



A REFORMA ÍNTIMA

O que é a reforma íntima ?

Entre muitos conceitos possíveis, podemos afirmar que é o esforço que o ser humano faz para se melhorar moralmente.

Para quê a reforma íntima ?

Porque sendo todos nós espíritos imortais em *experiência terrena*, sem esse esforço individual para nos melhorarmos moralmente, não podemos crescer e evoluir espiritualmente.

Como fazer a reforma íntima ?

Através do auto-conhecimento e do autoaperfeiçoamento moral.

O espírito **Joanna de Angelis**, no livro **“O homem integral”**, psicografia de Divaldo Franco, afirmou que:

“O homem é o único animal ético existente.

Para adquirir a condição de uma consciência ética é convidado a desafios contínuos, graças aos quais discerne o bem do mal, o belo do feio, o lógico do absurdo, imprimindo-se um comportamento que corresponda ao seu grau de compreensão existencial.”

Livro dos Espíritos – questão 919

Qual o meio prático mais eficaz para se melhorar nesta vida e resistir ao arrastamento do mal ?

“Um sábio da Antiguidade vo-lo disse:
“Conhece-te a ti mesmo””



Inscrição no Templo de Delfos



«Advirto-te, sejas quem fores...
Tu! Que desejas sondar os arcanos
da Natureza, se não encontras
dentro de ti aquilo que procuras...
tampouco o poderás encontrar fora.

Se ignoras as excelências da tua
própria casa, como poderás
encontrar outras excelências?

Em ti se encontra oculto o tesouro
dos tesouros!

**Homem!... Conhece-te a ti mesmo e
conhecerás o Universo e os Deuses.»**

a) Concebemos toda a sabedoria desta máxima: porém, a dificuldade é, precisamente, a de se conhecer a si mesmo; qual o meio de consegui-lo ?

“Fazei o que eu mesmo fazia, quando vivi na Terra: no final do dia, interrogava a minha consciência, passava em revista o que tinha feito e me perguntava se não havia faltado ao cumprimento de algum dever, se ninguém tivera motivo de se queixar de mim. Foi assim que cheguei a conhecer-me e a ver o que em mim precisava de reforma.”

Aquele que, todas as noites, lembrasse todas as suas acções do dia e se perguntasse o que fez de bem ou de mal, rogando a Deus e ao seu anjo da guarda que o esclarecessem, adquiriria uma grande força para se aperfeiçoar, pois crede-me. Deus o assistiria.

Perguntai, portanto, a vós mesmos e interrogai-vos sobre o que tendes feito, e que com objectivo agiste em tal circunstância; se fizestes alguma coisa que censuraríeis nos outros; se praticastes uma acção que não ousaríeis confessar.

Perguntai ainda isto: Se aprouvesse a Deus chamar-me neste momento, teria eu que temer o olhar de alguém, ao voltar ao mundo dos Espíritos, onde nada fica oculto? Examinai o que podeis ter praticado contra Deus, depois, contra o vosso próximo e, finalmente, contra vós mesmos. As respostas serão um repouso para a vossa consciência ou a indicação de um mal que precisa ser curado.

O conhecimento de si mesmo é, portanto, a chave da melhoria individual; mas, direis, como julgar-se a si mesmo ? Não teremos a ilusão do amor-próprio que diminui as faltas e as torna desculpáveis ? “ .., mas tendes um meio de controle que não pode enganar-vos. Quando estiverdes indeciso sobre o valor de uma das vossas acções, perguntai a vós mesmos como a qualificaríeis, se ela não poderia ser legítima em vós, pois Deus não tem duas medidas para a justiça.” “Que aquele que tem a vontade séria de se melhorar explore, portanto, a sua consciência, a fim de arrancar dela as más inclinações, como arranca as ervas daninhas do seu jardim; que faça o balanço do seu dia moral, ...” “Fazei, portanto, perguntas claras e precisas e não temais multiplicá-las; pode-se muito bem gastar alguns minutos para conquistar a felicidade eterna.

Há três caminhos do processo de auto-consciência:

1º - a descoberta do eu: quem sou, de onde vim, para onde vou;

2º - o enriquecimento do eu - conhecer para ser

3º - A vivência - que é a aplicação de toda a ética decorrente desse processo que nos leva a transformar-nos e a informar-nos.

Questão 908, do Livro dos Espíritos

Como definir o limite onde as paixões deixam de ser boas ou más ?

- “As paixões são como um cavalo que é útil, quando é dirigido, mas se torna perigoso, quando é ele quem dirige. Reconhecei, portanto, que uma paixão se torna perniciosa, no momento em que deixais de poder governá-la e quando tem como resultado um prejuízo qualquer, para vós ou para os outros.”

Questão 911

Não existem paixões tão vivas e irresistíveis que a vontade seja impotente para dominá-las ?

“Há muitas pessoas que dizem: Eu quero, mas a vontade está apenas nos lábios; querem, mas ficam muito contentes de que tal não aconteça. Quando o homem acredita que não pode vencer as suas paixões, é o Espírito que nelas se compraz, em consequência da sua inferioridade. Aquele que procura reprimi-las compreende a sua natureza espiritual; vencê-las é, para ele, um triunfo do Espírito sobre a matéria.”

Questão 913

Entre os vícios, qual é o que se pode considerar com radical ?

“Já o dissemos muitas vezes: é o egoísmo; daí deriva todo o mal. Estudai todos os vícios e vereis que, no fundo de todos, há o egoísmo; de nada valerá combatê-los, pois não chegareis a extirpá-los, enquanto não tiverdes atacado o mal pela raiz, enquanto não tiverdes destruído a causa. Que todos os vossos esforços tendam, portanto, para esse objectivo, pois aí está a verdadeira chaga da sociedade. Todo aquele que quiser aproximar-se, desde esta vida, da perfeição moral, deve extirpar do seu coração qualquer sentimento de egoísmo, pois o egoísmo é incompatível com a justiça, o amor e a caridade: ele neutraliza todas as outras qualidades.”

E, assim, são nossos companheiros de percurso: **a antipatia, arrogância, ciúme, cólera, comodismo, deslealdade, desprezo, desumanidade, falsidade, ganância, impiedade, individualismo, inflexibilidade, ingratição, insensibilidade, inveja, ira, irresponsabilidade, maldade, materialismo, narcisismo, ódio, pessimismo, preguiça, prepotência, raiva, rancor, ressentimento, teimosia, torpeza, vaidade, vingança.**

O espírito Carlos Torres Pastorino, no livro “IMPERMANÊNCIA E IMORTALIDADE”, psicografado por Divaldo Franco, refere que:

“Eliminados os interesses egoísticos, a pouco e pouco vão desaparecendo os conflitos internos, que decorrem do medo da perda da posse, da juventude, da saúde, da posição social, do trabalho mantenedor da existência, que substitui pela tranquilidade do dever bem cumprido.”

“O ser sensorial cede lugar ao ser espiritual, sem perder as suas funções na execução das tarefas que lhe estão assinaladas, desde que indispensáveis para o êxito do processo reencarnacionista”

“O ser humano é resultado da força dinâmica procedente da consciência que encaminha os pensamentos conforme os padrões de sono ou de despertar.”

“Comprometido fatalmente com a felicidade, todos os passos orientam para a conquista de níveis mais consentâneos com a sua destinação espiritual.”

Perante o aparente insucesso da nossa reforma íntima é importante ter presente que a misericórdia Divina colocou ao nosso dispor a possibilidade de reencarnarmos em novo corpo físico para retomarmos aquilo que deixamos de fazer.”

- **Postura de aprendiz**: Jamais perder o viçoso interesse em buscar o novo, o desconhecido. Sempre há algo para aprender e conceitos a reciclar;

- **Observação de si mesmo**: É o estudo atento de nosso mundo subjetivo, o conhecimento das nossas emoções e a auto-avaliação constante;

- **Renúncia**: A mudança íntima exige uma seletividade social dos ambientes e costumes, em razão dos estímulos que produzem reflexo no mundo mental;

- **Aceitação da sombra**: Sem a aceitação da nossa realidade presente, poderemos instaurar um regime de cobranças injustas e intermináveis conosco e posteriormente com os outros;

- **Autoperdão**: A aceitação, para ser plena, precisa do perdão para com as nossas faltas.

- **Cumplicidade com a decisão de crescer**: O objetivo da renovação espiritual é gradativo e exige devoção.

- **Vigilância**: É atitude de cuidar da vida mental.

- **Oração**: É a terapia da mente. Através dela recolheremos os germens divinos da Energia Superior da Vida;

- **Tolerância**: toda a evolução é concretizada na tolerância. Deus é tolerância. É preciso caridade com os nossos próprios esforços.

- **Amor incondicional**: aprender o auto-amor é o maior desafio de quem assume o compromisso da reforma íntima, porque a tendência humana é desgostar da sua história de evolução.

“A reforma íntima é um trabalho processual. Processual significa aquilo que obedece a uma sequência. Em conceito bem claro, é a habilidade de lidar com as características da personalidade melhorando os traços que compõem suas formas de manifestação. Caráter, temperamento, valores, vícios, hábitos e desejos são alguns desses caracteres que podem ser renovados e aprimorados.”

“Essa forma inadequada de reagir a nossos erros abre porta para muitas consequências graves, e às vezes maiores que o próprio erro em si, tais como: estado íntimo de desconforto e desassossego quase permanentes torturante sensação de perda de controle sobre a existência, baixa tolerância à frustração, ansiedade de origem ignorada, medos incontrolláveis de situações irreais, irritações sem motivos claros, angústia perante o provir com aflição e sofrimento por antecipação, excesso de imaginação ante fatos corriqueiros da vida, descrença no esforço de mudança e nas tarefas doutrinárias, mau humor, decisões infelizes no clima emotivo de confusão mental, intenso desgaste energético decorrente de conflitos, desânimo – são algumas dores de martírio.

“Reforma íntima sem martírio” - Ermance Dufaux/Wanderley de Oliveira

O espírito Joanna de Ângelis, no livro “Iluminação interior” – cap. 7 – Perdão e autoperdão”, psicografia de Divaldo Franco.

“Toda a vez que a culpa não emerge de maneira consciente, são liberados conflitos que a mascaram, levando a inquietações e sofrimentos sem aparente causa.

Todas as criaturas cometem erros de maior ou menor gravidade, alguns dos quais são arquivados no inconsciente, antes mesmo de passarem por uma análise de profundidade em torno dos males produzidos, seja de referência à própria pessoa ou a outrem.

Cedo ou tarde, ressumam de maneira inquietadora, produzindo mal-estar, inquietação, insatisfação pessoal, em caminho de transtorno de conduta.

A culpa é sempre responsável por vários processos neuróticos, que deve ser enfrentada com serenidade e altivez.”

“Considerando-se a tua ascendência divina, já te destes conta de que és herdeiro de Deus?

Ele criou o Universo e a vida, enriqueceu a Sua Obra de sabedoria e beleza, colocando-te, por amor, como parte integrante dessas maravilhas e facultando-te fruí-las todas.

Por direito natural possuis tudo que é d'Ele, bastando somente que desenvolvias os dons em ti latentes, a fim de que possas desfrutar de toda essa opulência e grandeza.

Amado por Deus, és também herdeiro das idéias sublimes, que te proporcionam conquistar espaços, penetrar o mecanismo da vida e decifrar os enigmas desafiadores que te aguardam.

O teu dever é fazeres-te receptivo ao pensamento divino em tudo e em todos presente, de modo a captá-lo e pô-lo em ação à medida que o conquistares.”

“Filho de Deus” – Joanna de Ângelis / Divaldo Franco

O verdadeiro homem de bem é o que cumpre a lei de justiça, de amor e de caridade, na sua maior pureza. Se ele interroga a consciência sobre seus próprios atos, a si mesmo perguntará se violou essa lei, se não praticou o mal, se fez todo o bem que podia, se desprezou voluntariamente alguma ocasião de ser útil, se ninguém tem qualquer queixa dele; enfim, se fez a outrem tudo o que desejara lhe fizessem.

Tem fé no futuro, razão por que coloca os bens espirituais acima dos bens temporais.

Sabe que todas as vicissitudes da vida, todas as dores, todas as decepções são provas ou expiações e as aceita sem murmurar.

Possuído do sentimento de caridade e de amor ao próximo, faz o bem pelo bem, sem esperar paga alguma; retribui o mal com o bem, toma a defesa do fraco contra o forte, e sacrifica sempre seus interesses à justiça.

“Encontra satisfação nos benefícios que espalha, nos serviços que presta, no fazer ditosos os outros, nas lágrimas que enxuga, nas consolações que prodigaliza aos aflitos. Seu primeiro impulso é para pensar nos outros, antes de pensar em si, é para cuidar dos interesses dos outros antes do seu próprio interesse.

O homem de bem é bom, humano e benevolente para com todos, sem distinção de raças, nem de crenças, porque em todos os homens vê irmãos seus.

Respeita nos outros todas as convicções sinceras e não lança anátema aos que como ele não pensam.

Em todas as circunstâncias, toma por guia a caridade, tendo como certo que aquele que prejudica a outrem com palavras malévolas, que fere com o seu orgulho e o seu desprezo a suscetibilidade de alguém, que não recua à idéia de causar um sofrimento, uma contrariedade, ainda que ligeira, quando a pode evitar, falta ao dever de amar o próximo e não merece a clemência do Senhor.

Não alimenta ódio, nem rancor, nem desejo de vingança; a exemplo de Jesus, perdoa e esquece as ofensas e só dos benefícios se lembra, por saber que perdoado lhe será conforme houver perdoado.

É indulgente para as fraquezas alheias, porque sabe que também necessita de indulgência.”

Nunca se compraz em rebuscar os defeitos alheios, nem, ainda, em evidenciá-los. Se a isso se vê obrigado, procura sempre o bem que possa atenuar o mal.

Estuda suas próprias imperfeições e trabalha incessantemente em combatê-las. Todos os esforços emprega para poder dizer, no dia seguinte, que alguma coisa traz em si de melhor do que na véspera.

Não se envaidece da sua riqueza, nem de suas vantagens pessoais, por saber que tudo o que lhe foi dado pode ser-lhe tirado.

Usa, mas não abusa dos bens que lhe são concedidos, porque sabe que é um depósito de que terá de prestar contas e que o mais prejudicial emprego que lhe pode dar é o de aplicá-lo à satisfação de suas paixões.

Se a ordem social colocou sob o seu mando outros homens, trata-os com bondade e benevolência, porque são seus iguais perante Deus; usa da sua autoridade para lhes levantar o moral e não para os esmagar com o seu orgulho. Evita tudo quanto lhes possa tornar mais penosa a posição subalterna em que se encontram.

Evangelho segundo o Espiritismo – cap. XVII item 3 – Sede perfeitos – O homem de bem

(Mateus, cap. 22: 34 a 40)

“Tendo os fariseus tomado o conhecimento de que Jesus fizera os saduceus se calarem, reuniram-se, e um deles, que era doutor da lei, veio fazer-lhe esta pergunta, para tentá-lo: “Mestre, qual é o maior mandamento da lei? “ Jesus respondeu: “Amarás ao senhor teu Deus de todo o teu coração, de toda a tua alma e de todo o teu espírito, é o maior o primeiro mandamento. E eis o segundo que é semelhante ao primeiro: Amarás o teu próximo como a ti mesmo. Toda a lei e os profetas estão encerrados nesses dois mandamentos.”

(Mateus, 7: 12)

“Fazei aos homens tudo o que desejais que eles vos façam, pois esta é a lei e os profetas.”

(Lucas, 6: 31)

“Tratai todos os homens da mesma maneira que quereis que ele vos tratem.”

(Mateus, cap. 5, vv. 43 a 47.)

1 . *“Aprendestes o que foi dito: Amareis o vosso próximo e odiareis os vossos inimigos. Eu, porém, vos digo: Amai os vossos inimigos, fazei o bem àqueles que vos odeiam e orai por aqueles que vos perseguem e vos caluniem, a fim de que sejais os filhos do vosso Pai que está nos céus, que faz o Sol se erguer sobre os bons e sobre os maus, e faz chover sobre os justos e os injustos; porquanto, se amais apenas aqueles que vos amam, que recompensareis?*

(Mateus, VII: 3-5)

“Por que vês tu, pois, o argueiro no olho do teu irmão, e não vês a trave no teu olho? Ou como dizes a teu irmão: Deixa-me tirar-te do teu olho o argueiro, quando tens no teu uma trave? Hipócrita, tira primeira a trave do teu olho, e então verás como hás de tirar o argueiro do olho de teu irmão. “

FUNDAMENTOS DA REFORMA ÍNTIMA

A reforma íntima é, pois, o renovar das nossas esperanças interiores, objetivando o fortalecimento da fé, a solidificação do amor a si próprio e ao próximo, a incessante busca do perdão, o cultivo dos pensamentos positivos, finalizando no aperfeiçoamento do ser, num esforço constante que os seres humanos fazem para se melhorarem moralmente.

Temos de aproveitar as oportunidades de vivência terrestre, reencarnação por reencarnação, de forma a ultrapassarmos os níveis que nos conduzem à casa do Pai.

BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

O Evangelho segundo o Espiritismo, de Allan Kardec

Filho de Deus, de Joanna de Ângelis / Divaldo Franco

Fundamentos da reforma íntima, de Cairbar Schutel / Abel Glaser

Iluminação interior, de Joanna de Angelis / Divaldo Franco

Impermanência e Imortalidade, de Carlos Torres Pastorino / Divaldo Franco

O homem integral, de Joanna de Angelis / Divaldo Franco

O Livro dos Espíritos, de Allan Kardec

Reforma íntima sem martírio – as dores psicológicas do crescimento interior, de Ermance Dufaux / Wanderley de Oliveira