



CUIDADOS COM O CORPO E COM O ESPÍRITO

Freqüentemente ouvimos a expressão a carne é fraca, atribuindo ao corpo as atitudes infelizes que proporcionaram certas quedas morais. E, por este fato, há quem procure enfraquecer ou flagelar o corpo “(...) a pretexto de evitar tentações. (...)” (06)

Não constituirá na maceração do corpo a perfeição moral. Uma coisa não leva a outra, evidentemente. No entanto, sabe-se que o cuidado com o corpo, promovendo a saúde e evitando enfermidades, “(...) influi de maneira muito importante sobre a alma (...). Para que essa prisioneira viva se expanda e chegue mesmo a conceber as ilusões da liberdade, tem o corpo de estar são, disposto, forte. (...)” (01)

“(...) No corpo humano, temos na Terra o mais sublime dos santuários e uma das supermaravilhas da Obra Divina.

Da cabeça aos pés, sentimos a glória do Supremo Idealizador que, (...) no curso incessante dos milênios, organizou para o Espírito em crescimento o domicílio de carne em que a alma se manifesta. (...)” (08)

É verdade que “(...) Isolado na concha milagrosa do corpo, o Espírito está reduzido em suas percepções a limites que se fazem necessários. (...)”

Visão, audição, tato, padecem enormes restrições (...).

O cérebro físico é gabinete escuro, proporcionando-lhe ensejo de recapitular e reaprender.

Conhecimentos adquiridos e hábitos profundamente arraigados nos séculos aí jazem na forma estática de intuições e tendências (...).

Dentro da grade dos sentidos fisiológicos, porém, o Espírito recebe gloriosas oportunidades de trabalho no labor de auto-superação. (...)” (07)

Precisa-se compreender que o corpo é o instrumento de manifestação do Espírito. Não é o corpo que é fraco, quando das quedas morais e, sim, o Espírito.

Para a psicologia antiga o ser pensante achava-se isolado do corpo. (05)

“(...) A psicologia moderna vai mais longe. A sua metodologia avançada estuda racionalmente todos os problemas da personalidade humana, unindo os elementos materiais e espirituais (...).

O corpo nada mais é que o instrumento passivo da alma, e da sua condição perfeita depende a perfeita exteriorização das faculdades do Espírito. Da cessação da atividade deste

ou daquele centro orgânico, resulta o término da manifestação que lhe é correspondente: daí provém toda a verdade da “mens sana” e o grande subsídio que a psicologia moderna fornece aos fisiologistas como guia esclarecedor da patogenia*.

O corpo não está separado da alma; é a sua representação. As suas células são organizadas segundo as disposições perispiríticas dos indivíduos, e o organismo doente retrata um Espírito enfermo (...)” (05)

“No que se refere ao **corpo são**, o atletismo tem papel importante e seria de ação das mais edificantes no problema da saúde física, se o homem na sua vaidade e egoísmo não houvesse viciado, também, a fonte da ginástica e do esporte, transformando-a em tablado de entronização da violência, do abastardamento moral da mocidade, iludida com a força bruta e enganada pelos imperativos da chamada eugenia* ou pelas competições estranhas dos grupos sectários, desviando de suas nobres finalidades um dos grandes movimentos coletivos em favor da confraternização e da saúde.

Bastará essa observação para compreendermos que a **mentalidade sadia** somente constituirá uma realidade quando houver um perfeito equilíbrio entre os movimentos do mundo e as conquistas interiores da alma.” (04)

“(…) O homem tem o dever de velar pela conservação do seu ser. É esta uma lei absoluta, que não lhe é dado ab-rogar. Mas, não lhe assiste o direito de sacrificar ao supérfluo os cuidados que o Espírito requer.

Disse Jesus: “Nem só de pão vive o homem”. Saibamos, portanto, aliar o cuidado de que necessita o nosso corpo aos que o nosso Espírito reclama. Uns e outros podem emparelhar, sem prejuízo algum, desde que sejam atendidos com critério. (...)” (03)

Amemos, pois, a nossa alma, porém, cuidemos igualmente do nosso corpo, instrumento daquela. (02) “(...) Desatender as necessidades que a própria Natureza indica, é desatender a lei de Deus. (...)” (02)

*

*

*

FONTES DE CONSULTA

- 01 - KARDEC, Allan. Cuidar do corpo e do Espírito. In:_. O Evangelho Segundo o Espiritismo. Trad. de Guillon Ribeiro. 107. ed. Rio [de Janeiro]: FES, 1993. Item 11, pág. 284.
- 02 - Pág. 284.
- 03 - SAYÃO, Antônio Luiz. Lucas (X, 38-43). In:_. Elucidações Evangélicas. 7. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1983. Pág. 459.
- 04 - XAVIER, Francisco Cândido. Vida Aprendizado. In:_. O Consolador Pelo Espírito Emmanuel. 17. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1995. Questão 127, pág. 81.
- 05 - A Psicologia e a “Mens Sana”. In:_. Emmanuel. Pelo Espírito Emmanuel. 9. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1981. Pág. 184.
- 06 - Perante o corpo. In:_. Livro da Esperança. Pelo Espírito Emmanuel. 4. ed. Uberaba, MG: CEC, 1973. ág. 49.
- 07 - No Plano Carnal. In:_. Roteiro. Pelo Espírito Emmanuel. 5. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1980. Págs. 15-16.
- 08 - O Santuário Sublime. In:_. Roteiro. Pelo Espírito Emmanuel. 5. ed. Rio [de Janeiro]: FEB, 1980. Págs. 20-21.