



FEEMT

FEDERAÇÃO ESPÍRITA DO
ESTADO DE MATO GROSSO

APRESENTA:

DIRETRIZES SEGURAS

PARA LIBERTAR-SE DA DEPRESSÃO E DA TENDÊNCIA SUICIDA

- **UM ESTUDO REFLEXIVO BASEADO NAS OBRAS DA
SÉRIE PSICOLÓGICA DE JOANNA DE ÂNGELIS •**

3º ENCONTRO:

A depressão e suas
causas –
O PROCESSO
OBSESSIVO

Objetivo – refletir sobre o processo obsessivo como uma das causas da depressão.

Na introdução do livro Vitória sobre a depressão, Joanna de Ângelis nos diz que “A depressão é *doença da alma*, que se sente culpada, e não poucas vezes, carrega esse sentimento no inconsciente, em decorrência de comportamento infelizes praticados na esteira das reencarnações, devendo, em consequência, ser tratada no cerne da sua origem.

- “Além de todos os fatores que a desencadeiam, ao Espiritismo coube a nobre tarefa de demonstrar que também existem outras causas, **as de natureza espiritual**, contribuindo para o surgimento e manutenção da problemática na área da saúde, que se traduzem como **transtornos obsessivos** de grave incidência.

- “Podemos mesmo asseverar que, na **maioria dos transtornos depressivos**, a **causa** apresenta-se como de **natureza espiritual**, ou após desencadeada pelos fenômenos orgânicos – psicológicos ou fisiológicos – torna-se mais complexa em razão da **influência perniciosa dessas personalidades desencarnadas**.

- “Havendo constatado essa psicogênese respeitável, que facilita o diagnóstico da problemática, o Espiritismo também oferece o grande contributo terapêutico para a sua solução, tendo como base os **ensinamentos de Jesus Cristo**, o Médico por excelência, cuja vida é o mais belo poema de amor e sabedoria que a História conhece.

- “Neste particular, o Espiritismo apresenta o seu conjunto de socorros, como, de início, o **esclarecimento do paciente**, a fim de que adquira a **consciência de responsabilidade**, dispondo-se à recuperação a **esforço pessoal**, sem o mecanismo passadista de **transferir para outrem o que ele deve realizar**.

A depressão e suas causas – O PROCESSO OBSESSIVO

- “Logo depois, o empenho para conseguir a própria **transformação moral para melhor**, no que irá contribuir para **amainar o ódio**, o ressentimento da(s) sua(s) vítima(s) de ontem que, sensibilizada(s) pela sua mudança de comportamento, resolverá(ão) por deixá-lo entregue à própria sorte... Em seguida, o **hábito saudável da oração**, dos **bons pensamentos através de leituras edificantes**, dos **diálogos que enriquecem o ser interior**, da **fluidoterapia – passes, água fluidificada, desobsessão** sem a sua presença...

- “O Senhor da vida **não é insensível cobrador de crimes**, mas Pai Generoso que sempre oferece **oportunidade ao calceta**, a fim de que se **reabilite e seja feliz**.
- “A saúde é, portanto, o estado ideal do espírito que se descobriu a si mesmo e se identifica com o Cosmo, nele inserido em clima de harmonia.”

- No livro Entrega-te a Deus, Joanna de Ângelis diz que:[...] “Na raiz do transtorno depressivo, existe **sempre** uma psicogênese de natureza espiritual de **caráter obsessivo**, resultante da infeliz conduta anterior da atual vítima, razão pela qual as **psicoterapias do amor**, da **prece**, da **caridade**, da **paciência** e da **resignação** tornam-se **indispensáveis**.”

A depressão e suas causas – O PROCESSO OBSESSIVO

- No Livro Encontro com a Paz e a Saúde Joanna de Ângelis diz que “[O desencarnado] direcionando o pensamento vigoroso contra o adversário, ora no corpo carnal, o espírito enfermo pelo ódio descarrega vibrações que **irão perturbar o equilíbrio de alguma monoaminas no cérebro**, dando lugar, pela constância, a futuras **depressões**, a processos **maníacos**, a transtornos **esquizofrênicos**, que somente desaparecem quando o agente é afastado, e não apenas mediante os recursos terapêuticos convencionais.”

- Mensagem **PARASITOSE PERIGOSA** – Joanna de Ângelis
- “Sutil e perigosa, a obsessão grassa, alarmante, **disfarçada de transtornos psiconeuróticos vários**, particularmente a **depressão** e o **distúrbio de pânico**, avolumando-se nos **tormentos sexuais** em **desregramento**, assim como nas **dependências químicas de natureza diversificada**.

- “Decorrente da **assimilação das energias perturbadoras exteriorizadas pelos Espíritos em sofrimento ou perseguidores**, por **afinidade mental e moral**, em razão da inferioridade daqueles que se lhe fazem joguetes espontâneos, a **obsessão** arrasta multidões aos dédalos de **aflições coercitivas**, que estão a exigir **terapêutica especializada e cuidadosa**.

- “Na raiz de todo desafio obsessivo, encontra-se pulsante o **ser endividado**, que, não tendo adquirido **valores éticos** substanciais, é compelido por **automatismos vibratórios** a sintonizar com aqueles desencarnados que lhe são semelhantes, sejam-lhe as **vítimas transatas** ou **outros** que se lhe assemelham.

- “Tratando-se de seres pensantes, portadores de discernimento e de lucidez, embora embotados pela ignorância ou pela impiedade, urdem planos hábeis, aguardando os momentos próprios para iniciar ou dar prosseguimento a desforços injustificados, gerando parasitose cruel.

A depressão e suas causas – O PROCESSO OBSESSIVO

- “A obsessão é rude prova ou severa expiação para aquele que lhe sofre a injunção.
- “Porque valores morais aceitos na sociedade hodierna, com algumas exceções, encontram-se em decadência, primando pela vulgaridade, as criaturas produzem com insistência campos vibratórios de baixo teor, que facultam a sintonia com as entidades atrasadas ou perversas, dando gênese à turbulência obsessiva.

- “Normalmente, esses Espíritos propelem as suas **vítimas às condutas que lhes agradam, aos interesses que lhes são afins, à medida que lhes enfraquecem a vontade, passando a assenhorear-lhes as faculdades mentais, emocionais e físicas.**

- “A identificação vibratória é sempre o recurso que faculta o intercâmbio nefasto do agressor sobre aquele que lhe padecerá a influência perniciosa.
- “Acautela-te da manifestação insidiosa dos Espíritos infelizes, que se comprazem no mal.
- “**Vigia os pensamentos e preserva os bons sentimentos.**

- “Quando uma ideia pessimista ou desagradável, ambiciosa em demasia ou extravagante, persistir em tua tela mental, tem **cuidado**, pois que poderás estar sob rude e insistente ação obsessiva.

- “Qualquer desconserto moral, afetivo, econômico, social, desportivo e de outra natureza que te ocorra, abre-te as comportas do equilíbrio vibratório, deixando-te susceptível para sintonizar com os Espíritos obsessores que permanecem aguardando oportunidade própria.

- “Faze silêncio interior e ora, resguardando-te nessa salutar energia, precatando-te assim da influência negativa.
- “Age no bem, auxiliando o teu próximo e com ele repartindo bênçãos.

- “Se te encontras no aturdimento da indução obsessiva, recorre à psicoterapia espírita, ampliando o tempo da prece e da caridade, revestindo-te de paciência e de amor, com que diluirás as forças nefastas, recuperando a paz.
- “Persiste no cultivo das ideias otimistas, mesmo que a grande esforço.

- “A obsessão é processo lento de fixação, por sua vez de demorada erradicação. Nunca te suponhas indene às influências espirituais negativas, **reconhecendo as próprias deficiências e trabalhando-te para superá-las.**

- [...]
- “Analisa-te com frequência e observa o próprio comportamento mental e moral, **resguardando-te da hipnose nefanda dos obsessores**, esses nossos irmãos que ainda permanecem alucinados na retaguarda do progresso, negando-se ao crescimento interior.”

Avaliação reflexiva: Feche os olhos e entre em contato com você mesmo(a) em essência, buscando sentir o conteúdo estudado neste encontro:

Do conteúdo, o que você entendeu que se aplique à sua vida?

O conteúdo estudado mudou a forma como você avalia a depressão? Caso positivo, que mudança foi essa?

Neste encontro refletimos sobre uma das causas da depressão, que é a obsessão. Como é isso para você? Como é para você realizar os esforços para liberar-se da obsessão?

