos de fracasso, vontade de chorar sem motivo aparente, tendência para o suicídio.

A desesperança é um dos maiores agravantes da depressão, a pessoa não consegue perceber a diferença entre ser doente e estar doente, esta é uma situação que

Terapia para depressão e prevenção de drogas

deve ser tratada em primeiro lugar nos quadros mais depressivos, levando em consideração que aquele que acredita em uma vida melhor dificilmente pensará em suicídio de forma constante, embora isto não afaste de vez o perigo do suicídio é um pontapé inicial para que a pessoa desvie o foco de sua atenção esboçando um começo de equilíbrio mental.

Dependendo do estágio em que se encontra a doença, esta ação, de início pode provocar situações de bipolaridade levando o paciente a variações constantes de humor e assim os momentos de baixo astral serão sempre um convite à tragédias anunciadas além de serem momentos infrutíferos e de grande sofrimento na vida da pessoa.

3.6 Falando de amor

Funde sua pera fundamental em Deus

Seja ela sempre o amor pelos seus

Tenha em mente somente amor divino

Tenha esse amor pelo rico e pelo mendigo

Veja sempre com visão espiritual

Não perca tempo com o mal

Ame o amor de pura essência

Com ele nunca pratique ausência

Vida que vive em outra dimensão

Com amor preenche o coração

Carinho com carícia sustenta

Terno amor que te acalenta

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Seja bom como a bondade e a ternura

Procure sempre o balsamo que cura

Caminhe confiante no caminho do bem

Faça com amor, o bem sem ver a quem

Sorria como nunca sorriu na vida

Nunca considere a batalha perdida

Seja alegre como a alegria da criança

Nunca abandone o amor e a esperança

Nunca tente, na vida, a tentação do mal

Jesus te oferece proteção sem igual

Tenha fé na vida e tenha fé no mestre

Perceba o amor divino no beija-flor silvestre

Ouve a deus sem cantar uma canção vazia

O amor brilha incandescente como o dia

Amanheça de manhã ao sol dando bom-dia

Deite orando a deus acreditando em magia

Deus te ama com infinito amor

Kleber Lages

3.7 Tristeza e depressão

Uma das energias que mais potencializa a depressão é sem dúvida a tristeza, sendo este também um dos sentimentos que mais contribui para a prostração do paciente. A tristeza, ao contrário da ira e de outros sentimentos, inibi de forma drástica a energia positiva da pessoa uma vez que bloqueia o entusiasmo pela vida tirando desta forma o poder de reação. Aliado a estas circunstancias vem a revolta, já que a grande maioria das pessoa não aceitam o sentimento de tristeza imposto a força por circunstâncias da vida como, por exemplo, a perda de pessoas queridas.

A tristeza gera melancolia, luto, desanimo e prostração, é sem dúvida um sentimento cruel, e a intensidade e o tempo de permanência de sua dor depende da forma como a encaramos, se a pessoa si revolta por causa da tristeza gera dentro de si um caos sem fim onde si perde em uma confusão mental que o impedirá de buscar soluções adequadas. Este é um dos motivos pelo qual devemos procurar encarar a tristeza como um dos percalços normais da vida.

A prostração produzida pela tristeza, na verdade é um convite a reflexão, sabemos que nada acontece por acaso e o foco do pensamento em um primeiro momento deve ser dirigido para o motivo que desencadeou a tristeza, geralmente trata-se da perda de pessoas queridas, ou por falecimento ou por algum outro tipo de separação, feito isso o próximo passo deve ser direcionado para o propósito do sentimento de tristeza em si que de forma geral trata-se de um remédio amargo, talvez você se pergunte; mas o que fazer se meu filho querido morreu apesar de ser tão jovem? Para início de conversa esta palavra, morreu, não é adequada para a situação, já que ela nos remete a ideia de total e definitiva ausência de algo, devemos ter em mente nesta situação que o acontecimento não passou de uma mudança de estado energético, o filho apenas perdeu o corpo material permanecendo em um corpo mais sutil que é o perísprito, este é um corpo que vibra em um cumprimento de ondas que nossa visão não consegue captar, no entanto seu filho pode te ver e perceber seu desanimo e sua tristeza com pesar, pois pode ele pensar que é o responsável pelo seu sofrimento, para que você aceite o fato de que seu ente querido não morreu e que continua a seu lado, uma das condições indispensável é acreditar na vida após a morte ou na existência de Deus, quem acredita em Deus sabe que a vida continua. Se você tem dificuldade em aceitar este fato procure textos que trate sobre o assunto dê preferência para os

pensadores livres que buscam explicações mais voltadas para o ponto de vista científico pois o ideal nesta situação é entender a lógica da coisa.

Se você não consegue acreditar em algo só porque Jesus afirmou que é verdade, existem outros recursos para reforçar sua fé, é claro que o mestre jamais si enganaria ou diria inverdades, mas talvez você seja como eu que não acredito no acaso, para mim tudo tem que ter uma explicação lógica, embora não estejamos intelectualmente prontos para entender tudo que existe.

A morte é uma situação bastante discutida que estamos preparados para entender não só como acontece, mas também porque acontece. As doutrinas reencarnacionistas como o kardecismo costumam terem explicações bastante plausíveis para esses temas, tente conhece-las sem preconceitos.

A tristeza é um evento normal que acontece na vida de todos nós, e é assim que deve ser encarada, não como uma coisa definitiva, mas como algo passageiro que tem solução, e quanto mais rápido procurarmos essas soluções melhor, pois quem procura subterfúgios como bebida alcoólica ou baladas só agrava a situação, mesmo para aqueles que procuram esquecer a tristeza se afundando nos compromissos sociais, acaba comprometendo o tratamento já que a tristeza sendo uma emoção está na alma e não na memória, quanto mais o tempo passa mais difícil fica de identificar os motivos iniciais que causaram este sentimento, acabando por perder-se assim mais um importante elo da corrente, você não conseguindo mais se lembrar do motivo de sua tristeza, esta se tornará apenas um enorme vazio crescendo te incomodando cada vez mais, podendo até despontar como depressão. Perceba que a introspecção é facilitada pelas características da tristeza aproveite este ponto para meditar, aceite o fato de estar triste, procure conhecer e entender melhor as leis naturais, se tiver que desabafar com alguém procure uma pessoa que te conheça o suficiente para te ajudar a pensar nos motivos de sua tristeza, ao contrário do que dizem este não é um momento que você precisa de alguém para concordar com todas as suas desculpas para sua tristeza, o que você precisa é de alguém que te ajude a pensar e que seja sincero com você, te falando a verdade, e desculpe a vulgaridade da expressão mas quem fica puxando seu saco, concordando com tudo que você fala está apenas expressando seu egoísmo, tentando te agradar para continuar a ter sua simpatia e confiança portanto esta pessoa não está realmente pensando em você, está pensando em si própria.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

3.8 Doce margarida

Deitado em meu quarto, morrendo de tédio!

Triste e desiludido; é um mau sem remédio!

Espero um milagre do céu, faço uma oração!

Os santos não ligam, não ouvem meu coração.

Tristeza é pouco pra quem não tem um amor

A saudade corta a carne como navalha em furor

Esperando a volta de quem um dia partiu

Engolindo a amargura de quem a outro preferiu

É a dor de um amor perdido

É a dor de um coração partido

É a dor da humilhação sofrida

É a dor da alma vencida

De repente o dia se ilumina

No sorriso alegre da menina

Na esperança de uma boa sina

O corpo treme com a adrenalina

A alegria voltou a minha vida

Recuperei a esperança perdida

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Seu sorriso me curou a ferida

Como o desabrochar da margarida

Me rodopiei como adolescente

Me vi entre flores, contente

Agradei aos santos e a toda gente

Que por mim fez uma corrente

Construí assim um dia, um final feliz

Fazendo do amor minha matriz

Cantarolando pela estrada afora

Saboreando o doce vermelho da amora

O meu sorriso hoje não tem fim

Tudo isso você trouxe pra mim

Minha amada amante e querida

Minha pequena e doce margarida

Kleber Lages

3.9 Terceiro sexo

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Gostaria de manifestar aqui minha opinião pessoal sobre a nova lei aprovada na Alemanha que cria o direito da criança ser registrada como terceiro sexo, em primeiro lugar deve-se entender que esta não é uma condição de heterossexual, apenas quer dizer que o sexo é indefinido e pode ser resolvido no futuro por opção do mesmo.

Esta é uma questão de abordagem sempre atual em nossa faixa evolutiva, como já foi amplamente discutido o sexo é uma importante ferramenta idealizada para auxiliar na criação universal, não é útil apenas para os encarnados, pois como tudo que o criador faz, esta também é uma ferramenta explorada sob todos os ângulos em função da evolução do espírito.

Várias são nossas encarnações, e quando um espírito desencarna conserva todas as características que carregava na terra, inclusive as características sexuais, que estarão sempre vinculadas ao grau de seus instintos mais primitivos, e é esta uma nova faceta do instinto sexual, é uma expressão quase compulsória que vem da alma, e a ela não temos como dizer não, pois se tentarmos faze-lo, problemas psicológicos graves surgirão como válvula de escape.

Só que a criação deve ser perfeita para o devido enquadramento no locus universal que tenderá sempre a conservar um estado de harmonia rematada, infelizmente ainda não temos as qualidades necessárias para usar o sexo conservando tal estado de harmonia universal, como parte da desarmonia social que acaba afetando o todo é provocada pelo uso indevido desta ferramenta cabe-nos a responsabilidade deste caos por ser o ato praticado no uso do nosso livre arbítrio, assim devemos aquentar as consequências aplicadas pela lei da ação e reação, consequências estas convertidas em nosso benefício já que nos fazendo sofrer nos faz refletir e buscar soluções para o alívio deste sofrimento, estas soluções passam pela reforma íntima que é a lapidação de nosso instintos mais brutais, temos aí então destacadas duas das principais utilidades para o sexo: perpetuação da espécie e amadurecimento espiritual. Para reforçamos o descrito acima podemos verificar na obra de Divaldo franco intitulada “amor imbatível amor”, na página de número 4 o seguinte: “O sexo, nesse imenso painel de experiências, na condição de atavismo predominante dos instintos primários essenciais, desempenha papel importante no processo da saúde psicológica e mental, não olvidando também a de natureza física.

Pela exigência reprodutora, domina os campos das necessidades do automatismo orgânico tanto quanto da emoção, tornando-se fator de desarmonia,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

quando descontrolado, ou precioso contributo para a sublimação, se vivenciado pelo amor.

“Psicopatologias graves ou superficiais têm sua origem na conduta sexual frustrante ou atormentada, insegura ou instável, em razão das atitudes anteriores que promoveram os conflitos que decorrem daquelas atitudes infelizes.” (Amor Imbatível Amor, 1988, p. 4)

Na obra o “sexo além da morte” do nosso querido André Luiz também tem a comprovação cabal da situação sexual ocorrente na vida espiritual,

“Aquele multidão de Espíritos dominados pelo anseio sexual seguia-nos à distância. Verdadeiro mar de consciências em delírio. Suas mentes despendiam vibrações sexuais que nos atingiam dolorosamente. Era-me difícil suportar o ambiente mental. Senti que alguma força oculta, desconhecida, começava a penetrar-me o íntimo e verifiquei que uma euforia interior despertava no meu íntimo. Vi formas de mulheres seminuas que dançavam nos meus olhos, homens e mulheres que rolavam na grama, braços sensuais que me abraçavam, lábios de fogo que me beijavam. O Vale tornara-se de repente aos meus olhos cheio de beleza sensual. Por outro lado, parece que eu mesmo me deixava levar por aquelas visões de beleza helênica. Meninas de uma juventude empolgante vinham sorrir na minha alma...

Súbito, senti enorme choque. - Desperte! Desperte! - ouvi poderosa voz que me chamava. Não se deixe envolver pela ilusão do Vale!

Acordei. Era Eleutério que me chamava à realidade. Tornei a ver aquelas caras sensuais que me olhavam com profunda ironia. Um deles gritou:

- O de trás não é anjo, não! É como nós! Vamos arrebatá-lo! Vamos arrebatá-lo!

A esse grito, milhares de gritos ensurdecedores ecoaram pelo Vale e a turba avançou contra nós com as mãos crispadas. Senti-lhes as garras ferozes nas pernas e nos braços. Eleutério, porém, estendeu a destra e despediu fulgurantes raios de safirina luz que os deteve estarecidos, como se a força poderosa daquelas vibrações os imobilizasse a todos. Respirei profundamente. Ainda ouvi vozes que murmuravam baixinho: - Aquele não é anjo! Aquele não é anjo! É um como nós! Compreendi a minha inferioridade moral e envergonhei-me de mim mesmo. Na verdade, o que eu merecia

Terapia para depressão e prevenção de drogas

era estar entre eles, no inferno da sexualidade atormentada! Eleutério, no entanto, lendo-me os pensamentos, abraçou-me e disse:

- Não é verdade, você não é um deles. Você está buscando conduzir-se através do sexo disciplinado e orientado no casamento e no lar. Já luta consigo mesmo para não voltar às faixas inferiores...

Este Vale, todavia, meu filho, é uma das regiões onde impera o pensamento sexual e são poucos os que podem atravessá-lo sem sentir desmaios, atrações e delírios... Não pense que estamos estudando apenas o sexo em sua forma equilibrada. Esta nossa viagem é apenas uma visão panorâmica da sexualidade no mundo espiritual, notícia que até hoje os homens nunca tiveram. É a primeira vez que o mundo terrestre receberá informações desse teor e nós estamos nos limitando a apresentar apenas alguns flashes... (RANIERI, 1988, p.15)

São várias as obras de nossos amigos espirituais que abordam o assunto no intuito de melhor nos esclarecer, também Alan Kardec faz referência a este tema da seguinte forma;

Pergunta. Os Espíritos não têm sexo. Entretanto, como ainda há poucos dias sereis um homem tende neste novo estado uma natureza mais masculina do que feminina? Acontece o mesmo com o Espírito que tivesse deixado seu corpo há muito tempo?

Resposta. Não temos de possuir natureza masculina ou feminina: os Espíritos não se reproduzem. Deus os criou pela sua vontade, e se, nos seus maravilhosos desígnios, quis que os Espíritos se reencarnem na Terra, teve de acrescentar para isso a reprodução das espécies por meio das condições próprias do macho e da fêmea. Mas vós o sentis, sem necessidade de nenhuma explicação — os Espíritos não podem ter sexo. (KARDEC, 1869, p.119)

Os Espíritos se encarnam homens ou mulheres porque eles não têm sexo. Como devem progredir em tudo, cada sexo, como cada posição social, lhe oferece provas e deveres especiais, além da oportunidade de adquirir experiência. Aquele que fosse sempre homem não saberia senão o que sabem os homens.

Percebam então, diante do exposto, que o sexo participa ativamente de nossa escala evolutiva, se depurando no decorrer deste processo até chegar a um estágio onde

Terapia para depressão e prevenção de drogas

não lhe cabe mais as serventias acima citadas, neste ponto, o sexo como nós o conhecemos deixa de existir e o espírito já altamente evoluído não terá mais sexo. Mas para que isso aconteça temos que ir sendo preparado ao longo de nossa jornada, por isto o mesmo espírito pode encarnar como mulher ou como homem, na verdade encarnamos nas duas formas ao longo de nossa existência.

O espírito que por várias encarnações vem como homem terá um dia que encarnar como mulher e é este um momento importante na vida do espírito já que se tem aí uma situação altamente conflitante; como sabemos em cada encarnação nossa criamos uma personalidade distinta que sobrevive a nossa morte material ficando integrada à nosso espírito tentando se sobressair até que esteja totalmente ajustada. Então se estamos encarnado como homem com uma parte feminina de nós tentando se impor à nossa personalidade atual em formação, só um preparo intelectual e moral adequado nos livrará de um perigoso erro de interpretação, desta forma a opção sexual de cada um não poderá ser definida pela lei humana na forma como esta lei é produzida em nossa sociedade, podendo ser esta terceira opção criada na Alemanha um pontapé inicial para que as pessoas tenham liberdade para nos apresentar de forma mais aproximada seus reais estágios evolutivos criando assim a possibilidade de uma abordagem mais ampla desta problemática social que faz respeitáveis cidadãos agirem como mulher enrustidos na escuridão da noite ou escondidos nos malcheirosos ou sofisticados becos da terra.

3.10 Sexo de homem com homem

Escravos do desajuste sexual si fizeram

Geração de libertos que si rebelaram

Com teimosia, os sofrimentos aceleraram.

Inconsequentes e confusos se revelaram

Em esbornias de orgias se deliraram

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Homens de fino trato e esmera elegância

Sonhando acordados com a lactância

Agindo sexualmente com alternância

Considerando a moral com irrelevância

Desperdiçando da vida, a fragrância

Meros animais de instintos primitivos

Mesmo mortos agindo como vivos

Avidas almas em busca de atrativos

Supostos homens bissexuais ativos

Do sexo e da sem-vergonhice cativos

Na terra se esmeram nos becos lamacentos

Babando de desejos com olhos sedentos

Adorando seus órgãos sexuais atentos

Na calada da noite urrando como jumentos

Fazendo sexo com homem sempre nojentos

Dois gemidos masculinos ecoados no horizonte

Nus, um em cima o outro em baixo sorridente

Corpos entrelaçados agitando freneticamente

Suores, sangue rugidos de elefantes

É a vergonha do ser humano de forma estonteante

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Kleber Lages

3.11 Querer, prazer e depressão

O desejo no ser humano está sempre ligado ao prazer, este último a princípio tem uma forma abstrato sendo apenas um objetivo a ser alcançado. O desejo que é o querer está ligado a alguma carência ou necessidade em alguma parte do ser, e o prazer derivado da satisfação dessa carência será proporcional ao tamanho da perturbação provocada por essa carência. Uma forma simples de constatar isso é quando estamos com sede, tente ficar sem beber água por um tempo e você perceberá que quanto mais sede você tiver mais vai sentir prazer em beber a água. Neste exemplo podemos destacar a associação de dois elementos para juntos e ao mesmo tempo satisfazer dois desequilíbrios em um mesmo corpo, ou seja, se além da sede você tiver sentindo calor poderá acrescentar gelo à água, e a água mais fria além de matar sua sede também te refrescará.

Mas não é só nas necessidades do corpo que o desejo impulsiona a busca pelo prazer, embora esteja na alma, a origem de todo desejo, ela mesmo tem seus próprios desequilíbrios e esses desequilíbrios para serem identificados, muitas vezes requerem um profundo conhecimento não só de si mesmo, mas de tudo relacionado a toda existência. Assim só o criador supremo é completo em si e, portanto está livre de carências, nem mesmos as entidades mais elevadas podem se acomodar achando que está tudo resolvido em si mesma. A atitude diante desta questão tem sido um dos principais catalizadores de um dos maiores males da era moderna que é a depressão, o depressivo geralmente toma remédio a vida inteira mantendo a mente entorpecida na tentativa de driblar um problema que a psicologia não consegue identificar, isso ocorre pelo fato de que nossa ciência ainda trata o problema de forma muito superficial e o problema é de uma profundidade ainda inatingível. Na maioria dos casos a depressão é um problema emocional, basta olharmos para seus sintomas para percebermos claramente isto: tristeza, angústia e ansiedade entre outros são manifestações da alma. Este é um quadro que não pode ser visto como um simples trauma.

Na concepção da psicologia hoje os quadros traumáticos são definidos de forma muito superficial, não só no campo da emoção, mas também no real sentido existencial humano.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Partindo do princípio de que Deus existe no mínimo nos falta o conhecimento e a interação mais íntima com este ser que teoricamente é nosso Criador e, portanto nosso Pai, tomando este raciocínio como referência podemos fazer um paralelo usando situações de nosso cotidiano, se você é próximo de alguém que não conheceu o pai ou a mãe tente inquirir de forma mais profunda a mente desta pessoa e verá o efeito constrangedor que este fato provoca, muitos são depressivos e muitos dedicam a vida inteira a procura do genitor desconhecido, se o desconhecimento do pai terreno provoca reações tão arrasadoras imagine então o que provoca o desconhecimento de nosso Criador e Pai maior, é esta também o fundo da maioria das crises existenciais, o que as pessoas procuram na maioria desses casos não é um sentido para a vida, é o sentido da vida, é um vazio existencial que busca o real objetivo da alma e não o objetivo do eu pessoal em relação a vida material que tem.

Muitas vezes a pessoa se intelectualiza e percebe dentro de si valores aí existentes que a sociedade despreza e até nega a existência, mas se você está sentindo isto, está percebendo através da intuição, então uma questão precisa ser resolvida; quem está enganando seus sentidos? Sua alma ou a sociedade representada nas pessoas de seu convívio? A resposta pode parecer óbvia para alguns, mas para a pessoa pouco espiritualizada ou muito materialista, esta é uma questão difícil, algo sempre vai estar mal resolvido, e o pior, esta pessoa não sabe que algo é este, nem de onde vem, e é este um dos grandes perigos da depressão.

Mal orientada a pessoa busca suprir este vazio no mundo exterior, em viagens longas e caras, em excursões noturnas ou em outro subterfugio qualquer, terá então, pelo simples desvio do foco da atenção um alívio temporário de forma similar ao provocado pelos fármacos, fácil então perceber que subterfúgios não são realidades, são fugas e não irão preencher o vazio, a cura neste caso passa sempre por uma reforma interior, buscando dentro de si valores que devem ser transmutados para suprir carências da alma e não da vida material. Afora a busca de caráter existencial, outras situações também podem provocar desarranjos íntimos passíveis de desencadear depressão, mas todas estarão ligadas a alma.

A pessoa, por exemplo, muito egoísta ou insegura acumulará uma ansiedade incomum no afã de acumular bens materiais, esta ansiedade de longo tempo acumulará consigo uma grande carga de frustrações e decepções, já que a conquista de bens materiais pode se tornar infinita, conforme a forma que a pessoa tiver de encarar este

Terapia para depressão e prevenção de drogas

fato. É um objetivo que nunca será alcançado, a pessoa estará sempre envolvida em situações de stress alarmantes já que nossa sociedade ainda está voltada inteiramente para os bens materiais, o que torna esses bens bastante disputados pelos membros da sociedade.

Além deste estado de observação das emoções característica da alma, que já é um tanto superficial para a humanidade encarnada, outro fator ainda mais transcendental colabora não só para o aprimoramento do quadro depressivo, mas também para sua criação em épocas remotas.

Os espíritos em sua escala evolutiva passam por várias encarnações sofrendo em cada uma delas a ação transformadora das leis naturais, em cada encarnação vivida uma personalidade parcialmente independente é formada e integrada ao agente principal que é o espírito, tudo que os sentidos materiais como; tato, visão, audição etc. experimentaram ficam registrados, alguns fatores nesses casos são mais transformadores, entre eles o sofrimento, o amor e o conhecimento. Através desses três elementos a alma se depura eliminando quadros traumáticos componentes da depressão, assim esses quadros não mais farão parte do registro do espírito como uma força negativa, no entanto em uma só encarnação não se resolve todos os problemas existenciais, que passa então, a próxima encarnação para serem resolvidos, infelizmente esses problemas nem sempre passam de uma encarnação para outra diminuídos, pois em alguns casos o egoísmo e a falta de fé do espírito acabam por aumentar este problema que passa para próxima encarnação maior do que era na anterior.

Poderia se questionar com propriedade quais os parâmetros usados para definir um registro mental como negativo ou positivo? A resposta para esta questão não é atual, apenas não foi observada com a devida atenção. Um filósofo grego já afirmava a milhares de anos atrás a existência de um modelo perfeito para tudo que existe; isto em parte é verdade, e se aplica a raça humana, não aprofundaremos aqui nos detalhes da constituição deste modelo, mas posso adiantar que aos habitantes do nosso orbe o principal modelo de pureza usado é Jesus. O espírito é criado com todos os princípios necessários, esses princípios estão implantados dentro do espírito, e são sua essência principal, qualquer fator contrário a eles serão combatidos para que de forma consciente o espírito assuma uma posição favorável ao desenvolvimento desses princípios, todos esses princípios existem em função de um mais nobre que é o amor e que deverá levar o homem a felicidade.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

3.12 Caminhos do sexo

Comichão na essência de minha alma

Querendo o jeito de fazer que acalma

Se eu fosse anjo consideraria-me nexo

Essa libido ardente gritando por sexo

Canto de sereia que embriaga e seduz

Figura feminina que insinuante conduz

A excitação extrema, caliente, delirante

Desviando o caminho de viajor e viajante

No início nos conduz ao paraíso delirante

Nos cochicha doces palavras de amante

Para depois fortemente nos escravizar

Nos mantendo acorrentados sem libertar

Doce e morna rachadura corada e úmida

Insinuante, dengosa, palpitante e languida.

Mata rala a te proteger a nascente

Triângulo libidinoso quente e palpitante

Quem resistirá impávido a tanta tentação?

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Sentindo no cangote o roçar macio da mão!

Quem dirá que nunca teve a honra traída?

Se transformando assim em alma perdida!

Mesmo assim, tu não és a perdição do mundo

Pois traz em si próprio um sentido profundo

Moldado a ferro e fogo um dia serás amor

Nos conduzindo ternamente, nos aliviando a dor

Kleber Lages

3.13 Cigarro e depressão

O cigarro é uma das drogas mais comuns ligadas a depressão, são incontáveis os problemas psicológicos, causados pelo tabagismo que podem levar a depressão, entre essas causas estão as pressões sociais e os princípios religiosos que geram reflexos diretos no organismo, provocando doenças que levam a destruição de nossas células, ferindo assim leis naturais como a lei do progresso, já que esse tipo de destruição não contribui para renovação positiva da alma em nenhum aspecto, faço referência clara aqui a alma porque é em função dela que acontece a construção de todo o universo que ela participa, e as leis naturais devem favorece-la de forma mais relevante possível sendo ela uma das porções de consciência que participa de forma direta na construção universal. Quando estamos transformando a terra, estamos transformando parte do universo, de forma construtiva ou destrutiva, também nosso corpo material faz parte do universo e é o instrumento usado de forma mais direta por nossa alma.

Uma das funções do corpo material é o aumento da vontade da alma na construção do bem, estando incluído nesse bem a lei do progresso, tanto a lei do progresso como todo bem no sentido divino tem como principal pilar de sustentação o

Terapia para depressão e prevenção de drogas

amor; sendo que a atuação persistente e com muita vontade e determinação do bem, do progresso e do amor, são indispensáveis para constante transformação positiva e harmoniosa do universo. Perceba então o porquê a destruição de nosso corpo físico, de forma deliberada, pela prática do tabagismo tem o objetivo de aumentar nossa vontade.

Vocês podem estar imaginando que estou falando apenas de câncer, pneumonia e outras doenças do gênero, mas na verdade uma das doenças que causam grande sofrimento e consequente pressão interna no ser é a depressão que como eu já disse, em alguns casos, são originadas pelo tabagismo, veja a seguir como isso ocorre tecnicamente.

A glândula tireoide produz duas importantes substâncias a base de iodo, chamadas T3 e T4, levam esse nome porque uma é formada por três iodios e a outra é formada por quatro iodios, respectivamente. Essas duas substâncias é que determinam o grau de aceleração que as células vão trabalhar, se o organismo recebe uma quantidade maior de T3 e T4 as células irão trabalhar mais depressa queimando mais calorias e por isso o indivíduo será mais magro, se a tireoide produzir menos T3 e T4 o metabolismo celular será mais lento provocando o acúmulo de reservas proteicas em forma de gordura.

Uma das doenças causadas por esse processo é a hipotireoidismo, que está mais diretamente ligado à depressão, e é neste ponto que entra o tabagismo, o cigarro traz uma substância chamada tiocianatos que se liga a sítios proteicos da tireoide inibindo a captação de iodo, e sem o iodo a formação de T3 e T4 fica comprometida. Além da depressão, vários outros sintomas podem ser constatados em decorrência desta doença; veja a lista abaixo copiada do site abc.med.br > **Tireoide**

3.14 Overdose de nicotina

Nos estágios iniciais da doença:

- Fadiga
- Fraqueza
- Mialgia
- Artralgia
- Câimbras

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- Reflexos lentos
- Pele fria, áspera, pálida e seca
- Depressão
- Dores de cabeça
- Intolerância ao frio
- Aumento do fluxo menstrual
- Palidez

Quando o hipotireoidismo vai evoluindo sem tratamento, podem ser observados:

- Cansaço
- Edema periférico
- Constipação intestinal
- Fala lenta
- Rouquidão
- Dispneia
- Ganho de peso (não intencional)

O estágio terminal do hipotireoidismo não tratado é o coma mixedematoso, em que há uma descompensação que pode ser precipitada por uma infecção, trauma, insuficiência cardíaca ou outras causas. É caracterizado por:

- Letargia
- Estupor (raramente os pacientes apresentam-se em coma)
- Diminuição dos batimentos cardíacos
- Baixa oxigenação
- Funcionamento pobre dos rins
- Diminuição da motilidade intestinal
- Temperatura baixa
- Dificuldades respiratórias
- Choque e até morte.

Essas são algumas das consequências do tabagismo em apenas uma de suas expressões, fora várias outras doenças que essa droga, considerada leve, pode provocar.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Conforme pesquisas feitas pela secretaria nacional antidrogas, 9% da população brasileira são viciados em cigarro, o que significa 18 milhões de fumantes no país.

Fumaça assassina

Às vezes me distraio fumando um cigarro

Sopro a fumaça que se dissolve no espaço

Neste momento não penso no pigarro

Alivio a tensão sem pensar no mal que faço

Faço bolinhas com boca de peixinho

Olho indiferente a fumaça que sobe

Minando minhas forças devagarinho

E assim, por querer a vida se dissolve

Hoje prostrado na cama, inconsequente me vejo

Não escutei os professores nem os meus pais

Dei vazão a esse vício dominante dos desejos

Hoje aguardo minha última viagem com florais

Faltou-me fé em Deus e nas leis naturais

Se eu acreditasse que isso aconteceria

Não duvidaria dos meus amigos jamais

E hoje eu teria vida, felicidade e alegria

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Despeço sentindo os vermes, a minha carne devorar

Minhas vistas vagarosamente começam a esvanecer

Sinto minha alma relutante meu corpo abandonar

Esperando a benção final de minha mãe para morrer

Kleber Lages

3.15 Violação de consciência

Uma das situações mais corriqueiras que aumenta incessantemente o nível de stress das pessoas e da sociedade é a violação de consciência, apesar de ser considerado uma ação normal, é na verdade um claro sinal de atraso moral da humanidade, as pessoas pensam com base nos dados acumulados em suas experiências vividas durante toda sua existência.

A consciência da pessoa é constituída de tudo que ela acredita ser real, são os conceitos que ela internaliza como verdade absoluta. A maior diversidade em níveis de consciência é evidenciada nas questões religiosas, cada um acaba criando sua própria maneira de ver como acontece as ações divinas, uns acreditam que a morte é um sono profundo para aguardar um futuro julgamento dos atos cometidos na terra, outros acreditam que após a morte estamos condenados a três destinos fatais, céu inferno ou purgatório, outros apostam no retorno dos mortos ao planeta reencarnado em outro corpo.

Este naturalmente é apenas um dos pontos de diversificação de consciências, as pessoas discordam em uma infinidade de conceitos religiosos, e como é algo que a pessoa aceita como verdade incondicional ela tenta impor sua versão da verdade a qualquer um que discorde de seus conceitos.

O nível de consciência deverá sempre nos aproximar das verdades eternas, levando em consideração a lógica e os conhecimentos científicos que conseguimos concretizar até hoje pelas pesquisas e descobertas realizadas pela ciência durante milhares de anos.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Muitas coisas ainda não temos condições de entender, quando passadas pelo crivo da lógica científica, isto quer dizer que nem mesmo o homem mais sábio da terra está apto a conhecer a lógica divina pura, portanto ninguém tem o direito de censurar a forma de pensar do outro, você pode discordar e até expor seu ponto de vista, mas não tentar impor sua verdade para ele, mesmo porque temos o vício de acreditar no que mais nos convém, ou melhor dizendo, no que melhor alimenta nossos sentimentos, por exemplo: O egoísta tende a não acreditar no amor, pelo fato do amor ser um conceito que remete à doação sem retorno material, por isto temos mecanismos inconscientes que funcionam como um véu sobre certas verdades que poderiam ferir nossos sentimentos mais íntimos, esses mecanismos estão localizados em nosso subconsciente e já foi detalhado neste trabalho.

Cada um de nós caminha em um ritmo diferente, e enquanto não estivermos prontos sentimentalmente para assimilar um novo conceito não temos como abandonar um antigo já arraigado em nosso inconsciente pelo processo cultural de centenas de gerações, portanto não adianta você tentar impor sua verdade a quem não está preparado para assimilá-la, mesmo que você tenha credibilidade com esta pessoa, o máximo que vai conseguir é confundi-la, provocando choques de conceitos em seu interior. Toda verdade existe em várias versões, mas apenas a que está de acordo com nossos sentimentos e tendências encaixará com perfeição na construção de nosso ser. Embora muitos ainda não estejam preparados para admitir, foi Jesus um dos maiores defensores da não violação de consciência.

Entre muitas passagens sobre o tema uma das que mais chamam atenção está em ROMANOS 02:15 “pois mostram a obra da lei escrita em seus corações, testificando juntamente a sua consciência e os seus pensamentos, quer acusando-os, quer defendendo-os”. João 08:32 “E conhecereis a verdade e a verdade vós libertará”.

“Não intentes constranger o próximo a ler a cartilha da realidade por teus olhos, nem a interpretar os ensinamentos do cotidiano com a cabeça que te pertence. A emancipação íntima surgirá para a consciência, à medida que a consciência se disponha a buscá-la. Rememoremos as palavras do Cristo: ‘conhecereis a verdade e a verdade vos libertará’. Note-se que o Mestre não designou lugar, não traçou condições, não estatuiu roteiros, nem especificou tempo. Prometeu simplesmente ‘conhecereis a verdade’, e, para o acesso à verdade, cada um tem o seu dia.” (FRANCISCO CANDIDO XAVIER, 1965, p. 277).

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Em toda esta discursão não podemos deixar de levar em conta o código divino que cada um traz dentro de si, embora absurdamente sintetizado nossa alma já tem a noção necessária para intuir a eficiência e a importância da lei do amor, por exemplo, juntando isso as palavras de Jesus e de outros mestres que por aqui passaram, formamos dentro de nós uma resistência aos conceitos contrários ao amor, o que nos dá a chance de direcionar nossa consciência corretamente, mas como a consciência não deve ser violada, esta intuição pode ou não ser abafada, dependendo do nível moral da pessoa, de qualquer forma o livre arbítrio sempre deve ser respeitado, pois somos imagem e semelhança de Deus.

3.16 Monólogo de instinto

Instinto primitivo sou

Mas virei a ser amor

Habitando no viajor

Mostrando minha dor

A Deus lanço meu clamor

Esperando em Jesus redentor

Encarando o destino desafiador

Sou instinto sexual

E apesar de natural

Ainda não sou normal

Ainda vivo no nível abissal

Não tenho nível consciencial

Sou ainda instinto puro e original

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Procuo sempre consciência adicional

Espero o apoio de toda gente

Espero do amor ser consciente

Espero não permanecer carente

Espero um dia acordar contente

Sabendo que me fizeram um crente

Com o caminho Para Deus ascendente

Da vida, de Deus e do amor consciente.

Kleber Lages

3.17 Transtorno bipolar

Este é um assunto delicado que merece um cuidado especial por isso vou apenas transcrever aqui um texto que publiquei anteriormente, o qual é perfeitamente adequado para este novo trabalho.

Como sabemos, a confusão mental em qualquer situação é uma porta de entrada para instalação de doenças físicas e psicológicas. Em alguns casos há a descarga de energias negativas que atingem diretamente as células.

São as emoções que descarregam adrenalina, cortisol e outros hormônios, que quando liberados em excesso são prejudiciais à saúde.

Veja abaixo a explicação científica de como isso ocorre.

Há tempos se sabe que em cada episódio leve ou intenso de estresse, provocado por um perigo real ou imaginado, o organismo reage liberando o hormônio cortisol. Produzido por glândulas situadas sobre os rins e lançado na corrente sanguínea em

Terapia para depressão e prevenção de drogas

pequenas quantidades e por pouco tempo, o cortisol aumenta os batimentos cardíacos, eleva a pressão arterial e acelera a produção de energia. Enfim, prepara o corpo para fugir do perigo ou enfrentá-lo. Mas, em doses altas e por períodos prolongados como pode acontecer antes das crises, o cortisol começa a lesar os órgãos, entre eles o cérebro. Pouco tempo atrás pesquisadores do Instituto Nacional de Saúde Mental dos Estados Unidos verificaram que, no interior das células cerebrais, em especial os neurônios, os níveis elevados de cortisol danificam as mitocôndrias, compartimentos em que o açúcar dos alimentos é convertido em energia. E danos nas mitocôndrias significam problema na certa. Elas produzem 85% da energia que as células consomem para se manterem vivas.

Ainda que de modo indireto, o excesso de cortisol faz surgirem poros nas paredes das mitocôndrias, por onde vazam compostos tóxicos que avariam os lipídeos e as proteínas e alteram a estrutura da molécula de DNA no núcleo das células. Toda essa transformação aciona os mecanismos de apoptose, a morte celular programada.

Por meio de uma técnica que permite avaliar as milhares de proteínas produzidas pelo organismo em certo momento, o biólogo brasileiro Daniel Martins-de-Souza, pesquisador do Instituto Max Planck para Psiquiatria, na Alemanha, também obteve indícios de que o funcionamento dessas organelas está alterado nas doenças psiquiátricas.

Em especial, na depressão verificou diferenças na fase final da produção de energia, a chamada fosforilação oxidativa ou respiração celular, que ocorre no interior das mitocôndrias.

As consequências dos danos às mitocôndrias não se restringem às células. Os compostos liberados por elas alcançam a corrente sanguínea e ativam proteínas do sistema de defesa que disparam a inflamação, como a interleucina-6 (IL-6), a interleucina-10 (IL-10) e o fator de necrose tumoral alfa (TNF-alfa). Chegando ao cérebro, essas proteínas ativam outras reações bioquímicas que causam a morte de mais neurônios. Segundo Kapczinski, esse processo realimenta a destruição celular, reforçada por outro fenômeno típico do transtorno bipolar a superprodução do neurotransmissor dopamina, que também aciona a apoptose os transtornos de humor como doenças neurodegenerativas. Tanto no transtorno bipolar como na depressão o problema maior é

Terapia para depressão e prevenção de drogas

que os neurônios que sobrevivem não permanecem íntegros: eles aparentemente perdem prolongamentos chamados neuritos, que os conectam com outros neurônios.

Pesquisa FABESP 197

Esta é apenas uma das graves consequências do transtorno bipolar que causa também sérios problemas na vida social, familiar e em todos os setores de convívio dos pacientes. Mas para o caso acima citado as notícias não são tão desanimadoras como parecem.

Na publicação “tempestades do corpo e da alma” feita por Ricardo Zorzetto podemos ler o seguinte: conhecer o estágio da doença é importante para se indicar o tratamento adequado e essa nova hipótese pode ajudar a aprimorar o uso dos medicamentos. Há evidências de que o controle da enfermidade logo após os primeiros episódios de depressão ou de euforia preserve a capacidade de recuperação do organismo, impedindo a degradação psicológica e cognitiva. Os medicamentos estabilizadores do humor, antidepressivos, antipsicóticos e anticonvulsivos, usados sozinhos ou em combinação em geral são eficazes em 80% dos casos de transtorno bipolar e de depressão e, comprovadamente, produzem efeito neuroprotetor, em especial o lítio, um estabilizador do humor barato e eficiente, que antes era usado para combater estresse, gota e pedras no rim.

Mas os psiquiatras nem sempre conseguem acertar a medicação e a dose na primeira tentativa.

Um estudo norte-americano recente, conduzido por pesquisadores da Escola Médica Mount Sinai com 4.035 pessoas com transtorno bipolar, verificou que 40% delas, em especial aquelas com quadros depressivos mais graves, só conseguiam manter a doença sob controle tomando três ou mais medicamentos. Kapczinski acredita que, em geral, essas doenças atingem um estágio muito mais difícil de ser controlado após a décima crise, que costuma ocorrer por volta de 10 anos após as primeiras manifestações da doença. Por essa razão, os psiquiatras consideram fundamental iniciar o tratamento com medicamentos o mais cedo possível. Também já se havia observado que o lítio, um dos medicamentos mais usados para tratar o transtorno bipolar, perde eficácia após o décimo surto.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

O significado de Transtorno bipolar parece evidente: Transtorno significa perturbação ou incomodo, já bipolar faz referência a alteração rápida de humor, levando a pessoa da tristeza a alegria ou vice-versa em questão de minutos, a pessoa pode estar depressiva em um instante e em seguida apresentar um quadro de euforia, sem motivos aparentes.

Como já foi descrito acima essa variação constante de humor pode gerar vários fatores de sofrimento como doenças físicas, problemas de adaptações sociais entre outros. Conforme os especialista no assunto esse tipo de problema pode surgir em pessoas de todos os gêneros e idades, sendo mais raras em pessoas acima de 40 anos e abaixo de 20 anos.

O transtorno bipolar está dividido em quatro grupos de acordo com o manual internacional de classificação diagnostica.

- 1) Transtorno bipolar Tipo I
- 2) Transtorno bipolar Tipo II
- 3) Transtorno bipolar não especificado
- 4) ciclotimico

O tipo 1 é o mais grave, são os casos em que o paciente pode entrar em depressão e permanecer nesse estado durante semanas ou apresentarem um quadro de euforia com no mínimo uma semana de duração, a gravidade da doença vai diminuindo a cada grupo sendo o grupo 4 o menos grave de todos.

Esta é uma doença que não tem cura, mas como já foi dito pode ser controlada com medicamentos, evitando as crises.

Do ponto de vista espiritual várias situações podem ocorrer, mas na grande maioria delas o transtorno bipolar provocado não será o mesmo identificado pela psiquiatria. Um obsessor por exemplo pode induzir um estado de euforia ou de depressão durante meses em sua vítima dando ao enredo todas as características de transtorno bipolar e pode inclusive fazer isso durante anos até que a pessoa procure ajuda. Outra situação que também pode ocorrer é uma personalidade de existências

Terapia para depressão e prevenção de drogas

anteriores interferir na vida atual do paciente, provocando quadros alternados de tristeza profunda e alegria sem motivo aparente. Por não estarem devidamente informados sobre a existência de realidades como a realidade espiritual, em todos esses casos a classe médica diagnosticará conforme foram treinados para diagnosticar, ou seja, pelos sintomas e por isso sempre taxará tais casos como transtorno bipolar.

Nos casos em que há alteração genética ou defeitos neurais, por ser um problema físico, os exames acusarão o problema, determinando com exatidão o que a psiquiatria define como transtorno bipolar. Este é o caso mais grave para a medicina e também para a vida espiritual do paciente sendo como tudo na vida a consequência da lei da causa e efeito, geralmente as pessoas que trazem lesões em seus neurônios adquiriram essa condição ainda em vidas anteriores por motivos diversos, entre esses motivos os principais são: abuso de uma capacidade intelectual diferenciada que cometeu em uma vida anterior ou vícios que perduraram por tempo longo o suficiente para lesar os neurônios de seu perísprito.

No caso de obsessão citado anteriormente, não há lesões físicas, mas apenas o ataque de obsessores, o que quer dizer que é um quadro de bipolaridade provocado por vítimas que o doente maltratou em vidas passadas.

Em todos os casos pode-se encontrar a cura em locais especializados como os centros espíritas kardecistas, mas uma condição é indispensável que esteja presente, a pessoa tem que estar preparada para ser curada e um dos principais requisitos desta preparação é o merecimento.

Nos casos mais simples, o passe pode ser o suficiente, nos casos de média gravidade, que é o caso de obsessão, o obsessivo deve ser perdoado e induzido a perdoar para depois ser conduzido para o devido tratamento, o paciente deve perdoar o obsessivo e se perdoar, se arrependendo dos erros cometidos e se tornando suficientemente determinado a não cometer mais esses erros.

Nos casos mais graves que são os casos de abuso intelectual e o uso de drogas, geralmente esses abusos são sustentados por problemas morais graves, que podem atravessar várias encarnações, no mínimo a pessoa depois de centenas de encarnações carregando o problema desencarnou com esse problema e mesmo durante toda sua vida na erraticidade não conseguiu resolvê-lo. Assim o defeito genético que traz consigo em

Terapia para depressão e prevenção de drogas

sua encarnação adquire uma configuração compulsória, uma forma de força-lo a buscar solução para o problema com a pressão exercida pelo sofrimento que a doença causa.

Capítulo IV

AÇÃO E REAÇÃO

4.1 Lei de ação e reação

“A cada um será dado segundo suas obras”

Considero esta máxima adequada ao tema do subtítulo, pois é exatamente assim que ocorre, cada um tem aquilo que merece, e ao contrário do que muitos imaginam Deus ou os espíritos não montam um tribunal para julgar os atos do homem, as coisas acontecem de forma automática, para cada ação uma reação, se alguém aplica a força necessária na cabeça do prego ele perfura a madeira e se por displicência ele erra o prego e acerta o dedo com certeza irá sentir a dor em consequência de sua distração, ser distraído não é pecado mas o treinamento da concentração nos será necessário pela eternidade, por isso existem mecanismos como este para nos forçar a prestar atenção no que necessitamos fazer. As situações deste tipo são infinitas, mas todas existem em função de nossa evolução moral e intelectual.

Os obsessores são outro exemplo disso, são eles desafortunados de vidas passadas que vieram nos cobrar o débito, pelas maldades que fizemos a eles.

Analise por exemplo esta situação. Recebemos de Deus todo amor e atenção que estamos preparados para assimilar, assim com humildade aceitando as leis naturais, ou com o sofrimento gerado pelo orgulho, crescemos cada vez mais em luz e amor. Pelas características naturais de doação que o amor tem, a luz e o amor que adquirimos servirá de adubo para o crescimento de nossos irmãos mais atrasados é uma energia que desprendemos, mas o amor tem outra característica, quanto mais se doa mais ele aumenta no doador, assim quanto mais você doa mais você terá.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

A luz divina, o conhecimento e o amor começam em Deus, vai para Jesus e daí vai descendo, sendo canalizada, não podendo ser bloqueada; quanto mais se doa para baixo e para os lados mais se recebe do alto, é matemático, é lei da ação e reação.

Vamos supor que você adota um filhote de gato ou outro animal, doa a ele energia em forma de alimento amor e carinho, você não vai querer vê-lo crescer alegre e saudável? eu acredito que sim; a mesma coisa é você fazer um compromisso com nosso pai maior em ajudá-lo a criar nossos irmãos menores, aliás ninguém tem a opção de não participar desta cadeia de luz, a diferença é que a luz é maior e aumenta com mais velocidade para aquele que está mais no topo da cadeia, não é uma cadeia alimentar como a que acontece na natureza entre presa e predador. É um processo onde todos ganham porque o amor gera amor mas só com a doação da própria luz é possível produzir mais luz.

Assim aquele irmão que você ajuda a criar você querará vê-lo feliz, não só pelo reflexo da lei de perpetuação da espécie, mas também pelo poder do amor fraterno que você carrega.

Para haver amizade entre as pessoas e não apenas conhecimento, companheirismo, coleguismo, é necessário que os amigos vibrem na mesma frequência espiritual ou que estejam próximos em termos de frequências.

As criaturas que vivem de acordo com a compreensão da interdependência dos seres, emitindo Amor, sentem felicidade, e o contrário acontece com os que emitem ingratidão, egoísmo ou orgulho.

A vida só pode ser compreendida olhando-se para trás, mas só pode ser vivida se olharmos para frente. (provérbio sioux)

Olhar para trás olhar para frente são muito adequadas para a vida humana, sendo a primeira para se avaliar se houve ou não progresso espiritual e a segunda para se continuar progredindo nesse sentido.

Como também situações adversas acontecem por força da ignorância:

- O egoísta acredita que, centralizando nas próprias mãos uma série de benefícios, estará fortalecido contra as agressões ou egoísmo dos demais, quando, na verdade, a Lei Divina estabelece que é dando que se recebe e que procurai em primeiro lugar o Reino de Deus e Sua Justiça e tudo o mais lhes será acrescentado.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- O ingrato não consegue entender o quanto recebe dos outros para se tornar aquilo que de melhor é e atribui todos os méritos a si próprio. Trata-se de um ignorante quanto à interdependência dos seres, “pobres de espírito” no sentido pior da expressão.

- O orgulhoso se atribui qualidades superiores, quando se trata de outra forma de ignorância, pois o próprio Jesus, Divino Governador da Terra, afirmou: “De Mim mesmo nada posso.” Na verdade, todo Poder emana de Deus, sendo mais poderoso quem melhor sintoniza com Ele.

- A ingratidão representa um defeito grave, dos mais graves, pois enfraquece o elo de ligação entre nós e as demais criaturas. Um ser, por exemplo, que não tem simpatia pelos animais, deixa de permutar com eles energia saudável, que lhe daria saúde e felicidade. Outro que é indiferente às plantas, da mesma forma. Outro ainda que não é sensível às belezas dos mares, rios, montanhas etc., da mesma maneira. Quanto mais aqueles que detestam a presença de pessoas!

Se você vive sempre no Bem, nunca deixe que o medo dos maus o domine, pois a vida é sua e ninguém pode invadir sua individualidade psíquica, sua realidade interna é seu espaço sagrado.

O tempo todo emitimos e recebemos matéria psíquica, competindo-nos filtrar esse material para fazer o Bem, evitando o Mal.

A regra é clara e não deve ser ignorada nos momentos da vida, em qualquer tempo ou lugar: saber que somos todos interligados pelas emanções mentais é imprescindível para procurarmos conviver, interagir, aprender e ensinar. Nós não somos seres humanos em uma jornada espiritual: somos seres espirituais em uma jornada humana.

Ninguém deve isolar-se na ingratidão, no egoísmo e no orgulho, mas sim aprender o que ignora e ensinar o que sabe, com boa vontade e naturalidade.

4.2 Lei da ação e reação

Reajas sobre teu passado

Tenha a lei do teu lado

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Não penses que Deus é ruim

O bom pra nós é assim

Procure em cada situação a lei requerida

Mantenha sempre a cabeça erguida

Siga seu caminho temendo a Deus

Amando os outros, amando os seus

Erga suas mãos aos céus, em menção

Lance ao infinito um pedido de benção

Mesmo na derrota esteja firme ainda

Festeje a lei divina, sempre bem vinda

Comemore o sofrimento com grande alegria

Pois ele dos pecados te redimirá um dia

Carregue sua cruz sem reclamar

Pois Jesus viu seu próprio sangue derramar

Tire as pedras do caminho com a vontade

Não te percas em disputas e maldade

Busque com afinco a verdade

E chegarás um dia a santidade

Para cada ação tem uma reação

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Contra a maldade do homem

Purifique seu coração

Contra o ataque ferrenho de obsessores

Invoque seus preto velhos e mentores

Kleber Lages

Capítulo V

GDR (GRAVAÇÃO DIRETA POR REPETIÇÃO)

5.1 Técnica GDR (Gravação Direta por Repetição)

Depois de conhecer alguns fatores diretamente relacionados à depressão continuemos nossos comentários sobre a hierarquia interna de nossa mente, a psicologia tradicional afirma com certa propriedade que o superego tem domínio sobre o inconsciente, julga e decide até que ponto o ego pode permitir a satisfação do ID.

Na verdade este comando dado supostamente pelo superego, é mais um parágrafo da lei do progresso, pois ele acontece automaticamente baseado no código moral interno, não se trata de uma escolha entre o eu ideal e o eu real, trata-se de defeitos e qualidades morais e de nível de consciência, uma pessoa que tem consciência da existência e da importância dos códigos divinos e que tem um amor mais expressivo pelo próximo não seria capaz de mata-lo por maior que fosse a vontade de fazê-lo, a

Terapia para depressão e prevenção de drogas

piedade expressada pelo amor seria sempre mais forte que a vontade e o assassinato não ocorreria, perceba que a execução do ato dependeria do amor ou da falta dele e não do ego ou do superego, é assim que as leis naturais instituída pelo criador comanda cada ser.

Um dos principais níveis do ser responsável pela execução das leis naturais no homem é uma subdivisão denominada subconsciente, esta subdivisão tem acesso tanto ao ID quanto ao superego e é comandado diretamente pelo consciente, sendo assim a principal ferramenta de nosso livre arbítrio. Você perceberá que o livre arbítrio não é ilimitado como se imagina, pois se assim fosse os maus massacrariam os bons, esse benefício é nos concedido na proporção do nível de responsabilidade de cada um.

Veja então em breves palavras como funciona o subconsciente.

Tudo que vivenciamos no mundo físico é fielmente registrado em nossa mente, e uma cópia é gravada diretamente em nosso subconsciente, quando a cena gravada desperta em nós algum tipo de emoção, esta também será gravada junto com a cena no subconsciente, esta gravação não é feita em qualquer lugar do subconsciente ela obedece a lei de atração entre os semelhantes, se por exemplo, eu vejo uma criança maltrapilha mendigando um pedaço de pão, meu sentimento em um primeiro momento pode ser de piedade, por ser este um sentimento mais nobre que os outros, mas no momento que estou registrando esta imagem o sentimento de piedade me leva a tentar entender porque esta situação acontece, então visualizo a corrupção escondendo um maço de dinheiro na cueca de um político, junto com este segundo quadro vem a revolta provocada pelo meu alto grau de honestidade, formando a união das duas imagem, uma cena composta exibida em uma mesma tela, nesta cena temos dois fortes sentimentos associados, a revolta traga pela cena do político e a piedade traga pela cena da criança, perceba que a consciência ou o ego não participou ainda desta atividade, não dependeu da permissão do ego para que a cena fosse registrada, isso ocorreu de forma automática, apenas obedecendo o comando do sentimento de piedade, mas o ego tem sim uma função importantíssima neste processo, ele comanda o subconsciente e pode portanto apagar esta cena e gravar outra mais amena em cima, como se faz com qualquer mídia comum.

Para conseguir isto pode-se usar um protótipo gravando em uma mídia MP3 ou celular, o que se quer mudar no subconsciente.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Você não precisa se preocupar em mudar a cena, pois o que alimenta a depressão e causa todos os outros incômodos são os sentimentos que as cenas carregam, mudando esses sentimentos as cenas desaparecem, no caso do exemplo acima a cena traz o sentimento de revolta e de piedade, o que precisa ser injetado nesta cena é a compreensão da condição humana em termos morais, todo ser humano está caminhando para o aperfeiçoamento portanto ainda é passivo de falha. Pense no que Jesus disse em seu último momento na cruz “perdoai-vos pai, porque eles não sabem o que faz.” Voltando a cena de revolta onde precisa injetar compreensão, Você pode gravar no MP3 o seguinte texto; “eu perdoou todos os políticos corruptos, pois para Jesus eles são os verdadeiros doentes e são os que mais precisam de ajuda”, isso pode ser feito acompanhado de uma técnica de relaxamento ou de auto hipnose, ou pode ser implantado em sua mente por repetição, ouvindo a gravação várias vezes ao dia, lembre-se que neste último caso você precisa apenas saber o que está ouvindo, pois o consciente não participará do processo de gravação, este será feito automaticamente no subconsciente, no início é bom acrescentar antes da gravação este lembrete, desta forma você poderá aplicar a técnica mesmo enquanto estiver cuidando de suas tarefas diárias, para efeito de praticidade passaremos a denominar esta técnica simplesmente como GDR (gravação direta por repetição), mas isso não irá funcionar no tratamento de cada cena em particular, pois para tratar de cada cena individualmente você precisa da meditação para traze-la ao consciente e entende-la, para facilitar, fornecerei no desenrolar do texto modelos de relaxamento e meditação.

Está mais do que claro que o pensamento é força criadora, mas apesar disso pela alta vibração e fluidez de nossas ondas de pensamentos, somos muitas vezes tentados a encara-los como algo irreal ou solúvel, mas nosso pensamento é na verdade uma das mais relevantes realidades que enfrentamos no dia-a-dia é ele que define nossos caminhos, nossas glórias e fracassos somos o que pensamos e o nosso pensamento por menor que seja jamais se perde, sempre fica gravado em nosso subconsciente no inconsciente coletivo ou nos registros etéricos, são fruto das vibrações das ondas de luz, o Éter ou "Ákase" dos orientais, que fotografa desde o vibrar de um átomo até a composição de uma galáxia.

Pensamento é criação continua portanto cuidado com o que você pensa, felizmente essa potência criadora pode ser usada tanto para o bem como para o mal e com o exercício de nosso livre arbítrio podemos optar pelo que achamos mais adequado para nós.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Não tenha medo de pedir a Deus tudo que você precisa quantas vezes você quiser, se for melhor para você ele te concederá e te dará seu perdão incondicional se você realmente o quiser, este aspecto da questão, principalmente no que diz respeito ao real significado da oração e a melhor forma de fazê-la será colocada na parte final do livro, é uma técnica de outra modalidade que requer uma dose mais elevada de fé, de qualquer forma não tenha medo de convocar os bons espíritos, principalmente seu anjo da guarda, sempre que quiser, eles estarão sempre a sua disposição e te atenderão sempre.

A técnica de ouvir a gravação várias vezes ao dia terá que ser totalmente direcionada para os sentimentos tratando assim do ser em geral, tratando bem a raiz a árvore florescerá, você não precisa saber o quanto odeia, você deve saber que tem que amar de forma incondicional e isso implica em reforma íntima, tema que abordaremos com mais cuidado ainda nesta obra.

Em relação ao subconsciente se você quiser conhecer mais a fundo seu funcionamento consulte o livro, conecte-se a sua alma e tenha poder infinito, do qual sou o autor.

O que essa técnica proporcionará chama-se sublimação que é o desvio da energia (emoção) de um desejo para outro. O desejo sexual, por exemplo, pode ser canalizado para o desejo de estudar e aprender.

As vezes nosso subconsciente nos prega peças difíceis de assimilar, por incrível que pareça muita gente procura o sofrimento e até prefere viver sofrendo para chamar a atenção, isso é fruto de uma carência interna, com calma usando a técnica de GDR para executar as sublimações necessária, esta situação pode ser resolvida.

Veja alguns modelos de GDR (gravação direta por repetição).

Você pode gravar um ou mais GDRs em seu celular ou pen driver para ouvir quantas vezes quiser, mas é sempre bom iniciar com o modelo a seguir ou com outro que tenha as mesmas características, esse modelo induzirá seu subconsciente a assimilar e colocar em ação suas palavras mesmo se você não estiver com a atenção focada na GDR.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

5.2 GDR (Gravação Direta por Repetição)

Sou filho de Deus, sou imagem e semelhança de Deus, sou inteligência infinita.

EU me conheço e me controlo completamente, por opção de Deus, eu mando em mim.

Ordeno a meu subconsciente a meu inconsciente; mesmo que eu não esteja concentrado de forma consciente nessas orações que eu vou ouvir, buscar agora em todo meu ser do presente, do futuro e do passado a solução 100% eficiente para fazer acontecer agora em minha vida prática material o que eu vou ordenar ou pedir agora, e fazer acontecer na prática o mais rápido possível.

5.3 GDR (Gravação Direta por Repetição) para aliviar a angústia

“Vinde a mim, todos os que andais em sofrimento e vos achais carregados, e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo, e aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração, e achareis descanso para as vossas Almas. Porque o meu jugo é suave e o meu fardo é leve”.

GDR

Ordeno a meu subconsciente e a meu superego, relaxar agora todo meu corpo, aliviar toda tensão de todo meu ser e de toda minha mente, eliminando todos os pensamentos que mim perturba permitindo apenas os pensamentos que mim traz paz e alívio. Sr. Jesus, meu mentor espiritual me forneçam a energia e mim inspire os pensamentos que eu preciso neste momento, me dê sabedoria me ajudando a conseguir fé infinita para aumentar o máximo possível, agora! Neste instante, minha consciência da presença da espiritualidade do bem, e minha capacidade de sintonizar com segurança e consciência com essa espiritualidade. Obrigado.

5.4 GDR Para iluminação interior

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Minha alma é como uma estrela multifacetada que faz a difração da luz em várias cores. Ordeno agora a meu subconsciente a todo meu ser; canalizar toda minha vontade agora para o meu poder de transcendência, eliminando todas as barreiras e entrando em contato com o depósito infinito de luz divina Cristalina, canalizando esta luz direto para minha alma e para meu corpo, sinto toda essa luz invadindo e iluminando todo meu ser agora me trazendo grande júbilo e euforia. Luz azul trazendo calma e tranquilidade; luz violeta trazendo regeneração; luz branca cristalina purificando de toda mancha escura; luz lilas desintegrando e carregando energias negativas, luz amarela energizando meu corpo e minha alma, luz rosa trazendo amor divino incondicional; luz laranja trazendo brilho, saúde física e mental e luz dourada fortalecendo minhas ligações com Jesus.

Eu sou imagem e semelhança de Deus e transcendo agora para a dimensão de luz divina onde Jesus está neste momento; visualizo uma luz divina brilhante e pura que preenche minha cabeça, meu pescoço, meu tórax, meu abdômem meus quadris, minhas coxas, minhas canelas, e sai pela sola de meus pés. Limpando cada cantinho de todo meu ser.

Como a luz do sol transpassa uma redoma de vidro gigante eliminando com luz dourada, todo seu interior. A luz divina brilhante invade todo meu ser agora, me iluminado e mim purificando completamente de tudo que mim incomoda e que mim perturba.

5.5 GDR para ter mais fé

Com o poder infinito que Deus me deu decido que a partir de agora tenho fé infinita em Deus, tenho fé infinita na força do meu pensamento positivo, na espiritualidade do bem, no amor de Deus por mim, em minhas orações e em minhas GDRs.

Ordeno a meu subconsciente a meu inconsciente e a todo meu ser e peço a Jesus e a meu mentor espiritual que mim ajudem a estruturar agora todo meu ser para ter o máximo de calma, paciência, mansidão, discernimento, consciência da realidade da obra de Deus que é o amor, tentando compreender o próximo. Tudo isso a cada segundo de minha vida.

Amem, obrigado meu Deus

Terapia para depressão e prevenção de drogas

5.6 GDR para depressão

Conforme a Bíblia, Sou filho de Deus, minha alma é imagem e semelhança de Deus e é eterna, o Senhor é meu pastor e nada me faltará.

Se estou depressivo é por conta do uso errado que fiz do livre arbítrio que tenho por ser semelhante a Deus. Ordeno a meu subconsciente que acate minha nova decisão agora, não quero mais seguir este caminho de revolta de ódio e traumas, com o poder que tenho como imagem e semelhança de Deus elimine completamente de dentro de mim agora todo quadro traumático que está me perturbando, Deus me ama e cuida de mim e mim dá o direito de herdar sua paz e seu amor infinito agora, obrigado Senhor.

5.7 Algumas verdades que te ajudar ajudarão a entender melhor as coisas

- Quando fixamos um objetivo estamos acumulando energia para cumpri-lo, se abandonamos este objetivo, esta energia não desaparece e quando não conseguimos realizar este objetivo procuramos consciente ou inconsciente outra coisa que o substitua para satisfazer nosso impulso interior.
- A vergonha, o ódio, a inveja, o ciúmes, a angústia, provocam esgotamento.
- A emoção é uma ponte entre o intelecto e a vontade que leva o homem a agir.
- É a emoção que move o homem e que leva o homem a realizar coisas.
- A emoção é uma energia que quando usada para o bem, tem que ser guiada pela inteligência e pelo pensamento.
- Cada comportamento é incorporado em nosso dia a dia através da repetição
- Não podemos prevê nem evitar as emoções temos que reconhecê-las e aceitá-las, porém podemos guiar nossos sentimentos pela vontade e pelo pensamento.
- Sentir a emoção é sentir a presença da energia que nos impele.
- A emoção é uma energia que faz funcionar a mente, sem a energia da emoção o homem viveria sem ação, apenas com movimentos reflexos.
- Sem a emoção o homem não levantaria da cama estaria em permanente repouso como um massa de barro respirando.
- O medo é o sentimento que nos protege do perigo.
- O amor maternal dá proteção ao jovem inexperiente.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- As emoções cólera, temor, amor... provoca profundas alterações fisiológicas no homem, provoca a liberação de adrenalina, paralisa a digestão, é a preparação do corpo para a sobrevivência é a preparação para a reação a ser tomada após a emoção. Correr ou atacar visando sobreviver.
- A arte é uma saída para os instintos primitivos reprimidos.
- Muitos de nossos desejos não podem ser realizados, isso significa um acúmulo de energia que tem que ser redistribuído.
- As ideias precisam do impulso das emoções para serem colocadas em práticas.
- A desilusão o fracasso a dor e toda forma de sofrimento é feita de uma mesma essência.
- O medo a dor a cólera faz parte de ser humano o importante é como cada um usa isso através da sublimação.
- Não podemos ter medo nem bloquear nossas emoções temos sim que entendê-las e aceitá-las para usá-las de forma construtiva através da sublimação.
- Os hábitos nos dão certas decisões já formadas, aprendemos os mesmos com a sociedade, um aceno pode nos dar a decisão de ascender um cigarro e fumar.
- Uma pessoa que não tem bons hábitos tem reações primitivas diante dos problemas.
- Uma pessoa com hábitos úteis de pensamento e de ação reage de uma forma mais civilizada diante dos problemas.
- Uma pessoa neurótica demora mais a voltar a uma tarefa que estava fazendo, e foi interrompida, do que uma pessoa normal.
- Os reflexos se herdaram mas os hábitos se aprendem
- As sensações, as emoções e os sentimentos apenas nos informam quando temos que fazer alguma coisa. Ex. o susto nos impulsiona a correr ou nos paralisa.
- Somos reflexos de nossos pensamentos, usos e costumes
- Renove seus hábitos faça como o sol que se ergue a cada novo dia sem lembrar da noite que passou
- Esquecemos as coisas quando as mesmas estão associadas, no inconsciente, a emoções negativas.
- O subconsciente é o domínio dos instintos, das emoções e dos reflexos, se relaciona mais com os desejos e sentimentos egoístas.
- Quando estou sonhando acordado estou em contato com meu subconsciente, diminuindo a energia que mim move em direção as coisas mais práticas.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- Um complexo é um grupo de ideias e pensamentos ligados por fortes emoções
- O pensamento racional usa a lógica o emocional ou de complexo é irracional e usa a emoção
- Quando o pensamento é emocional a pessoa leva tudo para o lado pessoal.
- Quando as ideias se juntam por suas semelhanças todos as aceitam.
- Um dos motivos que os complexos não se expressam livremente é que as vezes ele se opõe ao eu pessoal e as vezes vai contra as regras da sociedade.
- Frequentemente há conflito entre os complexos, e a mente vira um campo de batalha.
- Quando agimos por complexos as pessoas de fora percebem nossos erros, nós não.
- Temos que ver debaixo da superfície e descobrir o verdadeiro início da causa do sofrimento.
- O conflito surge entre as coisas que desejamos fazer (sentimentos, desejos e instintos) e o que devemos fazer (razão, lógica).
- Quando não conseguimos ver a nós mesmos como os outros nos veem é porque estamos agindo por complexos.
- Para vencer o hábito de fumar pode-se apenas substituir o elemento cigarro.
- O importante é encarar e descobrir, a origem o que gera o conflito para que possamos criar o mecanismo de defesa e eliminação dos mesmos.
- O medo surge quando precisamos fugir para assegurar nossa sobrevivência, este é uma forma positiva do medo, é um instinto que assegurou nossa sobrevivência desde o reino animal até o hominal atual onde estamos inserido, mas esse medo evoluiu e adquiriu outras formas as quais não são saudáveis e devem ser combatidas.

O pensamento, concomitantemente vontade de ação, energia que realiza, torna-se que cria, constitui seu segundo modo de ser, onde a criação se manifesta, nascendo daquilo a que chamamos nada. Uma forma de matéria em ação é seu terceiro modo de ser; é a criação que existe, o universo físico que vemos. Três modos de ser distintos e, no entanto, identicamente os mesmos.

5.8 Eliminando preocupações

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Por tudo que já foi exposto fica fácil perceber o quanto somos propensos a valorizar nossos problemas aumentando a importância dos mesmos, principalmente no caso do depressivo, que costuma ter enraizado em sua mente complexos de culpa que se junta a auto baixa estima formando quadro grave de sensação de incapacidade de realizar a menor coisa que seja. Por este motivo os problemas não só se acumulam na cabeça do depressivo como também são aumentados em termos de importância.

Um dos motivos pelo qual isto ocorre é a necessidade de autopunição gerada pelo sentimento de culpa, como a tendência do depressivo é se prostrar, não terá nem mesmo o benefício de esquecer a importância do problema enquanto procura a solução do mesmo, pelo contrário, a pessoa fica remoendo o problema enquanto o associa a outros que ainda não existem ou que não tem a menor importância, neste caso o melhor é escrever o problema em um pedaço de papel e deixar para buscar a solução em um outro momento, de forma mais organizada, tendo assim melhores chances de focar sua atenção em um problema de cada vez, quando pensamos em muitas coisas ao mesmo tempo nossa mente fica atabalhoada dificultando o processo do pensamento.

Agindo desta forma você eliminará o medo de esquecer e terá uma noção mais real da dimensão do problema.

Você pode também conversar com alguém que confia expondo sua preocupação, procure de preferência uma pessoa que não tem tendência ao exagero, se é alguém que você sabe ter discernimento não tente argumentar contra ela, confie no que ela disser e assimile essa confiança, pois não adianta pedir a opinião de alguém já predisposto a argumentar com esse alguém procurando justificar seus medos que na maioria das vezes são infundados.

Depois de listados seus problemas tente descobrir quais os sentimentos negativos estão alimentando-os, levante algumas questões em relação a cada um deles, como por exemplo escreva a seguinte pergunta; porque dou tanta importância a este problema? do que tenho medo? como as outras pessoas encaram este tipo de problema? Tente entender o que te causa tanta insegurança e o que dá segurança a outras pessoas que tem o mesmo tipo de problema.

Quando você olhar de uma só vez todos os problemas descobrirá que o catalizador de todos eles é o mesmo, ou seja, a insegurança que, agitando um problema em particular, produz a mesma fonte da insegurança que alimenta todos os outros.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Estou citando aqui a insegurança, mas vários outros motivos podem gerar o agravamento desses problemas, como no caso da sensação de culpa que citei acima. Identificado o problema a solução passa pela aplicação do método aqui divulgado que é a gravação no MP3 ou no celular, assim em vez de você ficar repetindo o problema ficará repetindo a solução.

Li certa vez um texto expondo alguns exercícios desenvolvidos pelo doutor Roger Vittoz, não cheguei a testá-los, mas meu terapeuta me garantiu serem eficientes em certos casos, caso você os ache mais cômodos poderá usá-los.

Em uma mesa, ponha 4 ou 5 objetos, imagine que cada um deles represente um de seus problemas. Observe-os atentamente. Depois feche os olhos e lembre-se dos objetos. (Pequenas coisas como; chaveiro, frascos, relógio, etc.).

Depois tire um objeto. Veja o vazio que ele deixou junto aos outros, feche os olhos. E veja uma nova imagem sem o objeto.

Tire mais um objeto.

Vá retirando assim os objetos até não restar mais nenhum

Outro exercício

Repita o exercício precedente, mais sem tirar fisicamente os objetos um a um. Pense que os tira, e veja-os desaparecerem.

Imagine a mesa vazia sem nenhum objeto segure um pouco esta imaginação e transfira a situação para sua mente como se ela é que estivesse vazia, livre dos problemas.

Outro exercício

Eliminação de palavras antagônicas, são palavras duplas e opostas:

Guerra e paz

Duro e mole

Escuro e claro

Frio e quente

Stress e relaxe

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Barulho e silêncio

Etc...

Elimine uma das palavras e repita a que fica

Entramos agora na última fase. Não só vai apagar um símbolo, mais também pôr no lugar desse símbolo a palavra contrária.

Exemplo:

"Medo dos homens" pôr "Confiança em mim"

"Ódio da minha mãe" pôr "amor de mãe"

Etc....

O doutor Roger Vittoz, criou vários outros métodos baseados neste modelo, se você quiser conhece-los melhor poderá encontrar informações em:

www.vittoz.org

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Capitulo VI

AMOR

6.1 Importância do amor

Amar a Deus sob todas as coisas e ao próximo como a si mesmo, com essas palavras o mestre nos disse ser esta a maior lei do universo, por amor a si mesmo e por amor a nós o universo foi construído, Deus nos ama tanto que não se contentou em fazer de nós apenas seus filhos, nos vez parte de si mesmo, parte de sua própria essência. Somos a periferia da alma de divina enquanto todo o universo material é seu corpo. Como parte da alma de Deus toda forma de amor, desde a atração que une os átomos até as vibrações de êxtase que abalam as afinidades angelicais, incluindo nosso amor a Deus pertence, portanto a ele toda gloria e louvor, amemos o criador pois somos apenas uma faísca de vossa bondade.

O amor eliminará o orgulho e o egoísmo e unirá os seres no gozo da felicidade plena. É indispensável amar, como o universo foi construído por amor para servir de instrumento para evolução humana, sem amor não existiria nem o homem nem o universo, o que faria a alma e o corpo de Deus limitados, naturalmente isso é impossível, pois mesmo se pensarmos no infinito ainda existe Deus mais além do nosso pensamento.

Quanto mais amamos mais nos aproximamos da essência divina, quem não consegue amar não pode conhecer Deus.

O amor é silencioso e humilde, não faz questão de aparecer, pois não tem vaidade, cresce devagar, por etapas, primeiro é instinto, se elevando a sentimentos para finalmente se depurar para o mais nobre e fino sentimento. O amor pratica a caridade, a humildade, a paciência, a perseverança, a abnegação, a resignação, o sacrifício e a persistência no bem até o fim. O amor não se cansa, não se exaure, nem se extingue. O

Terapia para depressão e prevenção de drogas

amor permanece. É eterno. Promana do próprio Criador. Emanada de Deus, como a cor da luz. Não há Deus sem amor, nem amor sem Deus. Só se entende a Deus pelo amor e só se vê a Deus pelo amor. O amor é criador e criativo. É puro, porque dotado de intensa luz. É sublime, porque só quem ama se dá em sacrifício vivo. É desprendido, porque não existe com interesses secundários. É divino, porque constrói, edifica, redime e salva. O amor é a síntese de todas as leis naturais.

“Amai aos que não vos amam; Fazei o bem àqueles que vos odeiam e orai por aqueles que vos perseguem e caluniam. Porque se amardes somente àqueles que vos amam que recompensas tereis? Os publicanos também não fazem o mesmo? E se unicamente saudardes vossos irmãos, que fazeis com isso mais do que outros? Os pagãos também não fazem o mesmo? Sede pois perfeitos como vosso Pai celestial é perfeito.”

(Mateus, 5:44-46 a 48)

Ainda que eu fale as línguas dos homens e dos anjos, se não tiver amor, serei como o bronze que soa, ou como o címbalo que retine. Ainda que eu tenha o dom de profetizar e conheça todos os mistérios e toda a ciência; ainda que eu tenha tamanha fé a ponto de transportar montes, se não tiver amor, nada serei. E ainda que eu distribua todos os meus bens entre os pobres, e ainda que entregue o meu próprio corpo para ser queimado, se não tiver amor, nada disso me aproveitará. O amor é paciente, é benigno; o amor não arde em ciúmes, não se ufana, não se ensoberbece, não se conduz inconvenientemente, não procura os seus interesses, não se exaspera, não se ressentido do mal; não se alegra com a injustiça, mas regozija-se com a verdade; tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta.

Paulo, 12: 1 a 7.

O amor é o mais forte cimento que une os homens e os animais em famílias e as famílias em liberdade. O amor constrói o caminho do bem, constrói a luz, constrói a alegria e tem como ponto alto a efetivação da felicidade.

6.2 Amparo de amor

Puro amor que purifica o ser

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Puro amor que se traduz em saber

Uma gota de sua essência

Pode realizar todo meu querer

Sabedoria divina de infinita beleza

Como balé de suave leveza

Cimento nossa sociedade

Com a nobre força de sua grandeza

Ó dadiva com transparência de mel

Com o azul intenso do céu

Nos ilumine com vosso arco-íris

Nos cubra com transparente véu

Expressão das vidas mais lindas

Expressão de boas vindas

Dê-nos a alento de seu abrigo

Ou uma faísca sua que nos ilumina

Sabedoria que o saber constrói

Ensinar suave que não dói

Conceda-nos o conhecimento

Ó sábio e grande herói

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Amor imbatível, construtor universal

Nobreza e generosidade sem igual

Cure nossa alma que sangra

Alivie em nós a dor descomunal

Kleber Lages

6.3 Origem do amor

Toda afinidade ou toda atração é uma forma de amor, inclusive a atração entre os átomos e o equilíbrio gravitacional entre o sol e a terra.

O sexo deve ser um ato de amor, é através dele que construímos o instrumento para encarnação de novos espíritos que amamos protegemos e alimentamos como filhos.

Quando os raios de sol atingem a terra faz sua fecundação proporcionando o crescimento da planta e garantindo nosso alimento, este é um ato de infinito amor do criador pela humanidade, fornecendo alimento a seus filhos, membros de sua família divina. Com que outro propósito criaria Deus este complexo sistema solar?

Os espíritos incluindo a alma humana são criados como seres superiores para que tenham os devidos recursos que nos permitirão auxiliar um dia o criador na administração cósmica, Jesus que um dia já foi um espírito simples e ignorante hoje é o administrador da terra, depois de decorrido o devido tempo de sua evolução espiritual.

Referi-me anteriormente a união entre os átomos como uma espécie de amor; devemos entender que o amor injetado neste processo não ocorre individualmente no momento em que está acontecendo esta união atômica, ou seja, se neste momento uma molécula de água está se unindo a outra para formar uma corrente, o amor aí representado está sendo injetado automaticamente, não está sendo criado para esta união específica, este amor provavelmente representado nos fótons emitidos pelos elétrons dos átomos desta união, foram criados pela inspiração divina transmitidos no momento em que este processo foi inventado.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Explicando;

Os átomos são formados por várias camadas circulares tendo no centro o núcleo e em volta deste núcleo, as camadas, cada uma dessas camadas é povoada por uma determinada quantidade de elétrons, sendo que o equilíbrio é alcançado pelo átomo que tem sete elétrons em sua última camada, assim aquele que traz cinco elétrons em sua última camada atraiem para si, outros átomos buscando completar os sete elétrons necessários para seu equilíbrio interno entre suas camadas de elétrons e seu núcleo. Grosso modo é assim que ocorre a atração entre os átomos. Acontece que essa forma de equilíbrio nos átomos gera entre outras coisas a matéria com a qual lidamos em todos os momentos de nossas vidas e que é indispensável para nossa sobrevivência. Toda matéria criada desta forma, foi criada pensando em nós devendo servir de instrumentos para nossa evolução, tudo que nos rodeia então foi criado por amor a nossa evolução e é este amor que está depositado em cada átomo do universo e de forma mais evoluída está dentro de cada um de nós.

Esta é a origem do amor que como podemos perceber gerou o universo e os espíritos encarnados e desencarnados que nele habita.

Quem criou o átomo foi um grupo de espíritos altamente desenvolvidos que apesar de ter o amor em si, não o criou. Este grupo de espíritos foi criado por alguém de quem herdou este nobre sentimento. O amor é independente e se auto alimenta promovendo seu próprio crescimento.

Pegando como exemplo o grupo de espírito citado acima; Deus criou esses espíritos e depositou neles a semente do amor, esses espíritos com sua vontade e livre arbítrio desenvolveu esta semente transformando-a no mais puro amor, que gerou novas sementes que foram depositadas em nós no momento que fomos criados, nossa missão é desenvolver esta semente transformando-a em amor que gerará novas sementes. Desta forma o amor está em todos e em tudo permeando os céus e a terra, ligando cada ser pela força do magnetismo. A natureza deste magnetismo ainda não pode ser conhecida pelo homem, mas podem ser percebidas em cada relação existente na natureza, e pode ser sentidas nas expressões de suas mais íntimas e nobres essências que são; a piedade, a caridade, a humildade entre tantas outras qualidades morais.

Portanto meus irmãos valorize quem vos criou, cultive o alimento de vossa matéria, mas cultive também o alimento de vossa alma que é o amor.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Espírito Agamenon

Quando, no espaço, um sol, como qualquer núcleo com seu cortejo planetário, encontra-se com outro sol ou núcleo e seu cortejo planetário, o resultado é sempre o mesmo: a formação de nova individuação, quer seja sistema cósmico ou químico. No primeiro caso se individuará novo vórtice, novo “Eu” astronômico, que se desenvolverá segundo uma linha, a espiral que — vê-lo-emos — é a trajetória típica de desenvolvimento de todos os movimentos fenomênicos. No segundo caso nascerá, pelo choque dos núcleos e pela emissão de elétrons do sistema, novo indivíduo atômico. Se isso ainda não apareceu em vosso relativo, vós o chamais de criação.

(Pietro Ubaldí, 1997 p.19)

6.4 Expressões do amor

Unindo feminino e masculino

Gerando fenômenos astralinos

Ajoelhado diante da berlinda

É o amor na expressão mais linda

Elevado pelo criador as alturas

Brilhando em dourado e candura

Germe de suavidade e doçura

É o amor na expressão mais pura

Sanando a tristeza do rico e do pobre

Colorindo de amarelo o ouro e o cobre

Permitindo que amena aragem sobre

Terapia para depressão e prevenção de drogas

É o amor na expressão mais nobre

Via-Láctea que luz intensa drena

Lírio de imperatriz açucena

Abundante benção que derrama

É o amor na expressão suprema

Sabedoria maior sem igual

Não envelhece, é sempre atual

Presente na relação conjugal

É o amor na expressão angelical

Vem cumprir uma doce sina

Vida que se aglutina

Estrela que te ilumina

É o amor na expressão divina

Trabalho em atividade alquime

Luz que saber exprime

Perdão que pecado redime

É o amor em sua expressão sublime

Kleber Lages

Terapia para depressão e prevenção de drogas

6.5 Relações social

Ao contrário do que se pensa a evolução humana não pode se dar pelo isolamento do indivíduo, realmente se cada pessoa si comprometer a fazer adequadamente sua reforma íntima mesmo que de forma isolada, o mundo mudaria para melhor, mas as leis naturais não delineia este caminho, somos seres sociais e nos desenvolvemos justamente com o sofrimento gerado pelo atrito do homem com o homem e do homem com a sociedade, esta é ainda a posição de um planeta em fase de transição como é o caso da terra. Observando este problema de dois prismas opostos adquirimos em cada um deles um estado de espírito diferente, podemos nos lamentar por ser o egoísmo e o orgulho a moverem os interesses nas relações sociais entre os homens, ou podemos comemorar o fato de sermos menos bárbaros hoje do que éramos a 3.000 anos atrás.

A primeira posição nos leva a uma situação de stress gerada pelo atrito entre a pressa de evoluir e o tempo necessário para a atuação da lei do progresso instituída pela consciência cósmica, a segunda posição é sem dúvida mais confortável, nos remete a um estado comemorativo, o que quer dizer mais alegre e feliz.

O conforto causado por esta visão de agradecimento pelo grau evolutivo alcançado é transportado também para a relação do indivíduo com o outro indivíduo, pois para aquele que deseja sempre ter mais que seu próximo à ambição e o desassossego nunca terá fim, já que sempre encontrará no posto subsequente alguém que terá mais do que ele. A solução para este problema não é tão simples como parece, pois o que está por trás deste querer ter mais que seu próximo, são defeitos morais como o orgulho e egoísmo, são defeitos que cegam o amor fraterno dando margem para crueldades e todos os tipos de vileza que a ignorância pode produzir.

Voltando a primeira ambiguidade levantada, onde o homem deve se socializar para evoluir e não se individualizar; algumas particularidades devem ser observadas como, por exemplo, mesmo estando o indivíduo inserido no contexto social nem o outro indivíduo nem o todo o neutralizará, pelo contrário, no atrito com o outro, situações novas serão acrescentadas a todo o momento gerando estímulos positivos ou negativos para a busca da paz interior através da plenificação humana.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

As regras sociais impostas são como um rascunho mal feito da organização social de mundos superiores, as imperfeições em nossas leis são frutos da ignorância e do nível de evolução moral em que a maioria de nós estamos, apesar de mal feitas, para o nosso atual estágio evolutivo, essas regras que hoje ainda servem ao egoísmo é que estrutura nossa sociedade e que evoluirão sustentando de forma mais justa e fraterna essa sociedade no futuro.

A estruturação hierárquica da sociedade assim como suas regras são adequadas e indispensáveis para a evolução do homem.

O homem, por sua natureza, é um ser social: associa-se aos seus semelhantes para criar os bens necessários ao seu desenvolvimento. Dentre esses bens, alguns lhe são garantidos pelo agrupamento doméstico, outros são colocados em disponibilidade por outras instituições, também por ele criadas, a fim de satisfazerem suas necessidades de natureza social, econômica, cultural e religiosa, como a escola, a empresa, o clube, a Igreja

Esta associação entre os homens para o espírito deve significar a reunião para o bem e não para a bebida, orgia, etc., a atitude de um pai que quer colocar um filho na faculdade ou leva-lo para qualquer instituição religiosa, por exemplo, deve ser apoiada.

6.6 Regras regentes

As regras do bem não querem ser quebradas

Mesmo amarradas com a luz do amor

São quase sempre mal interpretadas

Tendo que forçar o aprendizado pela dor

Regente soberano da mente no universo

Tudo nelas é sabedoria onipotente

Dadiva divina sem retrocesso

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Rege passiva o universo na mente

Para elas tudo que existe é criação divina

Todos os seres vivos são filhos de Deus

Dirige o elefante e a formiga pequenina

Dirige os de fervorosa fé e os ateus

São amarras que colocamos em nós mesmo

Substitutas do amor na organização social

Garantindo a cada um o quinhão ou sesmo

Agindo na superfície e na região abissal

Engrandece-nos em nossas mínimas ações

Nos disciplina para a morte e para vida

Amadurece o amor em nossos corações

Conduz-nos a nossa direção preferida

Regras do amor que une todos os seres

Regras da beleza que encanta os sentidos

Regras de raios solares multicores

Regras que nos encontra no caminho perdido

Kleber Lages

Terapia para depressão e prevenção de drogas

6.7 Amor de almas gêmeas

Muita gente imagina que o amor por outra pessoa pode surgir em uma relação mais duradora a dois, mas o amor verdadeiro que é o amor fraterno, dificilmente nasce no espírito encarnado, ele já vem junto com o espírito como principal essência do seu ser.

O germen do amor vem mesmo antes da consciência do ser. Quando o espírito é sintetizado, na transformação do carbono em matéria orgânica, o ser ainda está longe de ter consciência de si mesmo.

A própria agregação de átomos para formar moléculas orgânicas é uma forma de amor, mesmo antes disso, na atração dos elétrons pelo núcleo na formação dos átomos é uma forma de amor, portanto este é um sentimento que não criamos ele é nos doado por Deus no momento da criação do universo.

O que a convivência traz é a conveniência de um suprir as necessidades do outro tornando assim a vida mais cômoda para ambos, obviamente que isto também é uma forma de amor, mas não o amor verdadeiro que como eu já disse anteriormente, o amor verdadeiro e puro é o amor fraterno.

Em uma relação à dois muitos aprendizados que favorecem o amor podem ser adquiridos como; a tolerância, a paciência, a compreensão, entre outros, mas para que isso ocorra um determinado grau evolutivo de ambos já deve ter sido alcançado, pois dependendo do estado moral das partes pode se adquirir mais débitos do que créditos um com o outro, na relação a dois.

Nos casamentos arranjados de antigamente, por exemplo, a mulher não tinha outra opção a não ser se submeter aos caprichos do homem, indiferente de quais fossem esses desmandos, os homens eram menos esclarecidos do que hoje, mais brutalizados e mais cruéis, então essas mulheres se revoltavam, e não podendo expressar esta revolta, que crescia cada vez mais dentro de si, desencarnavam com essa magoa, o que determinou em grande parte os quadros obsessivos que hoje imperam no planeta. Foram sem dúvida ações necessárias para alavancar o desenvolvimento moral da humanidade, mas visto hoje, do nosso atual nível de consciência, podemos constatar facilmente a crueldade e a mesquinhez de tal estrutura social.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Os espíritos não são criados um homem e uma mulher ao mesmo tempo formando casais, cada espírito é forjado no calor da fissão dos elementos na formação de seu universo material, no desenrolar evolutivo de cada um os caminhos vão se cruzando e as afinidades obsessivas e amorosas vão surgindo, sendo necessária várias encarnações para que essas afinidades se transformem em amor.

Um dos instintos básicos que mais contribui para que as relações do viajor se transforme em amor é o instinto de preservação da espécie que a sabedoria divina descarrega na relação entre pais e filhos.

Muitas vezes dois olhares se cruzam e uma explosão de emoções acontecem em ambos causando uma profunda impressão, mas nem sempre isso quer dizer que se trata do encontro de seres que se amam de outras encarnações. Não podemos esquecer que nossa mente registra todos os momentos de sensualidade e de prazer que o sexo nos proporciona no decorrer do nossa existência, esses registros estão associados a formas e gestos dos parceiros que tivemos, assim um gesto ou um forma de olhar de alguém pode agir como um link nos fazendo lembrar de acontecimentos sensuais de nosso passado, esta é uma situação que a explosão das emoções são desencadeadas pela atração sexual e não pelo amor. Mesmo sendo esse primeiro encontro marcado pela externação de uma afetividade de vidas passadas isso não quer dizer que os dois viverão em um paraíso felizes para sempre, pois imperfeições em cada um ainda existem e essa relação poderá ser útil justamente para aparar as arestas forjando com os ajustes das diferenças, a harmonia relativa entre ambos, é claro que neste tipo de relação há um tempero primordial que deixará até mesmo o sofrimento mais doce, produzindo um terno calor que anestesiará as dores fazendo a convivência mais facilmente suportável.

Esses casos de encontros entre amantes de longa data é muito pouco comum no cenário moral de nosso planeta, o que mais costuma acontecer aqui são os casamentos por interesse financeiros, políticos, sexuais entre outros.

Nosso nível de evolução ainda nos mantém presos aos instintos mais primitivos, dos quais ainda dependemos, enquanto estivermos na matéria, o sexo por exemplo é um dos requisitos que mais provocam uniões. Esta costuma ser uma das características mais impactantes na escolha do parceiro. E disto ainda somos dependentes, pois dependemos da atração sexual para encarnação de novos seres que nos trarão segurança e satisfação de nosso instinto de preservação da espécie. O homem em termos de consciência ainda não é um ser universal, a esmagadora maioria, vive submerso na quimera da terra,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

vegetando em uma inconsciência coletiva onde impera o orgulho e o materialismo mantenedores de uma visão voltada inteiramente para o material, assim fica difícil qualquer um caminhar onde tantos rastejam.

6.8 Sonho de amor

Forjados a ferro e fogo, no calor do amor divino

Dois seres caminham em estradas paralelas

E lapidados duramente como diamante cristalino

Sonham caminhando juntos em noites belas

Viajores universais de jornadas épicas

Planejam um futuro de amor e ternura

E sempre aperfeiçoando a moral e a ética

Sonham caminhando com brandura

Apaixonados pela existência ainda irreal

Pensam com o olhar fixo no horizonte

E meditando profundamente a vida real

Se embebedam suavemente com água da fonte

São viajores comuns do universo infinito

Buscando como todos a felicidade

Querendo um amanhã mais colorido

E por isso lembrando do outro com saudade

Terapia para depressão e prevenção de drogas

De repente um leve e doce estremecer

É o desfecho de suas estradas que se cruzam

Como a explosão de cores do entardecer

E o amor acontece entre dois seres que se buscam

Kleber Lages

6.9 Dificuldade de amar

Embora não pareça, o medo é uma das maiores pragas da humanidade, mas como tudo na vida, é também uma das melhores ferramentas para nossa evolução, é uma moeda com cara e coroa. Neste artigo discutiremos apenas um lado desta moeda que é o medo de amar.

O medo tem como principal características a defesa contra o sofrimento, e surgiu nos primórdios de nossa existência como um suporte para o instinto de preservação e perpetuação da espécie, nesse aspecto o medo é positivo, mas no desenrolar de nossa evolução essa sensação adquire as vestimentas da personalidade de cada indivíduo, e uma destas vestes é sem dúvida o falseamento da realidade espiritual do ser.

Podemos começar analisando a questão do egoísmo. Antes do início desta análise, porém gostaria de chamar a atenção para uma expressão que usei neste texto anteriormente, classifiquei o medo como uma sensação e não como um sentimento, são duas coisas diferentes, os sentimentos embora sofram transformações radicais não se extinguirá, ao passo que a sensação é um suporte para os sentimentos e se extinguirá quando se tornarem desnecessários para esses sentimentos.

Isso posto voltemos a nossa análise; o egoísta tem interesses opostos ao amor cultivando a cultura da concentração de valores materiais, quanto o amor estimula a divisão de todos os valores, se a pessoa tem a crescente necessidade de acumular bens, como poderia dividir esses bens com os outros? Esta é uma situação onde o medo dá suporte ao egoísmo, mascarando a necessidade de amar.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

O amor sendo uma herança do criador e objetivo principal das leis naturais lateja dentro de cada ser com a força de um furacão tentando se tornar dominante nas paisagens da vida, sendo assim uma pressão natural exercida de dentro para fora. O egoísmo é a barreira que bloqueia a expressão deste amor fraterno, mas este amor sendo o objetivo principal de nossa existência é impossível de ser barrado e continuará eternamente forçando sua passagem obrigando o egoísta a buscar subterfúgios que justifique seu desamor. Várias formas de válvulas de escape são usadas pelo egoísta; alguns se agarram na ardência das paixões carnisais, outros se justificam dizendo que amar é para os inocentes, outros dizem que agem por amor aos filhos, sem querer enxergar que o maior legado deixado aos seus não são bens materiais e sim a depuração dos sentimentos que deverá proporcionar um dia a paz interior e a felicidade real.

Em relação aos sentimentos sabemos que os iguais se atraem o que levam os egoístas a se reunirem em torno do egoísmo formando verdadeiras falanges onde uns apoia os outros nas justificativas de seus desmandos. Aqueles que conseguem uma posição mais privilegiada dentro do grupo despertam a inveja e a admiração dos outros que passam a bajula-lo no intuito de conseguir migalhas lançadas pelo mais abastado, e este por sua vez, considerando esta adoração como uma forma de amor se sente satisfeito e procura agradar o adorador com as migalhas requeridas perpetuando assim a máscara emprestada ao verdadeiro amor. É uma troca de favores, onde o impulso que leva a suposta doação é o interesse próprio e não amor.

O amor brota da gratidão assim indiferente dos interesses que regem a relação entre duas ou mais pessoas, se esta relação for agradável às duas partes ou a qualquer uma delas, daí pode surgir a gratidão e conseqüentemente o amor.

A gratidão é um sentimento da alma e como tal surge de forma espontânea sem passar pelo crivo da consciência objetiva, assim como os outros sentimentos, a gratidão é de caráter eterno e tende sempre a crescer se manifestando como amor, podemos citar como exemplo, o filho ingrato que enquanto seus pais são vivos se rebelam trazendo aborrecimentos e sofrimentos, mas quando seus pais morrem sentem no peito a força do arrependimento e só então percebem com tristeza o quanto os amavam.

Quando no momento do ato sexual dizemos com frenesi, eu te amo, estamos na verdade pedindo a outra pessoa que nos ame, e que precisamos dela para continuar a ter acesso ao prazer que estamos tendo naquele momento, é o contrário do que ocorre quando com carinho afagamos os cabelos de alguém encostando sua cabeça em nosso

Terapia para depressão e prevenção de drogas

colo, isto quer dizer venha até mim que eu te apoio e te protejo, esta é a manifestação de um amor mais profundo.

6.10 Dueto

Medo de amar, de sofrer e de morrer.

Pressa de ganhar, de ser feliz e de viver

Medo de vagar, de cair e de correr.

Pressa de chegar de levantar e de vencer

Mensagem do superego, da alma

Paliativo teatral que acalma

Mensagem partindo de fantasma

Paliativo do amor, com ressalva

Paixão que queima acelerando o coração

Buscando no outro o prazer da ejaculação

Paixão explodindo em fulgurante comichão

Buscando no primitivo instinto, a satisfação

Sentimentos nobres conduzindo ao paraíso

Provocando no íntimo a doçura do sorriso

Sentimento de amor humilde e conciso

Provocando certeza no homem indeciso

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Agradecimento ao criador pela dedicação

Avançando na senda do amor e do perdão

Agradecimento à vida pela infinita dimensão

Avançando na expressão da compaixão

Louvando a nobreza da gratidão

Aceitando a caridade sem objeção

Louvando o caminho da retidão

Aceitando a simplicidade de coração

Alegria de viver uma tarde que finda

Sabedoria que produz uma manhã linda

Alegria no iluminar da verde campina

Sabedoria na saudação de boas-vindas

Kleber Lages

6.11 Amor e sexo

O amor e o sexo, embora estejam vinculados em alguns pontos, em outros são completamente opostos, o amor pode levar ao sexo, e o sexo é a semente do amor, mas um é racional, terno e suave o outro é irracional, agitado e violento.

Considerando o ser humano em subdivisões como consciente, subconsciente e alma. O sexo está localizado no subconsciente que é a sede dos desejos, este é um setor de ação mecânica sob o qual não temos controle. O desejo, na faixa evolutiva que estamos, ainda se encontra fortemente vinculado a satisfação dos instintos mais primitivos, isto ocorre porque esses instintos provocam carências, inclusive biológicas,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

e a satisfação dessas carências provoca prazer causando uma sensação de se completar, de se preencher com algo útil.

Os profissionais do sexo e todos aqueles que praticam excessos acabam perdendo a capacidade de sentir prazer, pois a carência deixa de existir, já que a pessoa está constantemente satisfeita. Esta é uma situação perigosa que tem trago serias consequências para sociedade, este tipo de situação não traz apenas doenças sexualmente transmissíveis, é responsável também pela busca de novas formas de prazer como a relação entre homens, orgias e prostituição de menores, inclusive de meninos.

Em relação ao aliciamento de crianças, a crueldade se faz mais presente ainda, já que nestes casos um terceiro está sendo prejudicado. Para ter uma melhor ideia de que isto significa podemos usar uma das teorias de Freud, conforme ele a maioria dos principais traumas psicológicos estão ligados a experiências sexuais forçadas, neste tipo de situação a pessoa que está sendo forçada não sente prazer apesar de ficar altamente excitada, a energia desta excitação não sendo liberada, fica reprimida, ligada a amargura de ter a vontade e a consciência violada.

As consequências do uso do instinto sexual são de extrema importância para nós, não só pelo que já foi exposto, mas também pelo fato de ser este instinto um dos principais instrumentos para perpetuação e conservação da espécie, além disso, as grandes batalhas travadas hoje no campo social em busca de riqueza e poder tem por traz a conquista do prazer sexual, o dia em que tivermos evoluído o bastante para transferirmos essas preocupações para conquista do amor fraterno, estaremos prontos para sermos felizes.

No momento este instinto nos serve como ferramenta para construção, já que nessas batalhas o homem tem como objetivo chegar na frente, ser o primeiro, é assim que tem lugar os grandes avanços tecnológicos e intelectuais, o empresário que busca a melhoria tecnológica de seu maquinário e o motoqueiro que empina sua moto diante das garotas, tem o mesmo objetivo, conquistar uma posição de destaque que chame a atenção para si, de seus objetos de desejos sexuais. Esses tipos de rituais de acasalamento estão presentes em todos os animais existente na natureza, no homem eles são apenas mais sofisticados, mais dissimulados. Na ânsia de nos diferenciarmos dos animais mais irracionais procuramos esconder de nós mesmos o que temos em comum com eles.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Geralmente a violência advinda do ato sexual está mais ligada a carência e ao excesso do que a ignorância, naturalmente que a pessoa dada a este tipo de pratica já traz dentro de si as sementes da violência, que está vinculada à ignorância, estando esta e a carência ligada à idade do espirito, assim o espirito mais jovem é mais dotado de instintos primitivos e conforme esse espirito vai envelhecendo vai amadurecendo adquirindo cada vez mais conhecimentos transformando esses instintos em sentimentos nobres que passarão a integrar a alma. Estes sentimentos têm caráter eterno, e o que foi conquistado pelo espirito não se perderá mais, enquanto os instintos são passageiros e existem em função da depuração dos sentimentos.

Por interesses puramente egoísticos os empresários e políticos vinculam o amor como significado de sexo, conforme já foi descrito acima, uma coisa é diferente da outra, embora estejam vinculados entre si, o amor tem sua sede na alma, é nobre e impulsiona a caridade, o sexo tem sua sede no subconsciente é mais vulgar em relação ao amor e incita a violência e a disputa entre os seres, e mesmo sendo essas disputas úteis em alguns aspectos a diferença entre amor e sexo não deixa de existir.

No casamento por exemplo é importante tanto o amor como o sexo, mas como já foi dito o desejo sexual depois do ato já não existe mais, o que restará é o carinho um pelo outro, que é expressão do amor, então se não há amor na relação, depois do sexo satisfeito não restará nada, apenas dois seres na cama que neste momento não são sexos opostos, pois não sentindo mais necessidade de praticar sexo naquele momento não sentirá atração pelo parceiro.

6.12 Amor e sexo

Nobre sentimento colorindo o seio da alma

Pura expressão de caridade que acalma

Tem o instinto sexual como resistente pilar

Instrumento essencial para a vida continuar

Brilho intenso de rosa purpurina

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Liso macio e fofo como cetina

Aconchegante raio de luz divina

Abençoando o velho e a pequenina

Sentimento nobre de infinita sabedoria

Que nos conduzirá ao paraíso um dia

Com extrema alegria e grande euforia

Mostrando para nos um novo dia

Essência divina, do divino ser supremo

Beleza indefinida de dália-crisântemo

Herança bendita de julgo ameno

Vindo do pai divino de amor extremo

Instrumento de transmissão genética

Sendo substituído pela bibliomática

Usado na classe baixa e na aristocrática

Promovendo delírios emblemáticos

Kleber Lages

Drogas

Terapia para depressão e prevenção de drogas

6.13 A generosidade

A verdadeira generosidade procura o necessitado não espera estes vim procurá-la nem espera acontecer grandes catástrofes para se manifestar.

A verdadeira generosidade pensa nos outros antes de pensar em si.

O sublime da caridade é procurar no seu próprio trabalho, pelo emprego de suas forças e de sua inteligência os recursos para doar.

Não é lícito buscarmos enriquecimento fácil, inesperado, isso nos tiraria o fruto do aprendizado, este enriquecimento ocorrerá se for o melhor para nosso aprimoramento moral, para muitos o supérfluo é fonte de perdição na luxúria e no orgulho.

A esmola tirada do supérfluo da riqueza é meritória quando dada por impulso da caridade, mas jamais terá o mesmo peso do que a esmola tirada da própria necessidade ou do esforço do próprio talento e da própria inteligência e não há ninguém no gozo de suas faculdades que não possa prestar um serviço.

Procure não ver os sorrisos de desdém que aqueles que se consideram superiores a você te dirigem, se você não é dado a prática de humilhar os outros, com certeza quem te desdenha é inferior a você não só moralmente, mas também intelectualmente por não saber que o é. Deixe falar o mais tolo e não o humilhe com sua verdade, quando isso for motivado por seu orgulho ou vaidade, cada ser humano teve uma experiência de vida única e sem dúvida adquiriu sua sabedoria nesta experiência, só corrija alguém se for movido pela vontade de fazer-lhe o bem, isto além de ser sinal de humildade é também uma caridade.

Não entorpeça vossa consciência com o orgulho e a cobiça, pois a caridade vos indicará o caminho do bem sempre que interrogada.

A caridade resume todas as virtudes e um dia conduzirá todos os povos a felicidade real, á alegrias e gozos indescritíveis no futuro onde os agora seres amados que se ajudaram se abraçarão contentes.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Na caridade está a paz do coração, o contentamento da alma e o remédio contra as aflições da vida. No impulso da caridade reside toda a lei e a salvação determinada pela máxima de Jesus “Amai ao próximo como a si mesmo”.

6.14 Generosidade da natureza

O sol derrama sobre nós sua própria luz!

Mesmo decretando sua própria morte,

O homem a vida eterna conduz!

Seus raios brilhantes são como música!

Preenchendo o universo em suaves acorde.

A natureza em tudo é sabiamente generosa!

Veja a beleza das arvores verdes brilhantes,

Nos fornecendo frutas doces e saborosas!

Nos oferecendo de graça seu trabalho!

Oferecendo sombra e aconchego aos amantes.

Os pássaros também com alegria nos encantam!

Com beleza colorindo o doce ar tropical,

De madrugada em grandes algazaras cantam!

Andorinhas esvoaçam os céus aos bandos!

Carregando sementes, novas arvores plantam

O que dizer então do orvalho da madrugada!

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Que com gotas transparentes e cristalinas,

Refresca no campo a terra amada!

Deslizando suavemente pelas verdes folhas!

São como gotas de luz abrihantada.

Uma linda orquestra ao amanhecer se inicia!

Nos lagos os sapos pausadamente coxam,

Grilos e outros insetos começam a melodia!

Ao longe um grito de mico-leão-dourado!

Um arco-íris se forma como doce magia.

Um campo imenso de flores multicoloridas!

Balançando alegres ao sopro do vento,

Entre elas se destacam as margaridas!

Miúdas flores brancas e amarelas!

Delicadas elegantes e bem vestidas.

Perceba quanta generosidade tem a natureza!

Simplesmente serve sem pedir nada em troca,

Perceba quanta doçura brilho e beleza!

Note a engenhosidade desta obra divina!

É expressão do amor de Deus, é a natureza.

Kleber Lages

Capítulo VII

PREVENÇÃO DE DROGAS

7.1 Profilaxia de drogas

A profilaxia é sem dúvida o melhor caminho para a erradicação das drogas no planeta, mas um olhar com um campo de visão tão amplo sempre nos revelará dificuldades proporcionais ao tamanho desse campo, a disparidade econômica entre os países torna impossível a elaboração de um plano eficiente para prevenção das drogas, mesmo os países ditos desenvolvidos não conseguem desenvolver políticas eficientes para esse fim e isso acontece devido ao choque de interesse entre classes sociais e indivíduos.

Para que um problema seja resolvido de forma eficiente, esse problema tem que ser o principal alvo do interesse dos envolvidos, todos tem que estarem focados no mesmo objetivo, visando sempre o bem comum. Mas a questão do interesse em bem estar coletivo é mais complexa do que parece, já que envolve sentimentos.

O nosso sistema de desenvolvimento hoje ainda é muito atrasado, baseado no individualismo impulsionado em grande parte por dois fatores principais; o medo e a vaidade.

O medo de passar privações leva a querer acumular fundo de reserva, esse querer geralmente é extensivo aos familiares, por quem nutrimos um amor corrompido pela ignorância, pela crueldade e pela falta de fé na providência de um ser maior que nos gerou e nos mantém como filhos queridos, para que o medo assessor de forma eficiente, o sentimento de egoísmo, o desamor e a crueldade devem servir como base de sustentação para que as ações incidentes sobre o próximo sejam tomadas driblando de forma aparente o julgamento da consciência divina que trazemos dentro nós.

A vaidade tem os mesmos pilares de sustentação, com a diferença de que aqui é o orgulho que dita as regras, como um algoz cruel e impiedoso decreta a humilhação do próximo exigindo que seja esta a mais dolorosa possível. São dois pesados véus jogados na visão do cristão impedindo a percepção de sua natureza divina.

O problema das drogas, portanto é muito mais complexo do que se imagina, requer uma reforma iniciada a partir do interior do indivíduo direcionada para fora do ser caminhando em direção à coletividade da espécie. Esta reforma é moral e não política como muitos imaginam. A própria política requer uma reforma deste porte, pois a corrupção aí enraizada é sem dúvida um dos principais motivos que leva a humanidade ao sofrimento.

O que move nossa política é o orgulho e a vaidade, infelizmente o político que constrói um posto de saúde para o povo e com o dinheiro do próprio povo, não o faz por responsabilidade ou por amor ao próximo, faz visando conquistar o voto do eleitor com o intuito de se manter no poder para satisfação do seu próprio orgulho e vaidade.

Desenvolver políticas de prevenção nesse contexto social que se apresenta tendo como base de sustentação tão graves defeitos, não é nada fácil tendo em vista que as leis naturais que nos regem apontam para direção contrária a sentimentos negativos, assim resta a humanidade então o amadurecimento moral à custa da dor e do sofrimento, glorificando a transmutação energética que só o tempo pode fazer acontecer.

Tendo como referência o tempo transcorrido para a humanidade, podemos analisar esse problema do ser sob dois prismas; se voltarmos os olhos as nossas origens, a crueldade e a ignorância se agiganta diante de nós nos revelando um estado de evolução bem menos favorável do que o que temos hoje, mas se olharmos a nossa frente percebemos também o quão longo ainda é o caminho que temos a percorrer. Na ambiguidade desta análise, algumas questões nos fazem refletir, como o caso do acúmulo de conhecimentos que nos proporciona o atual estado de evolução tecnológica e intelectual; algumas hipóteses são levantadas, e na falta de um conhecimento mais profundo da humanidade são aceitas como verdadeiras quando na realidade trata-se apenas de meias verdades.

Podem dizer os sociólogos, por exemplo, que este conhecimento é passado de geração para geração, mas se assim for, como que este conhecimento surgiu, de onde veio antes de ser passado para segunda geração que beneficiou. Poderia dizer alguns; a ação do raciocínio em cima de um volume de dados cada vez maior proporciona um conhecimento cada vez mais profundo, mas então como se explicaria as crianças nascerem hoje com uma capacidade de aprendizagem bem maior do que antes? A criança não aprende comportamento enquanto se desenvolve a partir do feto, ela

Terapia para depressão e prevenção de drogas

começa a aprender depois que nasce copiando os adultos, esse avanço então vem com o ser de antes de sua concepção, de alguma forma em um momento anterior ao seu nascimento este ser adquiriu esta capacidade, e este é o momento também propício para profilaxia das drogas, ou seja, quem aprende a se prevenir contra as drogas nesta vida virá com este conhecimento em vidas futuras, desde que esse conhecimento seja enraizado em sua alma e não jogado superficialmente em sua mente apenas com o intuito de mostrar para o eleitor que está fazendo algo por ele.

7.2 Tormenta

Momento de profunda depressão

Momento para minuciosa reflexão

Instante que pode valer uma vida

Tempo presente de curar a ferida

Depressão causada pela droga

Depressão que com a vida joga

Tristeza e melancolia sem fim

Agonia profunda de curumim

O traficante feliz comemora

A criança inocente que chora

Tendo certeza que da droga

É fiel dependente agora

O amargor das noites escuras

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Os becos e vielas das amarguras

A mente sombria em clausura

Gosto amargo de gastura

Família infeliz que se arreventa

Filho que a casa não frequenta

Amigo verdadeiro afugenta

Mãe que agoniza em tormenta

Um estouro um leve pipocar

Um túnel de luz para entrar

Anjos em volta para guiar

Uma vida curta a se emanar

Kleber Lages

7.3 Informações uteis sobre drogas

Porque os jovens optam pela droga?

Esta é uma questão complexa que requer uma análise mais minuciosa para se chegar a uma resposta mais adequada a atual situação evolucionar da humanidade.

Do ponto de vista social.

Os braços da corrupção são longos e acabam atingindo os jovens em todas as classes sociais e em todos os lugares onde se encontram. A falta de informação

Terapia para depressão e prevenção de drogas

adequada e a facilidade com que essas drogas chegam ao consumidor são consequências da corrupção, sendo a corrupção consequência do egoísmo humano.

O político recebe dinheiro ou voto do traficante, o policial corrupto recebe propina, o congresso e a câmara garantem as brechas na lei que mantem o povo desinformado e a mobilidade necessária para o tráfico. Os juizes garantem a liberdade dos infratores em troca de dinheiro e outros favores.

Assim as coisas caminham impulsionados pela força do egoísmo e do orgulho.

Em fevereiro de 2014 a fundação Perceu Abramo publicou uma pesquisa onde o usuário de drogas ocupa o segundo lugar em termos de preconceito no país, na opinião dos entrevistados quase a totalidade dos usuários de drogas estão ligados a criminalidade.

Esta marginalização do drogado é um dos fatores que dificulta a prevenção e o tratamento dos dependentes, já que os sentimentos provocados com essa atitude é de descaso, revolta e insegurança.

O dependente não deve ser visto como o bandido que a imprensa pinta, mas como um doente que precisa de atenção e tratamento, mesmo porque o tráfico tem comandos inteligentes, e uma das medidas que adotaram foi o aliciamento de crianças cada vez mais jovens, hoje é comum percebermos nas ruas crianças com idade de 7 e 8 anos viciados em maconha.

Outro tipo de preconceito que tem dificultado o tratamento desta questão é a vergonha que a família sente dos vizinhos e dos outros familiares em admitir um drogado em seu lar, este fator acaba atrasando a busca de soluções para o problema.

É claro que falando aqui em tratar os dependentes como alguém que precisa de ajuda não estamos defendendo a impunidade, pois as drogas não faz o bandido, mas facilita a expressão da real situação moral interna do usuário, assim ninguém vira bandido porque fuma maconha, mas a alteração vibracional provocada no perispírito pelo uso desta substancia facilita o acesso de obsessores aos problemas morais da pessoa.

Além disto os contatos sociais que o dependente acaba sendo forçado a ter é uma influência de encorajamento ao crime, embora como sabemos o nível de evolução espiritual jamais retroage, o que funciona como uma barreira para as influências

Terapia para depressão e prevenção de drogas

externas, a pessoa de boa índole mesmo estando drogada tem aversão a crueldade e por isso não aceita sugestão que fere esta índole.

No Brasil a política contra drogas não tem se demonstrado muito eficientes e o consumo de maconha, cocaína e crack tem aumentado de forma expressiva nos últimos 20 anos.

Maconha é a substância proibida por lei mais usada em nosso país. De acordo com pesquisa realizada em 2005, de cada 100 brasileiros, aproximadamente nove já haviam usado maconha pelo menos uma vez na vida (ou seja 9%). É claro que esse dado varia conforme o sexo e a idade: entre homens, 14,3% já usaram e, entre mulheres, 5,1%. O uso maior é entre jovens adultos de 18 a 24 anos de idade, atingindo a porcentagem de 17% nessa faixa etária, e menor entre adolescentes de 12 a 17 anos: 4,1%.

Maconha é o nome popular de uma planta chamada *Cannabis Sativa*, que tem sido usada há séculos por diferentes culturas, e em diferentes momentos da História, com fins médicos e industriais.

Desde os anos 60, a maconha ficou mais conhecida pelo seu uso recreativo, com o propósito de alterar a consciência.

Como qualquer outra droga, seus efeitos vão depender da quantidade usada, da combinação com o uso de outras drogas e com outros fatores já mencionados nesta livro, relativos ao ambiente, ao estado emocional do usuário e às suas expectativas.

Algumas pessoas, ao usarem maconha, sentem-se relaxadas, falam bastante, riem à toa. Outras sentem-se ansiosas, amedrontadas e confusas. A mesma pessoa pode, de um uso para outro, experimentar efeitos diferentes. Em doses pequenas, a maconha distorce os sentidos e a percepção. As pessoas podem relatar que as músicas ficam mais bonitas, as cores mais vivas, o cheiro, o gosto e o tato mais aguçados. A percepção de tempo e distância também fica alterada e a consciência corporal aumentada. Todas essas sensações podem ser prazerosas para algumas pessoas e desagradáveis para outras. Em altas doses, a possibilidade de experimentar sensações desagradáveis aumenta, podendo gerar confusão mental, paranoia (sensação de estar sendo perseguido), pânico e agitação. Podem também ocorrer alucinações. O uso de maconha pode ser bastante arriscado, caso a pessoa, sob seu efeito, resolva dirigir, caminhar numa rua escura e movimentada, relacionar-se sexualmente com um desconhecido, nadar ou operar uma

Terapia para depressão e prevenção de drogas

máquina que exija boa coordenação motora e reflexos rápidos. Para correr tais riscos não é preciso ser usuário habitual de maconha, basta estar sob o efeito da droga na circunstância inadequada. O usuário crônico, que usa maconha regularmente por algum tempo, arrisca-se também a:

- irritar seu sistema respiratório, pela constante presença da fumaça em seus pulmões;
- Prejudicar sua memória e habilidade de processar informações complexas;
- aumentar suas possibilidades de desenvolver câncer de pulmão, uma vez que a maconha tem o mesmo teor de alcatrão que os cigarros de tabaco. Pessoas que usam maconha por muitos anos, para lidar com o *estresse*, têm dificuldade de parar de usá-la. Em casos como esse, o usuário pode desenvolver dependência, isto é, a maconha torna-se tão importante na sua vida, que ele passa a organizá-la de maneira a facilitar seu uso, sentindo ansiedade quando não a tem disponível. Alguns desses usuários apresentam sintomas físicos e ansiedade quando param de usar maconha abruptamente. Podem apresentar distúrbios de sono, irritabilidade, perda de apetite, enjoo e sudorese. Esses sintomas duram, em geral, uma semana, à exceção do distúrbio de sono, que pode durar mais tempo.

7.4 Cocaína

Em pesquisa realizada em 2005, aproximadamente 3 em cada cem brasileiros relatam ter usado cocaína pelo menos uma vez na vida (2,9%). Nos Estados Unidos, esse consumo situa-se em 11,2%. O uso de cocaína no Brasil varia bastante conforme sexo e idade: situa-se em 5,4% entre homens e 1,2% entre mulheres. A faixa etária de maior uso ocorre entre 25 e 34 anos de idade, na qual atinge a porcentagem de 5,2%. Entre os adolescentes de 12 a 17 anos, 0,5% relatam já terem experimentado essa droga. Da mesma forma que no uso de outras drogas, não dispomos, ainda, de dados para saber se o uso de cocaína permanece estável, se está diminuindo ou aumentando na nossa população como um todo. Entre estudantes da rede pública de ensino, pesquisados regularmente em dez capitais do país, no entanto, constatou-se que o uso vem aumentando: em 1987, 0,5% dos estudantes de quinta série ao ensino médio relataram que já tinham usado cocaína pelo menos uma vez na vida; em 1989 a porcentagem subiu para 0,7%, em 1993 para 1,2% e em 1997, foi para 2,0%. Segundo o

Terapia para depressão e prevenção de drogas

levantamento sobre o uso de drogas entre estudantes, realizado em 2004, o consumo permanece estável, em torno de 2%, para uso na vida desta substância.

O que é cocaína?

A cocaína é uma substância extraída das folhas da coca. Durante o século XIX e o início do século XX, foi vendida nas farmácias como anestésico local e como tônico para dar mais energia.

No século XX, tornou-se uma substância ilegal, em grande parte devido aos efeitos danosos e, frequentemente, fatais causados a seus usuários. A cocaína, em pó, é usualmente inalada ou injetada.

Os efeitos da cocaína

A ação da cocaína no cérebro provoca, em muitos de seus usuários, a sensação de alerta e faz com que se sintam cheios de energia, sociáveis, confiantes e controlados. Essas sensações podem ser tão poderosas e prazerosas que muitos usuários querem repetir o uso tão logo o efeito passe. Para outros, a cocaína não provoca esse prazer. As sensações mais relatadas, nesse caso, são necessidade de isolamento, ansiedade ou mesmo pânico. Maiores doses de cocaína aumentam esses efeitos, sejam os descritos como bons ou ruins. Nos casos em que o usuário usa cocaína frequentemente, e por um período prolongado, é comum experimentar uma síndrome paranoica (sensação de perseguição) exacerbada, vendo inimigos em todos os lugares. Ter dificuldades em comer e dormir é também comum nesses casos.

Quais são os riscos de se usar cocaína? A cocaína é uma droga estimulante muito potente que, basicamente, faz com que o cérebro e o corpo trabalhem com muita intensidade. O coração dispara, a pressão arterial e a temperatura sobem. Quando o efeito da cocaína para, o corpo está exausto e é muito comum a pessoa sentir-se deprimida. Muitos voltam a usá-la na tentativa de aliviar a exaustão e a depressão com mais cocaína, criando um ciclo vicioso de alto risco. Outra possibilidade perigosa é a *overdose*, não muito rara em usuários de cocaína injetada. Nesse caso, a morte pode ocorrer por convulsão, falência cardíaca ou depressão respiratória. Para aqueles que injetam cocaína, o risco de contrair hepatites, AIDS e outras infecções, pelo uso de seringas contaminadas, é também alto. Finalmente, no caso do usuário ser tomado por crises paranoicas, aumenta ainda mais o risco de ocorrência de violência e acidentes. Na tentativa de lidar com o pavor e a sensação de perseguição, o usuário pode ferir a si

Terapia para depressão e prevenção de drogas

mesmo e aos outros, de modo muitas vezes irremediável. Muitos usuários que fazem uso abusivo de cocaína desenvolvem compulsão pela droga e sofrem de intensa depressão quando ficam sem ela. A sensação só é amenizada quando conseguem usar cocaína novamente.

7.5 Crack e merla

Menos de 1% dos brasileiros já teve algum contato com o crack. Na pesquisa realizada em 2005, 0,7% das pessoas relataram já ter usado crack pelo menos uma vez na vida. Homens experimentaram mais que mulheres, 1,5% e 0,2%, respectivamente. A maior porcentagem de uso se encontra na faixa etária de 25 a 34 anos, entre homens. Enquanto o crack ganhou popularidade em São Paulo, a merla é mais usada no Distrito Federal, de onde se espalhou para o norte e o nordeste do país. Nos Estados Unidos o crack já foi usado por 2% das pessoas. Reputado como uma nova droga, o crack não passa de um novo jeito de preparar e usar a cocaína. Tornou popular nos meados da década de 1990, o crack é denominado pedra pelos usuários brasileiros e consumido por via oral (fumado em cachimbo).

A pedra unitária tem preço mais acessível do que a cocaína em pó, dando a impressão de que o usuário economiza quando troca o modo de consumo. Mas essa economia é ilusória, pois a pedra tem uma quantidade mínima de substância ativa, muito menor do que o pó. Seus efeitos, porém, são mais pronunciados pela liberação da cocaína diretamente na corrente sanguínea através dos pulmões.

O que é merla?

A merla (mela, mel ou melado) é a cocaína apresentada sob a forma de base ou pasta, um produto ainda sem refino e muito contaminado com as substâncias utilizadas na extração. É preparada de forma diferente do crack, mas também é fumada. Quais os efeitos do crack e da merla? Os efeitos do crack e da merla, os riscos associados a seu uso e o potencial de dependência são basicamente os mesmos da cocaína em pó, apresentados anteriormente.

7.6 Solventes ou inalantes

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Cerca de 6% dos brasileiros já inalaram algum produto solvente ou inalante (cola, benzina, éter, gasolina, acetona). Esse dado varia conforme o sexo e a idade: entre homens, 10,3% já usaram e entre mulheres, 3,3%. Os solventes ou inalantes são, em geral, a primeira droga usada por adolescentes, depois de álcool e tabaco. O preço acessível e a grande disponibilidade também tornam os inalantes muito usados entre crianças e adolescentes em situação de rua. Os jovens adultos tendem a usá-los na forma de lança-perfume ou “loló” (mistura de éter com aromatizantes). Esses produtos são fabricados com o intuito de serem usados para obter alterações de consciência, sem nenhuma utilidade industrial ou combustível. O Brasil não dispõe de dados mais antigos para saber se o uso de inalantes permanece estável, se está diminuindo ou aumentando na nossa população. Pesquisas mostram, no entanto, que entre estudantes da rede pública de ensino, pesquisados regularmente nas capitais do país, o uso tem permanecido estável entre 14% e 15% desde 1987.

O que são inalantes?

Os inalantes são, na sua maioria, produtos industriais, combustíveis ou de limpeza, que são inalados com o propósito de sentir algum “barato”. Quase todos os solventes ou os inalantes se tornaram drogas de uso recreativo, embora não tenham sido fabricados com esse propósito. No Brasil, alguns inalantes são também fabricados clandestinamente ou contrabandeados, para fins de abuso, como é o caso do lança-perfume e do “cheirinho da loló”. Todos esses produtos têm em comum alguma substância volátil, ou seja, que se evapora muito facilmente, sem precisar de aquecimento. Essa substância volátil, aspirada pelo nariz ou pela boca, é o componente responsável pelos efeitos que os usuários de inalantes buscam. Na tabela abaixo, são descritos os principais produtos que são inalados como drogas e seu produto volátil: Solventes voláteis *Tolueno, hexano, acetato de etila, benzeno, tricloroetileno, diclorometano* Colas, vernizes, esmaltes, tintas, removedores, líquidos corretivos, gasolina, tinta spray, fixador de cabelos,

Desodorante Gases *Butano, propano, freon* Gás de isqueiro, cozinha, geladeira Éter, clorofórmio, óxido nitroso Anestésicos Éter, clorofórmio, acetato de etila (*) Lança-perfume, “cheirinho da loló”. Todos esses produtos têm em comum alguma substância volátil, ou seja, que se evapora muito facilmente, sem precisar de aquecimento. Essa substância volátil, aspirada pelo nariz ou pela boca, é o componente responsável pelos efeitos que os usuários de inalantes buscam.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Quais são os riscos de se usar inalantes?

Apesar da pouca atenção que esses produtos recebem dos meios de comunicação de massa, em comparação com drogas de menor consumo por nossa população, o uso de inalantes é uma prática muito arriscada. Muitos jovens morrem quando usam inalantes, alguns deles usuários novatos, num fenômeno chamado “morte súbita por inalação de solventes”. Muitas vezes essas mortes ocorrem quando alguém que inalou o produto repetidamente se submete a algum exercício ou *stress* inesperado. Nessas situações, a morte é causada por falência cardíaca associada à arritmia cardíaca acentuada. Outra forma frequente de morte por inalação de solventes dá-se por sufocamento: o usuário desmaia com o saco plástico na boca e nariz e morre por falta de ar. Outras consequências, menos trágicas, mas também muito sérias, são os danos ao fígado e rins, perda de peso, ferimentos no nariz e boca. Em usuários que fazem uso abusivo e crônico, os inalantes podem causar danos irreversíveis no cérebro.

Os efeitos dos inalantes

Os efeitos do uso de inalantes aparecem e desaparecem muito rapidamente. Em poucos segundos depois de aspirados, os efeitos já são sentidos, uma vez que passam diretamente dos pulmões para a circulação sanguínea, atingindo o cérebro e o fígado, órgãos com maior volume de sangue no corpo. A inalação desses produtos, inicialmente, provoca euforia, caracterizada por cabeça leve, girando, fantasias que parecem reais. Essas sensações acabam em poucos minutos e essa é a razão pela qual os usuários habituais de inalantes colocam o produto num saco plástico, e ficam cheirando durante muito tempo.

Quais são os riscos de se usar inalantes?

Apesar da pouca atenção que esses produtos recebem dos meios de comunicação de massa, em comparação com drogas de menor consumo por nossa população, o uso de inalantes é uma prática muito arriscada. Muitos jovens morrem quando usam inalantes, alguns deles usuários novatos, num fenômeno chamado “morte súbita por inalação de solventes”. Muitas vezes essas mortes ocorrem quando alguém que inalou o produto repetidamente se submete a algum exercício ou *stress* inesperado. Nessas situações, a morte é causada por falência cardíaca associada à arritmia cardíaca acentuada. Outra forma frequente de morte por inalação de solventes dá-se por sufocamento: o usuário desmaia com o saco plástico na boca e nariz e morre por falta de ar. Outras

Terapia para depressão e prevenção de drogas

consequências, menos trágicas, mas também muito sérias, são os danos ao fígado e rins, perda de peso, ferimentos no nariz e boca. Em usuários que fazem uso abusivo e crônico, os inalantes podem causar danos irreversíveis no cérebro.

A maioria das informações acima foram coletadas em cartilhas publicadas pelo governo brasileiro em uma tentativa de esclarecer melhor a população sobre o assunto.

Apresentamos, abaixo, algumas indicações de instituições públicas, privadas e órgãos não-governamentais das quais você poderá dispor na sua cidade ou região caso queira obter maiores informações sobre o assunto abordados. Secretaria Nacional de Políticas Sobre Drogas - SENAD

• SENAD

Esplanada dos Ministérios Bloco “A” - 5º Andar

Brasília - DF. CEP:70.050-907

www.senad.gov.br

<http://psicoativas.ufcsa.edu.br/vivavoz/index.php>

Sobre Drogas - OBID

www.obid.senad.gov.br

No Observatório Brasileiro de informações sobre Drogas (OBID) você vai encontrar muitas informações importantes: contatos de locais para tratamento em todo o país, instituições que fazem prevenção, grupos de ajuda-mútua e outros recursos comunitários. São disponibilizadas, ainda, informações atualizadas sobre drogas, cursos, palestras e eventos. Dentro do OBID, há dois sites específicos voltados para os jovens: **Mundo Jovem** e **Jovem sem Tabaco**, além de uma relação de *links* para outros *sites* que irão ampliar o seu conhecimento.

• Mundo Jovem

www.obid.senad.gov.br/portais/mundojovem

• Jovem sem Tabaco

www.obid.senad.gov.br/portais/jovemsemtabaco

Outras Referências

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- **Ministério da Saúde**

www.saude.gov.br

Disque Saúde: 0800 61 1997

- **Centros de Atenção Psicossocial - CAPS**

www.saude.gov.br

- **Programa Nacional de DST e AIDS**

www.aids.gov.br

- **Conselhos Estaduais sobre Drogas**

Para saber o endereço dos Conselhos do seu estado consulte o site:
www.obid.senad.gov.br

- **Conselhos Municipais sobre Drogas**

Para saber o endereço dos Conselhos do seu município consulte o site:
www.obid.senad.gov.br

Grupos de autoajuda

- **Alcoólicos Anônimos - AA**

www.alcoolicosanonimos.org.br

- **AL-ANON E ALATEEN** (Para familiares e amigos de alcoólicos)

www.al-anon.org.br

- **Amor-exigente** (Para pais e familiares de usuários de drogas)

www.amorexigente.org.br

- **Grupos Familiares - NAR - ANON** (Grupos para familiares e amigos de usuários de drogas)

www.naranon.org.br

- **Narcóticos Anônimos - NA**

www.na.org.br

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- **Associação Brasileira de Terapia Comunitária -**

ABRATECOM

www.abratecom.org.br

- **Pastoral da Sobriedade**

www.sobriedade.org.br

Leituras que ajudam

- **Cartilhas da Série Por Dentro do Assunto.**

Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2010

- **Glossário de Álcool e Drogas.**

Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas, 2010

- **Livreto Informativo sobre Drogas Psicotrópicas.**

Leitura recomendada para alunos a partir do 7º ano do ensino fundamental.
Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas- SENAD e Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas -

CEBRID, 2010

- **123 Respostas Sobre Drogas -**

Coleção Diálogo na Sala de Aula.

Içami Tiba. São Paulo: Editora Scipione, 2003.

- **Admirável Mundo Novo.**

Aldous Huxley. São Paulo: Globo, 2001.

- **Anjos caídos - Como prevenir e eliminar as drogas na vida do adolescente.**

Içami Tiba. São Paulo: Gente, 1999.

- **Conversando sobre drogas.**

Ronaldo Ribeiro Jacobina, Antonio Nery Filho, Salvador: Edufba, 1999.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- **Desafio da convivência - Pais e Filhos.**

Lídia Rosenberg Aratangy. São Paulo: Gente, 1998.

- **Depois Daquela Viagem: Diário de Bordo de uma Jovem que Aprendeu a Viver com Aids.**

Valeria Piassa Polizzi. São Paulo: Ática, 2003.

- **Doces Venenos: Conversas e desconversas sobre drogas.**

Lídia Rosenberg Aratangy. São Paulo: Olho D' Água, 1991.

- **Drogas - mitos e verdades.**

Beatriz Carlini Cotrim. São Paulo: Ática, 1998.

- **Drogas, Prevenção e Tratamento - O que você queria saber sobre drogas e não tinha a quem perguntar.**

Daniela Maluf e cols. São Paulo: Cia Editora, 2002.

- **Eu, Christiane F., 13 anos, drogada e prostituída.**

Kai Herman. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002.

- **Esmeralda - Por que não dancei.**

Esmeralda do Carmo Ortiz. São Paulo: Editora Senac, 2001.

- **Cuidando da Pessoa com Problemas Relacionados com Álcool e Outras Drogas - Coleção Guia para Família. v. 1.**

Selma de Lourdes Bordin; Marine Meyer; Sérgio Nicastrí; Ellen

Burd Nisenbaum e Marcelo Ribeiro. São Paulo: Atheneu, 2004.

- **Liberdade é poder decidir.**

Maria de Lurdes Zemel e Maria Elisa de Lamboy. São Paulo: FTD, 2000.

- **O que é toxicomania.**

Jandira Masur. São Paulo: Brasiliense, 1986.

- **O Vencedor.**

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Frei Betto. São Paulo: Ática, 2000.

- **Pais e Filhos - companheiros de Viagem.**

< Roberto Shinyashiki. São Paulo: Gente, 1992.

- **Satisfaçam minha curiosidade - Drogas.**

Susana Leote. São Paulo: Impala Editores, 2003.

- **Tabebuias: ou Histórias Reais daqueles que se livraram das drogas na Fazenda da Esperança.**

Christiane Suplicy Teixeira. São Paulo: Cidade Nova, 2001.

Filmes sobre o tema

- **28 dias, 2000.**

Direção: Betty Thomas

- **A corrente do bem, 2000.**

< Direção: Mini Leder

- **Bicho de sete cabeças, 2000.**

Direção: Laís Bodanzky

- **Coisas Que perdemos pelo Caminho, 2007.**

Direção: Susanne Bier.

- **Diário de um adolescente, 1995.**

Direção: Scott Kalvert

- **Despedida em Las Vegas, 1996.**

Direção: Mike Figgis

- **Eu, Christiane F., 13 anos, drogada e prostituída, 1981.**

Direção: Uli Edel

- **Ironweed, 1987.**

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Direção: Hector Babenco

- **La Luna**, 1979.

Direção: Bernardo Bertolucci

- **Maria cheia de graça**, 2004.

Direção: Joshua Marston

- **Meu nome não é Johnny**, 2008.

Direção: Mauro Lima

- **Notícias de uma guerra particular**, 1999.

Direção: João Moreira Salles e Kátia Lund

- **O Casamento de Rachel**, 2008.

Direção: Jonathan Demme

- **O Informante**, 1999.

Direção: Michael Mann

- **Por volta da meia noite**, 1986.

Direção: Bertrand Tavernier

- **Quando um homem ama uma mulher**, 1994.

Direção: Luis Mandoki

- **Ray**, 2004.

Direção: Taylor Hackford

- **Réquiem para um sonho**, 2000.

Direção: Darren Aronofsky

- **Todos os corações do mundo**, 1995.

Direção: Murillo Salles

O QUE É O VIVAVOZ?

Terapia para depressão e prevenção de drogas

O VIVAVOZ é uma central telefônica de orientações e informações sobre a prevenção do uso indevido de drogas. O telefonema é gratuito e o atendimento é sigiloso. A pessoa não precisa se identificar.

É BOM FALAR COM QUEM ENTENDE

- O atendimento é realizado por consultores capacitados e supervisionados por profissionais, mestres e doutores, da área da saúde

- Os profissionais indicam locais para tratamento

- Oferecem aconselhamento por meio de intervenção breve para pessoas que usam drogas e seus familiares

- Prestam informações científicas sobre drogas

- O horário de funcionamento: segunda a sexta, das 8h às 24h

O VIVAVOZ é resultado de uma parceria entre a Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas - SENAD e a Universidade Federal de Ciências de Saúde de Porto Alegre. Após 4 anos de funcionamento, os resultados positivos e a demanda do público para o tele atendimento apontaram para a necessidade de ampliação do serviço. Para isto, uma parceria com o Programa Nacional de Segurança Pública com Cidadania (PRONASCI), do Ministério da Justiça, permitiu a ampliação do período de atendimento.

Obs. Dados extraídos da Cartilha sobre maconha, cocaína e inalantes. 2ª edição
Série: Por Dentro do Assunto, lançada pelo governo federal do Brasil em 2010.

7.7 Não curto drogas, curto a vida

Vejo a minha volta beleza e vida abundante

O sol que brilha de manhã, maravilhosamente

Não preciso de drogas pra ser deslumbrante

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Velo um lindo e feliz dia em meu horizonte

Drogas? Que drogas que nada!

O que vale é ser feliz, é ser amada

Sou inteligente e bem educada

Neste ponto não faço parada

Sigo como a corrente de um rio

Vencendo todos os desafios

Com as drogas sou arredoio

A todos os vícios renuncio

Amo a tudo e a todos o mais que posso

Por isso caminho firme, sem remorso

Em mar de alegria e luz, vivo imerso

Aos braços de Deus aguar

do meu regresso

Lutando sempre continuando na lida

Vou desfrutando o valor da vida

Acariciando sempre a brisa amiga

Me tornando o balsamo da ferida

Com sorriso e apesar de tudo sorrindo

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Com a força através de mim fluindo

Sendo a todos os lugares bem-vindo

Vou por amor, as drogas substituindo

Kleber Lages

7.8 Drogas, a dependência fatal.

De modo geral todas as drogas, incluindo álcool e maconha, causam danos incalculáveis à vida espiritual e material do usuário. Pensando de um ponto de vista mais complexo percebemos o quanto as drogas enfraquecem o usuário deixando-o a mercê de todos os tipos de doença, além disso, é notório o sofrimento dos familiares e de pessoas mais ligadas ao dependente.

Sabemos que a alma é o ponto central de nosso ser, assim todo sofrimento incluindo as doenças geradas em função das drogas causam serias desarmonias noológicas que acontecem de dentro para fora. A primeira parte de nosso ser que as drogas atingem é a alma, e as consequências geradas acontecem a partir dela.

Em artigos posteriores discutiremos com mais detalhes como isso ocorre.

Entre todas as drogas talvez seja o crack a mais comprometedora, tanto do ponto de vista social como espiritual. A ação desta droga é imediata, atingindo diretamente o cérebro provocando dormência e alucinações quase instantâneas.

Alguns dos sintomas mais visíveis desta droga são:

- Contrações musculares involuntárias
- Falta de apetite
- Tremores
- Dilatação das pupilas
- Aumento da temperatura
- Inquietação
- Pressão alta

Terapia para depressão e prevenção de drogas

- Tiques
- Emagrecimento
- Aumento da frequência respiratória
- Depressão profunda
- Paranoia
- Afastamento da família
- Agressividade, etc.

O tratamento é penoso e depende basicamente do querer do dependente, obviamente o apoio da família é indispensável, a compreensão e o carinho é sempre o melhor caminho, embora eu particularmente seja a favor do tratamento compulsório, aquele que a internação é feita a força. Na minha maneira de entender, esta é uma forma de mostrar para o usuário o outro lado da moeda, pois quem está dependente da droga geralmente sofre também uma forte influência do tráfico passando inclusive no início do vício por um forte e bem elaborado sistema de convencimento, assim o choque provocado pela internação compulsória pode proporcionar para ao paciente momentos de reflexões, que não seria possível no ritmo acelerado que o usuário se obriga a viver. Geralmente os momentos de mais agitações são justamente quando os usuários estão sem a droga, é nesta situação que ocorre a loucura e atabalhoamento mental quando o paciente, sem a droga, deveria estar mais consciente. Este é também o estado em que o paciente que tem tendência para o bandidismo, resolve roubar, buscando recursos financeiros para comprar a droga.

Para aqueles que estiveram interessados no tratamento, várias ongs e instituições de caridade oferecem o tratamento de forma gratuita, também o governo disponibiliza uma extensa rede de clínicas destinadas ao tratamento da dependência de drogas. Quem quiser obter informações da localização da clínica mais próxima de onde mora pode ligar para o número 132 da viva voz. Boa sorte, que Deus os ajude.

7.9 Dependência maldita

Caminho obscuro de fatal condenação!

Vagar perdido sem rumo e sem razão,

Caminho borbulhante de fogo do umbral!

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Convite para o sofrer e para o mal.

Só o amor enxuga a qualquer momento

Lágrimas como gotas de sofrimento

Bolotas salgadas como água do mar

Repressão intransponível do pensar

Habitante do submundo e do subgrupo

Incentivo ao assassinato e ao estupro

Parte íntima da menina moça que sangra

Homem fugindo babando e de tanga

Ladrão do infante de sua doce inocência

Mãe de mãos postas rogando clemência

Pede pela filha que chance na vida não teve

Chorando a filha querida no seio reteve

Tristeza intensa depressão profunda

Ser esfarrapado que no crime afunda

Inconsciente da incoerência que pratica

Espantalhos humanos que a sociedade fabrica

Vento uivante, sem cor e sem sopro!

Lamaçal pantanoso sem ogro,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Jardim tropical carente de esperança

Que droga, é a maldita droga!

Matando nossas crianças.

Kleber Lages

Capítulo VIII

DROGAS E SEUS AGRAVANTES

8.1 Magoa e drogas

“Não perdoas apenas sete vezes, mas setenta vezes sete” este é um dos ensinamentos cristão que aborda de forma direta o problema da depressão e da prevenção de drogas, em primeiro lugar porque as drogas muitas vezes são buscadas para o suposto alívio dos desconfortos causados pela depressão e um dos sentimentos causadores da depressão e sem dúvida a magoa, aquele que não consegue perdoar carregará o peso da magoa.

Não existe coisa mais revoltante do que a decepção e a sensação de impotência, e essas são sensações fortemente geradas pela magoa, mas que podemos evitar aprendendo a perdoar.

Uma das formas de aprender a perdoar é se colocar no lugar do ofensor, esta é uma pessoa com serias doenças morais, pois a pessoa capaz de maltratar o próximo é no mínimo desprovida de amor fraterno, e para transmitir esta energia negativa que é a magoa ele tem que ter dentro de si esta mancha, imagine então o quanto sofre, as vezes até sem saber, esta pessoa que te magoou. Naturalmente não é tarefa fácil se colocar no lugar do outro, para isso temos que necessariamente emitir um julgamento, seja ele positivo ou negativo, em relação ao agressor, e a nossa capacidade de julgamento não

Terapia para depressão e prevenção de drogas

está restrita apenas ao passado de nossa existência atual, isto porque quando aqui encarnamos já trazemos uma extensa bagagem de conhecimento e conceitos culturais adquiridos com os nossos antepassados, pais, avós etc. tudo que vivenciamos no decorrer de nossa existência está sintetizado no conceito de certo e errado que carregamos e são baseados neste conceitos que tendemos a julgar o próximo, será sempre um julgamento falho, mas que com certeza tem sua utilidade, se você julga as pessoas baseado no que você é, então esta é uma oportunidade de conhecer melhor a si mesmo e corrigir seus próprios erros já que um erro seu por mais gritante que seja você jamais o admitirá se não tiver consciência dele.

Você poderá questionar, não tenho consciência dele mas sofro as consequências dele, então não posso corrigi-lo pelas consequências? Eu diria que não, pelos conceitos já expostos em capítulos anteriores você já deve ter entendido que neste caso seu subconsciente irá mascarar estas consequências atribuindo-as a outra coisa. Mas no final das contas o julgamento com a reflexão também te ajudará a perdoar, pois percebendo que você também tem a mesma falha do outro fica mais fácil considera-lo seu semelhante e perdoar-lo.

Outra forma eficiente de facilitar o nosso perdão ao próximo, é procurar enxergar o outro como ser humano, não como um defeito em particular, não devemos enxergar uma mulher como prostituta, mas como um ser humano que cometeu um erro, a prostituição não é um estado permanente, então ela não é prostituta ela está prostituta até encontrar o caminho da moralidade, assim como você também está em outros erros até encontrar seu caminho e superar suas dificuldades morais galgando espaços mais santificados no cenário espiritual de filhos de Deus.

8.2 A curiosidade e a droga

O que mais levam os jovens principalmente da classe média, a procurarem as drogas é a curiosidade. Eu pessoalmente considero útil a proibição das drogas, mas este é um pau de bicos, pois é justamente esta proibição um dos maiores estímulos a curiosidade dos jovens por gerarem um ar de mistério em torno do ilícito, este é um problema cuja solução tem que passar pela conversa franca e aberta dos adultos com estes jovens, e não adianta abordar apenas os aspectos científicos espirituais e sociais do problema é necessário deixar claro o porquê tem que ser assim colocando o jovem para pensar e tirar suas próprias conclusões, pode-se por exemplo propor a seguinte questão;

Terapia para depressão e prevenção de drogas

peça para que ele repare no estado de um drogado, perceba que ele fica lento, aéreo, atrapalhado etc., seria esta uma pessoa que renderia normalmente em uma atividade profissional? Mostre exemplos, mesmo que seja em reportagens sobre cracolândia que passa na televisão ou em outro meio de comunicação. Use filmes que mostre a realidade sobre o tema, um bom título que apesar de antigo ainda serve muito bem a esse mister é “cristhiane F”, encontrado em qualquer locadora ou mesmo na internet.

Joanna de Ângelis faz algumas alusões sobre este problema dizendo que a solução para este problema está na educação à luz do Evangelho sem disfarces nem distorções, desde à gestação, na conscientização espiritual sem alardes, na Liberdade e orientação com base na responsabilidade, vigilância carinhosa dos pais e mestres cautelosos.

Joanna de Ângelis afirma que o adolescente faz a opção pelas drogas quando sente-se impossibilitado de auto realizar-se, geralmente por causa de uma família-provação, porque foi desprezado em casa, não foi qualificado como ser humano, vive uma desarmonia psicológica e o seu mundo interno não está bem.

Não penses que o seu lar será poupado; observa o comportamento de seu filho, fique bem atento, e se o problema bater na sua porta: Não fuja dele saia da cegueira familiar; não desespere e nem seja hostil; converse, esclareça, oriente; busque os recursos da medicina dos homens e da religião.

Atitudes paternas que dificultam um programa de prevenção às drogas: pais que usam medicamentos na busca de equilíbrio, mostram que enfrentam a realidade ingerindo produtos químicos. (Calmantes, etc.); pais que usam e abusam de remédios sem receita médica, sem o menor esforço para diminuir a dor através dos recursos mentais e outras técnicas alternativas. Pais que usam e abusam de bebidas alcólicas. Pais que fumam e usam o cigarro como bengala psicológica.

8.3 Álcool e outras drogas

O álcool, talvez por ser liberado e mais barato, seja uma das drogas mais consumidas no Brasil.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

É uma droga em potencial e além de ser altamente prejudicial à saúde física e espiritual é sem dúvida uma porta de entrada para drogas mais pesadas.

O entorpecimento da mente pelo consumo de drogas diminui a consciência, que significa a expressão do nível moral do ser; com a diminuição da consciência a responsabilidade fica comprometida, pois não se sente a pressão normalmente exercida pela alma através da consciência, em outras palavras; a consciência torpe não pesa, não acusa o mal cometido, desta forma o drogado cria um canal direto entre seus instintos mais vis e sua vontade, aproveitando a ausência dos mecanismos de defesa do lado nobre da alma para praticar as maiores torpezas como para se convencer de que é valente, superior, desinibido ou qualquer outro adjetivo que ilusoriamente supra suas carências, pois como se pode perceber a consciência é sem dúvida uma de nossas maiores defesas contra o mau.

O próprio Jesus quando disse: “Vinde a mim, todos vós que estais aflitos e sobrecarregados, que eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo e aprendei comigo que sou brando e humilde de coração e achareis repouso para vossas almas, pois é suave o meu jugo e leve o meu fardo. (S. MATEUS, 11:28 a 30.)” se referia a um tipo de consciência que chamamos de consciência espiritual, trocando em miúdos, é o conhecimento das leis naturais, especialmente da lei de ação e reação, vejamos o que nos diz o evangelho a este respeito. “Todos os sofrimentos, misérias, decepções, dores físicas, perda de seres amados, encontram consolação na fé no futuro, na confiança e na justiça de Deus, que o Cristo veio ensinar aos homens. Sobre aquele que, ao contrário, nada espera após esta vida, ou que simplesmente duvidam, as aflições caem com todo o seu peso e nenhuma esperança lhe mitiga o amargor. Foi isso que levou Jesus a dizer: “Vinde a mim todos vós que estais fatigados, que eu vos aliviarei.” Entretanto, faz depender de uma condição a sua assistência e a felicidade que promete aos aflitos. Essa condição está na lei por ele ensinada. Aí está então de forma lógica e claramente compreendida o significado de julgo leve. Como sabemos na época de Jesus os homens ainda não estavam preparados para entender certas coisas, por isso ele falava por parábolas; essas parábolas estão sendo explicadas cientificamente hoje, à luz do espiritismo, como podemos perceber acima na sequência lógica das ideias expostas por Alan Kardec.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Com base neste texto podemos perceber também o mecanismo, provocado pelas drogas, que afasta o homem de Deus, tornando o julgo mais pesado para aquele que tenta aliviar-lo nas drogas.

Como toda ilusão as drogas aliviam o incômodo da pressão enquanto anestesia os órgãos físicos mentais, neutralizando os recursos da consciência. Quando passam os efeitos da anestesia, a área interna do ser que representa o palanque interno de julgamento do bem e do mal se religa novamente a consciência revelando não só o problema que foi motivo da fuga como também outros criados por essa fuga da presença dos princípios divinos radicados em nós. Além desses recursos usados pelas leis naturais para o nosso engrandecimento, outros mecanismos complementares, que cumprem o mesmo papel podem ser notados como, por exemplo, a tolerância às drogas que o organismo adquire; o usuário percebendo a aproximação da realidade, devido à desintoxicação, busca novamente a droga tornando seu uso contínuo, como para o organismo essas substâncias são patogênicas, uma reação é provocada tentando se defender, mas a quantidade é grande e torna a adequação da mesma ao organismo a única defesa possível, desta forma o viciado consumirá cada vez mais drogas, quando chega a dose máxima da que está usando passa para uma mais pesada se afundando cada vez mais em um problema do qual procura fugir. Também nesse processo a providência divina nos favorece transmutando o mal no bem, pois no retorno desse afundamento feito no atoleiro será preciso um esforço enorme, o que desenvolverá uma vontade cada vez mais endurecida, preparando o espírito para enfrentar com mais garra futuras dificuldades.

Geralmente se inicia o uso na adolescência, ou pela busca do prazer ou simplesmente para se sentir mais à vontade para se enturmar, nesta fase a droga ainda não costuma ser um vício e se os adultos conseguirem convencer o jovem de seus malefícios, as chances que o mesmo terá de abandonar as drogas são grandes, mas isso deve ser identificado e corrigido o quanto antes, pois o jovem nessa altura já conhece o efeito anestésico ou eufórico causado pela droga e quando no futuro as responsabilidades e decepções aumentarem, se este jovem não tiver bem preparado voltará às drogas, que já é uma rota de fuga já conhecida por ele, por isso o convencimento feito pelo adulto não deve ser apenas para que o jovem abandone o vício, os argumentos devem ser enraizados com profundidade e impacto o suficiente para que no futuro esse jovem ainda se lembre desses argumentos quando precisar, geralmente a literatura e os filmes podem trazer bons argumentos para esse fim, tendo

Terapia para depressão e prevenção de drogas

sempre o cuidado com a idade indicada para assisti-lo. Além disso, na hora do desespero, a pessoa não deverá simplesmente se lembrar dos malefícios das drogas, é necessária que tenha em mente também uma válvula de escape que lhe proporcione uma saída mais segura, uma boa dica para isso é a fé no futuro, como citado acima no trecho do evangelho aqui transcrito.

8.4 Fé no futuro

O futuro te espera brilhante

Nos labirintos de sua mente

Não permitas virar fumaça

O que ganhaste de graça

Tenha fé na providência divina

No doce aconchego da doutrina

Na vida que o mestre te prometeu

Na chegada de um belo apogeu

Tenha fé no paraíso divino que brilha

Nas pedras do caminho que trilhas

Nas montanhas que alegremente transporta

Se adentre seguro, pela estreita porta.

Sempre tenha fé na futura felicidade

No amor fraterno e na amizade

Terapia para depressão e prevenção de drogas

No candinheiro que ilumina o caminho

Com a certeza de que nunca está sozinho

Estenda a mão ao pedinte a seu pé

Na solidariedade tenha fê

No amor e na ternura se escore

O amor e a luz sempre adore

Não deixes que a fê em te adormeça

Que os contratemplos de esmoreça

Que o mau te alcance e te arraste

Não deixes que o amor de ti afaste.

Kleber Lages Dutra

8.5 Boas e más companhias te fazem crescer

Pois é; a relação entre os seres, diferentes de algumas situações na vida, não acarretam boas ou más consequências, pois do ponto de vista espiritual não há regressão no nível de elevação moral alcançado, o sofrimento como os vícios e defeitos são apenas instrumentos usados pela consciência cósmica universal para um amadurecimento seguro e irreversível do espírito.

A sintonia entre os espíritos encarnados ou não se dá através de centros de vibrações manifestos no perísprito. Quando uma entidade tem o mesmo nível de vibração de outra, os dois podem se sintonizar pela identificação dos seus comprimentos de ondas, ou mais especificamente pelos seus defeitos e qualidades iguais, assim o ladrão busca o ladrão para unirem forças para roubar, como o santo procura o santo para

Terapia para depressão e prevenção de drogas

juntos praticarem o amor fraterno. Mas a justiça divina é perfeita e o objetivo da vida é a santificação de todos os seres dotados de consciência, no caso de nós seres humanos a sintonia é permitida de duas formas; o mal que temos dentro de nós pode se sintonizar com o mal dentro do próximo, como o bem que trazemos também se sintoniza com o bem no próximo, e isso serve perfeitamente ao objetivo acima citado.

A sintonia entre os seres não se dá apenas de um para outro, ou seja, aos pares. Observando a composição social em que estamos inseridos, percebemos claramente nas ligações entre as pessoas um esboço desenhado em forma de rede, como ainda fazemos parte de um mundo pouco evoluído em questões de sentimentos os elos entre os membros desta rede não são fortes o suficientes para se estenderem a longos percursos. A partir de um ponto central cada elo representado pelo amor se ramifica enfraquecendo à medida que se distancia deste ponto, em termos práticos temos: O pai e a mãe ama seus filhos mais que seus neto, ama seus irmãos mais que seu sobrinhos, amam seus sobrinhos mais que seus primos, etc

Esta configuração familiar é um esboço do que acontece no quadro universal. Temos parentes tanto nos planos espirituais inferiores como nos superiores.

A evolução de todos nós é contínua, sem interrupções ou dormências temporárias, assim podemos dizer que em algum ponto do universo a consciência universal desenvolveu dentro de si uma semente contendo os genes de todas as suas características, esta semente se desenvolveu evoluindo para consciência e rompendo seu involucro em forma de espírito, este espírito surge simples e ignorante trazendo consigo o livre arbítrio com dois caminhos que podem ser seguidos, no contexto energético que está inserido identifica o bem e o mal, mas ainda é um ser embrutecido e precisa ser moldado a ferro e fogo como a espada na mão do ferreiro, desta forma a ignorância determinará de início a entrada no mal, como instrumento de evolução na vida deste ser, este é um mal necessário a sobrevivência deste ser em um mundo selvagem, neste ponto de sua evolução já se pode notar também o desenvolvimento do germe das qualidades divinas, assim o bem e o mal caminham de forma paralela até que o ser tenha o nível intelectual necessário para assumir posições mais civilizadas, ponto em que a escolha deve ser feita, essas escolhas para o bem ou para o mal terão sempre um caráter temporário pois já nascemos destinados a nos tornarmos administradores cósmicos universais.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Quem fizer a escolha para o mal simplesmente se atrasará em sua caminhada. Outro instrumento importante são as relações Inter espirituais que acontecem nos canteiros onde os grupos de espíritos estão se desenvolvendo. Nesses canteiros alguns indivíduos se conformarão com o quadrado que lhe foi destinado, enquanto outros lançarão suas raízes para o quadrado do vizinho tentando sugar seus nutrientes, começam em nossas origens então as relações entre os seres, os que se tornarão parentes serão os vizinhos, pois cada quadrado do canteiro tem um tipo de terra e um tipo de nutriente diferente que atraiu os espíritos que precisavam daquele tipo de nutriente para formarem suas estruturas, assim este grupo de espíritos que estão juntos já tem algo em comum, os alimentos que utilizam, como o grupo de urubus e coiotes que são atraído para carniça.

Dentro deste grupo uns se desenvolverão mais e outros menos, formando subgrupos classificados por nível moral, cada subgrupo deste grupo se identificará com o subgrupo do canteiro vizinho integrando este grupo a seu canteiro e ao mesmo tempo sendo integrado ao canteiro vizinho, desta forma a família vai crescendo e se desenvolvendo, impulsionados pelas relações ocorrentes entre si. Para ilustrar melhor estas relações descreverei a seguir uma narrativa baseada em parte de um diálogo que aconteceu em uma seção apométrica que assistir.

O paciente a ser tratado estava sentado no centro da sala e em sua volta formava-se um círculo de médiuns que concentrados meditavam nos problemas relatados por ele, depois de tomar o passe e se retirar, começaram então as manifestações.

Um dos médiuns muda de comportamento e imediatamente se aproxima dele um dos doutrinadores da casa, estala os dedos e imediatamente o espírito através do médium inicia com o doutrinador um diálogo.

Espirito - o que ocês quer comigo

Doutrinador - queremos te ajudar, podemo

Espirito - não, não pode

Doutrinador - porque não podemos te ajudar?

Espirito - não quero ajuda suas

Doutrinador - há! Mais cê tá todo machucado irmão, suas mãos estão toda torta

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Espirito - que machucado rapaz! é alguma coisa que cês tão fazendo aí para me segurá?

Doutrinador - eu não, eu nun to fazendo nada não. Cê tá ferido aonde?

Espirito - eu to ferido no peito com uma flecha envenenada.

Doutrinador - olá! já estão começando a te ajudar nisso aí ó

Espirito - ai! Num puxa não, está doendo

Doutrinador - concentra e fica calmo, está vindo uma energia lá do fundo, esta te anestesiando para tirar a flecha. tá sentindo?

Espirito - não sinto mais dor, e não vejo mais a flecha, mas o ferimento ainda está aqui.

Doutrinador - agora vem uma energia verde de dentro para fora para curar este ferimento olha está tirando o veneno está puxando para fora e se desintegrando a parte ferida, está ficando curado.

Espirito - porque cês tão fazendo isso?

Doutrinador - nós estamos ajudando você.

Espirito - e o que cês quer em troca?

Doutrinador - não queremos nada apenas ajudar você e a irmã que você acompanha

Espirito - ocês não querem me ajudar, tão fazendo isso só por causa dela.

Doutrinador - o que oce tem contra nossa irmã?

Espirito - não vou dizer

Doutrinador - espalmando a mão diante do médium diz; olha aqui no espelho e mim fala o que ocê está vendo.

Depois de refletir um pouco o espírito começa a falar; eu tava voltando da mata e vi alguém saindo de minha tenda e se escondendo na mata. Quando entrei na tenda minha filhinha estava estendida no chão sangrando muito, fiquei muito bravo e magoado, mas não conseguir descobrir quem fez aquilo. Quando fui ferido em uma

Terapia para depressão e prevenção de drogas

disputa com outra tribo descobri que um homem branco vindo das estrelas tinha feito aquilo, agora esse homem branco tomou minha filha de mim e fala que tá protegendo ela, é mintira, eu quero minha filha de volta ela tem que obedecer é eu que sou pai dela. Ele é mau e quer fazer mau pra ela...

Terminada a narrativa o doutrinador então, com a ajuda da espiritualidade ali presente, passou a explicar para o espírito que o homem branco não era mau, que se arrependeu do que tinha feito e conseguindo o perdão de sua vítima se dedicava agora a protegê-la, comovido com o perdão obtido e com a humildade da vítima, ficou cheio de gratidão passando amá-la como irmã.

É assim então que as raízes de um canteiro vizinho se entrelaçam com as raízes dos elementos do outro canteiro. Na narrativa; os canteiros são: o planeta de onde veio o homem branco, e a terra que é o planeta onde habitava o índio e sua filha.

Venerando a deusa Afrodite

Cultuando o sexo e a luxuria

Com o desenfreado apetite

Cavando a própria sepultura

A morte serra meus olhos

Selando assim meu silencio

8.6 Drogas no além

A pessoa quando desencarna não vira santo como muitos imaginam. um sentimento de pena ou de solidariedade com os parentes dos mortos levam muitas pessoas a se referirem a quem acabou de morrer como boas almas, em grande parte das vezes quando a pessoa ainda vivia tinha o desdém ou até o ódio daquele que o elogia depois do seu desencarne, isso ocorre porque o morto certamente não fará mais parte

Terapia para depressão e prevenção de drogas

das disputas sociais, deixando assim de incomodar as pessoas de seu ciclo de relacionamento, e se alguém não te incomoda não existem motivos para ataca-lo, ou seja, a pessoa que não está mais em nosso meio não pode ser alvo do nosso egoísmo.

Acontece que o espírito quando desencarna leva consigo praticamente tudo que não é material, incluindo aí os defeitos morais e os vícios, o bem que fazemos encarnados nos rendem alegrias centuplicadas no mundo espiritual, assim como o mal que praticamos nos rende sofrimentos centuplicados.

Quem é viciado em drogas aqui na terra continua com esse vício no plano espiritual, só que nessas condições já não tem mais o corpo carnal que serve de suporte para o transporte e absorção dessas drogas pelo organismo, assim o que resta ao espírito é uma crescente vontade de usar a droga e uma impossibilidade material de fazê-lo, provocando revolta depressão e um vazio imenso dentro de si, com o decorrer do tempo o espírito mais obstinado no mal consegue aprender a usar pessoas encarnadas para satisfazer seus desejos, o que aumenta seu sofrimento e sua estagnação em mundos menos evoluídos, visto que esses espíritos buscarão constantemente a companhia de pessoa do seu nível moral, não só por identificação vibracional, mas também para satisfazer seu anseios. Já os espíritos um pouco mais avançados moralmente aproveitarão o tempo de abstinência forçada para tentar vencer o vício, e nesse caso só a vontade de parar com o vício já o coloca em uma posição mais privilegiada, visto que com tal disposição a tendência é buscar ajuda junto às entidades mais evoluídas, este espírito viciado ao contrário dos primeiros estarão buscando companhias mais nobres que possa ajuda-lo, naturalmente o sofrimento aí ainda existe com a força proporcional a sua obstinação no mal, pois só o sofrimento irá dobrar seu orgulho e força-lo a repensar seus atos, mas mesmo sofrendo este ser, encontrará um determinado conforto com o seu desejo, que não estará mais totalmente focado no vicio, tentando parar este espírito não só dividiu este desejo, como também usou seu livre arbítrio para caminhar em direção ao amor que estará sempre esperando pronto para ajudar.

Outra interferência importante do amor para a evolução desses espíritos acontece na relação com seus familiares, mesmo estando esses encarnados.

Quando o espírito está encarnado na terra contrai débitos e créditos, débitos com aqueles que prejudica e créditos com aqueles que ajuda, e da mesma forma serão prejudicados e ajudados sentindo afeição pelos que te ajudam e sentindo ódio pelos que te prejudicam, no contexto social os parentes são os mais próximos e os mais aptos a

Terapia para depressão e prevenção de drogas

ajudarem, assim a possibilidade de desenvolver simpatia por esses parentes é sempre maior, diante deste quadro o espirito quando desencarna tem duas opções; ou levados pelo amor se aproximam de seus parentes queridos; ou levados pelo ódio se aproxima de seus inimigos para fins de vingança, a aproximação de alguém que gosta fará com que deseje o bem para esta pessoa, não tentando influencia-los nas drogas, ao contrário do que acontece com a aproximação daqueles que odeia, pois com esses o ímpeto será de prejudica-lo, e o modo mais vantajoso de fazê-lo é tentar induzi-los nas drogas, sendo que assim matará dois coelhos de uma paulada só; prejudicará seu inimigo e saciará seu vício.

É claro que todo este esquema funciona dosado pela tendência que cada um carrega para o bem ou para o mal, incluindo aí todos os participantes da trama, pois se o parente que o espirito gosta e se aproxima, for viciado também um alimentará o vício do outro se tornando cúmplices neste mal, bem como se o inimigo que o espirito se aproxima para vingança for mais preparado moralmente e não permitir sua sintonia ou não acatar suas sugestões o espirito acabará desistindo ou até mesmo acatando o bom exemplo de seu inimigo.

8.7 No mundo que cheguei

Em uma vida eu vim

Vivi, odiei e roubei.

Meu inimigo! Persegui

Meu parente! Explorei

Hoje quem sou, já não sei

Em estranho mundo cheguei

Meu inimigo! Persegui

Em sua carne o abordei

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Nesse novo mundo vaguei

Mesmo perdido não parei

Meu inimigo! Persegui

E com ele, ao meu vício voltei.

Agora no mundo que morei

Meu amigo! não amei

Meu inimigo! Persegui.

E vivo no sofrimento sem freio

Em outra vida que eu vivi

Meu parente eu amei

Meu amigo! valorizei

Meu inimigo perdoei.

Hoje feliz me sinto um rei

Em estranho mundo que cheguei

Meu amigo! valorizei

Meu amado parente! Procurei

Nesse novo mundo que vaguei

Na caridade me encontrei

Meu amigo! Valorizei

E com ele aprendi e rezei

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Agora no mundo que morei

Meu parente! adorei

Meu amigo! Valorizei

A felicidade com ele campeio.

Kleber Lages

8.8 Influências Obsessivas

Iniciaremos este tema com essas duas questões do livro dos espíritos de Allan Kardec.

459. Influem os Espíritos em nossos pensamentos e em nossos atos?

“Muito mais do que imaginais. Influem a tal ponto, que, de ordinário, são eles que vos dirigem.”

460. De par com os pensamentos que nos são próprios, outros haverá que nos sejam sugeridos?

“Vossa alma é um Espírito que pensa. Não ignorais que, frequentemente, muitos pensamentos vos acodem a um tempo sobre o mesmo assunto e, não raro, contrários uns aos outros. Pois bem! No conjunto deles, estão sempre de mistura os vossos com os nossos. Daí a incerteza em que vos vedes. É que tendes em vós duas ideias a se combaterem.” (ALLAN KARDEC, 1857 p.170)

Com base nessas questões do livro dos espíritos podemos concluir facilmente que muitas das sensações que se manifestam em nós, no nosso dia-a-dia, não são oriundas de nossa alma. É claro que para que um espírito consiga nos influenciar a ponto de sentirmos seus próprios sentimentos tem que haver uma afinidade considerável entre o encarnado e o espírito.

Vários são os motivos que leva um espírito a se aproximar de um encarnado, o motivo mais comum é o resgate de débitos adquiridos no passado, mas além disso há outros motivos que leva um espírito a aproximação. Muitas vezes esses motivos nem

Terapia para depressão e prevenção de drogas

mesmo estão relacionados com o encarnado apenas se aproveita de uma brecha deixada pelo mesmo para tirar proveito, um alcoólatra quando está bebendo pode atrair a atenção de um espírito que também é viciado e que está necessitando sentir os efeitos do álcool, como tenho dito em outras oportunidades a pessoa quando desencarna só modifica seu modo de agir no que está relacionado à sua vestimenta material que é decomposta pela terra, sua natureza íntima não modifica com o desencarne, assim o viciado continua viciado, o cruel continua cruel.

Uma característica que vale sempre lembrar é a certeza que o espírito tem, de que é eterno, o tempo para o desencarnado não é motivo para preocupações, por isso ele tem paciência e pode esperar até décadas por uma oportunidade de atacar. Nem sempre a intenção do espírito é prejudicar, como eu já disse anteriormente, as vezes seus motivos são fúteis e visam apenas a satisfação de seus próprios desejos.

Os espíritos não tem acesso a nós de forma indiscriminada, a lei da ação e reação garante sempre a imunidade daqueles que não tem a mácula do pecado, é tudo questão de sintonia, um espírito viciado em drogas não tem interesse em atacar as pessoas que não usam drogas, a não ser que esta tenha débitos a resgatar com ele.

Estou citando aqui as drogas porque este é um exemplo bem clássico, as drogas não alteram apenas o cérebro da pessoa, ataca também o perispírito e age diretamente no espírito, pessoas entorpecidas expressam de forma mais espontânea e direta seus sentimentos, sejam eles bons ou ruins, só que aqueles que tem obsessores com este conhecimento acaba se tornando um alvo fácil e o seu algoz usa este fato para induzi-lo a expressar com mais força seus instintos mais primitivos.

A ideia de suicídio, por exemplo, só consegue atingir a pessoa que se encontra em profundo estado de depressão, angustiada sem esperança e sentindo os efeitos de todo tipo de torturas emocionais, mesmo assim geralmente há necessidade de que a pessoa esteja sobre efeito da droga para que o espírito consiga induzi-la ao ato final, é claro que o espírito sabe disso e quando é mais obstinado, vem durante anos colocando ideias na cabeça da pessoa, começa por tentar induzi-la cada vez mais ao vício e vai no decorrer de anos induzindo aos poucos pensamentos e sentimentos negativos na mente da vítima.

Não só os sentimentos e as tendências do encarnado são relevantes em caso de obsessão, na verdade a fé, a vontade e o amor ao próximo serão sempre o determinante na intensidade do ataque sofrido, não só por questão de sintonia, mas também porque a sabedoria divina convencionou que ao nosso lado sempre estará a nossa disposição um espírito de luz, que não só nos orientará, mas também nos ajudará se assim o quisermos,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

e aí está a importância do querer, pois o espírito de luz sempre apoiará nossa decisão, seja ela qual for, enquanto o obsessivo não costuma respeitar esse direito.

Quanto ao amor, não é só o amor fraterno que nos livrará de muitos males, mas qualquer forma de amor é válida para nosso auxílio, veja por exemplo este fato tão comum em nosso cotidiano, aconteceu inclusive comigo que tinha problemas sérios com bebida alcoólica e parei, para nunca mais voltar, quando percebi que estava prejudicando a educação do meu filho, parei por amor a ele, esse tipo de coisa costuma acontecer hoje em dia com mais frequência que se imagina, felizmente nosso grau evolutivo já nos permite isso, e se você está neste momento sentindo um discreto aperto no peito também está neste patamar.

O tempo também é um importante fator nesses processos obsessivos, pois o que nos amadurece e afina nossa sintonia, por enquanto, ainda é o sofrimento e não o amor, como deveria ser, e para que os processos que nos fazem sofrer ocorra, demanda tempo, daí também se conclui que o espírito mais velho deve ser mais evoluído tendo menos problemas desta natureza, é claro que como toda regra esta também tem exceção, o espírito mais endurecido demora mais a evoluir, por ter dificuldades em aceitar uma autoridade suprema que o conduz, este é sem dúvida um dos piores males do orgulho, pois não podemos amar a Deus sob todas as coisas se não conseguirmos aceita-lo como ser supremo. Para resumir, no tratamento dos processos obsessivos não existe fórmula mágica, tanto o obsessivo quanto o obsediado tem que passar por um arrependimento sincero e profundo para poderem se perdoarem mutuamente, no caso de débitos contraiados ou tanto neste como em todas as outras situações o remédio é amar, ter fé, querer evoluir, e vigiar.

8.9 Sinto

Sinto sua presença mas não posso vê-lo
Sinto sua influência em minha vida
Sinto até afagos em meu cabelo
Às vezes, até me vejo sem saída

Nossa relação ainda hoje não é passado
Nossa convivência é de muita união
Várias vidas caminhando lado a lado
Em minhas angustias ele me dá a mão

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Sinto as vezes uma saudade que não é minha
Sinto um aperto forte no coração
Sinto que meu amigo comigo caminha
Mas me sinto também induzido à corrupção

Sinto que a vida comigo sozinho não passa
Sinto meu caminhar um tanto sem graça
Sinto em minha caminhada muita desgraça
Sinto que esse amor aos poucos me despedaça

Longe do meu amigo não consigo ser feliz
Pois igual a dele, é a minha natureza
Com ele na vida anterior finquei minha raiz
Com ele desencarnado só tenho pobreza

Sinto essa parceria dona do nosso atraso
Sinto dificuldade em abandonar seu caminho
Sinto em nossa vida um grande panázio
Sinto que deveria andar sozinho

Não posso te amar plenamente
Mas contigo estou contente
Gostaria de te ver confiante
E contigo caminhar calmamente

Já que de ti me livrar não consigo
Me dê sua mão e caminhe comigo
Confie em mim que sou seu amigo
Que no mundo de carne te abrigo

Sinto que aqui na terra posso de ajudar
Basta você querer se encarnar
Com o esforço mutuo vamos nos perdoar

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Eu como seu pai prometo, te educar

Kleber Lages

8.10 Influências negativas

469-Por que meio podemos neutralizar a influência dos maus Espíritos?

“Praticando o bem e pondo em Deus toda a vossa confiança, repelireis a influência dos Espíritos inferiores e aniquilareis o império que desejam ter sobre vós. Guardai-vos de atender às sugestões dos Espíritos que vos suscitam maus pensamentos, que sopram a discórdia entre vós outros e que vos insuflam as paixões más. Desconfiai especialmente dos que vos exaltam o orgulho, pois que esses vos assaltam pelo lado fraco. Essa a razão por que Jesus, na oração dominical, vos ensinou a dizer: “Senhor! Não nos deixes cair em tentação, mas livra-nos do mal.” (ALLAN KARDEC, 1857 p.171)

Os momentos difíceis de nossas vidas são os que mais sentimos os ataques dos espíritos inferiores, por ser esses os momentos que nos encontramos mais fragilizados, não só porque os maus espíritos percebem nossa fraqueza e intensificam os ataques, mas também porque nossas defesas estão comprometidas.

A máxima Orai e Vigiai, expressada pelo nosso mestre maior neste momento, de fragilidade, fica difícil praticar, pois nossos sentidos estão confusos, nossa atenção está concentrada em nossos problemas e nos incômodos que eles provocam e assim fica difícil concentrar na presença da espiritualidade do bem para tornar viável sua sintonia e seu auxílio. Se vigiar está difícil podemos então orar, o que apesar de parecer um ato natural também tem seus atalhos e descaminhos, alguns espíritos que detêm esses conhecimentos usa-os para que você não consiga orar com eficiência, balbuciar palavras pré-gravadas de uma oração, não te ajudará a chamar a atenção dos bons espíritos, apesar deles estarem te ouvindo só conseguem te acessar se você emitir uma frequência de vibração que eles podem captar e sintonizar, e se você está sendo assediado por maus espíritos é porque seus sentimentos estão em baixa vibração, o que se tem a fazer então é apelar para fé, este é o sentimento que produzirá com segurança as vibrações necessária para abrir portais de acesso para os espíritos de luz.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

A oração dita da boca pra fora, são apenas palavras ao vento, é a popular ladainha, no entanto mesmo a oração dita desta forma não é totalmente perdida, a pessoa neste momento, no mínimo está pensando em Deus e este pensamento pode desencadear outros carregados de bons sentimentos associados a ele provocando com isto as vibrações necessárias para o socorro imediato, naturalmente a pessoa tem que ter esses sentimentos dentro de si, do contrário não terá como sintoniza-lo, é a questão da falta de merecimento, sem o qual a pessoa estará perdida, a mercê de seus obsessores, não pela falta de bondade de Deus ou dos espíritos de luz, mas pela falta de merecimento. As questões 471 e 472 do livro dos espíritos, transcritas a seguir nos revelam algumas das formas de agir dos obsessores.

471. Quando experimentamos uma sensação de angústia, de ansiedade indefinível, ou de íntima satisfação, sem que lhe conheçamos a causa, devemos atribuí-la unicamente a uma disposição física?

“É quase sempre efeito das comunicações em que inconscientemente entrais com os Espíritos, ou da que com elas tivestes durante o sono.”

472. Os Espíritos que procuram atrair-nos para o mal se limitam a aproveitar as circunstâncias em que nos achamos, ou podem também criá-las?

“Aproveitam as circunstâncias ocorrentes, mas também costumam criá-las, impelindo-vos, mau grado vosso, para aquilo que cobiçais. Assim, por exemplo, encontra um homem, no seu caminho, certa quantia. Não penses tenham sido os Espíritos que a trouxeram para ali. Mas, eles podem inspirar ao homem a ideia de tomar aquela direção e sugerir-lhe depois a de se apoderar da importância achada, enquanto outros lhe sugerem a de restituir o dinheiro ao seu legítimo dono. O mesmo se dá com relação a todas as demais tentações.” (ALLAN KARDEC, 1857 p.171)

Não podemos esquecer que somos espíritos encarnados e agimos em muitos aspectos como outros desencarnados, diante da cena de uma criança desnutrida pedindo esmola as pessoas como espíritos encarnados podem reagir de várias formas dependendo de sua índole, uns sentirão pena e serão impelidos a ajudar, outros serão indiferentes por não terem amor fraterno e não veem na cena uma oportunidade de levar vantagem, outros que além de não ter amor fraterno tem crueldade, oferecerão ajuda, mas na intenção de explorar a criança de alguma forma, esta criança não estará

Terapia para depressão e prevenção de drogas

completamente desprotegida, pois já demonstrou boas qualidades; é humilde, e se optou por pedir é porque não quer roubar, não só as leis sociais a protegerão, mas como também se alguém tentar maltratar esta criança as pessoas de melhor índole se indignarão interferindo de alguma forma a favor da criança. É claro que no mundo espiritual esses mecanismos funcionam com mais perfeição que no mundo material, pois nosso mundo é um esboço do mundo espiritual.

8.11 Anjo do bem, Anjo do mau

Te amo, mas respeito seu livre arbítrio

Não te amo, mas te ofereço o que queres

Venha comigo te mostrarei a face do Senhor

Não vá, caminhe comigo nos prazeres da carne

Não sei o que é livre arbítrio

Tenho medo de querer o que quero

Adoro o Senhor, mas creio não poder vê-lo

Estou na carne e não conheço os prazeres do espírito

Cante um louvor, vibre seu coração e terá paz

Solte a imaginação e terá prazer sexual

Ore com fé e sentirás o êxtase do paraíso

Exalte seu orgulho e terá o poder

Faça tua escolha entre o bem e o mal

Eu te deixo escolher, te dou outra chance

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Pra mim você caiu, vacilou, perdeu

Vamos pra esbornia você já é meu

Kleber Lages

Capítulo IX

O COMEÇO DE TUDO

9.1 Formação da energia, da matéria e do universo

Tudo que vamos aprendendo e assimilando, vai sendo integrado à nossa alma como consciência permanente. Toda alma foi criada simples e ignorante, evoluindo a partir de uma onda que se transforma em átomo, que se transforma em molécula que se aglomera se transformando em mineral. Um desses átomos, especificamente o carbono,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

quando se aglomeram formam os cristais, que com a transformação do universo evolui para o vegetal, que evolui para o animal; a grosso modo é assim que acontece.

Primeiro é formada a nebulosa, que é uma concentração de energia no espaço, esta concentração de energia é formada entre outros universos que giram em torno dela, esses universos a sua volta estão em expansão, portanto se aproximando desta concentração energética, quando chegam a uma determinada distancia, como estão em alta rotatividade, colocam para girar também a concentração de energia recém formada, esta vai sendo comprimida e diante da alta pressão interna a energia começa a se compactar se transformando em átomo de hélio, a partir da fusão entre esses átomos todos os outros átomos vão surgindo.

Esta transformação de energia em átomo se inicia no centro da nebulosa onde a pressão é maior, formando aí um eixo central em torno do qual todo o restante da nebulosa passa a girar e a ele se integrar em forma do átomo mais simples que é o hélio.

Percebam que devido ao giro dos outros universo o giro da energia da nebulosa acontece de fora para dentro comprimindo e compactando cada vez mais o centro que a um determinado grau de pressão explode. '

Uma parte do centro no entanto se mantém intacta por estar mais compactado que o restante do material, note que o material espalhado com a explosão fazia parte deste centro e portanto na desintegração as moléculas foram violentamente partidas ficando uma parte no material expelido e uma parte no centro, assim como a tendência de toda molécula é se completar para adquirir o equilíbrio, o material expelido é atraído para o eixo que se manteve intacto, mas a alta velocidade em que estão girando não permite uma aproximação completa, pois todo ponto de atração no eixo central é um ponto de sucção.

Vamos colocar da seguinte forma para que fique mais claro; todo este material desprendido e o que ficou compactado no centro, pelo giro em alta velocidade que executavam, adquiriram uma forma arredondada, neste ponto já estamos nos referindo a um sistema planetário, um astro no centro onde todos os seus ponto é um ponto de atração para o planeta em sua volta, este planeta sendo mais leve e já estando em alto giro, estará sempre sendo atraído pelo próximo ponto do astro mantendo o giro em torno de se mesmo e em torno do astro, é como a bobina eletromagnética de uma turbina, estude o mecanismo simples de uma bobina e entenderá o que estou dizendo.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Você poderá questionar, há! mas você nos forneceu aí a força de gravidade do universo, mas como surgiu esta energia para gerar esta força? Lembre-se que mesmo antes de existir o sistema planetário alvo de nosso exemplo, todos os outros universos já estavam girando produzindo ondas e quem tem um conhecimento um pouco mais apurado sobre partícula sabe que ela pode se comportar como onda ou como partícula dependendo da consciência que a controla, isso foi confirmado em laboratório com o seguinte experimento; o pesquisador colocou uma placa de metal em um canto do laboratório, a partir da placa um tubo saia indo até a outra extremidade da sala onde estava um canhão de elétrons, quando o canhão foi disparado obteve-se o resultado previsto, ou seja, marcas de furos produzidos pelo impacto dos elétrons, mas quando resolveram filmar o evento, não apareceu mais marcas de furos e sim de ondas.

O experimento foi repetido várias vezes com o mesmo resultado, daí se concluindo que o que provocava a transformação no comportamento do elétron (partícula) era a intervenção da consciência do observador, a partir deste evento então passou-se a aceitar a dualidade partícula-onda.

Voltando a nosso ponto, então o que gerou a energia original da nebulosa foram as ondas produzidas pelo giro dos universos. Vale a pena ressaltar aqui que à partir das primeira ondas que geraram a nebulosa a profundidade-tempo foram formados, duas dimensões que deram suporte ao surgimento da matéria, e o espaço percebido por nós surgiu com a matéria, não consigo ver ainda neste mundo que nos cerca uma quarta dimensão talvez exista e talvez seja apenas uma ilusão virtual, mas estou abordando este aspecto da problemática apenas para que possam perceber que toda esta transformação não acontece no vácuo, todo elemento, partícula ou onda, traz dentro de se as três dimensões, portando todo elemento é uma página em branco onde o tempo grava em sua dimensão de espaço todo movimento interno que gerou sua existência.

Esse mesmo princípio um pouco mais bordado de complexidade dá origem a consciência que absorve a fagulha divina de amor dando origem ao espírito. Aqui está um resumo do resumo da criação apenas para que possamos perceber que cada um traz dentro de se, embora de forma enublada, a formação de toda nebulosa, desculpe o trocadilho leitor, entenda por toda nebulosa, toda existência.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

9.2 Criação do universo

A vida é um movimento do universo

Impulsionando a lei do progresso

Nos trazendo espinhos e flores

Nos rendendo alegrias e dores

Assim a divina providência, o Deus natureza nos cria

Nos proporcionado a escuridão da noite e a luz do dia

Nos fornecendo o alimento da carne e do espirito

Nos levando do inferno ao paraíso bendito

Olhe para dentro de se com franqueza

Perceba a euforia, o amor e a tristeza

É tudo criação do Deus natureza

É o óvulo do amor e da beleza

Cultue sem medo a divina providencia

É ela que te proporciona subsciência

Cultue também a simplicidade do amor

Mineral bruto lapidado pela dor

Embora eu ame a beleza da poesia

Sinto-me constrangido em construir esses versos

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Pois sei que nada pode ser tão bem elaborado

Como a construção do universo

Me perdoem pela expressão do meu orgulho.

Kleber Lages

9.3 Formação do espirito

Com base na teoria de Pietro Ubaldi o universo é composto de três elementos; matéria, energia e psiquismo.

Já discutimos anteriormente este assunto e abordamos de forma bem superficial esses três elementos. Vejamos agora na visão deste conceituado filósofo como ocorre a gênese da vida. Como sabemos o átomo é formado por duas partes distintas, o núcleo e os elétrons que se localizam em torno do núcleo, o núcleo de cada átomo é composto por prótons e nêutrons sendo os prótons a identidade do átomo já que todo átomo que representa o mesmo elemento tem que ter o mesmo número de prótons.

Os prótons são formados por quarks. Que é um férmion fundamental, tem spin semi-inteiro com carga hadrônica ou cor (nada a ver com cor visual). Carga de cor tem a ver com a força existente entre os quarks e gluons que são os elementos responsáveis pela força de coesão que mantem os quarks juntos formando hádrons, o gluon é um boson vetorial que não tem massa. Em torno do núcleo os elétrons giram dispostos em camadas ou níveis, é como se o núcleo fosse o sol e os elétrons fossem os planetas. As orbitas dos planetas seriam os níveis, vamos chamar então esses níveis de orbitas, em volta de núcleo existem sete orbitas.

Cada orbita é representada por uma letra e suporta um determinado número de elétrons, como a seguir; K 2 elétrons, L 8 elétrons, M 18 elétrons, N 32 elétrons, O 32 elétrons, P 18 elétrons, Q 4 elétrons. Esses elétrons em seu giro em torno do núcleo e em torno de se mesmo sofrem uma força centrípeta, ou seja, tendem a sair para fora de sua orbita, pelas forças cinéticas que atuam no sistema atômico, e ao mesmo tempo são atraídos pela força magnética do núcleo, essas duas forças promovem o equilíbrio do sistema, mantendo os elétrons a determinada distancia do núcleo, essas distancias são as

Terapia para depressão e prevenção de drogas

órbitas. No entanto todo esse processo não impede que os elétrons saltam de uma órbita para outra, impulsionados pelas forças cinéticas atuantes no sistema.

Esses saltos ocorrem também para fora da órbita, saindo do sistema, quando esse elétron abandona o sistema viaja em forma de uma onda de alta frequência e de curtíssimo comprimento de onda, são ondas eletromagnéticas geradas a partir da combinação de energia elétrica e magnetismo como no caso dos átomos e dos motores elétricos com bobinas. Explicando melhor, os elétrons estão presos em volta do núcleo pela força magnética que este núcleo exerce sobre eles, isto quer dizer que os elétrons que estão mais próximos do núcleo recebem uma maior força de atração. Quando um átomo recebe energia seus elétrons se excitam passando a girar mais rápido isto significa que neste momento este elétron ganhou mais força e com isso se desprende daquele nível saltando para o próximo nível quando cessa o fornecimento de energia para o sistema o elétron é novamente atraído pelo núcleo voltando ao nível anterior e a energia que recebeu para migrar é liberada de uma só vez em forma de fóton ou luz.

O que determina o comprimento de onda desta luz emitida é o nível que o elétron ocupa originalmente. O elétron que ocupa o nível um, portanto o mais próximo do núcleo precisa de menos energia para realizar seu salto para os níveis externos, na volta para o nível um terá menos energia acumulada e o comprimento de onda da luz emitida será maior. Portanto diferentes tipos de átomos produzirão diferentes comprimentos de ondas ou diferentes cores de luz, podemos constatar este fato nos fogos de artifícios que produzem luzes de várias cores; quando se quer uma luz por exemplo a cor amarela os fabricantes misturam sódio (Na) na pólvora que quando explode excitam seus elétrons que produzem a luz amarela, o estrôncio (Sr) produz o vermelho carmim, o cobre (Cu) produz o azul e assim sucessivamente.

Essas ondas podem se propagarem no vácuo não necessitando de um meio material para isso, e quando encontram outro sistema que conseguem penetrar, se esse sistema não permitir uma penetração natural, sem resistência, essas ondas vão ser deformadas na pressão sofrida pela resistência do novo sistema, aumentando seu comprimento de ondas no intuito de facilitar sua penetração, seguindo assim a lei do menor esforço, quando essas ondas atingirem o formato de uma reta seu poder de penetração estará bem maior e dependendo do tipo de átomo que esta onda penetrar alterará a estrutura interna do sistema se tornando apta a receber a gravação de tudo que ocorre dentro do sistema estando pronta para se desenvolver para o patamar de

Terapia para depressão e prevenção de drogas

consciência, naturalmente que isto só ocorre no momento da criação do universo quando os elementos estão surgindo a partir do Hidrogênio, para formações atômicas mais complexas.

Outro fator a levar em conta, é a real significação de reta aqui, pois na realidade a reta só existe em nosso conceito, na nossa forma de perceber o detalhe como um todo, na verdade todo elemento é curvo já que todo o universo, incluindo o espaço, é curvo em consequência dos vórtices produzidos pela energia e matéria que compõem o universo.

O átomo essencial para a vida é o C (carbono), único elemento que no início da criação da vida pode ser manipulado pelo projeto concinencial, este comando é realizado de forma automática obedecendo as leis naturais de atração, e quando é necessário são supervisionados por consciências mais desenvolvidas responsáveis por essas ações.

O homem é feito verdadeiramente à imagem e semelhança de Deus, no sentido em que compreende em si e constitui, numa unidade, os três momentos, pensamento, energia e matéria. O homem é um corpo, estrutura física, que se apoia numa armação esquelética que pertence ao reino mineral, sobre a qual se eleva o metabolismo rápido da vida, a troca (vida vegetativa, ainda não consciência), dinamismo que é energia. O produto último da vida é a consciência, nascida daquele dinamismo e em contínuo desenvolvimento, por meio de um trabalho contínuo e intenso de provas e experiências produzidas por choques, não mais cósmicos ou moleculares, mas psíquicos.

(PIETRO UBALDI, 1997 P.19)

9.4 Partícula/onda

Estou presente em sua angustia em seu sofrimento

Em casa, em seu corpo e seu alimento

Em tudo que existe em sua vida

Até em seu próprio pensamento

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Sou na existência um vórtice de alto movimento

Existindo igual em breves momentos

De sua energia, sou abastecimento

De sua luz, sou abrilhantamento

Estou em alta velocidade e em abrandamento

Posso fazer em suas magoas, o abolimento

Posso ser gentil te fazendo abatimento

Posso fazer de sua vida um tormento

Sou onda sou partícula em franco andamento

Sou o elétron, sou a luz, a tudo incremento

Quando sinto atração sou ciumento

Te construo inteiro neste momento

Kleber Lages

9.5 Obsessão

Abordaremos com mais ênfase, nesta obra, a questão da sintonia, descreverei com detalhes os processos científicos sobre sintonia de ondas para que possamos entender melhor a sintonia do pensamento, recomendo que leia com atenção o item que trata deste assunto, é claro que o entendimento do tema é importante para o trabalho, mas nem todo mundo tem noção de física quântica, por isso o tema é colocado no decorrer do texto de outras formas menos científica, de qualquer maneira você entenderá do que se trata, mas não deixe de ler também as teorias científica aqui expostas que trata de sintonia de ondas.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Destaquei alguns conceitos relevantes ao tema obsessão e desenvolvi um texto de esclarecimento para o leitor menos familiarizado com o assunto, mas aconselho que todos leem, pois podem encontrar coisas novas no texto, ou lembrar conhecimentos já esquecidos, esses itens são: aura, corpos sutis, sintonia de frequência, ondas, entre outros.

Obsessão no espiritismo é o domínio ou a influência que um espírito exerce sobre outro, a mais importante para nós é a que ocorre de desencarnado para encarnado, mas pode ocorrer também entre; encarnado e encarnado, desencarnado e desencarnado e até de encarnado para desencarnado. Os espíritos obsessores são espíritos poucos desenvolvidos, tanto no sentido moral como intelectual, isso não quer dizer que o obsediado deva ser um espírito elevado, em tudo age a lei de causa e efeito, e a causa para que alguém seja obsediado, encontra-se tanto fora, como dentro de si mesmo. Um espírito nos persegue geralmente cobrando débitos do passado, mas para que sua influência sobre nós se efetive, é necessário que tenhamos dentro de nós defeitos morais com os quais o obsessor possa sintonizar.

No livro dos médiuns, Alan Kardec nos explica com sua característica constância sobre o problema da obsessão; para que a explanação fique adequada far-se-á a necessidade de uma transcrição mais extensa dessa importante obra do codificador.

“237. Entre os escolhos que apresenta a prática do Espiritismo, cumpre se coloque na primeira linha a obsessão, isto é, o domínio que alguns Espíritos logram adquirir sobre certas pessoas. Nunca é praticada senão pelos Espíritos inferiores, que procuram dominar. Os bons Espíritos nenhum constrangimento infligem. Aconselham, combatem a influência dos maus e, se não os ouvem, retiram-se.

Os maus, ao contrário, se agarram àqueles de quem podem fazer suas presas. Se chegam a dominar algum, identificam-se com o Espírito deste e o conduzem como se fora verdadeira criança.

A obsessão apresenta caracteres diversos, que é preciso distinguir e que resultam do grau do constrangimento e da natureza dos efeitos que produz. A palavra obsessão é, de certo modo, um termo genérico, pelo qual se designa esta espécie de fenômeno, cujas principais variedades são: a *obsessão simples*, a *fascinação* e a *subjugação*.

238. Dá-se a obsessão simples, quando um Espírito malfazejo se impõe a um médium, se imiscui, a seu mau grado, nas comunicações que ele recebe, o impede de se

Terapia para depressão e prevenção de drogas

comunicar com outros Espíritos e se apresenta em lugar dos que são evocados. Ninguém está obsidiado pelo simples fato de ser enganado por um Espírito mentiroso. O melhor médium se acha exposto a isso, sobretudo, no começo, quando ainda lhe falta a experiência necessária, do mesmo modo que, entre nós homens, os mais honestos podem ser enganados por velhacos. Pode-se, pois, ser enganado, sem estar obsidiado.

A obsessão consiste na tenacidade de um Espírito, do qual não consegue desembaraçar-se a pessoa sobre quem ele atua.

Na obsessão simples, o médium sabe muito bem que se acha presa de um Espírito mentiroso e este não se disfarça; de nenhuma forma dissimula suas más intenções e o seu propósito de contrariar. O médium reconhece sem dificuldade a felonía e, como se mantém em guarda, raramente é enganado. Este gênero de obsessão é, portanto, apenas desagradável e não tem outro inconveniente, além do de opor obstáculo às comunicações que se desejara receber de Espíritos sérios, ou dos afeiçoados. Podem incluir-se nesta categoria os casos de *obsessão física*, isto é, a que consiste nas manifestações ruidosas e obstinadas de alguns Espíritos, que fazem se ouçam, espontaneamente, pancadas ou outros ruídos. Pelo que concerne a este fenômeno, consulte-se o capítulo *Das manifestações físicas espontâneas*.

239. A fascinação tem consequências muito mais graves. É uma ilusão produzida pela ação direta do Espírito sobre o pensamento do médium e que, de certa maneira, lhe paralisa o raciocínio, relativamente às comunicações. O médium fascinado não acredita que o estejam enganando: o

Espírito tem a arte de lhe inspirar confiança cega, que o impede de ver o embuste e de compreender o absurdo do que escreve, ainda quando esse absurdo salte aos olhos de toda gente.

A ilusão pode mesmo ir até ao ponto de o fazer achar sublime a linguagem mais ridícula. Fora erro acreditar que a este gênero de obsessão só estão sujeitas as pessoas simples, ignorantes e baldas de senso. Dela não se acham isentos nem os homens de mais espírito, os mais instruídos e os mais inteligentes sob outros aspectos, o que prova que tal aberração é efeito de uma causa estranha, cuja influência eles sofrem. Já dissemos que muito mais graves são as consequências da fascinação. Efetivamente, graças à ilusão que dela decorre, o Espírito conduz o indivíduo de quem ele chegou a apoderar-se, como faria com um cego, e pode levá-lo a aceitar as doutrinas mais estranhas, as teorias mais falsas, como se fossem a única expressão da verdade. Ainda mais, pode levá-lo a situações ridículas, comprometedoras e até perigosas.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Compreende-se facilmente toda a diferença que existe entre a obsessão simples e a fascinação; compreende-se também que os Espíritos que produzem esses dois efeitos devem diferir de caráter. Na primeira, o Espírito que se agarra à pessoa não passa de um importuno pela sua tenacidade e de quem aquela se impacienta por desembaraçar-se. Na segunda, a coisa é muito diversa. Para chegar a tais fins, preciso é que o Espírito seja destro, artiloso e profundamente hipócrita, porquanto não pode operar a mudança e fazer-se acolhido, senão por meio da máscara que toma e de um falso aspecto de virtude. Os grandes termos — caridade, humildade, amor de Deus — lhe servem como que de carta de crédito, porém, através de tudo isso, deixa passar sinais de inferioridade, que só o fascinado é incapaz de perceber. Por isso mesmo, o que o fascinador mais teme são as pessoas que veem claro. Daí o consistir a sua tática, quase sempre, em inspirar ao seu intérprete o afastamento de quem quer que lhe possa abrir os olhos. Por esse meio, evitando toda contradição, fica certo de ter razão sempre.

240. A subjugação é uma constrição que paralisa a vontade daquele que a sofre e o faz agir a seu mau grado. Numa palavra: o paciente fica sob um verdadeiro jugo. A subjugação pode ser moral ou corporal. No primeiro caso, o subjugado é constrangido a tomar resoluções muitas vezes absurdas e comprometedoras que, por uma espécie de ilusão, ele julga sensatas: é uma como fascinação.

No segundo caso, o Espírito atua sobre os órgãos materiais e provoca movimentos involuntários. Traduz-se, no médium escrevente, por uma necessidade incessante de escrever, ainda nos momentos menos oportunos. Vimos alguns que, à falta de pena ou lápis, simulavam escrever com o dedo, onde quer que se encontrassem, mesmo nas ruas, nas portas, nas paredes. Vai, às vezes, mais longe a subjugação corporal; pode levar aos mais ridículos atos. Conhecemos um homem, que não era jovem, nem belo e que, sob o império de uma obsessão dessa natureza, se via constrangido, por uma força irresistível, a pôr-se de joelhos diante de uma moça a cujo respeito nenhuma pretensão nutria e pedi-la em casamento.

Outras vezes, sentia nas costas e nos jarretes uma pressão enérgica, que o forçava, não obstante a resistência que lhe opunha, a se ajoelhar e beijar o chão nos lugares públicos e em presença da multidão. Esse homem passava por louco entre as pessoas de suas relações; estamos, porém, convencidos de que absolutamente não o era, porquanto tinha consciência plena do ridículo do que fazia contra a sua vontade e com isso sofria horrivelmente.

241. Dava-se outrora o nome de possessão ao império exercido por maus Espíritos, quando a influência deles ia até à aberração das faculdades da vítima. A

Terapia para depressão e prevenção de drogas

possessão seria, para nós, sinônimo da subjugação. Por dois motivos deixamos de adotar esse termo: primeiro, porque implica a crença de seres criados para o mal e perpetuamente votados ao mal, enquanto que não há senão seres mais ou menos imperfeitos, os quais todos podem melhorar-se; segundo, porque implica igualmente a ideia do apoderamento de um corpo por um Espírito estranho, de uma espécie de coabitação, ao passo que o que há é apenas constrangimento. A palavra subjugação exprime perfeitamente a ideia.

Assim, para nós, não há possessos, no sentido vulgar do termo, há somente obsidiados, subjugados e fascinados.

242. A obsessão, como dissemos, é um dos maiores escolhos da mediunidade e também um dos mais frequentes. Por isso mesmo, não serão demais todos os esforços que se empreguem para combatê-la, porquanto, além dos inconvenientes pessoais que acarreta, é um obstáculo absoluto à bondade e à veracidade das comunicações. A obsessão, de qualquer grau, sendo sempre efeito de um constrangimento e este não podendo jamais ser exercido por um bom Espírito, segue-se que toda comunicação dada por um médium obsidiado é de origem suspeita e nenhuma confiança merece. Se nelas alguma coisa de bom se encontrar, guarde-se isso e rejeite-se tudo o que for simplesmente duvidoso.

243. Reconhece-se a obsessão pelas seguintes características:

1ª Persistência de um Espírito em se comunicar, bom ou mau grado, pela escrita, pela audição, pela tiptologia, etc., opondo-se a que outros Espíritos o façam;

2ª Ilusão que, não obstante a inteligência do médium, o impede de reconhecer a falsidade e o ridículo das comunicações que recebe;

3ª Crença na infalibilidade e na identidade absoluta dos Espíritos que se comunicam e que, sob nomes respeitáveis e venerados, dizem coisas falsas ou absurdas;

4ª Confiança do médium nos elogios que lhe dispensam os Espíritos que por ele se comunicam;

5ª Disposição para se afastar das pessoas que podem emitir opiniões aproveitáveis;

6ª Tomar a mal a crítica das comunicações que recebe;

7ª Necessidade incessante e inoportuna de escrever;

8ª Constrangimento físico qualquer, dominando-lhe a vontade e forçando-o a agir ou falar a seu mau grado;

9ª Rumores e desordens persistentes ao redor do médium, sendo ele de tudo a causa, ou o objeto.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

245. As causas da obsessão variam, de acordo com o caráter do Espírito. É, às vezes, uma vingança que este toma de um indivíduo de quem guarda queixas da sua vida presente ou do tempo de outra existência. Muitas vezes, também, não há mais do que o desejo de fazer mal: o Espírito, como sofre, entende de fazer que os outros sofram; encontra uma espécie de gozo em os atormentar, em os vexar, e a impaciência que por isso a vítima demonstra mais o exacerba, porque esse é o objetivo que colima, ao passo que a paciência o leva a cansar-se. Com o irritar-se e mostrar-se despeitado, o perseguido faz exatamente o que quer o seu perseguidor. (KARDEC, 1861 p.254 a 262)

Esses Espíritos agem, não raro por ódio e inveja do bem; daí o lançarem suas vistas malfazejas sobre as pessoas mais honestas. Um deles se apegou como “tinha” a uma honrada família do nosso conhecimento, à qual, aliás, não teve a satisfação de enganar. Interrogado acerca do motivo por que se agarrara a pessoas distintas, em vez de o fazer a homens maus como ele, respondeu: estes não me causam inveja.

Outros são guiados por um sentimento de covardia, que os induz a se aproveitarem da fraqueza moral de certos indivíduos, que eles sabem incapazes de lhes resistirem. Um destes últimos, que subjugava um rapaz de inteligência muito apoucada, interrogado sobre os motivos dessa escolha, respondeu: Tenho grandíssima necessidade de atormentar alguém; uma pessoa criteriosa me repeliria; ligo-me a um idiota, que nenhuma força me opõe. O codificador continua com o tema durante todo o capítulo vale a pena conferir.

Como já podemos perceber até aqui a relação entre obsessão e depressão é muito estreita. Os obsessores não são responsáveis por todos os quadros de depressão, mas sempre usam com habilidade esse estado de coisa para nos atingir com mais violência.

O obsessor para nos atingir não precisa, por exemplo, nos transmitir diretamente pensamentos de tristeza, ele pode simplesmente usar um de nossos defeitos para provocar a tristeza, a pessoa tempestuosa que não mede suas palavras pode em um momento de irritação ser facilmente conduzido por um obsessor a ser desagradável com alguém muito querido, depois que estiver de cabeça fria vem o arrependimento, a tristeza e a depressão. Hoje em dia, no verdadeiro mosaico que se encontra nossa sociedade, é muito comum a pessoa ser induzida a maltratar seu parceiro por ciúmes, provocando brigas, separações e até mortes.

Na realidade os obsessores é uma ferramenta muito útil para nossa evolução, não são bonzinhos e nem responsáveis, pois a intenção é prejudicar o obsediado, mas mesmo assim por mais poderoso que seja o obsessor, estará sempre sob o severo domínio das leis naturais, como já foi dito para que um obsessor ataque, a pessoa

Terapia para depressão e prevenção de drogas

precisa ter os defeitos que eles precisam usar, como no caso do ciúmes citado acima, assim todo sofrimento causado pelo obsessivo deve nos levar a reflexão e a corrigenda de nossos defeitos, falaremos sobre isto com mais detalhes em outros itens desta obra, mesmo depois de corrigido nossos defeitos o sofrimento causado pela dor que provocamos anteriormente a nosso irmão não desaparecerá, pois excluída a crueldade e a indiferença dentro de nós aparecerá o arrependimento e só depois que procurarmos esse irmão e pedirmos sinceramente seu perdão é que estaremos livres, na realidade não precisamos entrar em contato direto com este irmão, o que, muitas vezes, nos exclui do débito é a real intenção de concertar as coisas, o criador nos fornece mecanismos para que a culpa seja retirada de nós quando há o verdadeiro arrependimento.

O principal processo que envolve o drama da obsessão é a sintonia vibracional, como veremos a seguir uma onda só sintoniza uma outra que tiver seu mesmo comprimento e vibração. Depois que você lê os textos que tratam deste assunto entenderá melhor como isso acontece. Antes é bom saberem que os espíritos se comunicam por telepatia, portanto com ondas de pensamentos, sendo que os sentimentos também são ondas, cada um com exclusiva faixa de vibração.

9.6 Lei do progresso

Mais uma vez vejo-me na obrigação de abordar o tema, lei do progresso, pela importância que este assunto tem para nosso trabalho. Apesar de já termos nos referido bastante a esta lei muito ainda tem a dizer e com certeza, por mais que falemos no assunto, jamais o esgotaremos. Como já foi dito anteriormente não nos é dado o direito de parar no tempo, tendo o criador amor infinito por nós, e sabendo de nossa condição consciencial jamais deixaria de usar todos os recursos para alavancar nossa caminhada em direção ao amor e a felicidade plena.

As circunstâncias criadas pela vida sempre nos impulsionam a evoluirmos intelectualmente, e a evolução da ciência em muitos pontos já vem confirmando a realidade do mundo espiritual, mesmo nessa obra você perceberá com clareza que usarei muitas teorias científicas já aceitas e comprovadas para calçar de veracidade o que a parte religiosa da obra propõe, isso ficará claro principalmente no trecho que trato de sintonia, onde a física quântica com sua teoria atômica fornecerá as explicações necessária para o entendimento das técnicas propostas, digo o entendimento das técnicas, porque o objetivo principal da obra não é confirmar as verdades religiosas

Terapia para depressão e prevenção de drogas

pelas teorias científicas, embora o desenrolar do texto me force a usar essas teorias na aplicação das técnicas, principalmente a abordagem de conhecimentos relevantes no campo da psicologia.

Mesmo o que você está lendo neste momento faz referência a estreita relação existente entre o avanço da ciência e a crescente necessidade da reforma íntima para o aperfeiçoamento moral do homem, temas como aquecimento global e globalização política e social não nos empurrará apenas em direção ao crescimento tecnológico, mas nos fará pensar também na preservação da natureza incluindo preservação de espécies e na necessidade da existência da gentileza entre as pessoas, fica cada vez mais claro as vantagens que existem no respeito mútuo e na generosidade, agora mesmo estou assistindo uma campanha em uma grande rede televisiva sobre a importância da generosidade. Isso denuncia uma maturação moral maior do que se tinha em tempos passados, inclusive a humanidade já chegou a queimar pessoas vivas simplesmente por terem opiniões divergentes, hoje sem dúvida acharíamos isso inaceitável, no entanto quando essa prática existia era considerada justa e adequada era exercida inclusive em nome de Deus.

Mesmo diante do aparente absurdo de sermos tolhidos em parte de nosso livre arbítrio, devemos reconhecer a sabedoria insuperável do criador, é como o pai que não deixa o filho mexer com fogo sabedor de que ele vai se queimar. Se nós que somos tão imperfeitos, conhecemos a importância de ministrar remédios amargos à nossos filhos, imagine o criador que tudo sabe, se refletirmos com calma veremos que o livre arbítrio oferecido de forma indiscriminada aos seres humanos provocaria um caos na sociedade, pois disto se aproveitaria os orgulhosos e os egoístas acumulando vantagens para se, à custa das privações dos mais honestos, essa situação seria injusta porque embora todos tenhamos débitos a resgatar com certeza o mais orgulhoso carrega um débito maior, quando me refiro em meus trabalhos a bem estar, gostaria que o leitor entendesse que não estou me referindo a conforto material ou a noites de esbornias, falo da serenidade causada pela harmonia interna que causa a paz verdadeira e definitiva.

No livro “A Grande Síntese”, psicografado por Pietro Ubaldi e ditado por entidades altamente evoluídas, há muitas informações sobre como se processa a evolução, complementando a Codificação Kardequiana.

Verifica-se que as Leis Divinas funcionam dentro de uma ao mesmo tempo complexidade e simplicidade inimagináveis para os cérebros horizontalistas. A Ciência do Infinito é ilimitada e, quanto mais a humanidade evolui, mais vai sendo revelada aos encarnados.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

O texto que segue são questões retiradas do livro dos espíritos, que nos esclarece de forma mais completa o tema em questão

780. O progresso moral acompanha sempre o progresso intelectual?

“Decorre deste, mas nem sempre o segue imediatamente.” (192-365)

a) - Como pode o progresso intelectual engendrar o progresso moral?

“Fazendo compreensíveis o bem e o mal. O homem, desde então, pode escolher. O desenvolvimento do livre-arbítrio acompanha o da inteligência e aumenta a responsabilidade dos atos.”

b) - Como é, nesse caso, que, muitas vezes, sucede serem os povos mais instruídos os mais pervertidos também?

“O progresso completo constitui o objetivo. Os povos, porém, como os indivíduos, só passo a passo o atingem. Enquanto não se lhes haja desenvolvido o senso moral, pode mesmo acontecer que se sirvam da inteligência para a prática do mal. O moral e a inteligência são duas forças que só com o tempo chegam a equilibrar-se.” (365-751)

781. Tem o homem o poder de paralisar a marcha do progresso?

“Não, mas tem, às vezes, o de embará-la.”

a) - Que se deve pensar dos que tentam deter a marcha do progresso e fazer que a

Humanidade retrograde?

“Pobres seres, que Deus castigará! Serão levados de roldão pela torrente que procuram deter.”

Sendo o progresso uma condição da natureza humana, não está no poder do homem opor sê-lhe. É uma força viva, cuja ação pode ser retardada, porém não anulada, por leis humanas más. Quando estas se tornam incompatíveis com ele, despedaça-as juntamente com os que se esforçam por mantê-las. Assim será, até que o homem tenha posto suas leis em concordância com a justiça divina, que quer que todos participem do bem e não a vigência de leis feitas pelo forte em detrimento do fraco.

783. Segue sempre marcha progressiva e lenta o aperfeiçoamento da Humanidade?

“Há o progresso regular e lento, que resulta da força das coisas. Quando, porém, um povo não progride tão depressa quanto deveria, Deus o sujeita, de tempos a tempos, a um abalo físico ou moral que o transforma.” (ALLAN KARDEC, 1857 p.250)

O homem não pode conservar-se indefinidamente na ignorância, porque tem de atingir a finalidade que a Providência lhe assinou. Ele se instrui pela força das coisas.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

As revoluções morais, como as revoluções sociais, se infiltram nas ideias pouco a pouco; germinam durante séculos; depois, irrompem subitamente e produzem o desmoronamento do carunchoso edifício do passado, que deixou de estar em harmonia com as necessidades novas e com as novas aspirações. Nessas comoções, o homem quase nunca percebe senão a desordem e a confusão momentâneas que o ferem nos seus interesses materiais. Aquele, porém, que eleva o pensamento acima da sua própria personalidade, admira os desígnios da Providência, que do mal faz sair o bem. São a procela, a tempestade que saneiam a atmosfera, depois de a terem agitado violentamente.

Depois da discursão aqui desenvolvida podemos concluir com facilidade, que apesar do paralelo traçado entre a evolução moral e a espiritual, as duas coisas não acontecem de forma simultânea, o conhecimento e a capacidade de aprender abrange todo o evoluir, e para que o espírito possa galgar os degraus da moralidade é necessário a aquisição de conhecimentos específicos no campo dos sentimentos.

É muito comum hoje entre nossos governantes pessoas de alta intelectualidade escolhidas para representarem o interesse do povo, aproveitarem a boa-fé dos eleitores para a prática da corrupção. São pessoas, que na ocasião de sua encarnação, foram consideradas capazes de cumprirem determinadas missões, mas optaram por se servir dessa capacidade para favorecer seu egoísmo e seu orgulho, assim pouco produzirão aqui na terra e pouco de útil terão para apresentarem no mundo espiritual.

Em relação aos que sofrem os abusos desses governantes não estão sendo injustiçados apenas tomam o remédio amargo necessário para seu próprio evoluir.

9.7 Lei querida

Necessitamos de sua presença querida!!!

Mola propulsora de nossa doce vida

Tens a beleza e a delicadeza da margarida

Pedimos a te sua meiga acolhida

Vórtices infinitos de evolução bendita

Aconchego sideral no amor vivido

Benção do criador amigo

Cinturão planetário de abrigo

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Amor do Deus infinito

Euforia do contentamento no grito

Balsamo do corpo e do espirito

Ferramenta divina que acredito

Pode ser o algoz ou a sina

Sempre se traduz em luz divina

Nos faz sofrer e nos ensina

Mesmo o maior algoz domina

Saber sem igual do evoluir

Sabedoria simples do dividir

Vem de amor me suprir

Lei do progresso que mim faz subir!

Kleber Lages

9.8 A questão da dor

O histórico da dor como ferramenta para nossa evolução começa desde a criação do espirito e existe em toda criação vegetal, animal e racional. Observando de um ponto de vista mais amplo podemos dizer que a dor existe mesmo na criação dos átomos, analisemos então esta questão começando pela definição mais real da dor, que é um sinal de alerta para o desequilíbrio interno.

Quando os cientistas provocam a fusão nos núcleos de átomos o resultado é a criação de elementos altamente radioativos capazes de extinguir qualquer forma de vida, o que sem dúvida implica em um desequilíbrio; em uma interrupção na ordem natural das coisas, você poderia se perguntar, mas o átomo tem vida? O átomo realmente não tem vida, pelo menos não na forma em que a conceituamos, mas já não dissemos que a dor é um alerta para o desequilíbrio? Então se este desequilíbrio é provocado em qualquer situação há então um desconforto correspondente ao que sentimos na situação de dor, perceba então que a dor existe em nós desde a criação de nosso espirito simples e ignorante se arrastando até nossos dias e muito provavelmente nos acompanhará até a eternidade, já que sempre teremos imperfeições em relação a Deus e a imperfeição é

Terapia para depressão e prevenção de drogas

uma forma de desequilíbrio. Claro que a intensidade da dor vai variando ao longo de nossa existência, conforme galgamos os degraus da evolução.

Nós não percebemos o sofrimento do animal, mas podemos imaginar como é um sofrimento na escuridão da ignorância e da desesperança, esta é uma dor bem mais intensa, uma dor que não faz gritar, devido a falta de esperança que alguém ouça e venha te socorrer.

A dor no ser humano sem dúvida ganha um significado bem mais amplo devido à natureza de seus sentimentos, geralmente os ricos são portadores de uma orgulho mais endurecido, pelo fato de ter sofrido menos com privações materiais, esse endurecimento do orgulho funciona como um catalizador para o sofrimento, pois quando se tem um órgão avariado o desequilíbrio não ocorre apenas no órgão atingido, mas também o orgulho é ferido, quanto mais humilde a pessoa for; menos intenso será seu sofrimento, tudo é relativo e a carne que falta no prato do pobre pode causar nele menos frustração que no rico que não conseguiu comprar o helicóptero que seu adversário tem, desta forma a humildade é um grande atenuante da dor.

A ignorância e a desesperança são também elementos importantes no pensamento que estamos desenvolvendo aqui, veja bem, se você sabe por que está sentindo dor você pode tomar um remédio para aliviar a dor, naturalmente este alívio será superficial, pois curará apenas a dor física, para o orgulho ferido só existe um remédio que é a conquista da humildade ou a aceitação de leis naturais criadas por um ser superior, e que nos conduz inexoravelmente sempre às posições mais confortáveis, ou ainda como sabiamente Jesus simplificou “amar a Deus sob todas as coisas”. Em relação à desesperança é fácil perceber que aquele que tem fé na existência da felicidade espiritual no futuro certamente se dedicará com mais prazer à conquista desta felicidade.

Há também as questões culturais e psicológicas que contribuem grandemente para a perpetuação da dor, a dor sentida nos primórdios da criação fica registrada no inconsciente de cada ser e são passadas aos descendentes gerações após geração sendo sempre enraizadas cada vez mais no inconsciente coletivo pelo acréscimo da dor produzida por cada geração, felizmente essas novas gerações produzem também balsamos como amor, humildade e conhecimento que são igualmente acumulados no inconsciente coletivo atenuando a dor.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Vários são os veículos que contribuem para a manifestação da dor, entre eles a lei da ação e reação é um dos aspectos mais relevantes, pois esta lei está intimamente ligada a todas as dores existentes, se você provoca um sofrimento, você sofre outro de intensidade semelhante, o objetivo é sempre o mesmo, ou seja, nosso progresso moral; é desta forma que todo sofrimento e conseqüentemente toda dor tem origens morais e não psicológica ou física como muitos imaginam, por este prisma da análise a dor não pode ser atenuada apenas com a aquisição da humildade, pois não estamos nos referindo aqui só ao orgulho, estamos abrangendo os defeitos morais de uma forma mais ampla, e neste ponto apenas o amor fraterno pode anular todos os defeitos morais existentes deixando o ser livre e pronto para receber a semente do conhecimento.

9.9 Sofrimento vegetal

Da bolota sagrada de minha mãe surgi
Alta e majestosa, com folhagem cresci
Tronco grosso, braços em variada direção.
Em meus dedos, brincos verdes de montão.

Era viçosa e alegre vivendo de nutriente
Minhas sombras refrescavam o ambiente
Recebi a visita de um casal apaixonado
Sentaram os dois, em minha raiz lado a lado

Trocaram felizes e eternas juras de amor
Degustando meu fruto de doce sabor
De repente um objeto me encheu de pavor
Um canivete em sua mão, minha pele cortou

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Senti meus fluidos escorrer como sangue quente
Naquele coração desenhado, senti a pele dormente
Sofri e lutei vários meses como um gigante valente
Mas, para minhas folhas não passou mais nutriente.

Hoje o sol ainda me acaricia com raios luminosos
Mas não sinto mais a luz dos raios saborosos
Sinto apenas o ardor de seu abrasante calor
Vejo minhas folhas murchando com tristeza e dor

Kleber Lages

Capítulo X

ENTENDENDO A SINTONIA

10.1 Conceitos básicos de ondas

Toda onda é formada por vibração de moléculas, mais especificamente pela agitação de átomos ou de partes destes, ou por irradiação emitidas por ele. Assim tanto aqui como em qualquer parte do universo toda onda é basicamente igual variando apenas em suas características.

O que define o comprimento e a velocidade das ondas são as leis do atrito. Como podemos perceber as ondas existem em infinitos comprimentos e vibrações. Mas com base nas leis do atrito nossos órgãos foram desenhados para captarem e interpretar apenas uma pequena faixa dessas ondas como os nossos olhos por exemplo que captam apenas as sete frequências que compõem a luz visível.

10.2 Propagação de ondas

Existem várias formas de ondas; entre as principais podemos citar: Ondas mecânicas, sonoras, luminosas, ondas de rádio, eletromagnéticas, etc.

Um dos tipos de ondas mais estudados podem ser vistos por todos em uma experiência simples que pode ser realizada por qualquer pessoa, você precisará apenas de uma corda e um colega que o ajude a realizar o experimento;

Em pé e com a mão levantada a altura da cintura segure em uma das extremidades da corda e peça que seu colega segure na outra, as pontas seguras devem ficar levantadas do solo enquanto o restante da corda permanecerá repousada no solo, faça então um movimento brusco vertical e verá que uma onda que se formará percorrendo toda a extensão da corda até chegar a seu colega. Perceba também que a proporção que a onda foi se deslocando ao longo da corda o trecho percorrido da mesma vai retornando a sua posição inicial ou seja repousada sobre o solo.



Figura 1



Figura 2



Figura 3

Nos exemplos acima já podemos identificar algumas características de ondas;

Pulso: força inicial aplicada pela mão na corda

Onda: movimento provocado pelo pulso

Fonte: mão que faz o primeiro movimento

Meio: corda onde a onda se forma

Na figura 3 foram dados vários pulsos iniciais seguidos, provocando na corda várias ondas seguidas, neste caso denominamos esta sequência de trem de ondas.

Quando observamos as ondas do mar podemos comprovar que alguns objetos que estão flutuando não são empurrados pelos impactos das ondas, mas balançam, sobem a crista da onda e quando descem ainda estão no mesmo local que estavam anteriormente; o fato de mexer com o objeto sem deslocá-lo revela uma outra importante característica da onda.

A onda transporta energia, mas não transporta matéria.

As ondas quanto a sua natureza podem ser mecânicas ou eletromagnéticas.

Ondas eletromagnéticas: são ondas geradas a partir da combinação de energia elétrica e magnetismo como no caso dos átomos e dos motores elétricos com bobinas. Essas ondas podem se propagar no vácuo não necessitando de um meio material para isso.

A luz é um exemplo de ondas eletromagnéticas.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Ondas mecânicas: este tipo de onda não consegue se transportar no vácuo, precisa de um meio material para se propagar, é o caso do exemplo da corda, que já citamos, e das ondas sonoras.

Aliás você já parou para pensar como se formam as ondas sonoras? É mais simples do que parece, veja; quando alguém dedilha a corda de um violão ela se desloca em várias direções deslocando também as moléculas em sua volta, essas moléculas empurram as que estão ligadas a si que balança a próxima, e assim sucessivamente, dois corpos não ocupam o mesmo lugar ao mesmo tempo, esse conceito não é diferente para o ar, assim se você coloca um objeto em um determinado local o ar que esta naquele espaço vai se deslocar para que este objeto se encaixe ali, e este é o motivo pelo qual o ar é considerado um meio solido para propagação de ondas mecânicas. Se a frequência da onda produzida estiver na faixa entre 20 Hz e 20.000 Hz então podemos ouvir o som produzido por este deslocamento, acima ou abaixo disso não ouviremos pois a estrutura de nosso ouvido só produz sinais interpretáveis pelo nosso cérebro nessa faixa. 1 Hz é igual a um ciclo, ou 1 período, por segundo.

Cada molécula que vibra provoca uma onda proporcional a onda completa, provocada pela corda do violão, assim nosso cérebro interpreta os dados captados nas ondas pequenas provocadas pelas moléculas, temos então várias moléculas que vibram provocando pequenas ondas, e o conjunto dessas pequenas ondas formando uma onda maior, pois não poderemos captar a onda completa visto que parte dela se propaga em direção contraria a nós.

Este é um conceito importante para este trabalho; portanto tente sempre lembrar, o todo é formado por pequenas partes idênticas a se mesmo. Ou seja, o todo contém as partes assim como as partes contém, de forma sintetizada, o todo.

Já falamos acima sobre os meios em que as ondas se propagam, veja agora uma outra categoria desta propagação referente a sua direção, neste quesito as ondas podem ser divididas em três grupos; unidimensionais, bidimensionais e tridimensionais.

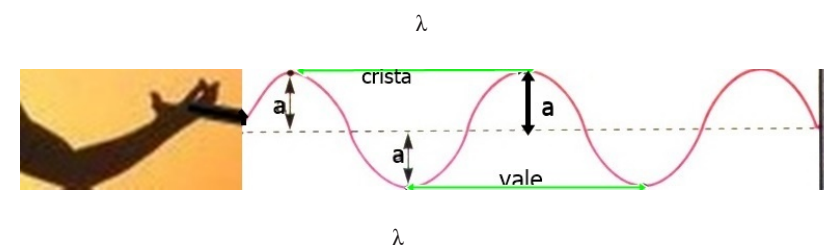
Como o próprio nome já sugere as unidimensionais propagam em uma só direção, mais uma vez podemos usar o exemplo da corda. Para as bidimensionais podemos usar o exemplo das ondas em um lago que se propagam em um plano e as tridimensionais que se propagam em várias direções, é o caso das ondas sonoras e eletromagnéticas.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

No caso da corda percebemos que a onda se direciona para cima de forma perpendicular ao meio no qual está se propagando, ou seja, perpendicular a corda; esta é a direção de vibração deste tipo de onda; propaga para frente (propagação) e vibra para cima (vibração); são ondas transversais. Já as ondas sonoras são longitudinais, pois vibram na mesma direção de sua propagação. Como as ondas sonoras, no entanto uma onda longitudinal pode se propagar também em outro meio material como as molas ou os espirais.

Um bom exemplo de espiral é o nosso universo, contendo todas as características conhecidas da onda, transportando tanto matéria como energia e propagando em todas as direções, tanto se expandindo como se deslocando no espaço tempo, veremos isso mais detalhadamente mais adiante.

As ondas também tem como características a velocidade de propagação, que é a velocidade com que a mesma percorre o espaço no qual está se propagando.



No exemplo acima podemos descrever mais algumas características de ondas para que possamos ter uma melhor compreensão da mesma. O que temos aí são várias ondas em uma corda, provocadas por vários pulsos sequenciais em sua extremidade solta, este tipo de formação é chamado de trem de onda:

Crista de onda; como podemos observar na imagem é o topo da onda.

Vale: é a parte mais baixa da onda

Comprimento de onda: vai de uma crista a outra ou de um vale a outro, representado na figura pela seta verde, o sinal (λ) representa o comprimento de onda.

Período da onda: é o tempo que a onda gasta para percorrer de uma crista a outra, ou para fechar um ciclo, em uma centrífuga trabalhando, por exemplo cada giro completo de sua hélice é um período.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

O período é de um segundo, que é o tempo que sua hélice gasta para completar um giro. Período é o tempo que a onda gasta para se completar, frequência é quantas vezes a onda se repete em um determinado intervalo de tempo. Então quanto menor for a hélice mais giro ela vai dar em um minuto, por exemplo se esta hélice girasse 120 vezes por minuto seu período seria de 0,5 segundos, veja que aumentou o número de giro (período) e diminuiu o tempo gasto em cada giro (frequência). Quanto menor a onda maior sua frequência, e quanto mais veloz a onda menor sua frequência.

Frequência: a frequência é inverso do comprimento de onda, quanto menor for a onda mais ondas ocorrerá em um minuto.

Perceba que o que foi apresentado até agora foram apenas conceitos básicos deste tema, se o leitor sentir necessidade ou curiosidade de um conhecimento mais profundo, como o de desenvolver equações para calcular com precisão períodos, frequência, comprimento de ondas, etc., aconselho que busque obras mais específicas sobre o tema, mas no momento para este trabalho faz-se necessário um a abordagem mais profunda em outros aspectos.

Como já vimos a unidade de medida de uma onda é o hertz (Hz), que é dado em ciclo por segundo, assim se uma corrente elétrica produz em um circuito apropriado 120 ondas em 60 segundos, sua frequência será de 2 Hz, já que em um segundo ele conseguirá produzir 2 ondas.

10.3 Ondas amortecidas:

São aquelas que atingem rapidamente um valor máximo de amplitude, mas também rapidamente decrescem, não se firmando em determinado setor vibratório. São produzidas por aparelhos de “centelha”, que despedem fagulhas, chispas, centelhas, mas não executam uma emissão regular e fixa em determinada faixa. Produzem efeito de “ruídos”. Quando acendemos e apagamos uma lâmpada, esse piscar produzido é uma onda que não se mantém, ou seja é criada e extinta na sequência, não se demorando em nenhum patamar vibratório.

10.4 Ondas de pensamento

Terapia para depressão e prevenção de drogas

As ondas de pensamentos são ondas como qualquer outra, tendo inclusive as mesmas características, só que no caso das ondas mentais são o cérebro que as produz e não um circuito elétrico como no caso das ondas elétricas.

Uma diferença fundamental entre uma onda sonora e uma onda mental, é que as ondas sonoras tem sua frequência definida pela intensidade e a periodicidade infligida pela fonte de seus impulsos enquanto que no caso das ondas mentais a variação de sua frequência para baixo e para cima é definida pelo sentimento a ela associado; o amor produz vibrações mais altas, o ódio produz vibrações mais baixa. Nesse caso um dos elementos que funciona como impulso inicial para formação da onda mental é o amor e quanto mais intenso for este amor, mais alta frequência a onda produzida por ele terá.

Em física quântica as ondas amortecidas são aquelas que queimam todo seu potencial de energia no impulso inicial. As ondas mentais correspondentes as ondas elétricas amortecidas podem ser observadas nas orações feitas no momento de aflição; nosso coração vibra com intensidade incomum, para nosso padrão, mas em seguida esta vibração se desfaz, voltamos à nossa quietude inicial, é evidente que este impulso é forte o suficiente para atingir seu alvo, que são as entidades espirituais mais elevadas, mas o tempo de permanências deste impulso é muito curto na crista mais elevada da onda, quase sempre não efetivando o resultado desejado. Explicando melhor a pessoa se ajoelha em desespero e com grande fé e começa a rezar, no momento em que faz o pedido seu coração vibra produzindo uma onda intensa, que nasce com um impulso forte o suficiente para atingir e tocar o coração de Deus, mas simultaneamente a fé produz a certeza de ser atendido e a vibração é abandonada cortando de forma brusca a conexão com o divino.

Em corrente mental como em ondas eletromagnéticas e todos os tipos de ondas, a frequência é inversamente proporcional ao período, como já foi amplamente exposto; Quanto menor a onda maior sua frequência, e quanto mais veloz da onda maior sua frequência, ou seja quanto mais carregada de sentimento positivo no impulso inicial, maior será a frequência da onda e menor será seu comprimento, serão pulsos curtos e rápidos. sabemos que quanto mais rápido gira um eletrôn, mais luz ele emite, assim as ondas emitidas pelo amor serão mais luminosas e coloridas, é claro que essas ondas tem um comprimento baixíssimo e não são perceptíveis a nossos sentidos conscientes, mas se por exemplo alguém te olhar ou tocar em você com um amor intenso você sentirá o calor suave e reconfortante dessas ondas percorrendo seu corpo, e isso é apenas a liberação de hormônios comandada pela alma em resposta ao amor recebido, pois o efeito positivo que isso produz na alma é por nós incalculável, é um verdadeiro manjar

Terapia para depressão e prevenção de drogas

dos Deuses para o espírito. Podemos de tudo isso entender que quanto menor o comprimento de ondas de um pensamento maior seu poder de penetração e de elevação(amor), e quanto mais longo o comprimento da onda, mais ao nível da terra esta onda permanecerá (ódio, raiva, inveja etc.). Para efeito de analogia veja abaixo o comportamento de ondas em relação ao seu comprimento e seu poder de penetração, do ponto de vista da física.

Ondas longas - são todas as superiores a 600 metros de comprimento. Propagam ao longo da superfície terrestre e têm pequeno alcance.

Ondas médias - são as de comprimento entre 150 e 600 metros. Propagam em parte ao longo da superfície, mas também se projetam para as camadas superiores da atmosfera. Têm alcance maior que as anteriores, embora não muito grande.

Ondas curtas - são as que variam entre 1,0 e 150 metros. Propagam para a atmosfera superior, e são captadas de “ricochete”. Têm alcance muito grande, podendo ser captadas com facilidade até nos antípodas.

Ondas ultracurtas - são todas as que forem menores que 10 metros. Muito maior alcance e força, ecoando nas camadas superiores da atmosfera.

A medida do comprimento de onda é efetuado em:

- a) metros (quando mais longas);
- b) angström (quando mais curtas).

O angström (tirado do nome de um físico sueco) é uma medida pequeníssima; basta dizer que UM milímetro tem DEZ MILHÕES de angström (portanto UM centímetro tem CEM MILHÕES de angström).

Animais diversos, quais os cães, portadores de profunda acuidade auditiva, escutam ruídos no «ultra-som», para além das 40.000 vibrações por segundo.

No comprimento de onda em que se localiza o violeta, em 4/10.000 de milímetro, os olhos humanos cessam de enxergar

Nos fundamentos da Criação vibra o pensamento imensurável do Criador e sobre esse plasma divino vibra o pensamento mensurável da criatura, a constituir-se no vasto oceano de força mental em que os poderes do Espírito se manifestam.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

10.5 Sintonia de frequência

Na extremidade positiva de uma pilha conectamos um fio de cobre; neste fio de cobre fazemos uma bobina enrolando uma parte do fio; quando a energia vinda da pilha passa pela bobina forma-se uma corrente eletromagnética ou onda senoidal, que viaja para extremidade negativa da pilha, a frequência com que esta energia passa pela bobina é a frequência da onda e esta onda pode ser ampliada e transmitida carregando informações.

A sintonia pelo receptor dá-se da mesma forma. No aparelho receptor existe o mesmo circuito com a mesma frequência. A onda saída do transmissor é captada por uma antena junto com milhares de outras e levadas ao circuito do receptor, neste circuito só vai conseguir entrar a onda que estiver com a mesma frequência dele.

10.6 Sintonia dos espíritos

Como já abordei anteriormente vários são os meios em que uma onda pode se propagar, entre eles temos: a atmosfera, os líquidos, os sólidos e até o chamado vácuo, que na realidade não existe, com as ondas mentais não é muito diferente, apenas o comprimento dessas ondas são curtíssimos e como são de natureza espiritual viajam na atmosfera do mundo espiritual, que é composto por fluido mais rarefeito, comumente chamado de fluido universal pela literatura espírita.

Apesar do alto poder de penetração essas ondas não conseguem penetrar diretamente nossos órgãos materiais, pois vibram em altíssimas frequências vejamos abaixo alguns modelos de comprimento de ondas, a maioria já identificados pela ciência, para que possamos identificar ou interpretar um pensamento que vem do nosso exterior, são necessários que tenhamos uma aptidão pouco comum para raça humana, pois os pensamentos só podem ser percebidos por nossa alma, e mesmo assim quando temos uma certa afinidade com o emissor deste pensamento, identificado pela nossa alma o pensamento recebido, ainda nos cabe promover uma espetacular ampliação dessas ondas para que nosso cérebro físico possa interpretá-la de forma correta, isso não é impossível, mas é muito raro, o que costuma ocorrer com mais frequência é a

Terapia para depressão e prevenção de drogas

comunicação telepática entre espírito desencarnado e encarnado, o espírito desencarnado neste caso usa o órgão da pessoa que mais se identifica com seu estado geral de vibração, assim um espírito mais evoluído pode fazer vibrar diretamente a alma de um outro espírito encarnado (intuição) que também tenha um determinado grau de evolução, já no caso do espírito menos evoluído o contato só pode ser realizado através do perísprito ou do cérebro físico do encarnado, tudo é uma questão de sintonia vibracional.

Exemplo de comprimentos de ondas

- 0,2mm (ultravioleta)
- Os raios gamas são os mais penetrantes e tem o comprimento de, 0,0005m
- O infravermelho vai de um comprimento de 0,76mm a 60mm e além.
- As ondas hertzianas, vão de poucos milímetros (milhares de mm) a centenas e milhares de metros
- ONDAS LONGAS - são todas as superiores a 600 metros de comprimento. Caminham ao longo da superfície terrestre e têm pequeno alcance.
- ONDAS MÉDIAS - são as de comprimento entre 150 e 600 metros. Caminham em parte ao longo da superfície, mas também se projetam para as camadas superiores da atmosfera. Têm alcance maior que as anteriores, embora não muito grande.
- ONDAS CURTAS - são as que variam entre 1,0 e 150 metros. Rumam todas para a atmosfera superior, e são captadas de “ricochete”. Têm alcance muito grande, podendo ser captadas com facilidade até nos antípodas.
- ONDAS ULTRA-CURTAS - são todas as que forem menores que 10 metros. Muito maior alcance e força, ecoando nas camadas superiores da atmosfera.

Exemplos de vibrações de ondas

- Em 20 vibrações por segundo manifesta-se o *som* e vai até 20.000 vibrações, por segundo.
- As ondas elétricas fica na faixa, dos 34 bilhões até os 35 trilhões
- A luz se manifesta dos 400 aos 750 trilhões de vibrações por segundo.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Os raios que compõem a luz visível são sete e ocupam as seguintes vibrações

- Vermelho, média de 450 trilhões de vibrações por segundo;
- Laranja, 500 trilhões de vibrações por segundo;
- Amarelo, 540 trilhões de vibrações por segundo;
- Verde, 580 trilhões de vibrações por segundo;
- Azul, 620 trilhões de vibrações por segundo;
- Anil, 660 trilhões de vibrações por segundo;
- Violeta (o mais refratário), 700 Trilhões de vibrações por segundo;
- O ultravioleta alcança os 228 quatrilhões por segundo
- Os raios alfa, beta e gama ficam na faixa dos 02 quintilhões de vibrações por segundo, estes raios só podem ser gerados pela desintegração atômica radioativa.

Mesmo as ondas mentais mantendo características idênticas as ondas da mecânica ondulatória, é difícil para nós imaginar o grau de vibração e o comprimento dessas ondas. O espírito André Luiz nos dá uma pista de como isto ocorre, quando afirma em seu livro mecanismo da mediunidade: “Temos, ainda aqui, as formações corpusculares, com bases nos sistemas atômicos em diferentes condições vibratórias, considerando os átomos, tanto no plano físico, quanto no plano mental, como associações de cargas positivas e negativas. Isso nos compele naturalmente a denominar tais princípios de «núcleos, prótons, nêutrons, pósitrons, elétrons ou fótons mentais», em vista da ausência de terminologia analógica para estruturação mais segura de nossos apontamentos.”

A sabedoria popular nos diz que somos aquilo que pensamos, não está totalmente errado, mas se o nível de nossos pensamentos são determinados pela força de nossos sentimentos, então antes de sermos o que pensamos somos o que sentimos, e é por isso também que cada um de nós temos um padrão vibratório diferente do outro, nossa aura é formada pelo conjunto de vibrações de nossos pensamentos e sentimentos.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Para que o leitor tenha uma melhor compreensão do assunto, veja a seguir uma explicação mais detalhada sobre aura.

10.7 O TECLADO CÓSMICO DE CAMILLE FLAMMARION

OITAVAS	FREQÜÊNCIA (Hz)		
1	2		
2	4		
3	8		
		Tato	
4	16		
5	32		
6	64		
7	128		
8	256		
9	512		
10	1.024		
11	2.048		
12	4.096		
13	8.192		
14	16.384		
15	32.768		
			Ondas sonoras Perceptíveis pelo ouvido Humano
16	65.536		Ondas imperceptíveis ao Ouvido humano. Freqüências Eletro magnéticas
17	131.072		
18	262.144		
19	524.288		
20	1.048.576		
21	2.097.152		
22	4.294.304		
23	8.388.608		
24	16.777.216		
25	33.554.432		
26	67.108.864		
27	134.217.728		
28	268.435.456		
29	536.870.902		
30	1.073.741.824		
31	2.147.483.618		
32	4.294.967.296		
33	8.589.934.592		
34	17.179.869.184		
35	34.359.728.368		
		Calor ou ondas	
36	68.719.476.736		

Terapia para depressão e prevenção de drogas

37	137.438.953.472	infravermelhas	
38	274.877.906.944		
39	549.755.813.888		
40	1.099.511.627.776		
41	2.199.023.255.552		
42	4.398.016.511.104		
43	8.796.093.022.208		
44	17.592.186.044.416		
45	35.184.372.088.832		
46	70.368.744.177.664		
47	140.737.488.355.228		
48	281.474.976.710.656		
		Ondas luminosas luz visível	
49	562.949.953.121.312		
50	1.124.899.906.842.64		
			Ondas ultra violeta
51	2.251.799.813.685.28		
52	4.503.599.627.370.46		
53	9.007.199.254.740.92		
54	18.014.398.509.481.984		
55	36.028.797.018.963.968		
56	72.057.594.037.927.936		
		Raios X	
57	144.115.188.075.855.872		
58	288.230.376.151.711.744		
59	576.460.752.303.423.488		
60	1.152.921.504.606.845.976		
61	2.305.843.009.213.693.952		
			Raios Gama e Cósmicos
62			
63			
64			
65			
66			
67			
68			
69			
70			

Capítulo XI

CONHECENDO MELHOR SUA ALMA

11.1 Aura

A aura ou duplo etéreo existe em todos os seres vivos, é composta de várias camadas que se iniciam a nível atômico, são emanações de energias emitidas pelas

reações físico-químicas dos átomos e por todas as atividades em desenvolvimento e já desenvolvidas pelo ser.

De acordo com Kardec, "os movimentos mais secretos da alma repercutem no envoltório fluídico". Esses envoltórios são chamados por alguns autores de corpos sutis, é uma tese que também foi defendida nas revelações primitivas do pensamento indiano, mais tarde renovadas por Buda, e através dos tempos por diversas outras doutrinas como a Rosacruz, a Teosofia, etc. vejamos então uma breve explanação sobre esses corpos.

11.2 Perísprito

O perísprito é um dos órgãos que serve de redutor vibracional para nosso espírito, visto que este não consegue agir diretamente na matéria, somos espíritos relativamente amadurecidos e por isto vibramos em frequência muito alta para os padrões vibracionais da matéria densa, os átomos que formam a matéria é um vazio imenso, "se pudéssemos suprimir as partes ocas, unindo o núcleo com os elétrons, um homem ficaria reduzido ao tamanho de uma cabeça de alfinete, conservando o seu peso.

O físico nuclear Ernst Rutherford realizou uma experiência em Manchester que revelou a forma interior do Átomo.

Os cientistas ficaram atônitos ao descobrirem que o átomo é praticamente um espaço vazio. Apesar disso a vibração do átomo ainda é muito baixa para penetração direta do espírito, e a escala de redução vibracional neste quadro é infinita, mas para uma melhor compreensão podemos classifica-la em três níveis diferentes; imaterial (espírito), semi-material (perísprito) e material (corpo físico). No nosso caso, por exemplo, tanto nosso copo como nosso perísprito são formados por átomos de nitrogênio, carbono, cálcio etc., sintetizados pelos vegetais e repassado para nós.

Conforme o livro dos espíritos o perísprito é "O laço, que prende o corpo ao Espírito, é uma espécie de envoltório semi- material. A morte é a destruição do invólucro mais grosseiro.

Questão 93 de o livro dos espíritos: O Espírito, propriamente dito, nenhuma cobertura tem, ou, como pretendem alguns, está sempre envolto numa substância qualquer?

Terapia para depressão e prevenção de drogas

“Envolve-o uma substância, vaporosa para os teus olhos, mas ainda bastante grosseira para nós; assaz vaporosa, entretanto, para poder elevar-se na atmosfera e transportar-se aonde queira.”

Questão 94 de o livro dos espíritos: De onde tira o Espírito o seu invólucro semi-material?

“Do fluido universal de cada globo, razão por que não é idêntico em todos os mundos. Passando de um mundo a outro, o Espírito muda de envoltório, como mudais de roupa.”

a) — Assim, quando os Espíritos que habitam mundos superiores vêm ao nosso meio, tomam um perispírito mais grosseiro?

“É necessário que se revistam da vossa matéria, já o dissemos.”

(ALLAN KARDEC, 1857, p.65)

“A alma se encontra unida à substância perispíritica, que coisa nenhuma pode destruir... (...) Nem os milhões de graus de calor dos sóis ardentes, nem os frios do espaço infinito tem ação sobre esse corpo incorruptível e espiritual. Somente a vontade o pode modificar, não, porém, mudando-lhe a substância, mas expurgando-a dos fluidos grosseiros de que se satura no começo de sua evolução”. (DELANE, Gabriel, 1990, p. 288).

Esta afirmação nos dá uma ideia de que tipo de energia estamos falando, eles não estão fundidos como um só, mas no ponto de ligação com o espírito o perispírito tem praticamente a mesma natureza do espírito e conforme vai se distanciando para a zona periférica esta energia vai se tornando mais densa, até alcançar a zona de contato com o corpo material. Para que fechemos com mais propriedade este texto contendo informações básicas sobre o perispírito, listarei a baixo algumas de suas principais características:

É onde se encontra os sete principais pontos de captação de energia do ser noológico.

É o reflexo da alma, tudo que vivenciamos reflete na modificação do perispírito.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Se modifica conforme o avanço moral da alma

Tem odor característicos, conforme a natureza de sua evolução, que os espíritos desencarnados captam com facilidade.

Influencia e é influenciado pelo meio energético em que o rodeiam.

Tem a função de organizar o corpo físico sendo para este um molde perfeito.

São inúmeras as funções e características do perispírito e as aqui citadas não chegam a ser as mais importantes, é apenas um esboço para se ter uma ideia do que se trata, falaremos disso com mais detalhes em capítulos posteriores.

11.3 Perispírito amigo

Molde perfeito do ser!

Depósito fervilhante de saber!

Energia cinética construtora,

Vida para a alma redentora,

Tem na direção o forte querer!

Sabedoria perfeita construída dos anjos!

Dádiva de Deus e dos arcanjos!

Luz multicolor de infinita beleza,

Construindo na alma a riqueza,

Átomos em inteligentes arranjos!

Quando solto não obedece baliza

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Pelo espaço suavemente desliza

Quando no escuro fáiça seu brilho

Pra sua luz não há empecilho

Paira leve e suave como a brisa

Beleza de tonalidade ofuscante

Frenesi de alegria fulgurante

Raio iluminado que oferece abrigo

Onde a alma tem incondicional amigo

Oscilando com elegância estonteante

Viver para o perísprito é ser quase eterno

Instrumento bendito do pai eterno

Seja vós nosso agente purificador

Seja o bálsamo que cura nossa dor

Seja o provedor do amor fraterno

Esteja no infinito como luz de referência

Pouse nos orbes de preferência

Retire do astro rei sua energia latente

Que no futuro de nossa alma esteja ausente

Perísprito amigo, que desvela a inocência

Kleber Lages

Terapia para depressão e prevenção de drogas

11.4 Corpos sutis

Função dos corpos sutis

Somos um ser único, mas formados por camadas verticais, classificadas por alguns pesquisadores como corpos energéticos. Definições feitas com base na natureza energética de cada divisão; cada nível de vibração energética exerce funções específicas conforme sua composição.

Todos os corpos existem em função de um único corpo, pelo qual são controlados, este corpo, que controla os outros, é o mais etéreo vibrando na mais alta frequência.

Como sabemos o corpo físico conta com entrada de alimento (boca), transformação deste alimento em energia (digestão) e excreção do que não pode ser aproveitado pelo organismo. Assim também são todos os outros corpos, cada um capta e digere energias tão sutis quanto a natureza de sua própria energia.

O corpo físico, por exemplo, é constituído de proteína, por isso o alimento sólido é necessário para repor a proteína transformada em energia e gasta nas atividades diárias.

O corpo físico é sempre uma continuação do planeta onde foi criado ou uma sintetização das energias mais sutis produzidas neste planeta, no nosso caso os vegetais extraem da terra os nutrientes que o compõe e repassam estes nutrientes aos animais incluindo os humanos.

Em todos os corpos, inclusive o físico a composição básica será sempre a luz, sintetizada pelas plantas.

O corpo etéreo é um molde perfeito do corpo físico, desenvolvido gradativamente pelo princípio inteligente do ser, este corpo está situado logo após o corpo físico.

O corpo etéreo é como um protótipo ou uma forma que vai sendo construída e preenchida por matéria formando em seu interior o corpo físico, os dois ocupam o mesmo lugar no espaço apenas vibrando em comprimento de ondas diferentes. A

Terapia para depressão e prevenção de drogas

vibração de cada corpo provoca eco em todos os outros revelando desarmonia no conjunto quando a vibração nasce defeituosa.

O corpo etéreo é formado pela sintetização da energia produzida pelo corpo físico não incluindo aí necessariamente a formação de bloco de átomos, sua principal composição energética é a gravidade que exerce uma força de atração irresistível por determinadas propriedades da matéria. Também entra em sua composição partículas subatômicas incluindo fótons (pacotes de luz).

O terceiro corpo denominado duplo etéreo é uma espécie de antena que capta energia redistribuindo-as aos outros corpos acoplados, sete pontos principais, chamados chakras, distribuídos estrategicamente captam energias em comprimento de ondas específicas ou cores determinadas, é composto de uma energia mais sutil do que o etéreo, não exerce uma força de atração tão grande sobre a matéria e por isso pode se desprender do corpo físico mantendo uma relativa independência. Como este corpo é responsável por captar e distribuir energia, a recuperação e reparação de células do corpo físico são feitas através do sistema de chakra deste corpo, naturalmente esse processo não ocorre de forma direta, pois o astral atua no etéreo e este repassa ao físico. Esta é a sede dos instintos mais primitivos como o sexual e também dos sentimentos menos elevados, como ódio e tristeza, a vontade também se encontra mais saliente neste corpo, catalisando a dificuldade de abandonarmos comportamentos moralmente inadequados.

O corpo mental está contido dentro do duplo etéreo na região da cabeça, expressando o pensamento de corpos superiores, está mais diretamente ligado ao cérebro físico. É visualizado pelos clarividentes como uma luz amarela brilhante que surge na altura da cabeça se irradiando pelo pescoço e pelo resto do corpo, é o mais elevado dos três mais diretamente ligados à matéria, é o responsável pelo pensamento e pela criatividade.

Esses três níveis são descritos por alguns pesquisadores como um bloco inferior. Ao contrário do duplo etéreo o corpo astral que é o quarto na sequência, não está ligado aos instintos e sim aos sentimentos mais nobres como a compaixão e o amor.

Quando as pessoas se amam são ligadas por um cordão que se origina neste nível. Assim como o mental inferior é um corpo de expressão do pensamento, o astral é um corpo de manifestação dos sentimentos vindos dos níveis superiores, este nível

Terapia para depressão e prevenção de drogas

juntamente com os inferiores forma o perispírito citado por Kardec, ou o espírito, citado pela bíblia.

O sexto corpo é o etérico, cópia do duplo etéreo que por sua vez é cópia do físico, é a matriz energética onde se encontra em sua rede a energia vital que sustenta o corpo material, é aí também que se encontra toda memória do ser, que o acompanhará no além tumulo, todos os amores e desamores assim como tudo que foi vivenciado pelo ser estão registrados neste nível.

O penúltimo corpo, o celestial, é um nível percebido apenas como uma luz tremulante, é onde vibra os espíritos mais elevados, por isso a sintonia com nosso anjo da guarda ou com entidades espiritualmente mais elevada só é possível através deste nível, motivo pelo qual temos dificuldade em receber comunicações desses seres, na maioria das vezes sendo possível nossa comunicação com eles apenas pela intuição.

Este nível quando bem harmonizado faculta ao amor incondicional e nos liga diretamente a fonte de luz mais pura.

O último corpo é o divino ou causal, é o mais alto nível que pode ser percebido em uma encarnação, é o que alcançamos mais próximo da consciência cósmica.

Copiado do livro “conecte-se a sua alma e tenha poder infinito”

Este conjunto de corpos que caracteriza o perispírito recebe as informações resultantes do pensamento da alma e materializa-o, mesmo que isso implique em sua própria deformação. Este proceder que caminha da alma para o perispírito e do perispírito para matéria, é uma redução vibratória necessária, pois pela densidade da matéria a alma não consegue atuar sobre ela de forma direta.

Uma interessante materialização realizada através do perispírito, especificamente através do corpo etéreo, é o ectoplasma, substância de natureza fluidica utilizada na cura e recomposição de células do perispírito e do corpo físico.

O corpo etéreo se estende a alguns centímetros do corpo físico e não é permanente se desfazendo pouco depois da falência do corpo físico.

Em relação a esse corpo André Luiz em seu livro, nos domínios da mediunidade cita o seguinte; “Com o auxílio do supervisor, o médium foi convenientemente exteriorizado. A princípio, seu perispírito ou corpo astral estava revestido com os

Terapia para depressão e prevenção de drogas

eflúvios vitais que asseguram o equilíbrio entre a alma e o corpo de carne, conhecidos aqueles, em seu conjunto, como sendo o duplo etérico, formado por emanções neuropsíquicas que pertencem ao campo fisiológico e que, por isso mesmo, não conseguem maior afastamento da organização terrestre, destinando-se à desintegração, tanto quanto ocorre ao instrumento carnal, por ocasião da morte renovadora.”

A aura existe em todos os seres, animados e inanimados, inclusive nosso planeta tem uma aura determinada pelo nível moral de seus habitantes; nossas matas que são derrubadas indiscriminadamente pela ganancia dos carvoeiros e pecuaristas provoca uma seria alteração na atmosfera física e perispiritual do planeta, assim como a camada de ozônio aberta pela poluição comprometendo seriamente a vida na terra.

Naturalmente chegará o dia em que os habitantes do planeta não dependerão mais da estrutura atômica que a terra oferece para nosso corpo material.

A matéria da terra também evoluirá para um elemento atômico mais sutil adequado a formação perispiritual e não mais a formação carnal que hoje temos, essas partículas perispirituais já existem aqui na terra e continuarão a existir, apenas a matéria desaparecerá, e junto com ela todos os espíritos que não conseguirem acompanhar a evolução da humanidade e do planeta.

Estamos hoje passando por uma fase de transição planetária muitas das pessoas que estão desencarnando já não poderão reencarnar neste planeta, devido seu grau de evolução ser incompatível. O planeta Amstrons, situado no sistema de Vega maior na constelação, está sendo o destino de muitos de nossos irmãos desencarnantes, informações importantes sobre esse orbe em breve começarão a surgir em vosso meio, pois alguns habitantes da terra não demorarão a se elevarem o suficiente para adquirir o livre arbítrio necessário para optar em ajudar esses entes queridos que daqui estão sendo transportados, infelizmente de forma compulsória.

Vega maior

Vega, a estrela alfa da constelação de Lira, vista da Terra é a estrela mais brilhante da sua constelação e a 5ª estrela mais brilhante do céu noturno. Vega está relativamente próxima do Sistema Solar (à escala astronômica), sendo esta uma estrela branco-azulada relativamente jovem quando comparada com o nosso Sol.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Vega é uma estrela que se situa a cerca de 25 anos-luz de nós e tem uma magnitude aparente de +0,03, sendo intrinsecamente uma das estrelas mais brilhantes nas “proximidades” do Sistema Solar. Vega é cerca de 40 vezes mais luminosa que o Sol.

Vega tem mais do dobro da massa do nosso Sol e possui um diâmetro equatorial quase 3 vezes maior que o diâmetro do Sol. O diâmetro equatorial desta estrela é significativamente maior que o seu diâmetro polar.

Ao redor da estrela Vega foi detetado um disco de poeira, tratando-se possivelmente de detritos resultantes de colisões entre objetos existentes nesse disco, um pouco como a cintura de Kuiper do Sistema Solar.

Vega é uma das três estrelas que formam o asterismo conhecido como o Triângulo do Verão, as outras duas estrelas são: Deneb e Altair.

Informações (<http://www.siteastronomia.com>)

11.5 Mentor espiritual

Nunca diga que estás sozinho, pois o pai celeste, maravilhoso e bom nunca permitiu que seus filhos ficassem sozinhos, por isso desde o nosso nascimento colocou sobre nossa guarda um anjo que nos acompanha, nos protege, nos dá conselhos, nos intuem para que sigamos o caminho correto e como um pai, fica triste quando não o ouvimos.

Se seguirmos o caminho errado não é sua culpa, a culpa é inteiramente nossa que embargados em nossa mente imperfeita, cheia de pensamentos insanos, e com o coração vazio, não damos espaço para ouvirmos a voz do inconsciente, aquela vozinha suave só consegue nos aconselhar quando nossos sentimentos são sinceros, puros, quando estamos predispostos com humildade e coração aberto, ainda assim temos o livre-arbítrio para seguirmos entre o bem ou o mal, é como o ditado que diz:

“A sementeira é livre, mas a colheita é obrigatória”. Quando temos a vontade de crescer, resolvemos abandonar vícios e seguir o que Jesus veio nos ensinar e pelo

Terapia para depressão e prevenção de drogas

impulso da vontade todo horizonte se abre a nossa volta, sintonizamos com nosso anjo guardião e as oportunidades vão nos aparecendo.

Não estaremos livres de dificuldades, as provas e expiações continuarão em nossa caminhada como pedras no caminho, como as vezes que tropeçamos e caímos, mas temos que colocar as pedras de lado ou nos levantar e continuar a caminhada, lembrando sempre que não estamos sozinhos e que a nossa perseverança é o que nos tornará mais fortes, menos vulneráveis às tentações.

Deus permite que espíritos inferiores faça de alvo nossas fraquezas por sermos espíritos endividados, imperfeitos e donos de nosso livre-arbítrio, sendo assim somos perfeitamente culpados por sintonizarmos com eles e seguir seus conselhos, por isso numa passagem citada por Jesus ele mandou que orássemos e vigiássemos, a oração é a nossa sintonia com Deus, sempre que nos sentirmos fragilizado devemos nos apegar a ele e orar com sinceridade, nosso anjo guardião é o mensageiro que leva nossas orações até Deus.

Os irmãozinhos menos esclarecidos que nos assedia podem ter vários motivos para isso, geralmente o eu ocorre é a cobrança de débitos contraídos no passado, por exemplo, quando ocorre um adultério em nossa sociedade as leis terrenas não instituirão mecanismos de punição ou correção desse ato, mas as leis naturais entram em ação da seguinte forma: um sentimento de revolta e ira fará sofrer o traído, e o sentimento de culpa fará os traidores se consumirem lentamente, mas não termina por aí, o traidor um dia morrerá e voltará a se encarnar para uma nova experiência evolutiva na matéria, o traído que também estará desencarnado, ainda carregará consigo um sentimento de desprezo e uma enorme sede de vingança amadurecida durante anos a fio e por esse motivo vai preferir permanecer desencarnado; a situação se apresentará da seguinte forma; o traidor preso na matéria sem poder perceber o mundo espiritual, o traído, com muita revolta e sede de vingança, estará no mundo espiritual livre para perceber e agir no mundo do traidor, portanto o que cometeu o ato de adultério estará em franca desvantagem e receberá em sua mente pensamentos que seguirão imaginando sendo seus já que desconhece a existência do mundo espiritual a sua volta e do espírito que o atormenta, é assim que a vida cobra os erros cometidos e corrige a ignorância e os defeitos morais dos homens.

11.6 Anjo da guarda

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Anjo divino com brilho de pura luz

Que ao paraíso de luz nos conduz

Nos guiando ao horizonte que reluz

Puro amor que a felicidade nos seduz

Sou e sempre fui seu humilde aprendiz

Com vós procuro um dia ser feliz

Tendo as dadivas de Deus como chamariz

Quero na luz plantar minha raiz

És sabedoria divina de vontade feroz

Sempre com amor combatendo o algoz

No manancial do amor divino, tem sua foz

Sempre serenamente ouve nossa voz

Seu conselho é sempre eficaz

E de nos tornar mais puro, é capaz

E zeloso não nos deixa pra traz

Apesar da doçura é sempre sagaz

Não se pode calcular sua altivez

A vós estendo a mão com avidez

Dono do amor e da cupidez

Meu anjo guardião lindo e Cortez

Kleber Lages.

Capítulo XII

SE LIVRANDO DA OBSESSÃO

12.1 A prece

A prece com maior eficiência é aquela feita com emoções, ou seja, com expressões de sentimentos sinceros, isso ocorre por uma razão muito simples, o alvo da oração é sempre uma entidade espiritual e, portanto a comunicação mais viável é através de vibrações.

As vibrações viajam no espaço atingindo o aparelho receptor que estiver ligado, como as ondas de rádio e tv, isto quer dizer que as ondas vibracionais emitidas pelo impulso de nossa vontade só vai ser atendida de forma adequada para nós se a onda emitida for de amor, isso porque as entidades espirituais superiores mantem este canal aberto para recepção de ‘ordem de serviço’ que os farão agir a favor do orador.

Na pratica o espirito é tocado em seu amor acionando a piedade e provocando um impulso irresistível que leva à ação inconsciente. Quanto mais o orador tiver amor no coração mais as chances de suas preces serem atendidas aumentam.

Na realidade esta é uma via de mão dupla, o sentido que tratamos acima leva em direção ao bem e trata-se de sintonia vibracional, onde as ondas emitidas com frequências correspondentes a do amor viajam até encontrar ondas da mesma frequência estacionadas, as quais ativarão provocando a ação, mais ou menos como o raio lazer emitido pelo controle remoto que liga o a aparelho de televisão. Esta é uma comunicação mais sutil e que está diretamente ligada ao estado vibracional do emitente, ou orador. Na via contraria temos a emissão de ondas correspondentes a instintos mais primitivos como o orgulho e o egoísmo, essas ondas da mesma forma atingirão seus alvos que serão aquelas entidades que se identificam melhor com esses sentimento. Nos dois casos, tanto nas ondas do mal como nas ondas do bem as etapas se darão quase da mesma forma;

1ª etapa – a vontade do orador age como uma mola propulsora, disparando a onda.

2ª etapa – a onda viaja alcançando o receptor que tenha a mesma vibração.

3ª etapa – o receptor recebe esta onda que nele agirá de forma inverso ao orador, ou seja, no caso do orador a vontade do mesmo provocou a ação (emissão da onda), no caso do receptor esta onda é que acionará a vontade provocando uma reação no receptor. A vontade do receptor será sempre a mesma que a do orador, pois os dois tendo os mesmos sentimentos vibrarão também na mesma intensidade querendo os dois a mesma coisa.

4ª etapa – neste ponto ocorre uma diferenciação entre o modo operandis da onda do bem e do mal. A entidade do bem que recebe a onda correspondente a sua natureza; pelo seu estágio vibratório é mais evoluída, tanto sentimentalmente, como intelectualmente que a entidade do mal, assim sua reação será mais racional, e agindo sob o ímpeto da piedade sua ação em favor do orador será desinteressada, pois esta é uma das características do amor, ao contrário disso as entidades que receberão as ondas do mal são mais atrasadas, e principalmente seu atraso moral fará com que essa entidade aja por egoísmo, não dando ao orador o que este está pedindo, mas emprestando de forma que gerará uma dívida que será cobrada depois com juros, empregando sempre nesta cobrança o grau de crueldade correspondente a sua natureza vibracional.

Cabe a nosso livre arbítrio a opção de escolher entre o bem e o mal, mas através da lei da ação e reação o criador, como pai amoroso que é, estabelece critérios que

Terapia para depressão e prevenção de drogas

sempre nos favorecerão, o mal embora seja para nós um opção tem como característica ser finito, ou passageiro, enquanto que o bem é definitivo, a evolução espiritual conquistada pelo espírito não retroage o que coloca o mal sempre como um instrumento para aquisição de um bem durável, assim nossa vontade apenas regula o tempo que permaneceremos no mal de forma que a vontade do criador é sempre a que prevalecerá.

O livro dos médiuns de Alan Kardec traz o seguinte texto sobre este tema

285. Telegrafia humana

58ª - Evocando-se reciprocamente, poderiam duas pessoas transmitir de uma a outra seus pensamentos e corresponder-se?

“Certamente, e essa telegrafia humana será um dia um meio universal de correspondência.”

a) Por que não será praticada desde já?

“É praticável para certas pessoas, mas não para toda gente”. Preciso é que os homens se depurem, a fim de que seus Espíritos se desprendam da matéria e isso constitui uma razão a mais para que a evocação se faça em nome de Deus. “Até lá, continuará circunscrita às almas de escol desmaterializadas, o que raramente se encontra nesse mundo, dado o estado dos habitantes da Terra.”

282. QUESTÕES SOBRE AS EVOCAÇÕES

5ª - Como podem os Espíritos, dispersos pelo espaço ou pelos diferentes mundos, ouvir as evocações que lhes são dirigidas de todos os pontos do Universo?

“Muitas vezes são prevenidos pelos Espíritos familiares que vos cercam e que os vão procurar. Porém, aqui se passa um fenômeno difícil de vos ser explicado porque ainda não podeis compreender o modo de transmissão do pensamento entre os Espíritos. O que te posso afirmar é que o Espírito evocado, por muito afastado que esteja, recebe, por assim dizer, o choque do pensamento como uma espécie de comoção elétrica que lhe chama a atenção para o lado de onde vem o pensamento que o atinge. Pode dizer-se que ele ouve o pensamento, como na Terra ouves a voz.”

a) Será o fluido universal o veículo do pensamento, como o ar o é do som?

Terapia para depressão e prevenção de drogas

“Sim, com a diferença de que o som não pode fazer-se ouvir senão dentro de um espaço muito limitado, enquanto que o pensamento alcança o infinito. O Espírito, no Além, é como o viajante que, em meio de vasta planície, ouvindo pronunciar o seu nome, se dirige para o lado de onde o chamam.”

7ª - Dar-se-á que o pensamento do evocador seja mais ou menos facilmente percebido, conforme as circunstâncias?

“Sem dúvida alguma. O Espírito é mais vivamente atingido, quando chamado por um sentimento de simpatia e de bondade. É como uma voz amiga que ele reconhece. A não se dar isso, acontece com frequência que a evocação nenhum efeito produz. O pensamento que se desprende da evocação toca o Espírito; se é mal dirigido, perde-se no vácuo. Dá-se com os Espíritos o que se dá com os homens; se aquele que os chama lhes é indiferente ou antipático, podem ouvi-lo, porém, as mais das vezes, não o atendem.”

8ª - O Espírito evocado vem espontaneamente, ou constringido?

“Obedece à vontade de Deus, isto é, à lei geral que rege o Universo. Todavia, a palavra constringido não se ajusta ao caso, porquanto o Espírito julga da utilidade de vir, ou deixar de vir. Ainda aí exerce o livre-arbítrio. O Espírito superior vem sempre que chamado com um fim útil; não se nega a responder, senão a pessoas pouco sérias e que tratam destas coisas por divertimento.” (ALLAN KARDEC, 1857, p.127)

12.2 Sintonia

Equilíbrio que traduz a paz

Laços que faz e que desfaz

Relação de perfeito encaixe

Obedecendo a lei de praxe

Colorindo a vida com guache

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Sintonia perfeita entre seres

Trazendo felicidade e prazeres

Levando ao inferno e ao paraíso

Faz levitar no céu ou descer,

Ao mais profundo abismo

Dita canção aos anjos divinos

Na harmonia das notas dos sinos

Salpica de planeta a Via-Láctea

Estrada colorida de ouro e prata

Sutil incenso de arômata

Onipresença que envolve toda existência

Formando um perfeito de total abrangência

Justa harmonia entre o planalto e a serra

Força universal que dentro de se encerra

Toda existência entre o céu e a terra

Está na ligação eletrônica dos átomos

Está nas ligações magnéticas do cosmos

Na interação entre as sete cores do arco-íris

Nas brancas flores em belas do anis

É a sintonia produzindo o belo e o feliz

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Kleber Lages

12.3 Leis naturais da oração

As leis divinas são sem dúvidas imutáveis para o alcance de nossa concepção, assim como para a grande maioria dos espíritos. Isso falando de um ponto de vista global ou cósmico, mas por uma simples questão de logica podemos perceber que isso não ocorre em relação a todos os espíritos, pois além da consciência cósmica universal todos os auxiliares diretos dessa entidade, sendo responsáveis pela administração geral do universo, conhecem profundamente essas leis e estão autorizados a altera-las respeitando a utilidade moral desta alteração.

O canal mais seguro para alterações dessas leis em nosso favor é sem dúvida o amor, esse é o poder que faz vibrar intensamente as entidades superiores impelindo-as a se movimentarem em nosso favor. É claro que espíritos com tais níveis de consciência jamais faria nada inútil ou supérfluo, portanto um pedido nosso para conseguirmos mais dinheiro, por exemplo, sem dúvida chegará à esses espíritos, mas o sentimento que gerou o impulso inicial desse pedido também será identificado pela espiritualidade, pois cada sentimento produz vibrações em comprimento de ondas específico.

O pedido feito com o sentimento de amor tem vibrações que sintonizarão com o amor existente no interior das entidades mais elevadas, ao contrário dos pedidos feitos com orgulho que nas entidades superiores não encontram guarita não tendo aí um sentimento igual que o acolherá, mesmo assim este pedido não será em vão, se os espíritos superiores não têm dentro de si o orgulho para acolher um pedido deste sentimento, aqueles irmãozinhos desencarnados que ainda não foram agraciados pela dadiva deste nível de evolução moral traz consigo ainda o sentimento de orgulho e pela lei da atração dos iguais o pedido feito com orgulho se sintoniza com essas entidades menos evoluídas, que tentarão atender esses pedidos dentro de suas condições evolutivas.

Para que a pessoa consiga a atenção da espiritualidade superior não é necessário que tenha dentro de si um nível de amor equivalente a essas entidades. Uma das mais incontáveis expressões do amor é a piedade, assim a pessoa pode apelar para este gatilho que disparará a ação do amor, é claro que para usar este recurso algumas condições são indispensáveis sendo as mais importantes a humildade e a sinceridade,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

sendo que esta última além de carregar o significado de verdade, significa também a intenção com a qual se realiza o pedido.

Repare que estamos tratando aqui da oração para pedir e não para louvar e agradecer, os critérios entre elas não são muito diferentes, mas existem regras específicas para cada caso.

Assim um espírito encarnado pode permanecer diretamente ligado à esferas espirituais superiores ao mesmo tempo em que na terra expressam suas vibrações resultantes dos resquícios de suas imperfeições morais. Disse-nos o mestre Jesus, “Concedido vos será o que quer que pedirdes pela prece”, se pedirdes para o amor vos será acrescentado ao amor, se pedirdes por egoísmo vos será acrescentado ao egoísmo, pois como imagem e semelhança de Deus seu livre arbítrio terá que ser respeitado.

Poucas são as imposições compulsórias para um espírito, e quando acontecem são sempre visando o bem do próprio espírito, geralmente atendendo ao pedido de um protetor espiritual da entidade beneficiada. Na verdade em todos os casos o pedinte será beneficiado, embora de forma diferente daquele que tem a prece atendida por amor com os préstimos de espíritos mais elevados, esse tem o benefício direto da acrescência deste amor para seu crédito, já aquele que por orgulho se sintoniza com entidades menos evoluídas serão duplamente beneficiados; em um primeiro momento com a aquisição do bem reclamado, e depois com o acréscimo do amor em seu interior que ocorrerá com a depuração de seus sentimentos através do sofrimento ou da intelectualização.

Esta é uma situação que pode parecer contraditória, mas que foi devidamente esclarecida por Jesus quando nos acariciou com a revelação de que veio para resgatar os doentes, efetivamente os saudáveis não precisam de remédio, muito menos de remédio amargo. Os benefícios extras para os espíritos que pede com amor são sem dúvida muito maiores; entre esses benefícios podemos citar o fato de que esse espírito não precisará passar pelo sofrimento que os primeiros passarão. Uns estão ainda em franco endurecimento, os outros já conquistaram o direito de desfrute dos louros em seu reino interior.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Espírito Agamêmnon

12.4 Oração

Inocente criança, ajoelhada, mãos postas.

Olhos erguidos para o céu buscando respostas

Com meiguice suave sem limite de amplitude

Pede docemente a fada do dente que te ajude

Criança inocente, educada com fé fervorosa

Tornou-se suave, cândida meiga e amorosa.

Coração constricto em seu mundo imaginário

Reza pedindo humilde festa de aniversario

Em pé a seu lado, um vulto feminino sorri

Com angelitude e amor, a te assistir

Afagando seus cabelos no mundo invisível

Promete ajuda-la dentro do possível

Raios multicoloridos saem do peito da criança

Levando aos adultos daquela casa, esperança

Onda de suavidade que preenche o ambiente

Resposta de amor divino a oração inocente

Dadiva do supremo e sublime amor

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Brinde supremo do supremo criador

Guia seguro no caminho do viajor

Sentimento nobre esbanjando esplendor

Palavras sinceras que com sentimento sai

Apelo fervoroso ao supremo e eterno pai

Retorno seguro ao local de destino

Em forma de luzes e suaves notas de sino

Kleber Lages

12.5 Orgulho e caridade

Todos os vícios e defeitos têm sua origem no orgulho, no egoísmo e na vaidade. Sendo o egoísmo e a vaidade uma variação do orgulho, a manifestação do orgulho é uma sensação de superioridade, é um completo desamor ao próximo, é o egoísmo concentrando em si o amor.

O orgulhoso ama a si mesmo acima de tudo, as vezes até acima de Deus. Pela falta de amor ao próximo, o orgulhoso despreza os que acham que estão abaixo de si, é também contrário a humildade, produz o egoísmo que é o medo de perder a superioridade que considera seu bem maior e produz a vaidade que é uma necessidade de aumentar o poder de sedução para satisfação dos mais rudimentares instintos. São esses instintos as primeiras armas do egoísmo sempre tendo como plataforma, medo da doce e suave humildade.

O orgulho distancia as pessoas e até provoca tragédias irreversíveis.

Como podemos observar o orgulho é o contrário da humildade e da caridade, por isso o grau de evolução espiritual da pessoa pode ser medido pela força do impulso de caridade, que manifesta claramente características próprias como: doçura, afabilidade,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

carinho, ternura, benevolência, abnegação, devotamento. Geralmente os olhos, os gestos, a voz, o desapego revelam essas características da caridade.

Frequentemente não aceitamos ordens dos chefes ou mesmo conselhos dos mais velhos por orgulho, o que nos traz muitas consequências desagradáveis.

Tem uma espécie de vaidade que se chama vaidade intelectual, por isso quando nos consideramos mais bem preparado que o chefe; Temos dificuldade em aceitar suas ordens; pode estar por traz desse tipo de orgulho: a inveja, o egoísmo, a falta de fé na justiça divina, a insegurança (necessidade de demonstrar competência), o medo, entre outras coisas e é essa justamente uma das dificuldades em combater o orgulho, pois são manifestações inconscientes que a luz da consciência poderia “diminuir” o tamanho de nosso ego. Como o orgulho é uma característica da alma, traz em si uma energia potencial muito grande que bloqueando as alavancas por trás de si em uma atitude de auto defesa acaba criando um ciclo vicioso partindo da inveja indo até o orgulho e retornando a inveja, quando for essa a alavanca do orgulho.

Tratar de defeitos morais não é coisa fácil justamente por ser muito subjetivas, mas no caso do orgulho como em quase todos os defeitos da alma, o amor ao próximo o anularia, já que o calor do amor impede de se humilhar quem a gente ama, outra forma é vigiar suas atitudes pensamentos e sentimentos a cada minuto do seu dia a dia sempre direcionando a vontade na tentativa de se aprimorar moralmente.

Santo Agostinho usava uma forma eficiente e simples para resolver esses problemas, todos os dias antes de se deitar ele passava em revista tudo que tinha feito durante o dia, analisando se tinha desagradado ou prejudicado alguém.

A fé inabalável na felicidade futura pela pratica do bem, também tende a neutralizar o orgulho.

12.6 Diálogo entre a vaidade e o orgulho

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Orgulho-me de te meu orgulho

Canto orgulhoso louvores por te

Por te em caras vestes me embrulho

E a humildade diante de te é um bagulho

Eu sou a humildade e te aconselho

Não se sintas garboso diante do espelho

Siga meu exemplo, que diante de te ajoelho

Perceba nossos irmãos todos de sangue vermelho

Não sou como tu humildade, não tenho freio

Tu és quieta demais, eu gosto é de grande alardeio

Tu és honesta demais, eu aposto facilmente do alheio

Tu és submissa demais, eu nem diante de seu Deus arqueo

Um dia orgulho te verei aquebrantado

Então te mostrarei o valor de ser amado

Com doçura e carinho permaneceré calado

Mas com fiel amor fraterno estarei a seu lado

Por quem me toma ó insignificante humildade

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Então achas que realmente és dona da verdade

Achas que podes desprezar assim minha vaidade

Pois te digo que meu prazer permanecerá na maldade

Engano seu meu inocente irmão

Um dia serás como abelha sem ferrão

Entenderás que és apenas um fanfarrão

E se entregarás docemente a abnegação

Então estarei a sua frente de mão estendida

Com sorriso de alegria e euforia lavarei sua ferida

Comemorarei sua volta triunfante a família querida

E então os anjos em festim prepararão sua acolhida

Kleber Lages

12.7 Oração do perdão

Ordeno a meu subconsciente e a todo meu ser, usar toda minha vontade e todos os recursos que eu tiver em todo meu ser para ter fé infinita agora em todas essas verdades eternas que estou dizendo, impregnar totalmente em cada átomo do meu ser, espiritual e material, todas essas verdades eternas, agora!

Transformando com luz nas personalidades de meu passado os padrões de pensamentos errados em certos e tudo aquilo que favorecer o amor fraterno se encaixa agora perfeitamente em minha personalidade de hoje, e o que não favorecer o amor ser

Terapia para depressão e prevenção de drogas

purificado de todos os sentimentos e emoções negativas deixado apenas como informação.

Tratar agora minha personalidade atual e acessar agora uma personalidade de vida passada para tratar, eliminando desta personalidade todo egoísmo toda ruindade e tudo que for negativo, pois isto já está neutralizado em meu ser, não faz mais efeito, não existe mais, purificação total agora luz divina agora, eliminando os elos e apagando completamente todas as coisas ruins do meu passado.

Eu me perdoou por todos os erros que cometi no passado por ignorância, tudo foi útil para meu desenvolvimento mais agora não serve mais e está sendo totalmente descartado. quando Jesus estava na cruz disse; senhor perdoai-vos, pois eles não sabem o que faz, perdoados seus torturadores por eles serem ignorantes. Tenho que confiar plenamente no amor e assumir essa capacidade de perdoar. Não tenho medo de sofrer, pois o sofrimento é relativo. Se for preciso, ter a consciência, a paciência e os recursos necessários para mim acostumar com o sofrimento.

Com exceção de Deus todos os seres tem certo grau de ignorância, já que todos estão em processo de aprendizagem

Não existe mais nenhum ressentimento dentro de mim, pois tudo que fiz foi para crescer mas hoje não preciso mais de tanto sofrimento pois Deus me libertou com o conhecimento da verdade.

Oro sinceramente pela minha felicidade, eliminando agora tudo de ruim que existe de minhas personalidades passadas.

Perdoou e envio ondas de amor e luz para todas as minhas personalidades de vidas passadas e para todos aqueles com quem tenho dívidas a resgatar.

Meu irmão, nosso embate foi necessário para nosso crescimento mas hoje não tem mais razão de ser, pois Deus nos convida para a felicidade eterna. Esta etapa ruim já foi vencida, me perdoe e se perdoe pelo amor de Deus. Você precisa viver suas próprias lições e eu também.

Eu perdoou você... me perdoe em nome de Deus.

As mágoas desapareceram de meu coração e só há Luz e Paz em minha vida.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

A partir deste momento, eu perdoou todas as pessoas que, de alguma forma, me ofenderam, me machucaram ou me causaram alguma dificuldade desnecessária.

Reconheço que também fui responsável

Agora, me sinto livre da necessidade compulsiva de sofrer

Iniciei, agora, uma nova etapa na minha vida

Procurarei valorizar sempre todas as conquistas que fiz e o amor que tenho em mim, evitando todas as queixas desnecessárias,

Se, por um acaso, eu tornar a pensar nestas pessoas com quem ainda tenho dificuldade de convivência, lembrarei que elas todas já estão perdoadas.

Agradeço pelas dificuldades que elas me causaram, pois isso me desafiou e mim ajudou a evoluir, do nível humano comum, a um nível de maior amor e compaixão, maior consciência, em que procuro viver hoje.

Também compreendo as pessoas que rejeitaram meu amor e minhas boas intenções,

Também peço que minha fé seja firme e que eu possa, cada vez mais, tornar-me um canal, uma conexão permanente com os Seres de Luz, desenvolvendo todos os potenciais que possam facilitar esta comunicação. Que eu perceba todas as respostas às minhas perguntas e dúvidas, reconhecendo os sinais claros que estiver recebendo, sempre protegido e amparado pelo Universo

Tudo farei sempre em harmonia com as leis da natureza e com a permissão do nosso Criador eterno e infinito que sinto como único poder real, atuante dentro e fora de mim.

Deus, sei que tenho transgredido a Tua palavra e meus pecados tem mim afastado de Ti. Te peço perdão, agora quero me afastar da minha vida de pecado para mim aproximar do Senhor, me ajuda Deus para não pecar contra Ti. Creio que o Teu filho Jesus morreu pelos meus pecados, hoje vive e escuta meu clamor. Quero que Jesus seja o Senhor da minha vida, que o Espírito de Deus me ajude a obedecer a palavra de Deus e fazer a vontade do Pai para o resto de minha vida.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

No lugar da mágoa e do ressentimento, coloco a compreensão e o entendimento; no lugar da revolta, coloco a fé na Tua Sabedoria e Justiça; no lugar da dor, coloco o esquecimento de mim mesmo; no lugar do pranto coloco a certeza do riso e da esperança porvindoura; no lugar do desejo de vingança, coloco a imagem do Cordeiro imolado e o mais sublime dos perdões...

Só assim, Pai, poderei me levantar forte e determinado sobre os meus pés e não obstante todos os sofrimentos que experimentar, serei naturalmente capaz de amar acima de todo desamor, de doar mesmo que despossuído de tudo, de fazer feliz aos que mim rodearem, de honrar qualquer tarefa que mim concederes, de trabalhar alegremente mesmo que em meio a todos impedimentos, de estender a mão ainda que em mais completa solidão e abandono, de secar lágrimas ainda que aos prantos, de acreditar mesmo que desacreditado, e de transformar tudo em volta pela força de minha vontade, porque só o perdão rasga os véus sombrios do ressentimento e da revolta, frutos infelizes do egoísmo e do orgulho, libertando meu coração no rumo do bem e da paz, do amor verdadeiro e da felicidade eterna!

Assim seja!

12.8 Pai nosso e seus significados

I Pai nosso, que estás no céu, santificado seja o teu nome!

Creemos em ti, Senhor, porque tudo revela o teu poder e a tua bondade. A harmonia do Universo dá testemunho de uma sabedoria, de uma prudência e de uma providência que ultrapassam todas as faculdades humanas. Em todas as obras da Criação, desde o raminho de erva minúscula e o pequenino inseto, até os astros que movem no espaço, o nome se acha inscrito de um ser soberanamente grande e sábio. Por toda a parte se nos depara a prova de paternal solicitude. Cego, portanto, é aquele que te não reconhece nas tuas obras, orgulhoso aquele que te não glorifica e ingrato aquele que te não rende graças.

II. Venha o teu reino!

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Senhor, deste aos homens leis plenas de sabedoria e que lhes dariam a felicidade, se eles as cumprissem. Com essas leis, fariam reinar entre si a paz e a justiça e mutuamente se auxiliariam, em vez de se maltratarem, como o fazem. O forte sustentaria o fraco, em vez de o esmagar. Evitados seriam os males, que se geram dos excessos e dos abusos. Todas as misérias deste mundo provêm da violação de tuas leis, porquanto nenhuma infração delas deixa de ocasionar fatais consequências.

Deste ao bruto o instinto, que lhe traça o limite do necessário, e ele maquinalmente se conforma; ao homem, no entanto, além desse instinto, deste a inteligência e a razão; também lhe deste a liberdade de cumprir ou infringir aquelas das tuas leis que pessoalmente lhe concernem, isto é, a liberdade de escolher entre o bem e o mal, a fim de que tenha o mérito e a responsabilidade das suas ações.

Ninguém pode pretextar ignorância das tuas leis, pois, com paternal providência, quiseste que elas se gravassem na consciência de cada um, sem distinção de cultos, nem de nações. Se as violam, é porque as desprezam. Dia virá em que, segundo a tua promessa, todos as praticarão. Desaparecido terá, então, a incredulidade. Todos te reconhecerão por soberano Senhor de todas as coisas, e o reinado das tuas leis será o teu reino na Terra.

Digna-te Senhor, de apressar-lhe o advento, outorgando aos homens a luz necessária, que os conduza ao caminho da verdade.

III. Faça-se a tua vontade, assim na Terra como no Céu.

Se a submissão é um dever do filho para com o pai, do inferior para com o seu superior, quão maior não deve ser a da criatura para com o seu Criador! Fazer a tua vontade, Senhor, é observar as tuas leis e submeter-se, sem queixumes, aos teus decretos. O homem a ela se submeterá, quando compreender que és a fonte de toda a sabedoria e que sem ti ele nada pode. Fará, então, a tua vontade na Terra, como os eleitos a fazem no Céu.

IV. Dá-nos o pão de cada dia.

Dá-nos o alimento indispensável à sustentação das forças do corpo; mas, dá-nos também o alimento espiritual para o desenvolvimento do nosso Espírito. O bruto encontra a sua pastagem; o homem, porém, deve o sustento à sua própria atividade e aos recursos da sua inteligência, porque o criaste livre. Tu lhe háis dito: “Tirarás da terra o alimento com o suor da tua frente.”

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Desse modo, fizeste do trabalho, para ele, uma obrigação, a fim de que exercitasse a inteligência na procura dos meios de prover às suas necessidades e ao seu bem estar, uns mediante o labor manual, outros pelo labor intelectual. Sem o trabalho, ele se conservaria estacionário e não poderia aspirar à felicidade dos Espíritos superiores. Ajudas o homem de boa vontade que em ti confia, pelo que concerne ao necessário; não, porém, àquele que se compraz na ociosidade e desejara tudo obter sem esforço, nem àquele que busca o supérfluo. (Cap. XXV.)

Quantos e quantos sucumbem por culpa própria, pela sua incúria, pela sua imprevidência, ou pela sua ambição e por não terem querido contentar-se com o que lhes havias concedido! Esses são os artífices do seu infortúnio e carecem do direito de queixar-se, pois que são punidos naquilo em que pecaram. Mas, nem a esses mesmos abandonas, porque és infinitamente misericordioso. As mãos lhes estendes para socorrê-los, desde que, como o filho pródigo, se voltem sinceramente para ti. (Cap. V, nº 4.)

Antes de nos queixarmos da sorte, inquiramos de nós mesmos se ela não é obra nossa. A cada desgraça que nos chegue, cuidemos de saber se não teria estado em nossas mãos evita-la. Consideremos também que Deus nos outorgou a inteligência para tirar-nos do lameiro, e que de nós depende o modo de a utilizarmos.

Pois que à lei do trabalho se acha submetido o homem na Terra, dá-nos coragem e forças para obedecer a essa lei. Dá-nos também a prudência, a previdência e a moderação, a fim de não perdermos o respectivo fruto.

Dá-nos, pois, Senhor, o pão de cada dia, isto é, os meios de adquirirmos, pelo trabalho, as coisas necessárias à vida, porquanto ninguém tem o direito de reclamar o supérfluo. Se trabalhar nos é impossível, à tua divina providência nós confiamos. Se está nos teus designios experimentarmos pelas mais duras provações, malgrado aos nossos esforços, aceitamo-las como justa expiação das faltas que tenhamos cometido nesta existência, ou noutra anterior, porquanto és justo. Sabemos que não há penas imerecidas e que jamais castigas sem causa.

Preserva-nos, ó meu Deus, de invejar os que possuem o que não temos, nem mesmo os que dispõem do supérfluo, ao passo que a nós nos falta o necessário. Perdoalhes, se esquecem a lei de caridade e de amor do próximo, que lhes ensinaste. (Cap. XVI, nº 8)

Afasta, igualmente, do nosso espírito a ideia de negar a tua justiça, ao notarmos a prosperidade do mau e a desgraça que cai por vezes sobre o homem de bem. Já sabemos, graças às novas luzes que te aprouve conceder-nos, que a tua justiça se cumpre sempre e a ninguém excetua; que a prosperidade material do mau é efêmera,

Terapia para depressão e prevenção de drogas

quanto a sua existência corpórea, e que experimentará terríveis reveses, ao passo que eterno será o júbilo daquele que sofre resignado. (Cap. V, nº 7, 9, 12 e 18)

V. Perdoa as nossas dívidas, como perdoamos aos que nos devem. Perdoa as nossas ofensas, como perdoamos aos que nos ofenderam.

Cada uma das nossas infrações às tuas leis, Senhor, é uma ofensa que te fazemos e uma dívida que contraímos e que cedo ou tarde teremos de saldar. Rogamos-te que nos perdoes pela tua infinita misericórdia, sob a promessa, que te fazemos, de empregarmos os maiores esforços para não contrair outras.

Tu nos impuseste por lei expressa a caridade; mas, a caridade não consiste apenas em assistirmos os nossos semelhantes em suas necessidades; também consiste no esquecimento e no perdão das ofensas. Com que direito reclamaríamos a tua indulgência, se dela não usássemos para com aqueles que nos dão motivo de queixa? Concede-nos, ó meu Deus, forças para apagar de nossa alma todo ressentimento, todo ódio e todo rancor. Faze que a morte não nos surpreenda guardando nós no coração desejos de vingança. Se te aprouver tirar-nos hoje mesmo deste mundo, faze que nós possamos apresentar, diante de ti, puros de toda animosidade, a exemplo do Cristo, cujos últimos pensamentos foram em prol dos seus algozes. (Cap. X)

Constituem parte das nossas provas terrenas as perseguições que os maus nos infligem. Devemos, então, recebe-las sem nos queixarmos, como todas as outras provas, e não maldizer dos que, por suas maldades, nos rasgam o caminho da felicidade eterna, visto que nos disseste, por intermédio de Jesus: “Bem aventurados os que sofrem pela justiça!” Bendigamos, portanto, a mão que nos fere e humilha, uma vez que as mortificações do corpo nos fortificam a alma e que seremos exalçados por efeito da nossa humildade. (Cap. XII, nº 4.) Bendito seja teu nome, Senhor, por nos teres ensinado que nossa sorte não está irrevogavelmente fixada depois da morte; que encontraremos, em outras existências, os meios de resgatar e de reparar nossas culpas passadas, de cumprir em nova vida o que não podemos fazer nesta, para nosso progresso. (Cap. IV, e cap. V, nº 5)

Assim se explicam, afinal, todas as anomalias aparentes da vida. É a luz que se projeta sobre o nosso passado e o nosso futuro, sinal evidente da tua justiça soberana e da tua infinita bondade.

VI. Não nos deixes entregues à tentação, mas livra-nos do mal

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Dá-nos, Senhor, a força de resistir às sugestões dos Espíritos maus, que tentem desviar-nos

dá senda do bem, inspirando-nos maus pensamentos. Mas, somos Espíritos imperfeitos, encarnados na Terra para expiar nossas faltas e melhorarmos. Em nós mesmos está a causa primária do mal e os maus

Espíritos mais não fazem do que aproveitar os nossos pendores viciosos, em que nos entretêm para nos tentarem. Cada imperfeição é uma porta aberta à influência deles, ao passo que são impotentes e renunciam a toda tentativa contra os seres perfeitos. É inútil tudo o que possamos fazer para afastá-los, se não lhes opusermos decidida e inabalável vontade de permanecer no bem e absoluta renúncia ao mal. Contra nós mesmos, pois, é que precisamos dirigir os nossos esforços e, se o fizermos, os maus Espíritos naturalmente se afastarão, porquanto o mal é que os atrai, ao passo que o bem os repele. (Veja-se aqui adiante: “Preces pelos obsidiados”.) Senhor, ampara-nos em nossa fraqueza; inspira-nos, pelos nossos anjos guardiães e pelos bons Espíritos, a vontade de nos corrigirmos de todas as imperfeições a fim de obtermos aos Espíritos maus o acesso à nossa alma. (Veja-se aqui adiante o nº 11.)

O mal não é obra tua, Senhor, porquanto o manancial de todo o bem nada de mau pode gerar. Somos nós mesmos que criamos o mal, infringindo as tuas leis e fazendo mau uso da liberdade que nos outorgaste. Quando os homens as cumprirmos, o mal desaparecerá da Terra, como já desapareceu de mundos mais adiantados que o nosso. O mal não constitui para ninguém uma necessidade fatal e só parece irresistível aos que nele se comprazem. Desde que temos vontade para o fazer, também podemos ter a de praticar o bem, pelo que, ó meu Deus, pedimos a tua assistência e a dos Espíritos bons, a fim de resistirmos à tentação.

VII. Assim seja.

Praza-te, Senhor, que os nossos desejos se efetivem. Mas, curvamo-nos perante a tua sabedoria infinita. Que em todas as coisas que nos escapam à compreensão se faça a tua santa vontade e não a nossa, pois somente queres o nosso bem e melhor do que nós sabes o que nos convém.

Dirigimos-te esta prece, ó Deus, por nós mesmos e também por todas as almas sofredoras, encarnadas e desencarnadas, pelos nossos amigos e inimigos, por todos os que solicitem a nossa assistência e, em particular, por N... Para todos suplicamos a tua misericórdia e a tua bênção.

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Copiado do evangelho

Homenagem a Deus

(Pietro Ubaldi)

“Adoro-te, recôndito Eu do universo, alma do Todo, Meu Pai e Pai de todas as coisas, minha respiração e respiração de todas as coisas.

Adoro-te, indestrutível essência, sempre presente no espaço, no tempo e além, no infinito.

Pai, amo-te, mesmo quando Tua respiração é dor, porque Tua dor é amor; mesmo quando Tua Lei é esforço, porque o esforço que tua Lei impõe é o caminho das ascensões humanas.

Pai, mergulho em tua potência, nela repouso e mim abandono, peço à fonte o alimento que me sustente.

Procuro-te no âmago onde Tu estás, de onde me atraís. Sinto-Te no infinito que não atinjo e donde me chamas. Não Te vejo e, no entanto, ofuscas-me com Tua luz; não Te ouço, mas sinto o tom de Tua Voz; não sei onde estais, mas encontro-Te a cada passo, esqueço-Te e Te ignoro, no entanto, ouço-Te em toda a minha palpitação. Não sei individualizar-Te, mas gravito em torno de Ti, como gravitam todas as coisas, em busca de Ti, centro do universo.

Potência invisível que diriges os mundos e as vidas, Tu estás em Tua essência acima de toda a minha concepção. Que serás Tu, que não sei descrever nem definir, se apenas o reflexo de Tuas obras me enceguece? Que serás Tu, se já me assombra a incomensurável complexidade desta Tua emanção, pequena centelha espiritual que mim anima integralmente? O homem Te busca na Ciência, invoca-Te na dor, Te bendiz na alegria. Mas na grandiosidade de Tua potência, como na bondade de Teu amor, estás sempre além, além de todo o pensamento humano, acima das formas e do devenir, um lampejo do infinito.

No ribombar da tempestade está Deus; na carícia do humilde está Deus; na evolução do turbilhão atômico, na arrancada das formas dinâmicas, na vitória da vida e do espírito, está Deus. Na alegria e na dor, na vida e na morte, no bem e no mal, está

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Deus; um Deus sem limites, que tudo abarca, estreita e domina, até mesmo as aparências dos contrários, que guia para seus fins supremos.

E o ser sobe, de forma em forma, ansioso por conhecer-Te, buscando uma realização cada vez mais completa de Teu pensamento, tradução em ato de Tua essência. Adoro-Te, supremo princípio do Todo, em Teu revestimento de matéria, em Tua manifestação de energia; no inexaurível renovar-se de formas sempre novas e sempre belas; eu Te adoro, conceito sempre novo, bom e belo, inesgotável Lei animadora do universo. Adoro-Te grande Todo, ilimitado além de todos os limites de meu ser.

Nesta adoração, aniquilo-me e mim alimento, humilho-me e mim incendeio; fundo-me na Grande Unidade, coordeno-me na grande Lei, a fim de que minha ação seja sempre harmonia, ascensão, oração, amor.

12.9 Te amo Deus

Sr. do universo que com tua lei divina

Controla a partícula ínfima

Que com teu amor infinito

Torna tudo que existe bendito

Pai eterno, dono de toda eternidade

Cubra-nos com tuas asas de cetim

Doa-nos o seu amor sem fim

Proteja-nos pelo camin

Pai de infinita ternura e bondade

Permita que vossos anjos de candura

Terapia para depressão e prevenção de drogas

Coloque em nós vossa forte armadura

Nos livrando da cruel amolgadura

Nada posso dar-te

Infinito amor de minha vida

Tudo já é teu,

Mas aceite as vibrações

Do meu coração

Que por te enterneceu

Te amo Deus.

Kleber Lages

FRANCO, Divaldo. *S.O. S. Família*. Pelo Espírito Joanna de Ângelis e Outros. Salvador: Livraria Espírita Alvorada, 1994.

XAVIER, Francisco Cândido. *Nosso Lar*. Pelo Espírito André Luiz. Rio de Janeiro: FEB.

RANIERI, R. A. *O Sexo Além Da Morte*. Pelo Espírito André Luiz. Guaratinguetá: Editora da Fraternidade S/C Ltda, 1988

UBALDI, Pietro. *A Grande Síntese*, 18ª edição Campos dos Goytacazes: Copyright by, 1997

KARDEC, Allan. *O Livro dos Espíritos*, Rio de Janeiro: FEB, 2007

Terapia para depressão e prevenção de drogas

KARDEC, Allan. O Livro dos Médiuns, Rio de Janeiro: FEB, 2007

ROMANOS 02:15

www.vittoz.org

Proof

Printed By Createspace



Digital Proofer