

ALEXANDRE CALDINI



A MORTE NA VISÃO DO ESPIRITISMO

Reflexões sobre o que
acontece no momento
em que morremos,
e depois

Índice

<i>Olá, Maria!</i>	11
<i>Dois pontos, uma observação e alguns agradecimentos</i>	13

PARTE 1 CONCEITOS BÁSICOS DO ESPIRITISMO

Espíritos	17
Morte, desencarne ou passagem?	18
Encarnação	19
Livre-arbítrio e causa e efeito	20
Responsabilidade e culpa	22
Justiça	24
Transformação íntima	25
Valores	27
Lema	28

PARTE 2 COMO É QUE O ESPIRITISMO COMPREENDE A MORTE

A vida para o espiritismo	31
O livre-arbítrio	33
Espírito, perispírito e corpo	35
Uma vida ou muitas vidas?	38
A lógica da encarnação	42
Uma única vida... várias encarnações	44
O plano reencarnatório	45
Quanto tempo demora a reencarnarmos?	47
Poderá Rex ter sido a minha avó?	48
Por que não sabemos quem fomos noutra encarnação?	49
Fases diferentes, reações e experiências diferentes	51

Deus	53
Deus não fica a cuidar de mim	55
Porquê eu	57
Como é que nos devemos preparar para a morte?	59
Morrer é natural	61
Tomar conta da nossa morte	63
Claro como o dia	67
Por que tememos a morte?	69
Viver muito ou viver bem?	71
O que é viver bem?	72
Onde é que está a agência funerária?	74
A conversa com alguém que está prestes a morrer	77
Conversar com alguém próximo de quem morreu	79
A morte não é uma derrota nem uma perda	81
Não tenhamos pena de quem morre	83
Não tenhamos medo de quem morre	85
Qual é a idade certa para morrer?	86
Morremos por já termos cumprido a nossa experiência?	88
Morre uma pessoa boa e permanece viva uma pessoa má. Onde é que está a justiça divina?	90
Pena de morte	92
Grande perda ou grande ganho?	94
Tristeza	96
Expressar a tristeza	97
Tristeza para mim <i>versus</i> tristeza para o mundo ver	99
O sofrimento daquele que morreu	101
Preocupação	103
Tristeza: durante quanto tempo?	105
Saudade	108
Viajar para esquecer	110
Morte e amadurecimento	111
No momento exato da morte	113

EQM	115
Os espíritos de parentes e amigos que já morreram	119
Após o desencarne	121
Ecos	124
Apego	126
Atenção ao que importa	128
Estaremos prontos a morrer?	130
Meu filho, meu pai... espíritos	133
Não nos agarremos a quem está a precisar de morrer	135
Eu, o meu melhor amigo	139
E como é que faço para tomar o controlo da minha vida?	141
Devia ter feito mais ou melhor	143
E o que acontece depois da morte?	145
O descanso após a morte	149
Céu e Inferno	151
Suicídio	153
Mas o espírito sente dor?	155
Assassinato	156
Uma palavra acerca das palavras	158
Reencontraremos os que amámos e já morreram?	160
O suicídio é um meio para encontrar alguém que morreu?	162
Ao morrer, modificamo-nos?	163
Pedir ajuda ao parente que morreu	164
Uma palavra acerca dos anjos	166
O que acontece às crianças que morrem?	168
Com que aspeto é que a pessoa fica após morrer?	169
Aborto	170
Parentesco e afinidade	172
Quem é a nossa família?	173
O conceito de autoridade após morrermos	176
Morte por acidente	179

Eutanásia	181
Cremação	183
Doação de órgãos	184
As coisas e as roupas do falecido	185
A oração	187
Rezar em casa... pelos outros	190
Viva a sua vida... sem ele ou ela	191
A ida ao cemitério	193
O Dia dos Fiéis Defuntos e os aniversários	195
Gostaria de lhe ter dito que o amava	196
É difícil dizer: «Amo-te»	199
O amor em forma de gentileza e genuíno interesse	200
Culpa, remorso, reparação e perdão	201
O amor em igual medida para todos	207
A comunicação com os mortos	211
Os sonhos	214
Velas para iluminar o caminho?	216
<i>Fim</i>	217
<i>Acerca do espiritismo</i>	219
<i>Referências bibliográficas</i>	221

Olá, Maria!

Foi bom conversar contigo acerca de como o espiritismo compreende a morte.

Ao ouvir as tuas perguntas, lembrei-me de um antigo projeto meu que estava parado: um livro, pequeno e pragmático, acerca da morte.

Há anos que queria escrever algo que pudesse ajudar todos aqueles que, como a Maria, estivessem a passar pela experiência de ter alguém próximo e querido que faleceu. O livro também seria útil para quem está a aperceber-se de que brevemente irá morrer, e mesmo para quem, estando (ou imaginando estar) longe do momento da morte, quer ficar mais bem preparado para ela.

Rabisquei este texto a tentar imaginar o que estarias a pensar acerca da morte, quais seriam as tuas dúvidas. Espero ter tido algum sucesso ao colocar-me no teu lugar.

Ele é também fruto do que tenho pensado acerca da morte ao longo dos últimos anos, quando vários amigos e parentes passaram pela experiência do desencarne de filhos, cônjuges, pais, irmãos e amigos queridos. Quase todos sofreram muito. Alguns, poucos, revoltaram-se. Outros, procuraram compreender o que se passava. Isso fez-me pensar e estudar o modo como o espiritismo nos poderia ajudar a lidar melhor com a morte, tanto a dos outros quanto a nossa.

O assunto é extenso e desdobra-se em muitas outras questões. Assim, escolhi apenas alguns aspetos para abordar. Ou seja, este está longe de ser um livro completo acerca do tema. É também uma obra com um contra: interpreta a morte

segundo a visão do espiritismo. Por causa disso, penso que nem todos o aceitarão. A mim, por causa de tudo o que li e estudei acerca da questão, o que o espiritismo diz parece-me bem lógico. Racional. E justo. Na minha opinião, tem a melhor explicação e a que, de longe, mais me esclarece.

O meu desejo é que este livro possa ajudá-lo a compreender um facto que ainda nos perturba. Um tema corriqueiro, porém, pouco discutido. Um acontecimento natural e previsível, mas ainda assim incompreendido e inesperado.

Agradeço-te a ti, Maria, o empurrão que me faltava.

E agradeço a Deus e aos amigos do plano espiritual a inspiração e esta rica oportunidade.

São Paulo, janeiro de 2013*

* A Maria é filha de um amigo do autor. A conversa que tiveram quando a mãe da jovem morreu, acerca de como o espiritismo compreende a morte, foi a inspiração para este livro. Ele foi escrito entre o Natal e o Ano Novo de 2012, mas revisto e aumentado durante todo o ano de 2013.

Dois pontos, uma observação e alguns agradecimentos

Antes de começar, Maria, quero falar acerca de duas preocupações que tive ao escrever este livro:

- Temia não conseguir avaliar adequadamente a dor sofrida por alguém, pela morte de um ente querido, temia ser leviano nesta abordagem e magoar alguém. Revi o texto e submeti-o à leitura de vários amigos espíritas e não espíritas. Alguns deles passaram por essa situação recentemente. Espero que estes cuidados tenham sido suficientes para evitar faltas de sensibilidade que possam magoar.
- Não queria que esta fosse uma obra catequizadora, para recrutar adeptos. O espiritismo não precisa disso. Acho deselegantes e desrespeitosos os que pregam as vantagens da sua religião, na tentativa de convencer todos a serem iguais. Este livro não fará isso.

Apesar desta segunda preocupação, fui aconselhado por uma boa amiga (não espírita, diga-se de passagem) a expor alguns dos conceitos básicos da doutrina espírita. É que, ao conhecer algumas dessas ideias, se torna mais fácil compreender vários dos comentários que a elas se seguirão. Estão logo no início. São nove pontos. Se achar que poderão ser úteis, leia-os. Se não, passe à frente e consulte-os quando tiver alguma dúvida.

Agradeço aos meus queridos, de facto queridos, amigos e familiares que reviram e deram a sua opinião acerca dos temas que abordo neste livro. São espíritas e não espíritas. Alguns viveram a experiência — por vezes, bastante traumática — do falecimento de alguém próximo. A estes agradeço ainda mais, especialmente pela generosidade de partilharem comigo as suas experiências. Agradeço-lhes por terem revisitado de forma corajosa e pragmática as suas emoções, comparando o que viveram com o que dizemos neste livro. Foram uma grande ajuda. Muito obrigado, amigos!

PARTE 1

CONCEITOS BÁSICOS
DO ESPIRITISMO



Espíritos

Nós, espíritas, acreditamos que somos todos seres espirituais, espíritos. E o que são os espíritos? Espírito é o que somos. A nossa essência. A nossa inteligência, o nosso conhecimento, o nosso discernimento, o nosso carácter.

Cada espírito é único, individual, e todos nós percorremos um caminho evolutivo. A cada existência ganhamos experiência e conhecimento. Estamos sempre a aprimorarmo-nos, intelectual e moralmente.

Morte, desencarne ou passagem?

Vários espíritas utilizam mais o termo passagem do que morte. É que a morte, para alguns, traz uma sensação de fim, enquanto a passagem dá uma noção de continuidade.

O espiritismo não compreende a morte como o fim da vida. É apenas o fim de uma experiência num determinado corpo. Nesse sentido, seria mesmo mais adequado dizer passagem. Passagem deste modo de viver para um outro, sem o corpo físico.

Outro termo que frequentemente se utiliza no espiritismo quando falamos de morte é desencarne.

A mim, desencarne, lembra retirar a carne, o que me parece um tanto inestético.

Mas nós, espíritas, usamo-lo para expressar o momento em que o corpo espiritual deixa o corpo físico e se vai preparar, para continuar a viver como espírito, para uma próxima encarnação.

Na terra, fica o corpo material, que se transformará novamente noutros elementos químicos, entrando na composição de outros corpos orgânicos. Já o espírito, continua o seu desenvolvimento.

Neste livro, ainda que prefira o termo morte a passagem ou desencarne, faço uso deles todos. Quando me refiro ao processo de regressar ao corpo, utilizo as palavras reencarnar e encarnar, que me parecem adequadas. Inestéticas, mas adequadas.

Encarnação

Não apenas os espíritas, mas a maioria da humanidade acredita que reencarnamos, ou seja, que, após a morte, voltaremos novamente a um corpo para novas experiências, inúmeras vezes. O objetivo desse regresso é dar-nos novas oportunidades de aprendizagem, de que precisamos para a nossa evolução. A cada novo regresso, voltaremos numa situação diferente, mas sempre útil e necessária à fase evolutiva em que estivermos: voltaremos ricos ou pobres, doentes ou saudáveis, numa grande metrópole ou numa vila, para servir ou sermos servidos, poderosos ou não, como homens ou mulheres. Essa variedade de experiências é que irá ensinar-nos e dar-nos a amplitude de conhecimento de que necessitamos. É por intermédio dessa diversidade de situações — e através do nosso esforço e da nossa vontade — que iremos compreender o modo de nos livrarmos das más tendências que adquirimos ao longo de nossas idas e vindas.

Lidaremos com a inveja, o orgulho, o ódio, a incompreensão, o preconceito, o egoísmo, o ciúme, a agressividade, o sectarismo, a xenofobia e o medo. Lidaremos com tudo isso e muito mais. E lidaremos com esses sentimentos em nós mesmos e nos outros em relação a nós. Assim, aprenderemos o valor do amor, da fraternidade, do perdão, da delicadeza, da compreensão, da empatia, da modéstia, da solidariedade e do serviço. Tudo a pouco e pouco, mas sempre. Uma tarefa para muito tempo. Aprendizagem em grande quantidade.

Livre-arbítrio e causa e efeito

Estes são alguns dos conceitos mais interessantes e importantes do espiritismo.

Livre-arbítrio, Maria, significa que temos uma livre escolha. Poderemos fazer o que quisermos. Mesmo tudo. E arcaremos com as consequências — os benefícios e os prejuízos — dessas escolhas. Posso roubar? Posso. Posso ajudar? Também posso. Mas nada se passa sem uma consequência. Se eu roubar, a minha vida será mais difícil. Se eu ajudar, ela será mais fácil. Essa é a consequência. Pura lógica. Façamos o que quisermos — isso é o livre-arbítrio — e, inexoravelmente, arcaremos com as consequências de todas as nossas ações — isso é a causa e o efeito.

Uma analogia: podemos comer muito? Muita gordura, muito açúcar e muito sal? Podemos ser absolutamente sedentários? *Yes, we can.* Podemos tudo isso. A pergunta agora passa a ser outra: agindo assim, seremos saudáveis? Dizem-nos a ciência e a experiência que não. Ao agirmos assim, seremos obesos, quase certamente, teremos uma tensão alta, provavelmente, seremos diabéticos, acumularemos gordura no fígado, sofreremos de alguma doença cardiovascular, sobrecarregaremos os rins e as articulações e desenvolveremos outras tantas doenças. Porém, se quisermos, poderemos agir tal como foi descrito? Podemos. Podemos tudo, mas surgirão as consequências para a saúde. O livre-arbítrio permite-nos a ação, e a «causa e efeito»

dá-nos a consequência disso, positiva ou negativa. Assim é com tudo na vida.

O livre-arbítrio leva-nos a outros raciocínios inerentes ao espiritismo:

- **DEUS NÃO PUNE NEM Premeia.** Nós é que nos punimos ou nos premiamos. Nós é que concebemos a nossa vida, melhor ou pior, conforme os nossos atos. O que erroneamente interpretamos como punição, é apenas o efeito de uma causa.
- **SOMOS SENHORES DO NOSSO DESTINO.** Através do livre-arbítrio, herdo hoje o meu passado, concebo hoje o meu futuro. Sou o arquiteto da minha vida. Se ajo bem, terei um futuro (e um presente) melhor. O contrário também é verdadeiro.
- **NÃO HÁ INJUSTIÇA.** Se um sofre e outro não, isso é a consequência do que se faz e se fez. Cada um tem a sua trajetória, e o modo como a estamos a viver neste momento diz muito do que somos e, sobretudo, do que fomos. É o que diz a expressão, «a cada um segundo as suas obras». Se sofremos, é porque ainda temos de melhorar aquele comportamento que, no passado, deixou a desejar.

A cada um, uma lição necessária para melhorar, a fim de, por assim dizer, passar de ano. Isso ajuda-nos a compreender a razão pela qual, aparentemente, alguns sofrem muito e outros, nada. É que os do segundo grupo já passaram por experiências pelas quais os do primeiro grupo ainda não passaram ou não quiseram enfrentar de forma séria e adequada. Estes ainda têm trabalho por fazer.

Responsabilidade e culpa

O espiritismo enfatiza o conceito de responsabilidade. E refuta o de culpa.

A culpa é pesada, punitiva, derruba a pessoa. Atribui enorme peso ao erro e cria a absurda noção da impossibilidade de recuperação. Inculca o conceito de mal. Destrói.

A responsabilidade é serena e equilibrada. Traz a noção de maturidade, os conceitos de partilha e de bem viver em sociedade, de humanidade, de respeito e de amor.

O espiritismo admite que erramos e erraremos durante algum tempo ainda. E compreende o erro como algo normal. Talvez indesejável, mas normal. Sabe que o erro é inerente ao espírito imperfeito ainda em aprendizagem e que é assim que aprendemos e nos aperfeiçoamos. Compreende que a nossa aprendizagem consiste exatamente em corrigir os nossos erros. Não lhe agradam, mas também não faz da culpa um tormento improdutivo.

Se não aprendermos com o erro e não modificarmos o nosso modo de agir, sofreremos. A dor é um alarme, um alerta para que possamos meditar e abandonar o erro. É como a febre, que nos indica que algo está desequilibrado no nosso organismo. A febre alerta-nos, ajuda na percepção, mas cabe-nos a nós o ato de nos tratarmos para melhorar. O mesmo vale para o sofrimento.

Assim, o sofrimento, a angústia e a dor, nada disso é uma punição, mas sim lógica, a consequência natural e inexorável do erro. É uma aprendizagem. A dor servirá de alerta para que possamos mudar de comportamento e corrigir

o nosso modo de ser. É esse o processo da aprendizagem e da evolução. E isso faz-se através de existências em distintas encarnações.

Justiça

Verás, Maria, que muitas vezes, ao longo do livro, faço uma menção à justiça. Quando falo de justiça, ou do que é justo, não estou a falar acerca de julgamento, de certo ou errado, do bem ou do mal. Nada que seja tão pesado ou maniqueísta. Não estou a falar de culpa ou punição. Longe disso.

Quando estiver a ler este livro, procure interpretar a justiça como algo justo, adequado, correto, e não como algo punitivo.

Quando falo em justiça, estou a referir-me à justiça divina — a justiça tal como é compreendida pelo espiritismo. A justiça no seu mais elevado significado: algo lógico, perfeito, equilibrado e coerente. Algo correto. Que é devido.

É importante compreender este conceito de justiça para que possamos raciocinar com isenção, lógica e humildade e compreender, por exemplo, que a morte de um jovem saudável e bom possa ser algo justo.

Transformação íntima

Um outro conceito-chave do espiritismo. Em minha opinião, o melhor. A transformação íntima, Maria, significa empenhar-se na melhoria de si mesmo. Significa estudar o nosso modo de pensar, falar e agir e descobrir como poderemos aprimorar-nos.

O que é que em nós não está certo? O que é que está em desarmonia? O que é que agride o outro e a nós mesmos? O que é que nos faz mal? E, sobretudo, como é que poderemos aperfeiçoar-nos nesses pontos que identificamos? É isso que é a transformação íntima. É o esforço da própria vontade (livre-arbítrio) em transformar o nosso carácter. Nós mesmos a tornarmo-nos melhores. Aliás, quem, senão nós, terá o poder de nos modificar? Um conceito poderoso e bem simpático.

A transformação íntima tem tudo a ver com o «Conhece-te a ti mesmo». É esta a chave do progresso pessoal: o auto-conhecimento aliado ao compromisso da própria melhoria.

Uma curiosidade, Maria: muitas pessoas que se iniciam no espiritismo abandonam-no, justamente por causa de uma transformação íntima. É que dá um pouco de trabalho. Exige que o indivíduo esteja disposto a encarar, com honestidade, as suas dificuldades e os seus problemas. Exige que a pessoa tenha a humildade e a maturidade de reconhecer onde erra. E isso é difícil. Às vezes, o ego fala mais alto. Um indivíduo não quer assumir que não é tudo aquilo que quer fazer crer.

A transformação íntima exige atenção, disposição, coragem e humildade para se reconhecerem as próprias falhas,

os pontos fracos e, igualmente importante, a nossa ação sobre eles. Nem todos estamos dispostos a isso. Muitas pessoas preferem pagar para ser perdoados ou para conquistarem uma chamada «graça». É muito mais cómodo. Não exige esforço. Como se Deus se fosse impressionar com o dinheiro ou uma promessa ou, ainda, com um certo número de repetições de uma frase decorada.

É uma pena que muitas pessoas não estejam ainda comprometidas com a sua melhoria, com a sua transformação íntima.

Uma pena, por dois motivos. Primeiro, pois esse é, na minha opinião, o único caminho para a paz na Terra. A paz interior leva à paz da humanidade. Quando cada um cuidar de si, da sua melhoria, de se corrigir e tornar uma pessoa melhor para com os demais, pronto, tudo estará resolvido.

Segundo, pois as recompensas emocionais para aquele que se dedica à transformação íntima são enormes. Quando começamos a modificar comportamentos que nos fazem mal, que nos tiram o sossego, que nos afastam dos outros, do bem e da felicidade, o alívio e a sensação de liberdade são indescritíveis. Percebemos que, na verdade, somos donos do próprio nariz. Que, ao quisermos, conseguimos ser uma pessoa muito melhor. E isso traz uma segurança, uma paz e uma felicidade fantásticas. Isso aproxima-nos das pessoas e, mais importante, aproxima-nos de nós mesmos. Ou melhor, aproxima-nos de Deus.

Valores

Quais são os valores do espiritismo?

São os valores universais de toda a humanidade.

Se quisermos resumi-los numa palavra, é o amor.

- Amor a Deus.
- Amor a si próprio.
- Amor ao próximo.
- Amor à paz.
- Amor à aprendizagem.
- Amor à evolução.

Lema

Não estou certo se podemos dizer que o espiritismo tem um lema, Maria. Porém, se tiver, será este:

Sem caridade não há salvação.

Veja que interessante: o espiritismo não diz que fora do espiritismo não há salvação, pois acredita que qualquer religião ou filosofia poderá ser muito boa e adequada.

Tão-pouco diz que fora da verdade não há salvação, pois quem poderá dizer onde está a verdade?

Diz apenas que é preciso caridade — que poderá ser entendida como o amor em ação —, um princípio básico, um valor universal que poderá ser vivido por qualquer pessoa, de qualquer religião ou sem religião alguma.

Por outras palavras, o que o espiritismo prega é a prática da caridade, do bem, da fraternidade e da harmonia entre as pessoas. Nada sectário, antes pelo contrário.

«Há quem acredite que vivemos várias vidas.
Há quem pense que vivemos apenas uma
e que, após a morte, nada haverá.
E o espiritismo, em que acredita?
Nós acreditamos na reencarnação.»

Inspirado pela conversa com uma adolescente que sofria com a morte inesperada da mãe, Alexandre Caldini partilha o que aprendeu sobre o assunto em mais de 30 anos de estudo da filosofia espírita. Uma obra de esperança, que trata a morte não de uma forma lúgubre, mas como de facto deve ser encarada: de maneira leve e natural. Morrer, assim como nascer, é apenas uma etapa da vida.

As reflexões do autor poderão ajudá-lo a lidar melhor com a partida das pessoas que ama, destinando-se também àqueles que, estando (ou imaginando estar) longe do momento da morte, querem ficar mais bem preparados para ela. De forma clara e delicada, este livro desvenda os princípios básicos do espiritismo e esclarece as principais dúvidas sobre a morte e outros temas relacionados, tais como:

- Porque tememos a morte?
- O que acontece no momento em que morremos? Sofremos?
- Ao morrer, para onde vamos?
- Reencontraremos os que amamos e já morreram?
- O que diz o espiritismo sobre eutanásia, aborto e suicídio?
- Como lidar com a dor da culpa, do remorso e da saudade?
- Como consolar alguém pela morte da pessoa amada?



Penguin
Random House
Grupo Editorial

www.penguinlivros.pt
f @ penguinlifestylept
penguinlivros

ISBN 9789897870279



9 789897 870279 >