

# DIRETRIZES SEGURAS PARA LIBERTAR-SE DA CULPA



1º. ENCONTRO

O QUE É E QUAL A  
ORIGEM DA CULPA

# 1º. ENCONTRO – O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- **Objetivo – refletir sobre o que é a culpa e como ela se origina.**

# O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- **Meditando sobre a culpa:**
- **Feche os olhos e entre em contato com você mesmo(a) em essência, buscando sentir-se um Espírito imortal em evolução. O sentimento de culpa está presente em sua vida? Como você o sente? Você tem consciência do mal que esse sentimento gera em você? Há em você uma ansiedade de consciência? Deixe os seus pensamentos e sentimentos fluírem, evitando qualquer mascaramento num processo de autoengano. Seja verdadeiro(a) com você, analisando-se com autenticidade.**

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- Reflexão doutrinária:
- O que é o sentimento de culpa?
- Como a culpa se origina em nossa intimidade?
- Que transtornos esse sentimento nos pode gerar?

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- O Despertar do Espírito p. 42 e 43 – “A culpa sempre se insculpe no inconsciente como uma necessidade de punição, através de cujo mecanismo o ego se liberta do delito.
- “Originada na conceituação ancestral de pecado – herança atávica do *pecado original*, que seria a desobediência de Adão e Eva, os arquétipos ancestrais do ser humano, a respeito da *Árvore da sabedoria do Bem e do Mal* – tem sido, através do processo da evolução, um agente cruel punitivo, que vem desequilibrando o seu mecanismo psicológico.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Desse modo, a consciência de culpa torna-se tortura lúcida ou não para o emocional, gerando tormentos que poderiam ser evitados se outros processos houvessem sido elaborados para facultar a reparação do erro.”

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- **Conflitos Existenciais – capítulo 6 –**  
“Duas são as causas psicológicas da culpa: a que precede das sombra escura do passado, da consciência que se sente responsável por males que haja praticado em relação a outrem e a que tem sua origem na infância, como decorrência da educação que é ministrada.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “A culpa é resultado da raiva que alguém sente contra si mesmo, voltada para dentro, em forma de sensação de algo que foi feito erradamente.
- “Este procedimento preexiste à vida física, porque originário, na sua proposta, como gravame cometido contra o próximo, que gerou conflito de consciência.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Quando a ação foi desencadeada, a raiva, o ódio ou o desejo de vingança, ou mesmo a inconsequência moral, não se permitiram avaliação do desatino, atendendo ao impulso nascido na mesquinhez ou no primarismo pessoal. Lentamente, porém, o remorso gerou o fenômeno de identificação do erro, mas não se acompanhar da coragem para a conveniente reparação, transferindo para os arquivos do Espírito o conflito em forma de culpa, que ressuma facilmente ante o desencadear de qualquer ocorrência produzida pela associação de ideias condutora de lembrança inconsciente.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Quando isso ocorre, o indivíduo experimenta insopitável angústia, e procura recurso de autopunição como mecanismo libertador para a consciência responsável pelo delito que ninguém conhece, mas se lhe encontra ínsito no mapa das realizações pessoais, portanto, intransferível.
- “Apresenta-se como uma forte impregnação emocional, em forma de representação ou ideias (lembranças inconscientes), parcial ou totalmente reprimidas, que ressurgem no comportamento, nos sonhos, com fortes tintas de conflito psicológico.”

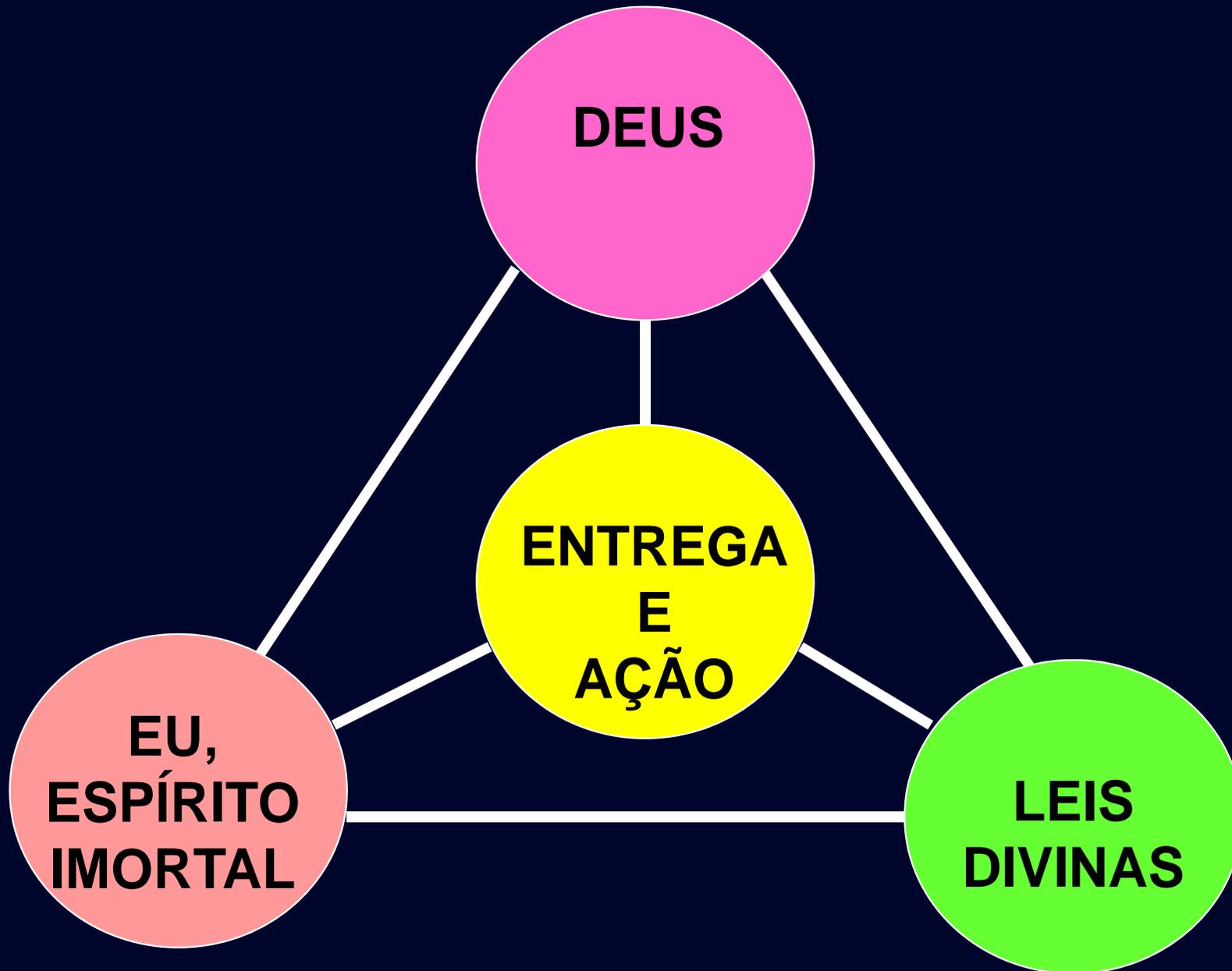
## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- **Entrega-te a Deus – capítulo 22 –**  
**“Nos painéis mentais do ser deambulante pelo corpo físico, muito facilmente se inscreve a culpa como resultado das atitudes que vão contra a ética do comportamento, as saudáveis leis do equilíbrio, podendo, porém, transformar-se, ao longo do tempo, em terrível látego que o aflige cruelmente.**

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

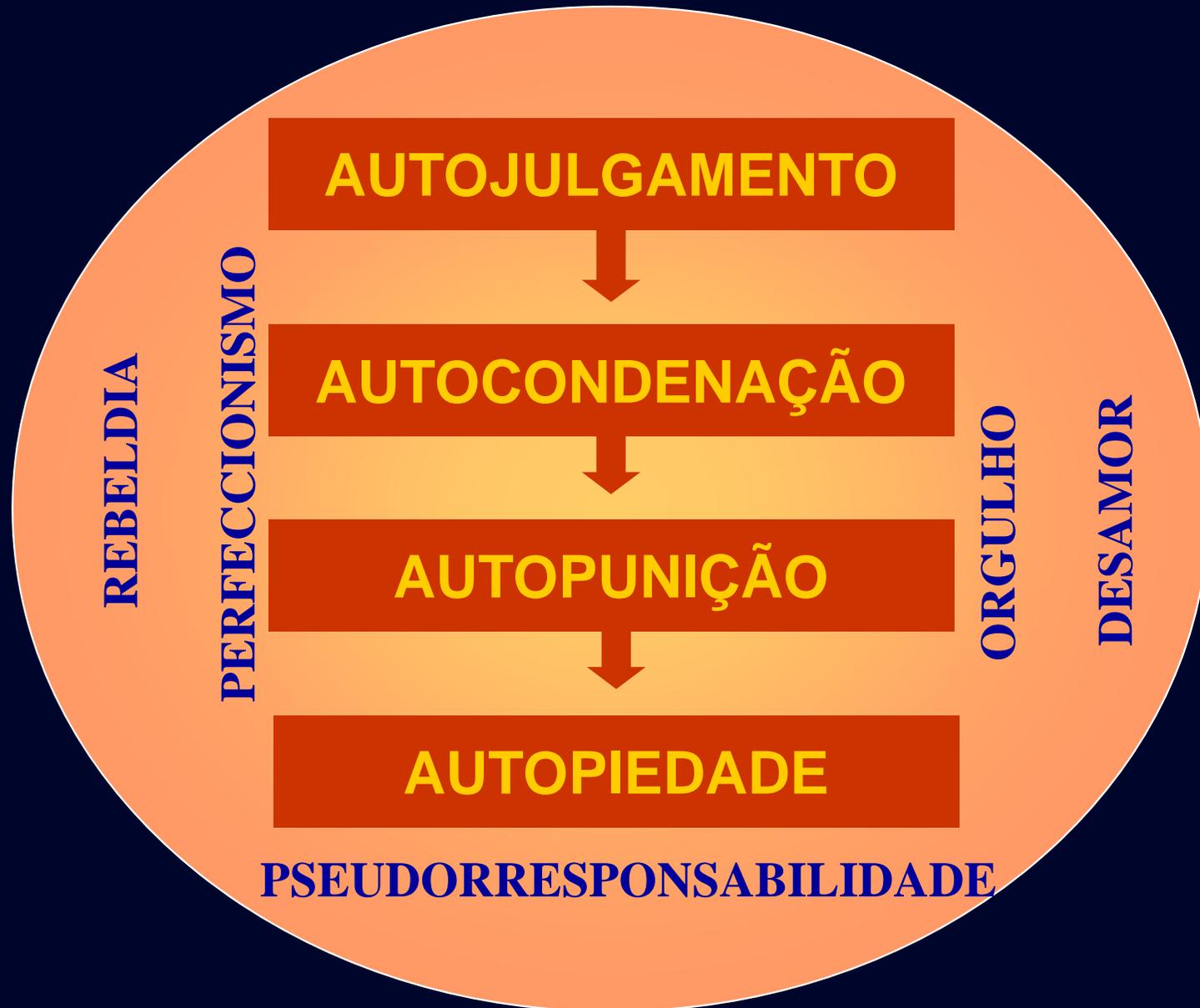
- **“Estando as Leis de Deus ínsitas na consciência, conforme acentuaram os Mentores da humanidade ao sábio codificador do Espiritismo Allan Kardec, é natural que tudo quanto lhe viola a harmonia ou a dilata, passa a gravitar-lhe em órbita com os efeitos defluentes da qualidade de que se reveste.”**

# O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA



# ATITUDE DIANTE DOS ERROS COMETIDOS AFRONTANDO AS LEIS DIVINAS

## CULPA



## **O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA**

- **Conflitos Existenciais – capítulo 6 –**  
**Analisaremos, a seguir, a culpa que tem a origem na infância, como decorrência da educação que é ministrada.**
- **“Na segunda hipótese, a má-formação educacional, especialmente quando impede a criança de desenvolver a identidade, conspira para a instalação da culpa.**

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Normalmente exige-se que o educando seja parcial e adulator, concordando com as ideias dos adultos – pais e educadores – que estabelecem os parâmetros da sua conduta, sem terem em vista a sua espontaneidade, a sua liberdade de pensamento, a sua visão da existência humana em desenvolvimento e formação.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “É de lamentar-se que as crianças sejam manipuladas por genitores e professores, quando frustrados, que lhes transmitem a própria insegurança, insculpindo-lhes comportamentos que a si mesmos se agrada em detrimento do que é de melhor para o aprendiz.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- **“Precipita-se-lhe a fase do desenvolvimento adulto com expressões pieguistas nas quais se afirmam: “já é uma mocinha” “trata-se de um rapazinho”, inculcando-lhes condutas extravagantes, sem que deixem de ser realmente crianças.**
- **“A vida infantil é relevante na formação da personalidade, na construção da consciência do Si, na definição dos rumos existenciais.**

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “A conduta dos adultos grava no educando a forma de se ou de parecer, de conviver ou de agradar, de conquistar ou de utilizar-se, dando surgimento, quase sempre, quando não correta, a inúmeros conflitos, a diversas culpas.
- “Constrangida a ocultar a sua realidade, a fim de não ser punida, sentindo-se obrigada a agradar os seus orientadores, a criança compõe um quadro de aparência como forma de conveniência, frustrando-se profundamente e perturbando o caráter moral que perde as diretrizes de dignidade, os referenciais do que é certo e do que é errado.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Essa má-educação é imposta para que os educando sejam bons meninos e boas meninas, o que equivale dizer, que atendam sempre aos interesses dos adultos, não os contrariando, não os desobedecendo. Bem poucas vezes pensa-se no bem-estar da criança, no que lhe apraz, naquilo que lhe é compatível com o entendimento.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Vezes outras, como forma escapista da própria consciência, os pais acumulam os filhos com brinquedos e jogos, em atitude igualmente infantil de suborno emocional, a fim de os distrair, em realidade, no entanto, para fugirem ao dever da sua companhia, dos diálogos indispensáveis, da convivência educativa mais pelos atos do que pelas palavras.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Apesar de pretender-se tornar independente o educando, invariavelmente ele cresce co-dependente, isto é, sem liberdade de ação, de satisfação, culpando-se toda vez que se permite o prazer pessoal fora dos padrões estabelecidos e das imposições programadas.
- “Para poupar-se a problemas, perde a capacidade de dizer não, a espontaneidade de ser coerente com o que pensa, com o que sente, com o que deseja.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Não poucas vezes, a criança é punida quando se opõe, quando externa o seu pensamento, quando se nega, alterando a maneira de ser, a fim de evitar-se os sofrimentos.
- “Há uma necessidade psicológica de negar-se, de dizer-se não, sempre que se faça próprio, sem a utilização de métodos escapistas que induzem a pusilaminidade, a incoerência de natureza moral.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Não se pode concordar com tudo, e, *ipso facto*, omitir-se de dizer-se o que se pensa, de negar-se, de ser-se autêntico. Certamente a maneira de expressar a opinião é que se torna relevante, evitando-se a agressividade na resposta negativa, a prepotência na maneira de traduzir o pensamento oposto. Torna-se expressivo, de certo modo, não exatamente o que se diz, mas a maneira como se enuncia a informação.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Esse hábito, porém, deve ser iniciado na infância, embutindo-se no comportamento do educando a coragem de ser honesto, mesmo que a preço de algum ônus.
- “Essa insegurança na forma de proceder e a dubiedade de conduta, a que agrada aos outros e aquela que a si mesmo satisfaz, quase sempre desencadeiam processos sutis de culpa, que passam a zurzir o indivíduo na maioria das vezes em que é convidado a definir rumos de comportamento.

## **O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA**

- **“A culpa pode apresentar-se a partir do momento em que se deseja viver a independência, como se isso constituísse uma traição, um desrespeito àqueles que contribuíram para o desenvolvimento da existência, que deram orientação, que se esforçaram pela educação recebida. Entretanto, merece considerar que, se o esforço foi realizado com o objetivo de dar felicidade, a mesma começa a partir do instante em que o indivíduo afirma-se como criatura, em que tem capacidade para decidir, para realizar, para fazer-se independente.**

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Os adultos imaturos, no entanto, diante desse comportamento cobram o pagamento pelo que fizeram, dizendo-se abandonados, queixando-se de ingratidão, provocando sentimentos injustificáveis de culpa, conduta essa manipuladora e infeliz.

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- “Esse método abusivo é normalmente imposto à infância, propiciando que a culpa se instale, quando a criança dá-se conta de que pensa diferente dos seus pais, exigindo desses educadores sabedoria para poderem diluí-la e apoiarem o que seja correto, modificando o que não esteja compatível com a educação.
- “A culpa é algoz persistente e perigoso, que merece orientação psicológica urgente.”

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- **Avaliação reflexiva: Feche os olhos e entre em contato com você mesmo(a) em essência, buscando sentir o conteúdo estudado neste encontro:**
- **O que você entendeu do conteúdo que se aplique à sua vida?**
- **O conteúdo estudado mudou a forma como você entende a culpa? Caso positivo, que mudança foi essa?**

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- Neste encontro refletimos sobre o que é e qual a origem da culpa, de modo a que nos esforcemos para superá-la. Busque sentir a possibilidade de superar completamente essa grande produtora de conflitos psicológicos. Como você a sente? Como é realizar esses esforços para você?

## **O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA**

- **Você compreendeu as duas formas pelas quais a culpa é instalada em nosso psiquismo. Elas se aplicam a você?**
- **Como você sente a sua vida aplicando o conteúdo estudado? Você sente que ele pode melhorar a sua vida em sua busca de autotransformação e nas suas atividades na prática do Bem?**

## O QUE É E QUAL A ORIGEM DA CULPA

- **Sinta-se, agora, um Espírito imortal que traz em si mesmo a determinação divina de evoluir até à perfeição relativa, pelo conhecimento pleno e cumprimento das Leis Divinas, pela prática das virtudes e pela busca da unidade com Deus. Mergulhe profundamente nessa verdade espiritual. Sinta-a, veja-se desenvolvendo todas as virtudes essenciais da Vida ao longo do tempo, buscando o poder real em si mesmo, sentindo as possibilidades que se abrem para você em virtude do desenvolvimento de suas potencialidades.**