O OBSESSOR E O OBSIDIADO

Para a perfeita compreensão dos mecanismos da obsessão, com vistas à assistência desobsessiva, importa identificar quem é o obsessor e o obsidiado, bem como os vínculos que os unem.

1 O OBSESSOR

Obsessor é o que busca influenciar mentalmente o obsidiado, com a expectativa de dominar-lhe a razão e os atos. Normalmente, considera-se obsessor uma alma cruel, que pratica o mal por puro prazer. A verdade nem sempre é esta. Pela impossibilidade de comunicar a realidade em que se estaciona, o desencarnado sofre, às vezes, injustamente, a acusação de perseguidor, quando, no cerne de toda a problemática, pode ele ser a vítima que busca, pela vingança, reparação do mal que lhe foi causado. Definindo obsessor, na obra *Obsessão/desobsessão*, assim se expressa Suely Caldas Schubert:

> Não é um ser estranho a nós. Pelo contrário. É alguém que privou de nossa convivência, de nossa intimidade, por vezes com estreitos laços afetivos. É alguém, talvez, a quem amamos outrora. Ou um ser desesperado pelas crueldades que recebeu de nós, nesse passado obumbroso, que a bênção da reencarnação cobriu com os véus do esquecimento quase completo, em nosso próprio benefício. O obsessor é o irmão, a quem os sofrimentos e desenganos desequilibraram, certamente com a nossa participação.[314]

O Espírito que hoje importuna e persegue foi, portanto, alguém que sofreu de forma drástica, desequilibrando-se na dor, e que retorna do passado em estado doentio, por culpa, direta ou indireta, do obsidiado. Analisando a posição do obsessor, afirma Emmanuel pela psicografia de Francisco Cândido Xavier:

> Obsessor, em sinonímia correta, quer dizer "aquele que importuna". E "aquele que importuna" é, quase sempre, alguém que nos participou a convivência profunda no caminho do erro, a voltar-se contra nós quando estejamos procurando a retificação necessária. No procedimento de semelhante criatura, a antipatia com que nos segue é semelhante ao vinho do aplauso convertido no vinagre da crítica. Daí, a necessidade de paciência constante para que se lhe regenerem as atitudes. [...]

314 SCHUBERT, Suely Caldas. *Obsessão/desobsessão*. Primeira parte, cap. 13, p. 84.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 183 13/08/2014 19:37:33

> Obsessores visíveis e invisíveis são nossas próprias obras, espinheiros plantados por nossas mãos[315] (aspas no original).

Assim, o obsessor pode ter sido vítima de crueldades sofridas em vidas passadas ou é o familiar ou amigo abandonado, prejudicado ou traído. A responsabilidade pelos cometimentos se impõe ao obsidiado que, em um e outro caso, é o causador do sofrimento de outrem.

É imperioso, pois, desqualificar o obsessor da posição de ofensor sem remédio, para vê-lo na condição de alma necessitada de orientação, encaminhamento, amor e educação. Neste sentido, acusar o desencarnado de ser uma pessoa indigna é falta de caridade, já que ambos, obsessor e obsidiado, são enfermos intimamente envolvidos numa trama de mágoas e ausência de perdão.

Contudo, há Espíritos que procuram prejudicar outrem por inveja, ciúme, ou algo semelhante; outros porque se mantém contrariados contra a expansão de certas ideias ou princípios com as quais não guarda sintonia; o fanatismo ou intransigência religiosa, assim como os diferentes tipos de preconceitos são outras tantas causas da obsessão. As entidades obsessivas estabelecem influência negativa que pode ser neutralizada pela vontade firme do encarnado em se manter sintonizado com Jesus e com os Espíritos superiores. A propósito, esclarece Allan Kardec:

> Há Espíritos obsessores sem maldade, que até mesmo são bons, mas dominados pelo orgulho do falso saber. Têm suas ideias, seus sistemas sobre as ciências, a economia social, a moral, a religião, a filosofia, e querem fazer que suas opiniões prevaleçam. Para isso, procuram médiuns bastante crédulos para os aceitar de olhos fechados e que lhes fascinam, a fim de os impedir discernirem o verdadeiro do falso. São os mais perigosos, já que os sofismas nada lhes custam [...].[316]

2 O OBSIDIADO

Obsidiado é aquele que passivamente recebe sugestões mentais negativas e lhes dá acolhida. Suely Caldas Schubert, na mesma obra anteriormente referida, define obsidiado: "O obsidiado é o algoz de ontem e que agora se apresenta como vítima. Ou então é o comparsa de crimes, que o cúmplice das sombras não quer perder, tudo fazendo por cerceá-lo em sua trajetória."[317]

O enfermo espiritual de agora foi, em muitos casos, o responsável pelo descaminho de outrem. A obsessão é como se fora o passado que retorna,

315 XAVIER, Francisco Cândido. *Seara do Médiuns*. Cap. "Obsessores", p. 85 -87, 2013.
316 KARDEC, Allan. *O livro dos médiuns*. Segunda parte, cap. XXIII, it. 246, p. 265-266.
317 SCHUBERT, Suely Caldas, Obsessão/desobsessão. Primeira parte, cap. 11, p. 77.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 184 13/08/2014 19:37:33

ensejando o reencontro reparador com o antigo comparsa ou vítima, segundo as manifestações da lei de causa e efeito a que todos estão vinculados, a fim de que, reajustando-se perante a lei de Deus, perseguido e perseguidor encontrem o caminho da libertação espiritual que os conduzirá à conquista da elevação sublime.

É possível, todavia, com esforço e vontade firme, transformar inimigos em amigos, pois a reencarnação "[...] nem sempre é sucesso expiatório, como nem toda luta no campo físico expressa punição. [...]"[318], ensina Emmanuel com sabedoria:

> [...] Toda restauração exige dificuldades equivalentes. Todo valor evolutivo reclama serviço próprio. Nada existe sem preço. Por esse motivo, se as paixões gritam jungidas aos flagelos que lhes extinguem a sombra, as tarefas sublimes fulgem ligadas às renunciações que lhes acendem a luz.[319]

Se o esquecimento do reencarnado impede a completa lembrança dos fatos que iniciaram a contenda, e que agora se desdobra, é por conta e obra da misericórdia divina, uma vez que a recordação poderia se configurar como demais penosa, o que impediria a renovação dos sentimentos. Lembrar, nem sempre é salutar, como assinala, a respeito, o orientador Emmanuel:

> Examinando o esquecimento temporário do pretérito, no campo físico, importa considerar cada existência por estágio de serviço em que a alma readquire, no mundo, o aprendizado que lhe compete [...].
>
> E isso, na essência, é o que verdadeiramente acontece, porque, pouco a pouco, o Espírito reencarnado retoma a herança de si mesmo, na estrutura psicológica do destino, reavendo o patrimônio das realizações e das dívidas que acumulou, a se lhe regravarem no ser, em forma de tendências inatas, e reencontrando as pessoas e as circunstâncias, as simpatias e as aversões, as vantagens e as dificuldades, com as quais se ache afinizado ou comprometido.[320]

Ódios, amores desequilibrados, vícios, desvios da rota evolutiva poderiam ser revividos e repetidos, retirando o mérito do esforço da autotransformação. Mas, pela reflexão do que se sofre, pode-se avaliar o que foi realizado e replanejar o futuro. Com o reconhecimento de que há necessidade de reparação, o obsidiado esforça-se para buscar o perdão, e a perdoar-se, conforme as circunstâncias, buscando na compreensão, na renúncia e na reforma interior, a força necessária para fornecer o bom exemplo ao perseguidor que, tocado no âmago do ser, igualmente se transforma para melhor.

318 XAVIER, Francisco Cândido. *Religião dos espíritos*. Cap. "Reencarnação", p. 57, 2013.
319 Id. Ibid. Cap. "Reencarnação", p. 58.
320 Id. Ibid. Cap. "Esquecimento e Reencarnação", p. 111 a 113, 2013

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 185 13/08/2014 19:37:33

Muitas obsessões surgem pelo interesse em uma vida regada pelo prazer e pela irresponsabilidade comportamental. Assim, é preciso tato para saber interferir no conluio estabelecido entre encarnado e desencarnado sem lhes violar o livre-arbítrio. Afinal, obsessor e obsidiado não são estranhos entre si. Atraídos por desejos e viciações não resolvidas, encarnados e desencarnados unem-se em processos desarmônicos. Nessas condições, as emoções e sentimentos são corrompidos com o passar do tempo, produzindo desordens consideráveis à mente, com graves consequências no cosmo orgânico. Daí Allan Kardec elucidar: "Há pessoas que se comprazem numa dependência que favorece seus gostos e desejos".[321]

Vemos, assim, que as paixões humanas inferiores são os condicionantes de processos mentais mórbidos. Obsessor e obsidiado são, na verdade, enfermos da alma em busca do soerguimento espiritual. Guardam fraquezas emocionais e psíquicas que lhes impedem reconhecer a ilusão em que se encontram. Com o tempo, trabalho, estudo, esforço aprenderão a se libertar dessa prisão espiritual em que ora se encontram.

321 KARDEC, Allan. *O livro dos espíritos*. Q. 476-comentários, p. 234.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 186 13/08/2014 19:37:33

ATIVIDADE PRÁTICA 3:
O AUTOCONHECIMENTO SEGUNDO SANTO AGOSTINHO

Objetivo do exercício

> Refletir a respeito da proposta de Santo Agostinho para obtenção do conhecimento de si mesmo.

Sugestões ao monitor

1. Pedir aos participantes que formem grupos para leitura e troca de ideias a respeito do texto, inserido a seguir, extraído de *O livro dos espíritos.*
2. Orientá-los, em seguida, a se organizarem em um círculo para debaterem, em plenária, as seguintes questões:
   - Por que é importante o conhecimento de si mesmo?
   - Que meios são disponibilizados na sociedade atual para obter o autoconhecimento?
   - Quais são as principais dificuldades/obstáculos que interferem no conhecimento de si mesmo?
3. Após o debate, realizado em clima harmônico e favorável à participação de todos, propor aos participantes que, com base nas ideias dos autores espirituais e nas manifestadas pelos colegas, elaborar por escrito um pequeno roteiro que oriente como alcançar o autoconhecimento. Esclarecer que este roteiro será analisado na próxima reunião de estudo.
4. Indicar um dos participantes para fazer a prece de encerramento, acompanhada de breve irradiação mental pelos obsessores e obsidiados.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 187 13/08/2014 19:37:33

AUTOCONHECIMENTO

Allan Kardec indagou os orientadores da Codificação Espírita: "Qual o meio prático mais eficaz que tem o homem de se melhorar nesta vida e de resistir ao arrastamento do mal?"[322]

Obteve dos benfeitores esta sábia resposta: "Um sábio da Antiguidade[323] vos disse: Conhece-te a ti mesmo.[324]

O Espírito Santo Agostinho, em *O livro dos espíritos*, aconselha como adquirir o conhecimento de si mesmo:

> Fazei o que eu fazia quando vivi na Terra: ao fim do dia, interrogava a minha consciência, passava em revista o que havia feito e perguntava a mim mesmo se não faltara a algum dever, se ninguém tivera motivo para se queixar de mim. Foi assim que cheguei a me conhecer e a ver o que em mim precisava de reforma. Aquele que, todas as noites, recordasse todas as ações que praticara durante o dia e perguntasse a si mesmo o bem ou o mal que houvera feito, rogando a Deus e ao seu anjo de guarda que o esclarecessem, adquiriria grande força para se aperfeiçoar, porque, crede-me, Deus o assistirá. Portanto, questionai-vos, interrogai-vos sobre o que tendes feito e com que objetivo agistes em dada circunstância [...].[325]

322 KARDEC, Allan. *O livro dos espíritos*. Q. 919, p. 394, 2013.

323 Nota da organizadora: O sábio da Antiguidade é alusão ao filósofo Sócrates (469–399 a.C.).

324 KARDEC, Allan. Op. Cit. Q. 919, p. 394, 2013.

325 Id. Ibid. Q. 919-a, p. 395.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 188 13/08/2014 19:37:33

REFERÊNCIAS

1 KARDEC, Allan. *O livro dos espíritos*. Trad. Evandro Noleto Bezerra. 4. ed. 1. imp. Brasília: FEB, 2013.

2 _____. *O livro dos médiuns*. Trad. Evandro Noleto Bezerra. 2. ed. 1 imp. Brasília: FEB, 2013.

3 SCHUBERT, Suely Caldas. *Obsessão/desobsessão*. 2. ed. 6. imp. Brasília: FEB, 2013.

4 XAVIER, Francisco Cândido. *Religião dos espíritos.* Pelo Espírito Emmanuel. 22. ed. 1. imp. Brasília: FEB, 2013.

5 _____. *Seara dos médiuns*. Pelo Espírito Emmanuel. 20. ed. 1. imp. Brasília: FEB, 2013.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 189 13/08/2014 19:37:34

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 190 13/08/2014 19:37:34

O PROCESSO OBSESSIVO

O processo obsessivo constitui-se em uma sucessão de eventos que culmina com o domínio do obsidiado pelo obsessor, a ponto de subtrair-lhe a saúde mental, física, social e familiar.

No início da obsessão, o Espírito perseguidor localiza na sua vítima "[...] os condicionamentos, a predisposição e as defesas desguarnecidas, disso tudo se vale o obsessor para instalar a sua onda mental na mente da pessoa visada. [...]"[326] Em seguida, envolve-a em seus fluidos perispirituais a fim de garantir efetiva sintonia mental entre ambos. Esta só acontece porque, agindo de forma persistente, o obsessor envia "[...] os seus pensamentos, numa repetição constante, hipnótica, à mente da vítima, que, incauta, *invigilante*, assimila-os e reflete-os, deixando-se dominar pelas ideias intrusas"[327] (grifo no original).

1 SINTONIA OBSESSIVA

Analisando o processo das obsessões, Allan Kardec anota:

> Quando um Espírito, bom ou mau, quer atuar sobre um indivíduo, envolve-o, por assim dizer, no seu perispírito, como se fora um manto. Os fluidos de ambos se interpenetram, os pensamentos e as vontades dos dois se confundem e o Espírito pode então se servir do corpo do indivíduo como se fosse seu, fazendo-o agir à sua vontade, falar, escrever, desenhar, quais os médiuns. Se o Espírito é bom, sua ação é suave, benfazeja, não impelindo o indivíduo senão à prática de bons atos; se é mau, força-o a prática de ações más. Se é perverso e malfazejo, aperta-o como numa teia, paralisa-lhe até a vontade e mesmo o juízo, que ele abafa com o seu fluido, como se abafa o fogo sob uma camada de água. Faz o indivíduo pensar, agir em seu lugar, impele-o, contra a sua vontade, a atos extravagantes ou ridículos; em suma: magnetiza-o, lança-o num estado de catalepsia moral, fazendo dele um instrumento cego da sua vontade. Tal é a causa da obsessão, da fascinação e da subjugação, que se produzem em graus de intensidade muito diversos.[328]

326 SCHUBERT, Suely Caldas Schubert. Obsessão/desobsessão. Primeira parte, cap. 9, p. 61.

327 Id. Ibid., p. 62.

328 KARDEC, Allan. *Obras póstumas*. Primeira parte, "Manifestações dos Espíritos", cap. VII, it. 56, p. 94-95, 2009.

mediunidade-estudo-e-pratica - 17x25 - 05-09-2014 - sem sangria.pdf 191 05/09/2014 10:20:44

O texto descreve as etapas do processo obsessivo, que nasce da sintonia mental estabelecida entre o obsessor e o obsidiado e que pode conduzir às seguintes consequências: a) conjugação de fluidos perispirituais; b) simbiose de pensamentos, emoções e sentimentos; c) domínio mental do obsessor que mina a lucidez do obsidiado, induzindo-o a ações danosas.

Embora a entidade obsessora passe a comandar pensamentos e ações do encarnado, em especial nos casos mais avançados de fascinação e de subjugação, o Espírito não se apossa do corpo da vítima, como alguns acreditam. A ligação é sempre psíquica. Sobre isso, indaga Allan Kardec:

> *Um Espírito pode tomar momentaneamente o invólucro corpóreo de uma pessoa viva, isto é, introduzir-se num corpo animado e agir no lugar do Espírito que nele se encontra encarnado?* (grifo no original).
>
> O Espírito não entra num corpo como entras numa casa. Identifica-se com um Espírito encarnado, cujos defeitos e qualidades sejam os mesmos que os seus, a fim de agirem conjuntamente. Mas é sempre o Espírito encarnado quem atua, conforme queira, sobre a matéria de que se acha revestido. Um Espírito não pode substituir-se ao que está encarnado, pois este terá que permanecer ligado ao seu corpo até o termo fixado para sua existência material.[329]

A questão acima esclarece a vulgarmente chamada "possessão", que pressupõe não só a existência de demônios, isto é, uma categoria especial de seres voltados para o mal, mas também a possibilidade deles coabitar o corpo de alguém que se encontra reencarnado. Como tais entidades não existem, e não há possibilidade de coabitação num mesmo corpo, não existe a possessão, no sentido clássico do termo. Esta é a elucidação feita pelo Codificador: "Pela palavra *possesso* deve-se entender apenas a dependência absoluta em que uma alma pode achar-se com relação a Espíritos imperfeitos que a subjuguem.[330]

O perseguidor somente encontrará ambiente para obsidiar se o perseguido oferecer-lhe as condições favoráveis, isto é, fornecer-lhe brecha psíquica favorável: irritação, mágoa, ciúme, inveja, revide a uma agressão/ofensa, consumo da substância química entorpecente, dentre outros. O obsessor ardiloso, aproveitando-se da oportunidade, lança comandos mentais em forma de imagens, sensações e de lembranças de atos ocorridos no passado. Se acolhidas, o sentimento de ódio, a culpa, a melancolia, a irritabilidade, o medo, etc., ficarão aguçados.

Permitida a incursão obsessiva inicial, a hipnose se estabelece, e os pensamentos vão gradativamente se ajustando ao comando do obsessor.

329 KARDEC, Allan. *O livro dos espíritos*. Q. 473, p. 233, 2013.
330 Id. Ibid. Q. 474, p. 234.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 192 13/08/2014 19:37:34

2 INFECÇÕES FLUÍDICAS

Alimentada a intimidade psíquica/mental entre o obsessor e o obsidiado, esta gera consequências graves. Se não houver uma intervenção capaz de cessar a ligação estabelecida, tanto a mente quanto o corpo físico do obsidiado começarão a exibir os sinais do colapso das energias, perceptível pelos pensamentos desconexos, perda do senso crítico, tomada de decisões inadequadas, instabilidade emocional como: irritabilidade/calmaria, depressão/euforia, delírios/alucinações e somatizações orgânicas manifestadas na forma de enfermidades variadas. São estados decorrentes do que o Espírito André Luiz denomina de "infecções fluídicas", cujo agravamento pode produzir danos irreversíveis à delicada tecedura psíquica, durante a reencarnação:

> Muitos acometem os adversários que ainda se entrosam no corpo terrestre, empolgando-lhes a imaginação com formas mentais monstruosas, operando perturbações que podemos classificar como "*infecções fluídicas*" e que determinam o colapso cerebral com arrasadora loucura.
>
> E ainda muitos outros, imobilizados nas paixões egoísticas desse ou daquele teor, descansam em pesado monoideísmo, ao pé dos encarnados, de cuja presença não se sentem capazes de se afastar[331] (grifo no original).

Espíritos com alta carga de negatividade prostram-se juntos a encarnados invigilantes intoxicando-lhes o perispírito com as emanações deletérias que carregam e que, ao serem assimiladas, geram o mesmo estado de desequilíbrio:

> Assim como o corpo físico pode ingerir alimentos venenosos que lhe intoxicam os tecidos, também o organismo perispiritual pode absorver elementos de degradação que lhe corroem os centros de força, com reflexos sobre as células materiais. Se a mente da criatura encarnada ainda não atingiu a disciplina das emoções, se alimenta paixões que a desarmonizam com a realidade, pode, a qualquer momento, intoxicar-se com as emissões mentais daqueles com quem convive e que se encontrem no mesmo estado de desequilíbrio. Às vezes, semelhantes absorções constituem simples fenômenos sem maior importância; todavia, em muitos casos, são suscetíveis de ocasionar perigosos desastres orgânicos. Isto acontece, mormente quando os interessados não têm vida de oração, cuja influência benéfica pode anular inúmeros males.[332]

Na análise que se segue, Suely Caldas Schubert esclarece o processo mórbido mencionado, reportando-se a André Luiz:

> André Luiz, no livro *Libertação*, analisando a obsessão de Margarida, denominou-a de "cerco temporariamente organizado" e observou que os obsessores atuavam

331 XAVIER, Francisco Cândido; VIEIRA, Waldo. *Evolução em dois mundos*. Primeira parte, cap. 15, p. 118, 2013.

332 Id. *Missionários da luz*. Cap. 19, p. 336-337, 2013.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 193 13/08/2014 19:37:34

> de forma cruel e meticulosa. Ao lado dela ficavam permanentemente Espíritos hipnotizadores. Entre as técnicas utilizadas por eles, ressaltamos o que se poderia chamar de "vibrações maléficas", isto é, energias desequilibrantes e perturbadoras que eram aplicadas pelos algozes com a finalidade de prostrá-la, colocando-a completamente vencida.
>
> Além da constrição mental, o perseguidor se utiliza também do envolvimento fluídico, o que torna o paciente combalido, com as suas forças debilitadas, chegando até ao estado de prostração total. Dessa forma ele não tem condições de lutar por si mesmo, cerceado mentalmente e enfraquecido fisicamente.
>
> Após consolidar o cerco, o obsessor passa a controlar sua vítima por telepatia, favorecida agora pela sintonia mental que se estabeleceu entre ambos. Essa comunhão mental é estreita e, ainda que a distância, o perseguidor controla o perseguido, que age teleguiado pela mente mais forte[333] (grifo no original).

As "infecções fluídicas", fruto das intoxicações perispirituais, são a base para a somatização da obsessão. O perispírito, ao assimilar as energias deletérias (fluídicas e mentais) do obsessor, ou de outras entidades vinculadas ao processo, repassa as vibrações negativas ao corpo físico que, na forma de somatizações, revela-se enfermo.

3 OBSESSÃO E MEDIUNIDADE

O médium ostensivo ou de efeitos patentes, quando no exercício de sua faculdade, encontra na obsessão um dos maiores obstáculos ao seu progresso espiritual e à prática mediúnica. Allan Kardec afirma que todo esforço deve ser envidado para evitar e debelar esse mal:

> A obsessão, como dissemos, é uma dos maiores escolhos da mediunidade e também um dos mais frequentes. Por isso mesmo, nunca serão demais os esforços que se empreguem para combatê-la, visto que, além dos inconvenientes pessoais que acarreta, é um obstáculo absoluto à excelência e à veracidade das comunicações. Sendo a obsessão, seja qual for o grau em que se apresente, resultado de um constrangimento e não podendo este ser exercido jamais por um Espírito bom, conclui-se que toda comunicação dada por um médium obsidiado é de origem suspeita e não merece nenhuma confiança. Se, por vezes, se encontra nela alguma coisa boa, que se retenha o que for bom e se rejeite tudo o que pareça simplesmente duvidoso.[334]

O Codificador enumera, no item 243 de *O livro dos médiuns*, nove características pelas quais se pode reconhecer a obsessão que acomete o médium, as quais merecem ser lidas com atenção. Essas características podem ser resumidas nas seguintes: persistência de um Espírito em se comunicar; ilusão do médium

333 SCHUBERT, Suely Caldas. Obsessão/desobsessão. Primeira parte, cap. 9, p. 63-64.
334 KARDEC, Allan. *O livro dos médiuns*. Segunda parte, cap. XXIII, it. 242, p. 262-263, 2013.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 194 13/08/2014 19:37:34

em relação à qualidade da comunicação que recebe; crença na infalibilidade dos Espíritos que por ele se comunicam; disposição de se afastar das pessoas que possam dar bons conselhos; reação negativa à crítica das comunicações que recebe; necessidade constante de psicografar (ou exercer outro tipo de mediunidade) em locais e horários inadequados; constrangimento que impulsione o médium a falar contra a vontade; ruídos e perturbações ao redor do médium.

Como vimos, o processo obsessivo é ocorrência complexa. Inicia-se sutilmente. O obsessor é dissimulado, sua presença nem sempre é percebida e, quando se dispõe a observar a futura vítima, passa a emitir pensamentos em direção do encarnado, envolvendo-o. Se o encarnado recebe a mensagem do obsessor, sem identificar-lhe a origem, acredita que emana de sua própria mente.

O modo de não permitir o avanço do processo obsessivo é mudar o foco da atenção e a natureza das emissões mentais. Sem isso, o processo agrava-se com a perda do senso crítico, causando um comportamento estereotipado. Complica-se com a acentuada perda fluídica do obsidiado, tendo seu clímax na aniquilação da vontade, com pensamentos delirantes e abalos na saúde psíquica e física.

Por tudo isso, deve-se despender todo esforço na prevenção da obsessão. É sempre melhor prevenir do que remediar, afirma a sabedoria popular.

Pensar e fazer o bem, lutando contra os maus pensamentos são, hoje e sempre, medidas de equilíbrio físico, psíquico e espiritual.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 195 13/08/2014 19:37:34

ATIVIDADE PRÁTICA 4: ROTEIRO PARA O AUTOCONHECIMENTO

Objetivo do exercício

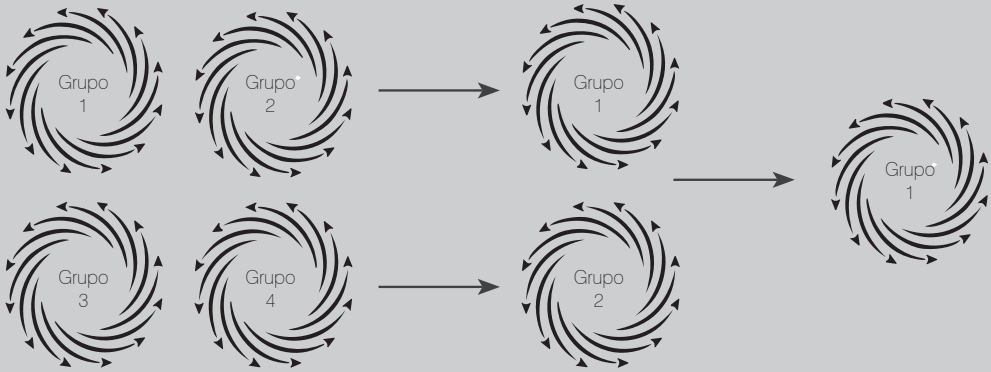
> Construir um roteiro que favoreça o processo de autoconhecimento, tendo como referências orientações de Espíritos esclarecidos.

Sugestões ao monitor:

1. Pedir à turma que se reúna em grupos para, em conjunto, realizar as seguintes atividades: a) analisar os roteiros individuais de autoconhecimento, solicitados como tarefa na reunião anterior; b) construir um roteiro coletivo de autoconhecimento, tendo como referências as orientações de *O livro dos espíritos*, questões 919 e 919-a, e as principais ideias dos roteiros individuais, elaborados e apresentados pelos colegas na reunião anterior.
2. Sugerir, inicialmente, a formação de quatro grupos para a fusão dos roteiros individuais. Concluída esta primeira etapa, os quatro grupos se organizam em dois para fusão de ideias. Por último, os dois grupos se reúnem e compõem um único roteiro de autoconhecimento, representativo do conjunto de ideias trabalhadas pela turma. (Veja esquema a seguir).
3. Um relator é indicado para, em plenária, apresentar a conclusão final do trabalho.
4. Analisar, rapidamente, as ideias apresentadas, informando que, no próximo encontro, estas serão analisadas com mais atenção.
5. Realizar a prece de encerramento da reunião.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 196 13/08/2014 19:37:34

ESQUEMA DE FORMAÇÃO DOS GRUPOS



mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 197 13/08/2014 19:37:34

REFERÊNCIAS

1 KARDEC, Allan. *Obras póstumas*. Trad. Evandro Noleto Bezerra. 1. ed. Rio de Janeiro: FEB, 2009.

2 _____. *O livro dos espíritos*. Trad. Evandro Noleto Bezerra. 4. ed. 1. imp. Brasília: FEB, 2013.

3 _____. *O livro dos médiuns*. Trad. Evandro Noleto Bezerra. 2. ed. 1. imp. Brasília: FEB, 2013.

4 SCHUBERT, Suely Caldas. *Obsessão/desobsessão*. 2. ed. 6. imp. Brasília: FEB, 2013.

5 XAVIER, Francisco Cândido; VIEIRA, Waldo. *Evolução em dois mundos*. Pelo Espírito André Luiz. 27. ed. 1. imp. Brasília: FEB, 2013.

6 XAVIER, Francisco Cândido. *Missionários da luz*. Pelo Espírito André Luiz. 45. ed. 1. imp. Brasília: FEB, 2013.

mediunidade-estudo-e-pratica.pdf 198 13/08/2014 19:37:34