

FOLHA CRUZADA



BOLETIM
INFORMATIVO



CRUZADA DOS MILITARES ESPÍRITAS
NÚCLEO ESPÍRITA "IRMÃO MAURÍCIO"



ANO 05
Nº 10

Vitória, 15 de Março de 2007

DEPRESSÃO



CURA A TI MESMO



CÉSAR REIS,
PRESIDENTE
DA CAPEMI,
EM VISITA
AO NEIM

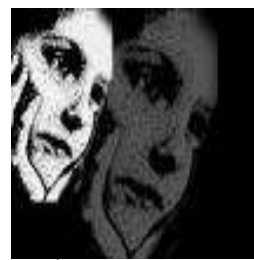
PÁGINA 5



PÁGINAS 6 e 7

DEPRESSÃO
NA VISÃO
ESPÍRITA

DR. JAIDER
RODRIGUES
DE PAULA



PÁGINAS 8 e 9

DEPRESSÃO E
ATENDIMENTO
MEDIÚNICO

MAURO
QUINTELLA

"Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei." Jesus (Mateus 11:28)

EDITORIAL

Depressão “Cura a ti mesmo”.

A história da Medicina registra os antecedentes da Depressão desde as priscas eras da Humanidade. Com o nome de melancolia, através de Hipócrates, a medicina grega já registra a compreensão do seu diagnóstico como sendo uma disfunção hepática resultante do acúmulo da bílis negra, resultando daí o nome melancolia, denominação pela qual era conhecida (melanos = negra e kholia = bílis).

A história registra inumeráveis suicídios ocorridos na Humanidade motivados pela depressão, visto que o suicida se percebeu fraco e impotente diante dos fatos que a vida lhe apresentava. A história do Brasil relata elevado índice de suicídio entre os negros escravizados que eram trazidos para o vil comércio que se estabeleceu no País, na época em que éramos colonos de Portugal.

No texto bíblico encontramos a figura de Jó, que lamenta a sua dor, transformando-a em sofrimento. Judas Iscariotes, figura que é ainda lamentavelmente execrada pela tradição, passou pelo fio da dor, antes do cometimento do ato autocida, desequilibrado pelos gritos de consciência culpada.

Encontramos em Paulo de Tarso, na Segunda Carta aos Coríntios, orientações para a cura da depressão: “Em tudo somos atribulados, mas não angustiados; perplexos, mas não desanimados. A palavra “desanimado” deriva-se da partícula “dês” que justaposta antes de uma palavra, significa “sem”, ou seja, sem alma ou desalmado. Esta situação é a que vemos no desespero (perda da esperança) do suicida ou na situação de muitos deprimidos.

A Doutrina Espírita nos aponta indicadores de sua cura através do auto conhecimento e da terapêutica espírita – evangelhoterapia – combinando-se com a assistência médica, que se apresenta sob as formas mais comuns de tristeza, melancolia e desespero, associados a múltiplos fatores, cuja identificação cabe aos profissionais da área.

Folha Cruzada lança neste número, tematicamente, como tem sido sua linha editorial, o tema Depressão – Cura a ti mesmo, com vistas a manter acesa a necessidade de discutirmos aquilo que se chama Mal do Século. Aproveitemos para examinar os textos e deles tirar o que for verdade, bom e útil.

Fiorido
jffiorido@terra.com.br

Livro do mês



**CURA
ESPIRITUAL DA
DEPRESSÃO**

**ALÍRIO DE
CERQUEIRA
FILHO**

Este trabalho tem o objetivo de provocar algumas reflexões sobre as causas reais da depressão e convida a todos que a possuem - ou que trazem em si mesmos uma tendência a desenvolvê-la -, a buscar tratá-la pela reeducação espiritual, possibilitando a libertação das causas profundas, espirituais que lhe dão ensejo. O convite que fazemos a todos os leitores desta obra - Cura Espiritual da Depressão - é refletir sobre uma proposta de auto-educação espiritual para proporcionar um efeito profilático àqueles que trazem uma tendência à depressão, e também para aqueles que já desenvolveram a doença, para que possam associar essa auto-educação à terapêutica psiquiátrica e psicológica que estejam realizando.

EXPEDIENTE

**ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO DA
CRUZADA DOS MILITARES ESPÍRITAS
NÚCLEO ESPÍRITA IRMÃO MAURÍCIO
Av. Maruípe, 1735 – 2º andar – Vitória – ES
CEP: 29045-231 – Tel. Contato: 9925-1755**

Editor: José Carlos Fiorido
Redação e revisão: Rodrigo Calente e Marcela Pimenta
Revisão de layout: Marcela Pimenta e Edson Silva
Revisão Doutrinária: José Carlos Fiorido e Léo Pereira
Projeto gráfico: Depto. de comunicação do Neim
Editoração eletrônica: Léo Pereira -9925-1755
Impressão: GRAFITUSA
Tiragem: 500 exemplares
Periodicidade: Mensal / todo dia 15 de cada mês
Distribuição: Depto. de comunicação do Neim
Contato: folhacruzada@yahoo.com.br ou 9925-1755 – Léo Pereira
Colabore enviando matérias.
Obs: As matérias publicadas são de responsabilidade dos seus autores e não representam necessariamente a opinião da Folha Cruzada.

Visite nosso site: www.neim.org.br

Histórias que os Espíritos contaram.



O DIRIGENTE DESAVISADO!

Foi lá pelos rincões do Mato Grosso (para não falar o nome do lugar), que me contaram essa história.

João da Cruz (nome fictício) era o presidente de uma casa espírita recém aberta. Nos seus poucos anos de existência, e como todas as nossas casas espíritas, recebia nas suas reuniões uma grande leva de irmãos com problemas diversos, dentre eles, casos de obsessão. O nosso protagonista, João da Cruz, imbuído nas melhores intenções, mas ainda sem o conhecimento doutrinário necessário, dirigia as reuniões e fazia os atendimentos como bem queria, ou melhor, como sabia.

Certa feita, como já era hábito do nosso irmão, introduziu uma senhora com problemas mentais na reunião mediúnic, na expectativa de cura para os problemas dela. Muitos companheiros de doutrina já haviam advertido o João sobre os riscos aos que buscavam o atendimento e ao próprio João, mas de nada não adiantava. Ele continuava e, como tal, dizia que não precisa de médico, nem de remédio, porque os espíritos operariam a cura em nome de Jesus.

Vou ser sincero: ou ele tinha muita fé ou era muito inexperiente.

Bem! Naquele dia, tendo a espiritualidade o advertido várias vezes, resolveu deixá-lo caminhar com seus próprios pés. A senhora entrou e permaneceu na fila de cadeiras próximo à mesa da reunião. O João, não se sabe o porquê, pediu que ela se sentasse junto aos médiuns, dizendo que ela tinha mediunidade, que ela tinha que desenvolvê-la e que aquela era uma boa hora.

A senhora, que tomava remédios controlados, tinha depressão e era diagnosticada como deficiente mental, tomou sua cadeira e fez tudo como o João queria.

Meus irmãos! Quando a mulher incorporou (termo inapropriado, mas que representa o fato), ficou muito nervosa e saiu dando tapa para todo lado. Foi mão comendo na cara de todo mundo enquanto gritava: "Agora, João, é a sua vez!".

E o João, que ainda não conhecia apropriadamente a Doutrina Espírita, saiu correndo, deixando o grupo com o problema para resolver. Contaram-me que os benfeitores entraram em ação e tudo se acalmou, menos o João, que deve estar correndo até hoje...

Mas isso é uma outra história.

Conduta Espírita



PERANTE OS DOENTES

Criar em torno dos doentes uma atmosfera de positiva confiança, através de preces, vibrações e palavras de carinho, fortaleza e bom ânimo.

O trabalho de recuperação do corpo fundamenta-se na reabilitação do Espírito.

Mesmo quando sejam ligados estreitamente ao coração, não se deixar abater à face dos enfermos, mas sim apresentar-lhes elevação de sentimento e fé, fugindo a exclamações de pena ou tristeza.

O desespero é fogo invisível.

Discorrer sempre que necessário sobre o papel relevante da dor em nosso caminho, sem quaisquer lamentações infelizes.

A resignação nasce da confiança.

Em nenhuma circunstância, garantir a cura ou marcar o prazo para o restabelecimento completo dos doentes, em particular dos obsidiados, sob pena de cair em leviandade.

Antes de tudo vige a Vontade Sábia do Pai Excelso.

Dar atenção e carinho aos corações angustiados e sofredores, sem falar ou agir de modo a humilhá-los em suas posições e convicções, buscando atender-lhes às necessidades físicas e morais dentro dos recursos ao nosso alcance.

A melhoria eficaz das almas deita raízes na solidariedade perfeita.

Procurar com alegria, ao serviço da própria regeneração, o convívio prolongado com parentes ou companheiros atacados pela invalidez, pelo desequilíbrio ou pelas enfermidades pertinazes.

O antídoto do mal é a perseverança no bem.

"Em verdade vos digo que, quando o fizestes a um destes meus pequeninos irmãos, a mim mesmo o fizestes." – Jesus. (Mateus, capítulo 25, versículo 40).

Do Livro Conduta Espírita – Waldo Vieira, pelo Espírito André Luiz.



Oficina do Mano

Lanternagem - Pintura - Mecânica e Injeção Eletrônica

Renato Luiz de Freitas (Mano)

Tel: (27) 3322-3031 - telefax: (27) 3322-3633
Rod. Serafim Derenze, 383 - Santo Antônio - Vitória-ES

DEPRESSÃO

A depressão tem a sua gênese no espírito, que reencarna com alta dose de culpa, quando renteando no processo da evolução sob fatores negativos que lhe assinalam a marcha e de que não se resolveu por liberar-se em definitivo. Com a consciência culpada, sofrendo os gravames que lhe dilaceram a alegria íntima, imprime nas células os elementos que as desconectam, propiciando, em largo prazo, o desencadeamento dessa psicose que domina uma centena de milhões de criaturas na atualidade. Se desejarmos examinar as causas psicológicas, genéticas e orgânicas, bem estudadas pelas ciências que se encarregam de penetrar o problema, temos que levar em conta o espírito imortal, gerador dos quadros emocionais e físicos de que necessita, para crescer na direção de Deus.

A depressão instala-se, a pouco e pouco, porque as correntes psíquicas desconexas que a desencadeiam, desarticulam, vagarosamente, o equilíbrio mental.

Quando irrompe, exteriorizando-se, dominadora, suas raízes estão fixadas nos painéis da alma rebelde ou

receosa de prosseguir nos compromissos redentores abraçados. Face as suas cáusticas manifestações, a terapia de emergência faz-se imprescindível, embora, os métodos acadêmicos vigente, pura e simplesmente, não sejam suficientes para erradicá-la. Permanecendo as ocorrências psicossociais, sócio-econômicas, psico-afetivas, que produzem a ansiedade, certamente se repetirão os distúrbios no comportamento do indivíduo conduzindo a novos estados depressivos.

Abre-te ao amor e combaterás as ocorrências depressivas, movimentando-te em paz na área da afetividade com o pensamento em Deus.

Evita a hora vazia e resguarda-te da sofreguidão pelo excesso de trabalho. Adestra-te, mentalmente, na resignação diante do que te ocorra de desagradável e não possas mudar.

Quando sitiado pela idéia depressiva alarga o campo de raciocínio e combate o pensamento pessimista. Açodado pelas reminiscências perniciosas, de contornos imprecisos, sobrepõe as aspirações da luta e age, vencendo o

cansaço.

Quem se habilita na ação bem conduzida e dirige o raciocínio com equilíbrio, não tomba nas redes bem urdidadas da depressão. Toda vez que uma idéia prejudicial intentar espriar-se nas telas do pensamento obnubilando-te a razão, recorre à prece e a polivalência de conceitos, impedindo-lhe a fixação.

Agradecendo a Deus a benção do renascimento na carne, conscientizate da sua utilidade e significação superior, combatendo os receios do passado espiritual, os mecanismos inconscientes de culpa, e produz com alegria. Recebendo ou não tratamento especializado sob a orientação de algum facultativo, aprofunda a terapia espiritual e reage, compreendendo que todos os males que infelicitam o homem procedem do espírito que ele é, no qual se encontram estruturadas as conquistas e as quedas, no largo mecanismo da evolução inevitável.

Joanna de Ângelis / Divaldo Pereira Franco

Mensagem extraída da obra Receitas de Paz

A Capemi, O Lar Fabiano De Cristo E A Cruzada Dos Militares Espíritas

César Reis, em visita ao nosso Estado, proferiu uma belíssima palestra sobre a Cruzada dos Militares Espíritas, destacando o papel dos militares espíritas no processo de transformação da humanidade. Falou da fundação da Cruzada dos Militares Espíritas e dos diversos companheiros cruzados que se destacaram no trabalho de promover o bem e o amor na Terra. Contou histórias que emocionaram pela beleza e coragem de nossos cruzados. Dentre outras coisas, destacou a atuação da Capemi, caixa de pecúlios dos militares, mantenedora das obras sociais do Lar Fabiano de Cristo, com seus programas sociais, desenvolvidos em

18 estados brasileiros, que têm ajudado famílias a planejarem formas de melhorar as condições em que vivem.



Cesár Reis, Roberto Ailton e amigos do Neim

O Lar Fabiano de Cristo atende cerca de 100 mil pessoas por ano, entre crianças, jovens e adultos e a Capemi destina cerca de 4,6 milhões mensais para essa obra assistencial.

Com muita paciência e carinho, César Reis respondeu a perguntas do público presente e com bom humor e coerência encantou a todos.

O Núcleo Espírita Irmão Maurício, agradece ao amigo cruzado pela visita e deseja votos de muita paz e muito trabalho no bem!

Obrigado!



César Reis
Coronel da reserva do Exército,
professor, orador espírita e
presidente da Capemi.



Chico, de Francisco

por L.éo Pereira

MEDICAÇÃO PELA FÉ

A moça abatida, num acesso de tosse, chegara ao “Luiz Gonzaga” com a receita médica.

Estava tuberculosa.

Duas hemoptises já haviam surgido como horrível prenúncio.

O doutor indicara remédios, entretanto...

- Chico, - disse a doente - o médico me atendeu e aconselhou-me a usar esta receita por trinta dias... Mas, não tenho dinheiro. Você poderia arranjar-me uns cobres?

O Médiun respondeu com boa vontade:

- Minha filha, hoje não tenho... E meu pagamento no serviço ainda está longe...

- Que devo fazer? Estou desarvorada...

Chico pensou, pensou, e disse-lhe:

- Você peça à nossa Mãe Santíssima socorro e o socorro não lhe faltará. A que horas você deve fazer a medicação?

- De manhã e à noite.

- Então você corte a receita em sessenta pedacinhos. Deixe um copo de água pura na mesa, em sua casa e, no momento de usar o remédio, rogue a proteção de Maria Santíssima. Tome um pedacinho da receita com a água abençoada em memória dela e repetindo isso duas vezes por dia, no horário determinado, sem dúvida, pela fé, você terá usado a receita.

A enferma agradeceu e saiu.

Passado um mês, a moça surgiu no Centro, corada e refeita.

- Oh! é você? - disse o Médiun.

- Sim, Chico, sou eu. Pedi o socorro de Nossa Mãe Santíssima. Engoli os pedacinhos do papel da receita e estou perfeitamente boa.

- Então, minha filha, vamos render graças a Deus. E passaram os dois à oração.

GRANDES VULTOS DO ESPIRITISMO



Manoel Philomeno de Miranda (1876-1942)

Há 121 anos nascia, em Jangada, município do Conde, Estado da Bahia, o discípulo fiel da seara de Jesus, Manoel Philomeno de Miranda. Conheceu o Espiritismo através do médium Saturnino Favila, em 1914. Por essa época, conheceu José Petitinga, estabelecendo relações com ele, ao mesmo tempo em que começava a frequentar as sessões da União Espírita Baiana que havia sido recentemente fundada, em 1915.

Discípulo de José Petitinga, tinha a mesma maneira especial de tratar e doutrinar os assistentes das sessões da “União”, sempre baseadas num magistral versículo evangélico.

Desde 1918, Miranda participava assiduamente das sessões, interessado superiormente nos assuntos doutrinários do Espiritismo e um dos mais firmes adeptos dos seus ensinamentos.

Fez parte da diretoria da União Espírita Baiana desde 1921 até o dia da sua desencarnação, em 14 de julho de 1942. Também presidia as sessões mediúnicas e trabalhos do Grupo Fraternidade.

Durante esse longo período Miranda foi um baluarte do Espiritismo. Onde estivesse, aí estaria a doutrina e sua propaganda exercida com proficiência de um douto, um abnegado. Delicado no trato, mas heróico na luta.

Publicou, sem o seu nome, as obras “Resenha do Espiritismo na Bahia” e “Excertos que justificam o Espiritismo”, além do opúsculo “Porque sou Espírita” em resposta ao Pe. Huberto Rohden.

Sofrendo do coração, subia as escadas a fim de não faltar às sessões, sorrindo e sempre animado. Queria extinguir-se no seu cumprimento. Sentia imensa alegria em dar os seus dias ao serviço do Cristo. Sobre as suas últimas palavras, assim escreve A. M. Cardoso e Silva: “Agora sim! Não vou porque não posso mais. Estou satisfeito porque cumpri o meu dever. Fiz o que pude... o que me foi possível. Tome conta dos trabalhos, conforme já determinei.” Era antevéspera da sua desencarnação.

“Eis porque vale a pena, quando estamos desalentados e sofridos, não desanimarmos e continuarmos as nossas tarefas, o que lhes dá um valor muito maior. Porque o trabalho diletante, o desportivo, o do prazer, já tem, na própria ação, a sua gratificação, enquanto o de sacrifício e de sofrimento exige a abnegação da pessoa, o esforço, a renúncia e, acima de tudo, a tenacidade, para tornar real algo que gostaria que acontecesse, embora o esteja realizando por entre dores e lágrimas.”

Fonte: “Projeto Manoel P. de Miranda – Reuniões Mediúnicas” – Dados Biográficos e “O Semeador de Estrelas”, de Suely Caldas Schubert, cap. 12 – ambos da Editora LEAL.

JOP

REPARAÇÃO AUTOMOTIVA LTDA.

- Injeção eletrônica
- lanternagem e pintura
- Eletricidade e mecânica em geral



Telefax: 3223-0176 / 3082-2904 / 3071-2903

Rua: Maria de Lourdes Garcia, 111 - Ilha de Santa Maria - CEP: 29040-580 - Vitória - ES

“Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei.” Jesus (Mateus 11:28)

DEPRESSÃO NA VISÃO ESPÍRITA

CONCEITO:

É um transtorno do humor, com baixa da atividade geral, levando a sofrimento íntimo profundo, desesperança, falta de fé em Deus, em si próprio e na vida.

ETIOPATOGENIA:

A ciência médica ainda não tem, claramente, o conhecimento da origem da depressão. Fala-se em distúrbios dos neurotransmissores a nível do sistema nervoso central, de herança genética, de pressão social, frustrações, perdas precoces importantes e outras mais; porém, embora todas as possibilidades acima sejam verdadeiras como desencadeadoras, não explicam porque alguns indivíduos, sofrendo as mesmas contingências, não desenvolvem um quadro depressivo. Todas as possibilidades acima são efeitos e não causas. A causa da depressão vive na alma e não somente no corpo físico. O conflito do deprimido remonta a causas pretéritas, provavelmente longínquas, com repercussão no presente. O cerne da questão liga-se a não identificação do amor divino e da paternidade do Criador. Por isso a rebeldia tão comum no deprimido. Revolta-se contra as leis, desdenha a própria vida, não concordando em ter sido criado, vai com facilidade ao suicídio: dez a quinze por cento dos deprimidos suicidará. Num ato de rebeldia extrema tentam devolver a própria vida ao Criador. Adão e Eva não representam um simples mito, mas sim a dura trajetória da humanidade.

O deprimido apresenta duas características: egoísmo e agressividade. Egoísmo por crer que sua dor é a maior do mundo e agressividade voltada principalmente contra si próprio. Não pensam que seus atos irão fazer sofrer os que vão ficar.

...Estão ínsitas no perispírito as matrizes da depressão...

A essência da existência é o elo Criador-criatura, Pai-filho. A ruptura deste elo pelo deprimido suicida é extremamente sofrida, pois, talvez,

repete o desligamento havido outrora, quando da separação Pai e filho. Por isso as perdas precoces falam alto ao coração do deprimido. Entendemos que a primeira queda forma um clichê mental na vida do espírito, de modo que haveria uma tendência neurótica à repetição do mesmo erro durante as futuras reencarnações.

Estão ínsitas no perispírito as matrizes da depressão. O corpo físico reflete o corpo espiritual. Se o reencarnante trás insculpido no seu psicossoma as matrizes da depressão, elas influenciarão ativamente na seleção genética dos elementos que poderão viabilizá-la na vida física, caso o interessado deseje. Doenças são efeitos e não causas. Assim podemos, de maneira geral, dizer que a não identificação do Amor Divino e do Pai, leva à falta de fé, e esta à insegurança que desperta o egoísmo (como defesa). As excrescências do egoísmo são a vaidade, orgulho, inveja, revolta. E observando, vamos encontrar como ponto central da mente dos encarnados uma destas excrescências como núcleo motor da personalidade. Se for a rebeldia, a tendência pode ser a depressão.



A taxa de prevalência é de 7 a 17 % e o gene participante é dominante e deve encontrar-se no cromossoma 11, embora haja uma tendência entre os geneticistas em aceitar como mais provável uma interação poligênica.

TRATAMENTO:

O tratamento deverá ser abrangente, holístico. Para efeito didático, diremos: médico, psicológico, social e principalmente espiritual.

O tratamento médico é imprescindível na fase crítica. O uso de antidepressivos é decisivo para restabelecer a fase aguda. Sabe-se que

alguns neurotransmissores estão envolvidos na depressão, tais como: noradrenalina, serotonina, dopamina e outros. O uso dos antidepressivos estabelece a harmonia químico-cerebral,

... “espírito é o fundamento da vida”...

melhorando o humor do paciente. Cuidam simplesmente do efeito, pois os medicamentos não curam a depressão; provavelmente restabelecem o trânsito das mensagens neuronais, melhorando o funcionamento neuroquímico do SNC (sistema nervoso central). A parte orgânica também tem que ser cuidada, em especial quando muito acometida. De maneira geral, melhorando o humor, todo o organismo tende a melhorar. Há que ter muito cuidado com os processos depressivos, porque várias afecções mórbidas costumam ganhar expressão no organismo após ou concomitantemente a uma depressão, pois o sistema imunológico é profundamente afetado por ela.

O tratamento psicológico ganha importância pelo fato de auxiliar no auto-conhecimento, nas resoluções de conflitos e tomada de posição diante dos problemas.

A orientação social é necessária em especial naquela porcentagem de deprimidos (20%) que apresentam seqüelas profissionais após várias crises. Perdem empregos, família e consideração social, entrando num círculo vicioso agravante de seu problema.

O tratamento espiritual é importantíssimo porque o “espírito é o fundamento da vida”. Quando não valorizamos o tratamento espiritual, os resultados costumam ser precários, as recidivas constantes, com uma tendência ao envelhecimento precoce. Sintetizando, diríamos que com a aquisição do livre-arbítrio, o ser adquiriu o sagrado direito da condução do seu destino. Para que isto ocorresse dentro do espírito de justiça que norteia o cosmos, ele não poderá ser influenciado pelo atavismo biológico e psicológico nas suas primeiras decisões. Não seria justo condenar a quem teve por contingências evolutivas, matar para

viver, na cadeia predatória da vida. O conhecimento não nos exime das tendências adquiridas nos processos evolutivos. “Contra nossos anseios de luz, há milênios de trevas”. Por isso, um dia alhures, quando da primeira opção consciente o espírito tinha que ser livre de qualquer influência pretérita, para que possamos falar de livre-arbítrio. O grande percalço foi não ter identificado a paternidade Divina, o Amor de seu Pai. Porque uns identificaram e outros não, ainda não sabemos. Por isso a falta de fé está na raiz dos males da humanidade. Diz o evangelho que a fé é a mãe das virtudes, o caminho da redenção. “Que aquele que tem fé acredita mais em seu Criador que em si mesmo.” Como dissemos anteriormente, a falta de fé levou a insegurança, esta despertou o egoísmo (como defesa), esta suas excrescências: orgulho-inveja- vaidade-revolta, movido por um destes sentimentos o espírito em evolução na terra optou criando o carma em sua existência. Esta primeira opção criou um clichê mental que passou a influenciar suas futuras decisões.

No deprimido encontramos uma revolta contra o seu Criador. Como não pode destruí-lo, tenta destruir-se, destruindo-o em si. Sua crença é voltada para o negativo, é muito voltado para si e seus males (muito egoísta). Seduz o mundo com sua dor. É pouco responsável em seus atos (embora pareça o contrário). E tem dificuldade no auto e hetero perdão. É perfeccionista por orgulho e vaidade. Tem convicção no fracasso. Apresenta extrema agressividade voltada para si. Vinga-se de Deus e dos que o amam. (70% pensam no suicídio e de 10 a 15% cometem-no).

...O deprimido nega-se a viver...

Vive criando culpa por

recapitularem o erro primeiro. É cheio de remorso por bagatelas – muitas doenças são originadas nele ou tem nele seu desenvolvimento acelerado. O deprimido nega-se a viver, dissipa suas energias vitais em rumações negativas. Os órgãos mais afetados são os pulmões e intestinos. No passado era comum os deprimidos românticos morrerem de tuberculose. Os pulmões captam os fluidos vitais solares e os intestinos absorvem os alimentos e excretam as escórias.

O centro de força mais afetado é o umbilical por ser o centro das emoções. A depressão é a tristeza deteriorada. O duplo etéreo é gravemente acometido apresentando dificuldades em fazer circular as energias necessárias à vida. A áurea é acinzentada demonstrando uma existência sem vida.



No tratamento temos que orientar para a respiração a longos haustos (exercícios respiratórios), melhorando a captação da vitalidade e dissolvendo as energias negativas. Alimentação que estimule o bom funcionamento dos intestinos, tais como frutas, verduras, banhos de sol em horários convenientes, evitar alcoólicos, fumos e excessos de carne. Passes fluídicos nos centros de forças genésico, esplênico e gástrico.

Fazer exercícios físicos como caminhadas, natação e outros salutaros. Exercitar a mente de maneira consciente para olhar o lado

bom das pessoas e das coisas. Fazer

...Não podemos esquecer das obsessões espirituais que têm nos deprimidos fértil terreno para o seu assentamento...

meditação, relaxamento e pequenas tarefas em favor dos semelhantes (sair de si). Buscar melhor convivência familiar e no trabalho, desenvolvendo o sentimento de gratidão com as pessoas, com a vida, com o Criador. Cultivar a oração regularmente restabelecendo a comunhão com Deus, o hábito de leituras nobres, melhorando o padrão vibratório e estimulando o sentimento de esperança.

Não podemos esquecer das obsessões espirituais que têm nos deprimidos fértil terreno para o seu assentamento.

Finalizamos com o Senhor Jesus, o médico de nossas almas, quando nos convidou ao caminho de retorno ao seio do Pai com o “vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo, e aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração; e encontrareis descanso para as vossas almas. Porque o meu jugo é suave e o meu fardo é leve.” (Mateus, 11:28-30)

Dr. Jaider Rodrigues de Paula

Médico Psiquiatra/homeopata,
Diretor do Hospital Espírita André Luiz/ Belo Horizonte - MG;
Diretor da AME-MG - Associação Médico Espírita de Minas Gerais.
Escritor e Conferencista Espírita.

<http://netpage.estaminas.com.br/ame mg>

ISO
9001:2000

VITORIA
Desde 1974 **AR**

EVQi
ISO 9001-2000
Certified

Av. Carlos Lindenberg, 1.192, Cobilândia - Vila Velha / ES
Telefone: (27) 3326-5022/ Fax:(27)3326-5130
Site:www.vitoriaar.com.br / E-mail:vitoriaar@vitoriaar.com.br

“Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei.” Jesus (Mateus 11:28)

DEPRESSÃO E ATENDIMENTO MEDIÚNICO

Segundo o terapeuta americano Alexander Lowen, existem evidências de que os seres humanos estão sendo vítimas de perigosa "epidemia de depressão"¹.

O fato já pode ser sentido em nosso dia-a-dia, pelo aumento da quantidade de matérias, estudos, eventos e livros sobre o assunto. E, principalmente, através de nosso contato direto com o número, sempre crescente, de amigos e conhecidos que vivenciaram ou estão vivenciando o problema: sofrida crise de angústia, desencadeada por algum acontecimento desagradável ou situação estressante e retroalimentada por sucessivos surtos de medo, ansiedade, pânico, tristeza, indiferença e autodestruição.

Estado sempre acompanhado de dolorosas conseqüências orgânicas, como insônia, anorexia, impotência, frigidez, diarreia, agitação motora, gastrite, etc. Nos Centros Espíritos também já é possível perceber a virulência dessa epidemia psíquica, pois grande parte do pessoal que está procurando assistência mediúnica queixa-se de sintomas depressivos.

Essa constatação reveste-se de maior gravidade quando lembramos que a depressão é, tecnicamente falando, uma porta aberta ao suicídio². Como estamos em plena CAMPANHA "EM DEFESA DA VIDA", deflagrada pelo Conselho Federativo Nacional da Federação Espírita Brasileira, acreditamos que esse fato merece acurada reflexão, para que nossa prática esteja em consonância com o discurso.

Pelo que temos verificado, em nosso contato direto com o Movimento Espírita, muitas instituições não estão conseguindo dar uma ajuda eficiente a essa nova e angustiada clientela.

Os motivos são vários e, como é natural, refletem o desconhecimento ou distanciamento da lógica kardequiana.

O primeiro equívoco é achar que a síndrome se limita a um simples problema de influência espiritual

negativa, bastando afastar o dito obsessão para que o paciente retorne à normalidade. Embora o fator extrafísico realmente esteja presente em 95% (noventa e cinco por cento) dos casos³, quase nunca ele é a causa isolada do desequilíbrio, já que a tendência depressiva é uma neurose e, como tal, encontra-se enraizada no psiquismo do doente, podendo manifestar-se exteriormente em uma ou várias crises⁴.

Decorrente de trauma de infância, de vidas passadas, ou o que é mais comum, de ambas, tal distonia muitas vezes requer tratamento psicoterápico específico, junto a profissionais gabaritados (de preferência espiritualistas), para que o amparo mediúnico encontre respaldo em outras medidas terapêuticas.



Dentre essas, no âmbito do Centro Espírita, encontram-se também as reuniões de passes, palestras públicas, estudo sistematizado da Doutrina e assistência social, já que todas elas ajudam a pessoa a recompor suas energias. Para o trabalho de desobsessão muita vez é suficiente a remessa do nome do indivíduo e seu respectivo endereço.

Esse modelo de tratamento global para as enfermidades espirituais não é novo. Foi proposto por Allan Kardec em 1868:

“Assim como as enfermidades resultam das imperfeições físicas que tornam o corpo acessível às perniciosas influências exteriores, a obsessão decorre sempre de uma imperfeição moral, que dá ascendência a um Espírito mau. A uma causa física, opõe-se uma força física; a uma causa moral preciso é se contraponha uma força moral. Para

preservá-lo das enfermidades, fortifica-se o corpo; para garanti-la contra a obsessão, tem-se que fortalecer a alma; donde, para o obsediado, a necessidade de trabalhar por se melhorar a si próprio, o que as mais das vezes basta para livrá-lo do obsessão, sem o socorro de terceiros.”⁵

...tenhamos muito cuidado com a cabeça dos outros...

É isso exatamente o que muitas instituições não fazem, deixando de recomendar tratamento médico e psicológico paralelo e, praticamente, prometendo a cura do sujeito após um determinado número de sessões de des(?)obsessão.

As palestras públicas são indicadas, mas a recomendação não raro deixa a impressão de que elas são o preço a pagar pela ajuda dos Espíritos. O amor e o fascínio pelo potencial terapêutico da Filosofia Espírita nem sempre estão presentes, nos olhos do atendente, por vezes mais preocupado no controle das atividades em andamento.

O mais grave nessa história é que inúmeros grupos exigem a presença do doente nos trabalhos de desobsessão. Se tal medida é genericamente desaconselhável, só sendo admitida em situações muito dramáticas e urgentes⁶, no caso de deprimidos ela é terrivelmente negativa, constituindo-se em mais uma agressão à já combatida integridade psíquica dos assistidos. Como lembra o Espírito André Luiz, “o contato com os comunicantes, menos felizes ou francamente conturbados, sem a devida preparação, é sempre inconveniente ou prejudicial, pela suscetibilidade e pelas sugestões negativas que apresentam (...)”⁷.

Sendo a desesperança uma das características mais marcantes da depressão, o enfermo pode sair da reunião ainda mais desequilibrado do que entrou, ao saber que, além de suas dolorosas sensações, ele possui impiedosos perseguidores invisíveis, situados no Além-túmulo.

Por isso é que o médium e orador Divaldo Pereira Franco foi tão taxativo quando os companheiros da Bahia lhe perguntaram o que achava

...a uma causa moral preciso é se contraponha uma força moral.

do “comportamento de dirigentes que levam pessoas obsidiadas diretamente às reuniões mediúnicas para tratamento”:

“Peço licença para usar um conceito forte: é um comportamento leviano, porque de desrespeito pelo doente.

(...) imaginemos o risco em levar uma pessoa portadora de alienação, que não sabemos especificamente o que é, a uma reunião mediúnica. (...) Imaginemos que seja um fenômeno autêntico de obsessão. (...) Alguém entra em transe. E o obsessor o incorpora dizendo verdades amargas, para as quais o paciente não está preparado. O doente que está receptivo assimila as ameaças. Sai dali mais apavorado, e fixado. É o que o obsessor quer, com esta conquista, levando-o ao suicídio.

Tenho visto nesta área cenas dolorosas. (...)

(...) tenhamos muito cuidado com a cabeça dos outros. Departamento mental é setor muito delicado na vida humana. Pessoas fixam, às vezes, uma palavra, uma frase e fazem uma paranóia terrível. É de bom alvitre não se leve, pois, o paciente a reuniões práticas. Se a pessoa tem certeza de que ele está enfermo mediunicamente, deixe-o numa sala contígua e realize o trabalho próximo. Os mentores é que farão a conexão espiritual, e não nós. (...) Antes de tudo, que a nossa preocupação seja a de moralizá-lo, porque assim ele se libertará da obsessão. Moralizado ficará bom.

(...) Daí, a primeira terapia para cura de problemas é a da transformação moral do paciente, com esforço de um e ajuda de todos.”⁸

...não se justifica tanta insipiência quando temos as obras básicas de Allan Kardec...

Os partidários da “desobsessão de corpo presente” dirão que vários casos, tratados por esse sistema, obtiveram resultados positivos.

Isso acontece porque os Espíritos Superiores procuram superar os obstáculos que nós – por ignorância dos melhores métodos, mas imbuídos das melhores intenções – colocamos à sua ação ideal. O problema é que eles nem sempre conseguem sobrepujar nossas deficiências e a quantidade de insucessos acaba se tornando maior do que a de êxitos. Basta fazer uma estatística nos Centros. E a responsabilidade por esse quadro é nossa! Afinal, não se justifica tanta insipiência quando temos as obras básicas de Allan Kardec, os livros complementares dos seus continuadores, e os subsidiários de Chico Xavier, Yvonne Pereira e Divaldo Franco à disposição. Só se for teimosia...



Mauro Quintella

O autor é escritor e conferencista.

- e-mail: quintella@tba.com.br

Grupo Espírita Bezerra de Menezes
Caixa Postal 1011
São José do Rio Preto, SP
Cep. 15025-990
Brasil
Telefone: (017) 224-7081

Notas:

1 – “Corpo em Depressão”, pág. 164, Summus Editorial. O Jornal do Brasil, de 03/04/94, afirma que 100.000.000 (cem milhões) de indivíduos sofrem da doença em todo o mundo.

2 – Segundo a mesma reportagem do JB, a depressão é a principal causa dos autocídios.

3 – “Tem-se observado na maioria das doenças mentais, dos mais leves e inexpressivos sintomas às mais severas demarcações, conotações de caráter espiritual.” “Será sempre difícil dizer até onde existe uma doença mental e um processo obsessivo espiritual, absolutamente separados uma do outro; a associação será a tônica predominante.” - Jorge Andréa, “Visão Espírita das Distonias Mentais”, págs. 114/115, 3ª ed. FEB - 1990.

4 – Na literatura espírita, existe uma excelente página sobre o assunto no livro “Receitas de Paz”, de Joanna de Ângelis/Divaldo Franco, intitulada Depressão. LEAL.

5 – “A Gênese”, Allan Kardec, pág. 305, 35ª ed. FEB.

6 – “Desobsessão”, André Luiz/Francisco C. Xavier, Capítulo Chegada Inesperada de Doente, págs. 95 e 96 14ª ed. FEB.

7 – Idem.

8 – “Palavras de Luz”, págs. 74 a 79, 1ª ed. FEB - 1993. (Texto extraído da Revista Reformador)



Há 20 anos o Grupo VSG faz você se sentir mais seguro.



www.grupovsg.com.br

(27) 2121-0100

“Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei.” Jesus (Mateus 11:28)



Aniversariantes Parabéns!



03 – Maria da Penha Rodrigues Farias
20 – Paula Barcelos
22 – Fábio Soares

Abril

02 – Leonardo Pereira
13 – Soraya Luana Rodrigues Sousa
26 – Sueli dos Reis Abrantes
28 – José Carlos Fiorido
30 – Roseane Isabel Pizetta da Cruz

Agenda 15/03/2007 a 15/04/2007

Março

18 – Presença Jovem
24 – Assembléia Geral Ordinária e ENPRECE
(informações: www.fees.org.br)
26 a 28 – Aniversário da FEEES
31 – Encontro Estadual de Trabalhadores do
Atendimento Fraternal

Abril

01 – Seminário sobre Voluntariado – DAPSE /
NEIM (informações: folhacruzada@yahoo.com.br)
01 – Teste do Projeto Pizza Solidária – 1ª Entrega
(informações: folhacruzada@yahoo.com.br)
12 a 15 – CRC e 2º Congresso Espírita Brasileiro
(informações:
<http://www.febnet.org.br/2congresso/>)

GENTE NOVA NO PEDAÇO!



Giulia
Filha do casal de amigos,
Elton e Raquel.

Seja bem vinda Giulia!
Que sua caminhada na terra
seja repleta de muito amor!

Abrços dos amigos do Neim!

O NEIM APRESENTA SUAS NOVAS TRABALHADORAS!

Maria Júlia
Filha do casal de amigos,
Mariana e Marcos Antônio.

Seja bem vinda Maria Júlia!
Que o amor de sua família e
dos seus amigos, ampare sua
volta!

Abrços dos amigos do
Neim!

ENTREVISTA

FOLHA CRUZADA



Marcela Pimenta Pavan, Publicitária, estudante de Psicologia e uma das trabalhadoras do NEIM – Núcleo Espírita Irmão Maurício.

Folha Cruzada: O que é depressão, do ponto de vista fisiológico?

Resumidamente a depressão é uma doença "do organismo como um todo", que compromete o físico, o humor e, em consequência, o pensamento. Ela afeta a forma como a pessoa se alimenta e dorme, como se sente em relação a si próprio e como pensa sobre as coisas.

Folha Cruzada: Quais os principais sintomas da depressão?

São vários os sintomas da depressão. Entre eles existem: Alteração do sono e apetite, perda de interesse nas atividades rotineiras, diminuição do apetite sexual, cansaço excessivo, dificuldade na capacidade de raciocínio, irritação, tristeza e angústia profunda, dificuldade em sair da cama ao acordar, etc. Para caracterizar a depressão, os sintomas devem ocorrer intensamente durante, no mínimo, dois meses.

Folha Cruzada: Qual o caminho para a pessoa deprimida superar esse mal?

A saída da depressão requer auxílio psicológico especializado, médico e espiritual. É importante frisar que nem sempre o problema da depressão se inicia com o processo obsessivo, mas uma vez instalada a depressão, a energia e os pensamentos de desânimo e angústia são canal aberto para que um processo obsessivo se instale, dificultando ainda mais a solução da depressão.

Se você quer conhecer os trabalhos sociais do NEIM e participar também desta família, mande um e-mail para folhacruzada@yahoo.com.br.



RETORNOU À PÁTRIA ESPIRITUAL

Annina Licia de Amorim

Rubim Grégio

Seu desencarne se deu no dia 07/03/2007 aos 44 anos de idade.



Annina

Promotora de Justiça e Diretora Administrativa da AESMP, membro da Cruzada dos Militares Espíritas e do Núcleo Espírita Irmão Maurício.

O Folha Cruzada, em nome do Núcleo Espírita Irmão Maurício, presta sua singela homenagem à nossa querida "Ninna", esposa do companheiro Ten. PM Lúcio Grégio

e mãe da Anna Clara. Grégio é um dos fundadores da nossa casa e lembramos com saudade a participação da amiga Annina nas primeiras 11 edições deste Boletim. Como em todo jornal, era uma correria, e lá estava a companheira, no editorial, nas matérias, agregando seu conhecimento e sua força. O Folha Cruzada existe hoje porque alguém teve a coragem de começar.

Nos dicionários da vida, encontramos a palavra "saudade", que já foi cantada e declamada pelos poetas: "*saudade, palavra triste, quando se perde um grande amor*". Procuramos por muito tempo entender tal sentimento. O que seria realmente a saudade? Perguntamos: Será a perda? A distância?

É no consolo da Doutrina Espírita que encontramos a resposta. Diz o Espírito Camilo que "*saudade é a ausência da energia do outro, que deixa de vibrar em nós*". Quando falta a energia do outro que nos ama e que nós amamos, bate a saudade. Ela não vem só pela distância, pois mesmo distantes podemos nos encontrar ainda irmanados pelos laços do amor e do carinho, que não se rompem com a nossa aparente "distância". Quando aqueles que nos amamos se afastam de nós, mesmo que por um período, sentimos falta de

sua energia, pois ela deixa de vibrar em nós. Para acabar com a saudade, é preciso ter na lembrança os momentos mais felizes que passamos juntos. Assim volta a vida e o amor e, por conseguinte, a energia do outro.

Se a palavra *Saudade* nos lembra distância, a palavra *Amor* nos faz lembrar de presença, de eternidade, de infinito.

Então, Ninna! Mesmo que você não esteja "presente" agora, e que fiquemos com uma enorme saudade, sabemos que ela é passageira, pois sua energia em breve voltará a vibrar em nós, porque a morte do corpo físico é apenas uma fase de transição da vida; é estar e não ser vista. Mas podemos te sentir e, em breve, quando retornar, retorna com a certeza de que te amamos.

Lembremos o insigne codificador:

"NASCER, MORRER, RENACER AINDA E PROGREDIR SEM CESSAR, TALÉALEI"

ALLANKARDEC

EQUIPE FOLHA CRUZADA

REUNIÕES PÚBLICAS: PROGRAMAÇÃO DE 15 DE MARÇO A 15 DE ABRIL

Quintas-feiras 20:00 horas	22/03/07	Luigi do Amaral Zanetti	Escolha das Provas
	29/03/07	Antônio Carlos Cerutti	Culpa e Reencarnação
	05/04/07	José Guido N. Filho	Nas Leis do Amor
	12/04/07	José Carlos Fiorido	De Ânimo Firme
Sábados 15:00 horas	17/03/07	José Luiz Moraes	Medicina e Espiritismo
	24/03/07	Aristides Traba	Diferentes Categorias dos Mundos Habitados
	31/03/07	Elizabete Vargas	Causa das Misérias Humanas
	07/04/07	Carlos Alberto Teixeira	Mundos Inferiores e Mundos Superiores
	14/04/07	Wilson Ayub Lopes	Prevenção das Doenças Cardio-vasculares
Domingos 08:30 horas	18/03/07	Wilson Ayub Lopes	Prevenção das Doenças Cardio-vasculares
	25/03/07	José Carlos Fiorido	Busquemos a Eternidade
	01/04/07	Leonardo Pereira	Francisco de Paula Cândido Xavier
	08/04/07	Antônio C. Del Rey	Ressurreição e Reencarnação
	15/04/07	José Luiz Moraes	Medicina e Espiritismo

"Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei." Jesus (Mateus 11:28)

POR DENTRO DO NEIM



Aconteceu dia 25/02/2007

Essa turma animada prestigiou o 5º rodízio de pizzas do NEIM. Aproveitamos a oportunidade e cantamos parabéns para o nosso amigo Tio Elton, que fez aniversário nesse dia.



Quem participa, fica bem na foto!

Em abril tem pizza? Tem sim senhor!



Projeto PIZZA SOLIDÁRIA

NO PRIMEIRO DOMINGO DE CADA MÊS!

- Entrega em domicílio*
- pizzas a R\$5,00
- 4 Sabores - Mussarela; Frango com catupiry; Calabresa; Presunto e queijo.

Maiores Informações:

Rodrigo Calente: 3324-4948 / 9936-7730 / e-mail: rosouz@terra.com.br

Victor Sorvillo: 3084-5964 / e-mail: victor_sorvillo@hotmail.com

Leonardo Pereira: 3227-0657/9925-1755/

e-mail: leonardopereira2@yahoo.com.br



*Por enquanto somente para Vitória e Vila Velha

“Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei.” Jesus (Mateus 11:28)