

Rodrigo Félix da Cruz



O PENSAMENTO

# DADOS DE COPYRIGHT

## Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe do *ebook espírita* com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo.

## Sobre nós:

O *ebook espírita* disponibiliza conteúdo de domínio publico e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento espírita e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: [www.ebookespirita.org](http://www.ebookespirita.org).



[www.ebookespirita.org](http://www.ebookespirita.org)

**O PENSAMENTO**  
**Rodrigo Félix da Cruz**

Trabalho de apoio ao Curso On-line de Espiritismo do  
Portal Luz Espírita

© 2008 – Brasil

**Rodrigo Félix da Cruz**

# O PENSAMENTO

***“Espíritas, amai-vos! Este o primeiro ensino!  
Instruí-vos, este o segundo!”***

(O EVANGELHO SEGUNDO O ESPIRITISMO, Allan Kardec – cap. VI item 5)

**Agradecimentos:**

A Deus, a Espiritualidade e ao meu Mentor espiritual.

# SUMÁRIO

- 1 – INTRODUÇÃO — pag. 5
- 2 – CONCEITO — pag. 5
- 3 – GÊNESE DO PENSAMENTO — pag. 5
- 4 – PENSAMENTO E MATÉRIA MENTAL — pag. 5
- 5 – ASSOCIAÇÃO DE IDEIAS — pag. 5
- 6 – PENSAMENTO FORMA E FORMA PENSAMENTO — pag. 5
- 7 – FOTOGRAFIA DO PENSAMENTO — pag. 5
- 8 – PERTURBAÇÕES DO PENSAMENTO — pag. 5
- 9 – FIXAÇÃO MENTAL (MONOIDEÍSMO) — pag. 5
- 10 – PENSAMENTO E VONTADE — pag. 5
- 11 – CONSEQUENCIAS DO PENSAMENTO — pag. 5
- 12 – SÍNTESE — pag. 5
- 13 – CONCLUSÃO — pag. 5
- 14 – BIBLIOGRAFIA CONSULTADA — pag. 5

# O PENSAMENTO

# INTRODUÇÃO

Emmanuel, no prefácio do livro SINAL VERDE de André Luiz, pela psicografia de Francisco Cândido Xavier, nós dá uma brilhante explicação sobre o pensamento e suas relações:

*“Não desconhecemos que todos respiramos num oceano de ondas mentais, com o impositivo de ajustá-las em benefício próprio. Vasto mar de vibrações permutadas. Emitimos forças e recebemo-las, o pensamento vige na base desse inevitável sistema de trocas”*

**Mercado** é definido como sistema de circulação de bens e capital dentro de uma sociedade, ou seja, trata-se de um sistema de trocas. Emmanuel explica que nós vivemos num intercâmbio de pensamentos entre todos os seres humanos encarnados e desencarnados, cujo funcionamento é semelhante ao Mercado, no sentido de também ser um sistema de trocas.

O objetivo deste estudo é compreender, sob a ótica espírita, o pensamento e suas consequências e como funciona seu intercâmbio entre as pessoas.



## CONCEITO

Etimologicamente falando, a palavra **Pensamento** vem do latim *pensare* e significa *pesar*, isto é, *medir, avaliar e comparar*.

No sentido mais lato, pensamento é toda atividade psíquica.

Numa acepção mais estreita, é só o conjunto de todos os fenômenos cognitivos, e excluindo, portanto, os sentimentos e as volições.

Em estrito senso, pensamento é sinônimo de *intelecto*, enquanto permite compreender — ou entender — a matéria do conhecimento e, na medida em que realiza um grau de síntese mais elevado que a percepção, a memória e a imaginação.

O pensamento, neste sentido mais estrito, toma três formas: **concepção, juízo e raciocínio**, os quais são objeto de estudo, já da Lógica, que considera a sua validade em relação ao objeto pensado, já da Psicologia, que, prescindindo do valor crítico, investiga a sua natureza e leis de aparecimento (Grande Enciclopédia Portuguesa e Brasileira).

Podemos dizer, também, que o pensamento é a sequência de representações e conceitos. Não pertence ao tempo nem ao espaço. São generalizações que permanecem virtualizadas em nossa mente. O ato de pensar, como ato, é sempre novo, ou seja, é a atualização temporal e espacial do conceito. Exemplo: o círculo, como conceito, é sempre o mesmo. Ao pensarmos uma, duas, três, e tantas vezes sobre essa figura, cada uma delas será, para nós, sempre nova. Este é o sentido da evolução criadora de Bergson. Para ele, todo o momento é criativo, porque nunca o vivenciamos anteriormente.

Para o Espiritismo, é o elemento nobre, modelador das ações dos Espíritos, através de fluídos etéreos. Allan Kardec, em A GÊNESE, diz que o pensamento “é a grande oficina ou o laboratório da vida espiritual. O pensamento e a vontade são para os Espíritos aquilo que a mão é para o homem”. (1977, cap. 14, it.14, p.282)

Para expandir o entendimento de forma dialética apresento três questões básicas para o entendimento do tema:

### a) **Pensamento – O que é? – Tem ele força? – Qual?**

O pensamento é uma manifestação do espírito, que, para tanto, utiliza-se de seu livre-arbítrio. Quando o emitimos, ele se materializa e ganha o espaço, por intermédio do fluido cósmico em que estamos mergulhados. Uma vez exteriorizado por esse fluido, pode ser recepcionado por outro Espírito, encarnado ou desencarnado. Porém, os desencarnados têm maior facilidade de captá-lo, devido ao fato de sua capacidade perceptiva não se encontrar embaraçada pela matéria densa. Alguns, contudo, têm essa faculdade desenvolvida o bastante para lhes permitir que, embora encarnados, tenham a percepção do pensamento de outrem.

### b) **Campo mental é o mesmo que pensamento?**

O **campo mental** ou corpo mental, como preferem alguns autores, tem a sua sede no espírito. Segundo André Luiz, em outra de suas obras, o livro **EVOLUÇÃO EM DOIS MUNDOS**, é “o envoltório sutil da mente”, ainda não suscetível de ser definido. Por ora, limitando-nos ao quanto nosso estágio evolutivo permite depreender, podemos dizer que é a parte do espírito que envolve a mente, mais sutil ainda do que o perispírito. Segundo alguns autores, seria um quarto elemento de que se compõe o homem, ao lado dos três outros que os Espíritos informaram a Allan Kardec (espírito, perispírito e corpo físico).

### 3.- **Mente – O que é? – Qual sua importância? – Por quê?**

Em poucas palavras, podemos definir a mente como sendo a parte do Espírito que o dirige. É o elemento de maior importância para ele, chegando, mesmo, alguns, a confundi-la com o próprio Espírito. É a responsável pela produção do pensamento e pela formação do corpo espiritual (perispírito), que a espelha e que, por sua vez, vai servir de molde à formação do corpo físico. Por tudo isso, podemos dizer que somos o resultado da nossa mente ou, até, que somos a mente. A resposta dessas questões foi fruto da leitura dos ensinamentos de André Luiz nos livros **ENTRE O CÉU E A TERRA** e **EVOLUÇÃO EM DOIS MUNDOS**.

O próximo passo é entender passo a passo o teor do que até aqui foi exposto.

# GÊNESE DO PENSAMENTO

Quanto às etapas na gênese do pensamento, há quem distinga cinco, a saber:

- 1ª) **Estímulo** — um problema que o desperta, podendo ser uma dúvida, incerteza, inquietação ou qualquer outra coisa;
- 2ª) **Pesquisa** — procura de documentação capaz de esclarecer o problema, através de uma atividade nervosa e psíquica que se desencadeia;
- 3ª) **Hipótese** — fase crucial e a mais importante do processo do pensamento, em que os dados obtidos são elaborados;
- 4ª) **Solução** — abandono da dúvida em vista da força dos elementos colhidos;
- 5ª) **Crítica** — fase final de análise do caminho seguido.

Outros autores contentam-se em mencionar três momentos no processo do pensamento: este começa por uma intuição empírica, sensorial e psicológica (introspecção), que faz conhecer imediatamente um fato não compreendido e levanta problemas. Depois seguem-se as operações pelas quais se procura resolver esses problemas, e que constituem o pensamento discursivo. Por fim aparece a intuição racional, onde desemboca o trabalho do pensamento. (Enciclopédia Luso-Brasileira de Cultura)

## PENSAMENTO E MATÉRIA MENTAL

Os Espíritos da equipe codificadora afirmam que uma das modificações mais importantes do **fluido universal** é o **fluido vital**. Ele é o responsável pela força motriz que movimenta os corpos vivos. Sem ele, a matéria é inerte.

Cada ser tem uma quantidade de fluido vital, de acordo com suas necessidades. As variações dependem de uma série de fatores. Allan Kardec nos instrui sobre o assunto em O LIVRO DOS ESPÍRITOS:

*“A quantidade de fluido vital não é a mesma em todos os seres orgânicos: varia segundo as espécies e não é constante no mesmo indivíduo, nem nos vários indivíduos de uma mesma espécie. Há os que estão, por assim dizer, saturados de fluido vital, enquanto outros o possuem apenas em quantidade suficiente. É por isso que uns são mais ativos, mais enérgicos, e de certa maneira, de vida superabundante”.*

*“A quantidade de fluido vital se esgota. Pode tornar-se incapaz de entreter a vida, se não for renovada pela absorção e assimilação de substâncias que o contêm”.*

*“O fluido vital se transmite de um indivíduo a outro. Aquele que o tem em maior quantidade pode dá-lo ao que tem menos, e em certos casos fazer voltar uma vida prestes a extinguir-se”.*

Pela mente os Espíritos absorvem o fluido cósmico, transmutando-o em um sub-produto, a **matéria mental vibrátil**, um fluido vivo e multiforme, estuante e inextancável, em processo vitalista semelhante à respiração, cujas vibrações são as impressas pela mente que a emitiu, cuja ação influencia, a partir de si mesma e sob a própria responsabilidade, a Criação. Esse subproduto é o **fluido vital**.

A matéria mental tem natureza corpuscular, atômica e também resulta da associação de formas positivas e negativas. Utiliza-se 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. (Xavier, 1977, cap. 4)

## ASSOCIAÇÃO DE IDEIAS

O Espírito André Luiz diz:

*“Emitindo uma ideia, passamos a refletir as que se lhe assemelham, ideia essa que para logo se corporifica, com intensidade correspondente à nossa insistência em sustentá-la, mantendo-nos, assim, espontaneamente em comunicação com todos os que nos esposem o modo de sentir”* (Xavier, 1977, p. 48).

Significa dizer: dado um estímulo, imediatamente colocamos o nosso pensamento em sintonia com o clima das respostas que o referido estímulo sugere. Observe a leitura de um jornal: cada um de nós vai direto àquilo que mais lhe interessa. Se gostamos de futebol, abrimos as páginas esportivas; se nossa preferência é a saber sobre a vida pública de um país, consultamos as páginas de economia e política; se preferimos a arte, vasculhamos o caderno ilustrado. Desse modo, as "nossas companhias", quer boas ou ruins, dependem essencialmente de nossa escolha.

Diante disso o ditado popular “diga-me com quem andas que eu te direi que és” pode ser adaptado para “diga-me quem és que eu te direi com quem andas” ou ainda “Diga-me como pensas que eu te direi com quem andas”.

# 6

## PENSAMENTO FORMA E FORMA PENSAMENTO

Com frequência, as transformações são o produto de um pensamento. diz Kardec:

*“Basta ao Espírito pensar numa coisa para que tal coisa se produza”.*

Desta forma, tomando conhecimento de tal verdade, devemos fazer bom uso dos nossos pensamentos, pois eles são movimentados por energias cósmicas, fluidos etéreos, que, embora invisíveis aos nossos olhos, estão presentes onde as nossas forças físicas jamais chegariam. Nosso pensamento é um raio que tanto pode conduzir luz edificante como energias deletérias ou destruidoras.

# 7

## FOTOGRAFIA DO PENSAMENTO

Sendo o Pensamento o criador de imagens fluídicas, reflete-se no Perispírito como num espelho, tomando corpo e, aí, fotografando-se. Se um homem, por exemplo, tiver a ideia de matar alguém, embora seu corpo material se conserve impassível, seu corpo fluídico é acionado por essa ideia e a reproduz com todos os matizes. Ele executa fluidicamente o gesto, o ato que o indivíduo premeditou. Seu pensamento cria a imagem da vítima e a cena inteira se desenha, como num quadro, tal qual lhe está na mente. É assim que os mais secretos movimentos da alma repercutem no invólucro fluídico. É assim que uma alma pode ler na outra alma como num livro e ver o que não é perceptível aos olhos corporais (Kardec, 1975, p. 115).

No livro LIBERTAÇÃO, André Luiz narra que, em determinada região umbralina, as pessoas eram selecionadas e julgadas por trabalhadores que utilizavam uma espécie de aparelho que captava as imagens fluídicas das pessoas de acordo com os delitos cometidos.

No plano espiritual não há como criar máscaras ou esquivar-se, somos reconhecidos pela nossa imagem fluídica irradiada pelo nosso perispírito. Tal imagem é decorrente de nossos atos e pensamentos durante a experiência corpórea.

# 8

## PERTURBAÇÕES DO PENSAMENTO

Segundo a Psicologia, entende-se como o conjunto de alterações mais ou menos profundas da estrutura diferenciada e intencional do ato psíquico. É assim possível descrever as anomalias da ideação (encadeamento das ideias), da atenção espontânea e voluntária, da eficiência intelectual etc. Numa outra perspectiva, descreve-se, através das modalidades expressivas do discurso, uma aceleração aparente (fuga das ideias) ou um abrandamento (bradipsiquia) do pensamento, na mania e na melancolia. Na esquizofrenia, o pensamento perturbado no seu funcionamento, exprime-se por meio de uma linguagem estranha, caótica, dissociada, por vezes interrompida (Thines, 1984).

No próximo tópico veremos as perturbações do pensamento segundo o Espiritismo.



## FIXAÇÃO MENTAL (MONOIDEÍSMO)

Monoideísmo é estado patológico caracterizado pela tendência de uma pessoa retornar sempre em seu pensamento em sua palavra a um só tema. É a ideia fixa, ou o estado de consciência mórbida, que se caracteriza pela persistência de uma ideia, que nem o curso normal das ideias, nem a vontade conseguem dissipar. Vingança, desespero, paixões e desânimo são algumas das causas da fixação mental. Nosso cérebro funciona à semelhança de um dínamo. Dado o primeiro estímulo, interno ou externo, o que passa a contar é a manutenção de nosso pensamento num mesmo teor de ideia. Quanto mais tempo permaneceremos num assunto, mais as imagens do tema se cristalizarão em nosso halo mental. A fixação mental é uma questão de atitude assumida: melhorando o teor energético de nosso pensamento, ampliaremos o nosso campo mental para o bem e estaremos nos libertando dos pensamentos malsãos.

Segue uma questão trazida ao lume por André Luiz:

O que é e qual a consequência da fixação mental?

Podemos entender como fixação mental o pensamento permanente do espírito em determinado sentido, no caso, um ato do passado. Em geral, ocorre quando o espírito se fixa num ato que praticou contrário às leis naturais e em detrimento de outrem. Quando o espírito se deixa levar por esse estado, abstrai-se de tudo o mais que acontece em sua existência, mantendo seu psiquismo fixado unicamente em torno desse fato. É o resultado do julgamento realizado pelo verdadeiro e único juiz das nossas ações: a nossa consciência.

Quando se encontra nessa situação, a presença da vítima é constante no pensamento do Espírito, com o ato recriminado aparecendo com frequência em sua tela mental. É inevitável a visita da dor reparadora.

## PENSAMENTO E VONTADE

O fenômeno da sugestão mental é oportuno. Emitindo uma ideia, passamos a refletir as que se lhe assemelham. Nesse sentido, somos herdeiros dos reflexos de nossas experiências anteriores, porém, com a capacidade de alterar-lhe a direção. Acionando a alavanca da vontade, poderemos traçar novos rumos para a libertação de nosso espírito. A vontade é o elemento do livre-arbítrio. Devemos ter comando sobre o pensamento, pois não falhamos só com palavras e atos. Pelo pensamento (sem barreira ou distância), o Espírito encarnado age sobre o semelhante, e o desencarnado, também, atua sobre nós, encarnados. Melhorando o pensamento, melhoramos a vida nos dois planos — físico e espiritual.

# 11

## CONSEQUENCIAS DO PENSAMENTO

É muito comum ouvirmos as pessoas dizerem que “pensamento é vida” e sem saberem, estão falando uma grande verdade. Sob a ótica espírita, o assunto se desdobra mostrando outras realidades. Inclusive, faz com que passemos a vigiar mais os nossos pensamentos e atitudes.

Os Espíritos nos mostram a íntima relação que há entre fluído e pensamento. Em A GÊNESE Kardec informa que:

*“Sendo o fluído veículo do pensamento, este atua sobre os fluidos como o som sobre o ar; eles nos trazem o pensamento, como o ar nos traz o som”* (cap. XIV, 15).

No parágrafo seguinte ele continua dizendo:

*“Há mais: criando imagens fluídicas, o pensamento reflete no envoltório perispirítico, como num espelho; Toma nele corpo e aí de certo modo se fotografa.”*

Kardec conclui o item afirmando que:

*“Desse modo é que os mais secretos movimentos da alma repercutem no envoltório fluídico; que uma alma pode ler noutra alma como num livro e ver o que não é perceptível aos olhos do corpo”.*

Diante disso, quando pensamos em algo criamos imagens fluídicas. Afinal, *“O pensamento do encarnado atua sobre os fluidos espirituais, como o dos desencarnados, e se transmite de Espírito a Espírito (...) e, conforme seja bom ou mau, saneia ou vicia os fluidos ambientais”* (A GÊNESE, cap. XIX, 18). Para exemplificar essa força do pensamento é interessante nos reportarmos à pesquisa feita na Inglaterra descrita no livro PERISPÍRITO E SUAS MODELAÇÕES (cap. 28).

Com objetivo de comprovar ou não a força do pensamento, cientistas colocaram dóceis ratinhos da cidade próximos a ratos selvagens, mas sem possibilidade de contato físico. Os ratos selvagens tomavam atitudes de intimidação e enviam olhares agressivos e ameaçadores. Os ratinhos urbanos acabaram morrendo, embora não tivessem sofrido um único arranhão. A autópsia mostrou glândulas supra-renais dilatadas, sinal evidente de violenta pressão nervosa emocional. O autor conclui que é possível a agressão através do olhar de ódio ou qualquer outro sentimento menos digno.

O homem pode manter o equilíbrio de sua saúde vital através da alimentação e da respiração de ar não poluído, entre outros fatores, mas, acima disso, mantendo uma conduta mental sadia.

Nunca é demais reforçar que o pensamento exerce uma poderosa influência nos fluidos espirituais, modificando suas características básicas.

Os pensamentos bons impõem-lhes luminosidade e vibrações elevadas que causam conforto e sensação de bem estar às pessoas sob sua influência.

Os pensamentos maus provocam alterações vibratórias contrárias às citadas acima. Os fluidos ficam escuros e sua ação provoca mal-estar físico e psíquico.

*"Os maus pensamentos corrompem os fluidos espirituais, como os miasmas deletérios corrompem o ar respirável"*

(Allan Kardec – A GÊNESE, cap. XIV, item 16)

Pode-se concluir, assim, que em torno de uma pessoa, de uma família, de uma cidade, de uma nação ou planeta, existe uma atmosfera espiritual fluidica, que varia vibratoriamente, segundo a natureza moral dos Espíritos envolvidos.

À atmosfera fluidica associam-se seres desencarnados com tendências morais e vibratórias semelhantes. Por esta razão, os Espíritos superiores recomendam que nossa conduta, nas relações com a vida, seja a mais elevada possível. Uma criatura que vive entregue ao pessimismo e aos maus pensamentos tem em volta de si uma atmosfera espiritual escura, da qual aproximam-se Espíritos doentios. A angústia, a tristeza e a desesperança aparecem, formando um quadro físico-psíquico deprimente, mas que pode ser modificado sob a orientação dos ensinamentos morais de Jesus.

*"A ação dos Espíritos sobre os fluidos espirituais tem consequências de importância direta e capital para os encarnados. Desde o instante em que tais fluidos são o veículo do pensamento; que o pensamento lhes pode modificar as propriedades, é evidente que eles devem estar impregnados das qualidades boas ou más, dos pensamentos que os colocam em vibração, modificados pela pureza ou impureza dos sentimentos."* (Allan Kardec – A GÊNESE, cap. XIV, item 16)

À medida que cresce através do conhecimento, o homem percebe que suas mazelas, tanto físicas quanto espirituais, são diretamente proporcionais ao seu grau evolutivo e que ele pode mudar esse estado de coisas, modificando-se

moralmente. Aliando-se a boas companhias espirituais através de seus bons pensamentos, poderá estabelecer uma melhor atmosfera fluídica em torno de si e, conseqüentemente, do ambiente em que vive. Resumindo, todos somos responsáveis de alguma maneira pelo estado de dificuldades morais em que vive o Planeta atualmente e cabe a nós mesmos modificá-lo.

*"Melhorando-se, a humanidade verá depurar-se a atmosfera fluídica em cujo meio vive, porque não lhe enviará senão bons fluidos, e estes oporão uma barreira à invasão dos maus. Se um dia a Terra chegar a não ser povoada senão por homens que, entre si, praticam as leis divinas do amor e da caridade, ninguém duvida que não se encontrem em condições de higiene física e moral completamente outras que as hoje existentes". (Allan Kardec – Revista Espírita, Maio, 1867)*

No nosso dia a dia, nem sempre nos lembramos disso tudo e sem o percebermos, criamos ao redor imagens daquilo que está em nossas mentes. Tais criações mentais continuarão existindo enquanto as alimentarmos. Permanecerão ao nosso redor e fatalmente atrairá Espíritos com o mesmo padrão vibratório. Enfim, nós mesmos criamos o nosso céu ou o nosso inferno e cabe a nós desfazê-lo ou mantê-lo.

O pensamento é (1) nossa identificação, (2) é carreador de nossas emoções, (3) determina nosso estado de saúde e (4) determina nossas ações.

O pensamento é o principal atributo do espírito que é o princípio inteligente.

- 1) Pelos nossos pensamentos somos identificados no mundo espiritual. Ex: quando estamos nervosos, labaredas vermelhas aparecem em nós, quando estamos com ódio ou mágoa, somos cobertos por uma luz negra ou acinzentada.
- 2) O pensamento leva as nossas emoções para o ambiente e para o alvo do mesmo.
- 3) Mantendo bons pensamentos evitamos diversos problemas de saúde e relacionamento (entre encarnados e desencarnados).
- 4) devemos refletir antes de agir.

O pensamento é muito importante em nossas vidas, pois somos consequência destes.

## CONCLUSÃO

Vigilância e oração atenuam as vicissitudes da senda regenerativa. Através delas, pomonos em sintonia conosco mesmos, tornando-nos cada dia mais autoconscientes. Percebendo claramente nossas reações do cotidiano, criamos condições para nos avaliarmos e conseqüentemente substituímos os automatismos negativos pelos positivos.

De acordo com o Espírito Lourdes Catherine (cap. 42) o momento ideal para impedir que um pensamento negativo se instale é quando ele surge. Ela sugere que criemos um “saneador”. O interessante é que esse saneador, ou melhor, “saneadores” estão constantemente junto conosco, mas nem sempre lançamos mão deles.

O primeiro chama-se **permissão**. Quando nos permitimos criar situações aflitivas, de agressões e desequilíbrio nos envolvemos de tal forma com fluidos desarmônicos que “infectamos” nossa psicofera espiritual. Segundo a autora, *“Muitas pessoas não comandam a própria força mental, tornando-se prisioneiro de si mesmo”* (p. 193). Realmente, não é raro ficarmos nas fantasias desequilibrantes. Ao invés disso, deveríamos voltar para as ideias de sucesso, força e paz. Deveríamos acreditar no nosso potencial e aproveitar as oportunidades da vida para crescer. E se por acaso nos arranharmos durante o percurso, é igualmente importante lembrar que as quedas são lições a serem aprendidas. Cabe a nós nos colocarmos novamente de pé e seguirmos a jornada evolutiva.

O segundo saneador é a **oração**. Através da prece, melhoramos nosso padrão vibratório mesmo que momentaneamente. Para tanto, ela precisa ser acionada pela vontade e vir do coração. Se na luta do dia a dia não conseguirmos longo tempo para orar, façamos pequenos momentos de desprendimento. Voltemos, por poucos minutos, nossa mente para o alto, entremos em estado de prece e mentalmente nos permitamos a “conversar” com o Pai. Ele, com certeza, nos dará forças e a própria oração “limpará” nossos lixos mentais. Importante é termos consciência de que nossa psicofera será de luz ou de sombras na mesma proporção que investirmos no positivo ou no negativo.

Para encerrar este trabalho deixo uma prece de André Luiz para nossa reflexão sobre nossos pensamentos:

*PENSAMENTOS IMPRÓPRIOS*

*Senhor e Mestre, vigia meus pensamentos! Acomodado na certeza de que meus pensamentos são invioláveis aos meus semelhantes, muitas vezes ponho-me a pensar o que não devo, não poupando definições e julgamentos que se revelados, me propiciariam duras recriminações, senão momentos até piores!...*

*Movimento-me pela vida observando e analisando pessoas e circunstâncias, e nem sempre é possível furtar-me de pensamentos cujo teor não é nem fraterno e nem misericordioso, levando-me a me recriminar intimamente após emití-los. Bem sei que para conduzir à falta basta o pensamento, porém não me sinto perfeito o bastante para evitar que eu julgue conforme meu estado de humor, levando a diminuir e até a ridicularizar o meu próximo em minha imaginação e em meus comentários, vez ou outra...*

*Me guarda, Senhor, de perseverar em semelhante estado de alma, visto que só cabe a Deus o julgamento de coisas e pessoas, não me sendo permitido emitir conclusões senão aquelas que possam beneficiar e restabelecer, reconstruir e reerguer...*

*Sempre que eu me sentir inclinado a julgar mentalmente meus irmãos, diminuindo-os perante meu imenso orgulho, recorda-me de que, se eu já consigo visualizar com tamanha perfeição os erros e os fracassos alheios, este é o momento certo para que eu visualize e corrija os meus próprios erros e fracassos, com perfeição semelhante!*

*Assim seja!*

André Luiz, IDEAL André, 12.10.2002



## BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

**BOZZANO, E.** Pensamento e Vontade.

**Grande Enciclopédia Portuguesa e Brasileira.** Lisboa/Rio de Janeiro, Editorial Enciclopédia, s.d. p.

**LUIZ, A.** Mecanismos da Mediunidade, cap. XIX.

**KARDEC, A.** Obras Póstumas, pág. 115.

\_\_\_\_\_ A Gênese. Tradução Guillon Ribeiro, FEB, 33ª ed.

\_\_\_\_\_ Obras Póstumas. 15. ed., Rio de Janeiro, FEB, 1975.

**NETO, Francisco do Espírito Santo; BATUÏRA, Espírito; LOURDES CATHERINE, Espírito.** Conviver e Melhorar, Editora Boa Nova, 1999.

**PINHEIRO, Luiz Gonzaga.** O Perispírito e Suas Modelações, EME Editora, 2000.

**THINES, G. e LEMPEREUR, A.** Dicionário Geral das Ciências Humanas. Lisboa, Edições 70, 1984.

**XAVIER, F. C.** Mecanismos da Mediunidade, pelo Espírito André Luiz. 8. ed., Rio de Janeiro, FEB, 1977.

\_\_\_\_\_ Entre o Céu e a Terra. Idem

Na Internet:

<http://www.grupo.cairbar.nom.br/grupo/pagina-20-0805.htm>

<http://magnetizador.blogspot.com/2007/12/os-fluidos-e-fora-do-pensamento.html>

[http://www.cvdee.org.br/est\\_nlttexto.asp?id=05&cap=16&showc=S](http://www.cvdee.org.br/est_nlttexto.asp?id=05&cap=16&showc=S)

[http://br.geocities.com/ideal\\_andreluiz/oracao\\_diaria\\_out15.html](http://br.geocities.com/ideal_andreluiz/oracao_diaria_out15.html)