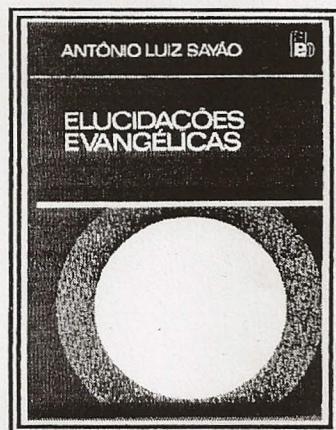


CUIDADOS COM O CORPO E COM O ESPÍRITO



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. (...) (09)

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 (...).

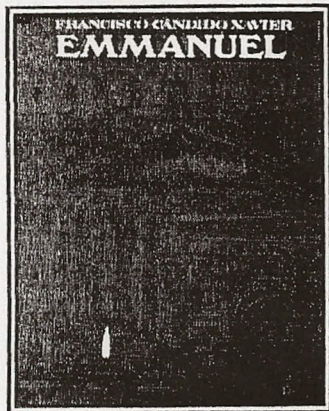
Dentro da grade dos sentidos fisiológicos, porém, o Espírito recebe gloriosas oportunidades de trabalho no labor de auto-superação. (...) (07)

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 psi



cologia 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)

* * *

Glossário ()*

- Patogenia**¹ – A parte da Patologia que estuda a origem das doenças.
Patologia¹ – Parte da medicina que tem por objeto o conhecimento da origem, sintomas e natureza das doenças.
Eugenia² – É o conjunto de métodos que visam melhorar o patrimônio genético de famílias, populações ou da humanidade.

1. Novo Dicionário da Língua Portuguesa. Nova Fronteira: s/d. Pág. 1046.

2. KÜHL, Euripedes. A Genética e as raças humanas. In: Genética e Espiritismo. Rio [de Janeiro]: FEB, 1996. Pág. 63