

DIRETRIZES SEGURAS PARA LIBERTAR-SE DA CULPA



5º. ENCONTRO

CONSEQUÊNCIAS DA
CULPA

5º. ENCONTRO – CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **Objetivo – refletir sobre os vários tipos de consequências que a culpa gera para aquele que a cultua.**

CONSEQUÊNCIAS 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. Você tem consciência das consequências que a culpa lhe acarreta? Como você sente essa realidade em si? Deixe os seus pensamentos e sentimentos fluírem, evitando qualquer mascaramento num processo de autoengano. Seja verdadeiro(a) com você, analisando-se com autenticidade.**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **Reflexão doutrinária:**
- **A culpa traz que tipo de consequências para aquele que a cultua?**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **Amor, Imbatível Amor – capítulo 7 –**
"Conflitos autopunitivos da consciência de culpa não superados apresentam-se de forma patológica, contribuindo para a ausência de autoestima e compulsão autoexterminadora. Nem sempre porém, assumem a tendência para o suicídio direto, manifestando-se, entretanto, de maneira mascarada, como desinteresse pela existência, ausência de objetivos para lutar, atitudes pessimistas..."

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **"Diversas enfermidades têm causalidade psicossomática, que culminam em verdadeiros desastres orgânicos. Na raiz de toda doença há sempre componentes psíquicos ou espirituais, que são heranças decorrentes da *Lei de causa e efeito*, procedentes de vidas transatas, que imprimiram nos genes os fatores propiciadores para a instalação dos distúrbios na área da saúde."**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **Amor, Imbatível Amor – capítulo 8 –**
"Qualquer relacionamento humano é estabelecido dentro das diretrizes do prazer e das compensações emocionais que proporciona. Quando a culpa se apresenta, essa estrutura se fraciona, alterando a conduta do indivíduo. No sentimento de culpa apresenta-se um elemento conflitivo que é o ressentimento daquele que erra em relação ao outro a quem feriu, facultando, não raro, uma situação recíproca."

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **"Nos relacionamentos afetivos próximos, o sentimento de culpa é devastador, porque gera ambivalência de conduta: um pai ou mãe que se comporta sob sentimento de culpa em relação a um filho, mantém ressentimento desse filho que, por sua vez, responde com o mesmo sentimento em relação ao genitor, e culpa-se por essa atitude, que lhe parece incorreta.**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Esse tormento alastra-se no campo emocional, tornando a situação cada vez mais embaraçosa, porque a culpa faz-se maior.
- "Invariavelmente, no ódio, no ressentimento, no ciúme, o paciente se sente aprisionado no agente da sua reação, por sentimento de culpa, que procura dissimular através de acusações contínuas em relação ao outro.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Quando se está sujeito a um julgamento moral, o conceito emocional que envolve a culpa apresenta-se. Quando esse julgamento é oposto, portanto, negativo, a culpa toma vulto. Por outro lado, se é positivo, tem-se a sensação de encontrar-se sempre certo, o que é perigoso, já que o erro faz parte do processo de aprendizagem e de crescimento intelectual e moral. É graças ao conhecimento que esse sentimento se desenvolve.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Desde a infância, o ser é orientado a descobrir o que é certo e o que é errado, de forma que possa sempre agir acertadamente, assim amadurecendo os conceitos morais, conforme o bem ou o mal que deles decorram em relação a si mesmo como ao seu próximo.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **" Obrigada a participar do drama da vida, a criança é induzida a agir de forma sempre correta, conforme o padrão do seu meio ambiente, os valores éticos, as pressões existentes. Será esse comportamento que dará lugar ao senso de responsabilidade. Entretanto, a ação da responsabilidade pode dar-se sem se fazer acompanhar do sentimento de culpa, somente porque se haja equivocado, considerando-se as imensas possibilidades de recuperação.**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **"Toda vez que alguém com sentimento de culpa julga a própria conduta, se constata que os seus sentimentos se apresentam negativos, prejudiciais, sente vergonha dos mesmos e procura suprimi-los, amargurando-se por estar a vivenciá-los, mesmo que sem consciência, autocondenando-se.**
- **"Com o acúmulo de conflitos e o represamento dos sentimentos, perde a capacidade de discernimento para saber como agir com correção.**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Nesse estado a autoaceitação desaparece, dando lugar à repulsa por si mesmo, abrindo espaço para a tristeza, o medo e outros sentimentos perceptuais, que são identificados pelo ego."

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **Amor, Imbatível Amor – capítulo 9 –**
"Trazendo inculpida no inconsciente profundo a culpa, após um despertar doloroso para a realidade, o Espírito, que se reconhece indigno de autoestima, mergulha no abismo da autopunição sem dar-se conta, tornando-se angustiado e, sobretudo, magoado em relação a todos e a tudo."

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- Amor, Imbatível Amor – capítulo 10 – "*A consciência de culpa* ínsita no Espírito, impõe-lhe uma conduta malhumorada, produzindo organicamente os fenômenos exteriores, que podem ser diluídos mediante uma alteração na conduta do enfermo, que se deve esforçar, certamente com muito sacrifício, a fim de recuperar-se dos equívocos, encetando novos compromissos edificantes, mediante os quais diminuirá a dívida moral, autolibertando-se do fardo esmagador.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "O ser essencial é amor, no entanto, no processo de despertamento da sua potencialidade divina, adquire expressões não legítimas, que passam a atormentá-lo, já que fazem parte do processo de maturação através de negatividades, que são o desamor e as máscaras do ego, expressando-se como pseudoamor.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Face a esses mecanismos, com frequência as insatisfações e conflitos dão curso a estados desagradáveis de comportamento, que se podem transformar em enfermidades da alma, ou, em razão de suas raízes profundas no ser, exteriorizam-se como máscaras do ego, como negatividades, decorrentes dos desequilíbrios da conduta anterior.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- [...] "A consciência de culpa ínsita no Espírito, impõe-lhe uma conduta malhumorada, produzindo organicamente os fenômenos exteriores, que podem ser diluídos mediante uma alteração na conduta do enfermo, que se deve esforçar, certamente com muito sacrifício, a fim de recuperar-se dos equívocos, encetando novos compromissos edificantes, mediante os quais diminuirá a dívida moral, autoliberando-se do fardo esmagador."

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **Amor, Imbatível Amor – capítulo 12 – "O Espírito que, anteriormente, malbaratou a oportunidade de crescimento moral através de ações nefastas, enredou-se em forças vibratórias de grave conteúdo destrutivo, renascendo em lar difícil para o ajustamento efetivo, em clima de desafios de vária ordem para a aprendizagem comportamental, conduzindo a carga de energia necessária ao equilíbrio da personalidade que lhe cabe administrar.**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Os fatores hostis que defronta são a auto-herança que recebe, a fim de bem aplicá-la para conseguir valores edificantes.
- "Na contabilidade desse espólio encontram-se saldos negativos sob a fiscalização atenta daqueles que foram lapidados e aguardam oportunidade para a cobrança.
- "O despertar da consciência, a pouco e pouco abre espaço para a identificação da culpa, tornando-se instrumento de autopunição com tendência maníaca para a autodestruição.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "As energias em desacordo — o ego atormentado e o corpo deficiente — entram em choque e produzem a desarmonia da personalidade. Os conflitos assomam à consciência e os complexos tomam corpo, açoitando os sentimentos com insegurança, medo, isolacionismo, abandono do amor e ausência de si mesmo assim como das demais pessoas.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Os comportamentos de autonegação surgem e abrem campo para os de autopunição levando o ser ao desequilíbrio.
- "Nem sempre o paciente se homizia na depressão que o afasta do meio social, mas foge também para um estado interior de autodepressão, de desprezo pelo Si, embora a aparência externa permaneça e transmita uma imagem simpática, de estar bem sucedido, de encontrar-se sorridente e de ser feliz. O tormento íntimo porém, devora-o, porque simultaneamente o ego investe contra o corpo que passa a detestar.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **"Muitas síndromes expressam essa luta, em forma de autodesconsideração e de autoagressão.**
- **[...]**
- **"Nesse capítulo, surgem as interferências obsessivas compartilhadas, nas quais as antigas vítimas se acercam e hipnoticamente, a princípio, e depois, subjugadoramente, apossam-se-lhe do controle mental e corporal, caindo, mais tarde, na própria armadilha, e passando a experimentar os mórbidos prazeres da vingança, enquanto lhe vivencia também os vícios.**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Os impulsos autodestrutivos inerentes ao atormentado são estimulados pelas mentes desalinhadas que lhe sofreram prejuízos, e agora lhe aumentam a força desintegradora da existência física.
- "Outrossim, o fenômeno também ocorre quando pessoas que se sentem prejudicadas descarregam as vibrações mentais deletérias contra aquele que lhes teria sido o responsável, impondo-lhe, pelo ódio, pelo ressentimento, pela inveja, altas cargas perniciosas, que são assimiladas em forma de tóxicos violentos e destrutivos."

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **Momentos de Consciência - M. 19 - "Na psicogênese profunda das alienações mentais encontra-se a consciência de culpa, geradora dos tormentos que se apresentam como processos de reedificação, recompondo os painéis do dever mediante os dolorosos mecanismos da desordem mental.**
- **"O desarranjo dos equipamentos psíquicos proporciona ao Espírito sofrimentos insuspeitáveis, como forma rigorosa de apaziguamento da consciência.**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "Sendo o homem o autor da sua realidade moral, através da conduta que se permite no curso das existências corporais, em cada etapa elabora o método de crescimento interior pelo que realiza.
- "Quando delinque, insculpe a fogo no seu arcabouço profundo os meios reparadores, particularmente na área mental.
- "Ignoradas as ações infelizes que a justiça humana não alcança, a consciência, que sabe, desarticula os complexos mecanismos da razão em desequilíbrio, que somente a dor expungitiva recomporá.

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- "A consciência equânime se mantém com os recursos dos bons pensamentos e das reflexões, que são os meios valiosos ao alcance do ser para a sua plena edificação.
- "A consciência lúcida e tranquila é a terapeuta segura para as alienações mentais, razão pela qual todo paciente que requeira a saúde, não se deve escusar ao trabalho hercúleo de pacificar-se, usando a oração, a meditação, o autoconhecimento e as ações enobrecedoras, equipamentos esses propiciatórios para uma consciência de paz, responsável pela conquista do progresso."

CONSEQUÊNCIAS 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?**

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- Neste encontro refletimos sobre as consequências danosas da consciência de culpa. Busque sentir-se libertando-se desse sentimento, permitindo-se o autoperdão, de forma a ter maior lucidez mental e emocional para reparar os erros amorosamente? Como é para você realizar esforços para agir assim?

CONSEQUÊNCIAS DA CULPA

- **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?**

CONSEQUÊNCIAS 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.**