

Os Quatro Corps

© 2015 — José Lelis Nogueira

Os Quatro Corpos

Todos os direitos desta edição reservados à
CONHECIMENTO EDITORIAL LTDA.
Rua Prof. Paulo Chaves, 276 - Vila Teixeira Marques
CEP 13485-150 — Limeira — SP
Fone: 19 3451-5440
www.edconhecimento.com.br
vendas@edconhecimento.com.br

Nos termos da lei que resguarda os direitos autorais,
é proibida a reprodução total ou parcial, de qualquer
forma ou por qualquer meio — eletrônico ou mecânico,
inclusive por processos xerográficos, de fotocópia e de
gravação —, sem permissão, por escrito, do Editor.

Edição de texto:
Margareth Rose Fonseca Carvalho
Revisão: Bete Guimarães e
Mariângela Uieira
Projeto gráfico: Sérgio F. Carvalho
Ilustrações: Adriano Ap. Uieira

ISBN 978-85-7618-359-4 — 1ª Edição - 2016

• Impresso no Brasil • Presita em Brazil

Produzido no departamento gráfico de

CONHECIMENTO EDITORIAL LTDA

Fone: 19 3451-5440

e-mail: conhecimento@edconhecimento.com.br

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Angélica Ilacqua CRB-B - 7057)

Nogueira, José Lelis
Os Quatro Corpos - José Lelis Nogueira - Limeira, SP: Editora do Conhecimento, 2016.
122 p. : il.
ISBN 978-85-7618-359-4

1. Espírito 2. Espiritualidade 3. Evolução 4. Reencarnação 5. Encarnação 6. Saúde 7. Acupuntura 8. Homeopatia I. Título.

15-1293

CDD - 133.9

Índice para catálogo sistemático:

1. Espiritualidade

Lelis Nogueira

Os Quatro Corpos

1ª Edição 2016



Dedico este livro a todas as pessoas que se esforçam para evoluir através do caminho do amor.

À Casa do Caminho de Pindamonhanga, gratidão por ter me acolhido como voluntário.

Sumário

Encarte colorido	
Palavras iniciais	11
Por que escrever <i>Os Quatro Corpos?</i>	13
Conceito de saúde, doença e cura.....	15
Evolução do espírito.....	18
Composição quaternária do ser humano.....	22
Dimensões.....	25
Reencarnação.....	29
Desencarnação	33
Atração entre os corpos.....	36
Clarividência, mediunidade, ectoplasma e materialização	39
Duplo etérico, chacras e glândula pineal.....	44
Tela etérica.....	53
Acupuntura, homeopatia, passe magnético e cura.....	56
Os cuidados com o corpo físico afetam os outros corpos?	61
Saúde total.....	62
Amor e ciência	63
O amor ao próximo é importante?.....	63
Desvios à saúde.....	64
Sistema límbico.....	65
Neuro-hormônios	66
Amor e saúde	68
Fé e saúde	71
Princípios e saúde	72
Culpa e autopunição.....	73
Estresse.....	78

Estresse e espiritualidade.....	95
Liderança e espiritualidade	96
Motivação e satisfação.....	97
Endorfina	102
Serotonina, melatonina e ciclo circadiano	107
Alimentação saudável.....	114
Obras consultadas	119

Palavras iniciais

Os Quatro Corpos pretende ser um guia destinado a quem se inicia no estudo da doutrina espírita e quer aplicar o conhecimento adquirido em benefício de sua própria saúde e evolução espiritual.

De uma forma resumida, pode-se dizer que, pelos conceitos do espiritismo, o ser humano é constituído por uma complexa estrutura, através da qual a alma interage com o corpo físico e condiciona o estado de saúde ou de doença; esta, possível de ser curada apenas pelo caminho do amor, via que conduz os seres à saúde total.

Minha proposta é oferecer aos interessados neste tipo de leitura uma opção didática capaz de facilitar o entendimento de noções elementares relacionadas ao tema, cujos conceitos aprofundados são encontrados na literatura espírita e espiritualista.

Recomendo a leitura do livro na sequência da apresentação, pois os assuntos são expostos em forma de perguntas, respostas e ilustrações, seguindo uma ordem de raciocínio cujo entendimento depende de conceitos ou princípios esclarecidos em questões anteriores.

Por que escrever *Os Quatro Corpos*?

Quando escrevi *O Caminho de São Francisco - uma via para a saúde total*, reproduzido, em parte, neste livro, tive a ideia de desenvolver uma narrativa didática para favorecer o entendimento da complexa natureza humana, tentando com isso cooperar para o alcance do bem-estar físico, mental e espiritual das pessoas.

O texto foi completado com citações de casos ocorridos em minha vida profissional de médico homeopata, bem como de casos relacionados aos seminários que promovo, os quais são destinados à capacitação de pessoas interessadas em estudar a arte de gerenciar a vida.

Os fundamentos aplicados no trabalho citado implicam no entendimento de que o corpo e a mente formam uma unidade inseparável, integrada por um intrincado mecanismo conhecido como eixo psico-neuro-endócrino-imunitário, ou seja, pela mente (psico), pelo sistema nervoso (neuro), pelas glândulas produtoras dos hormônios (endócrino) e pelas células que defendem o corpo contra agentes estranhos à sua composição (imunitário).

Sendo assim, o conceito de mente foi dirigido mais ao caráter biológico, sem entrar na discussão sobre se ela é causa ou efeito do corpo físico, como entendem os espiritualistas e os materialistas, respectivamente.

A razão para o assunto ter sido abordado dessa forma teve como propósito direcionar a escrita aos leitores de diferentes crenças, sem alterar o sentido da mensagem proposta.

Agora, no caso de *Os Quatro Corpos*, a atenção se volta àqueles que aceitam as concepções espíritas e desejam compreender o mecanismo energético pelo qual a alma interage com o corpo físico.

Decorre daí a necessidade que senti de produzir alguns esquemas e ilustrações para dar um efeito visual ao tema, a fim de realçar minhas apresentações em palestras e seminários, cujo material dá origem a esta publicação.

Desejo reforçar que este livro contém o meu entendimento sobre fundamentos da doutrina espírita, baseado no estudo de diversas obras e em pensamentos intuitivos.

Espero, com isso, poder contribuir para sanar possíveis dúvidas dos leitores e, ao final, relaciono as obras consultadas, as quais podem orientar um caminho para a leitura daqueles que quiserem aprofundar-se na matéria e formar seu próprio juízo.

Conceito de saúde, doença e cura

Como são conceituadas a saúde, a doença e a cura, à luz da doutrina espírita?

A interpretação mais adequada à concepção espírita é aquela que entende a saúde e a doença pelo seu aspecto causal, quer dizer, pela causa que as determinam, cabendo assim as seguintes definições:

- Saúde é o estado de perfeição da alma;
- Doença é uma imperfeição da alma.

Esses conceitos levam em conta o fato de ser a alma¹ a causa primária da existência humana, o princípio inteligente que rege a estrutura e o funcionamento do ser, e onde reside a memória, o pensamento, a vontade e o senso moral.

A partir desse parâmetro, outros dois aspectos podem ser definidos como se segue:

1 O conceito de **alma** e **espírito** adotado pelo autor neste livro baseia-se nos ensinamentos de Kardec, conforme expostos na obra *O que é o Espiritismo*, capítulo “Noções Elementares do Espiritismo”, EDITORA DO CONHECIMENTO, em que ele define **alma** como sendo o *princípio inteligente onde residem o pensamento, a vontade e o senso moral*. Diz Kardec: “A união da alma, do perispírito e do corpo material constitui o homem; a alma e o perispírito separados do corpo constituem o ser chamado espírito. A **alma** é, portanto, um ser simples; o **espírito** um ser duplo e o **homem** um ser triplo. Seria, pois, mais exato reservar a palavra **alma** para designar o princípio inteligente, e a palavra **espírito** para o ser semimaterial formado desse princípio e do corpo fluídico. Como, porém, não se pode conceber o princípio inteligente isolado de toda matéria, nem o perispírito sem ser animado pelo princípio inteligente, os termos **alma** e **espírito** são habitualmente empregados um pelo outro indiferentemente; é a figura que consiste em tomar a parte pelo todo, do mesmo modo que se diz de uma cidade, que ela é povoada por tantas almas; de uma vila, que ela se compõe de tantas casas; filosoficamente, porém, é essencial estabelecer a diferença entre elas”.

- Cura é a regeneração da alma;
- Remédio é o evangelho preconizado por Cristo.

Como a doença é uma imperfeição da alma, a cura consiste em corrigir essa imperfeição, regenerando-a, fato que só é possível por meio de atitudes morais compatíveis com o que apregoa o Evangelho, cujos ensinamentos propõem a reforma íntima das pessoas.

Daí se conclui que qualquer terapia fracassa, se o indivíduo não quiser se modificar. Os tratamentos da medicina convencional, independentemente da técnica empregada, como também os passes ou outras fórmulas espirituais, só levam a um alívio momentâneo, a não ser que, associado a essas terapias, a pessoa decida também melhorar seu padrão moral.

De nada adianta alguém ser tratado e continuar, por exemplo, odiando. O tratamento foi aplicado no sintoma, não na causa; por isso está fadado ao insucesso. Neste caso, a doença é causada por essa imperfeição, o ódio, que se continuar sendo alimentado perpetuará a enfermidade.

Quando a pessoa decide, conforme o exemplo, trocar o ódio pelo perdão, aí sim ela estará no caminho certo para sua cura, pois é dessa forma que se conquista a regeneração da alma, cujo significado é a cura permanente da correspondente imperfeição.

A terapia espírita prescreve essa transformação por meio da mudança da conduta moral e a reeducação dos impulsos e sentimentos da alma.

Quando a Sabedoria Divina concede o livre-arbítrio a um espírito que ingressa na humanidade, fato conhecido como humanização, também lhe atribui a missão de tornar-se Espírito Puro. Assim, o espírito inicia uma longa jornada para afastar-se dos instintos animais pelo caminho do amor, promovendo sua evolução espiritual pela via de sucessivas reencarnações, até atingir a dimensão angelical, sendo que o livre-arbítrio está na escolha dos caminhos para alcançar essa meta.

No entanto, para que isso ocorra, é necessário considerar que tal processo tem suas etapas, como uma escada que deve ser escalada de degrau em degrau. Assim sendo, é preciso abolir a ideia de uma transformação rápida e radical de homens em anjos, pois quem pensa assim está apenas estimulando o apa-

recimento de uma religiosidade doentia capaz de desencadear enfermidades latentes.

A proposta da doutrina espírita é a da reeducação dos impulsos da alma, no sentido de orientar suas potências e não reprimi-las, pois, se assim for, a pessoa poderá manifestar sérios desequilíbrios psicológicos diante da primeira situação adversa que a vida possa lhe oferecer.

Ademais, o que é proibido pode promover apenas uma frágil transformação comportamental que provoca uma melhora aparente, enquanto a reeducação é responsável por uma mudança causal que significa uma melhora profunda na fonte controladora de todas as funções humanas – a alma.

Portanto, a cura apenas se completa quando a pessoa decide mudar para melhor sua conduta moral e conclui essa mudança.

A questão moral é o fundamento básico do espiritismo, fato que levou Allan Kardec a identificar três graus de adeptos espíritas, conforme expõe em *O Livro dos Espíritos*:

- Grau I: os que creem nas manifestações e se limitam a constatá-las;
- Grau II: os que lhe compreendem as consequências morais;
- Grau III: os que praticam ou se esforçam para praticar essa moral.

Quem deseja acelerar sua cura e promover seu progresso espiritual a caminho das dimensões mais superiores, necessita concentrar esforços para incluir-se no terceiro grau dessa classificação.

Evolução do espírito

Como pode ser explicada a evolução espiritual?

O princípio inteligente atinge o estágio de humanização quando a Providência Divina lhe concede o livre-arbítrio, tornando-o espírito, e atribui a ele a missão de evoluir pelas escalas mais sublimes, até alcançar a angelitude.

Com base nos ensinamentos de Kardec e de outros autores espirituais, admite-se que os espíritos advêm de estágios anteriores, passando pelos três reinos: mineral, vegetal e animal, antes de ingressar no reino hominal.

A organização dos cristais, a vida das plantas, o instinto dos animais e o despertar da consciência humana são indícios inquestionáveis da existência de um princípio inteligente atuando nesse processo evolutivo.

Com a consciência desperta, e dotado da capacidade de pensar e decidir livremente sobre a escolha de seus caminhos, o espírito inicia a jornada rumo à dimensão angelical, possível apenas de ser alcançada após sucessivas reencarnações e também pelo progresso conquistado na dimensão espiritual.

Na figura 1, que ilustra essa questão, as dimensões evolutivas foram classificadas em quatro estágios distintos:

- Dimensão física, representada em azul, indicando o mundo dos seres encarnados;
- Dimensão espiritual inferior, representada em verde, correspondendo ao mundo dos espíritos desencarnados que

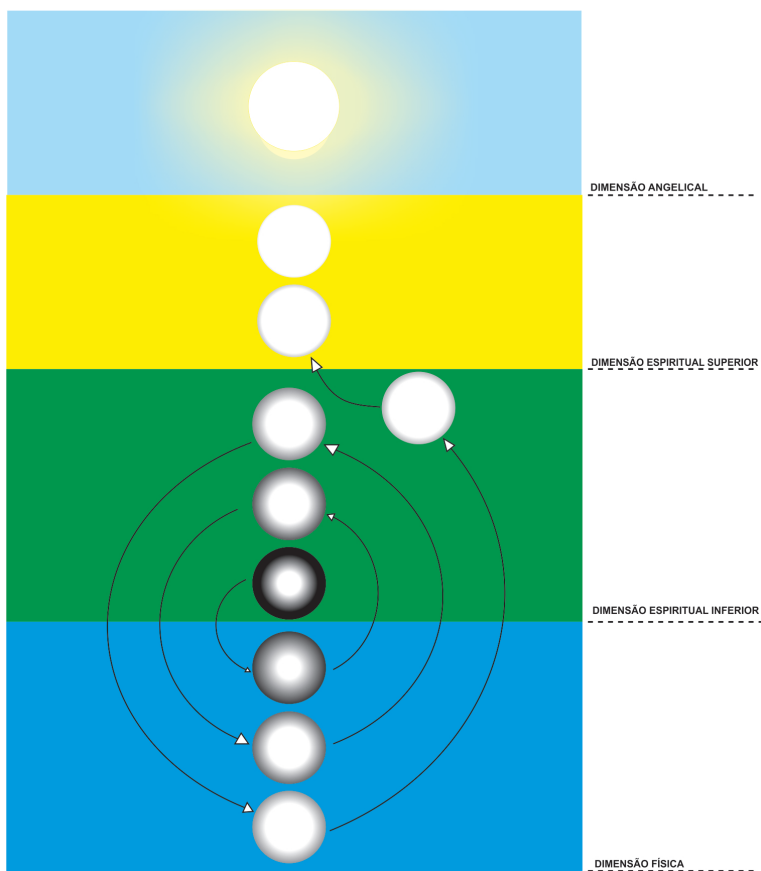


Figura 1 - Evolução do espírito

- ainda necessitam de novas experiências reencarnatórias;
- Dimensão espiritual superior, representada em amarelo, referindo-se aos espíritos superiores que já evoluíram o suficiente para não necessitarem da reencarnação, salvo quando o fazem para cumprir uma jornada missionária;
 - Dimensão angelical, representada em azul celeste, constituindo o mundo dos Espíritos Puros, como os anjos, arcanjos e serafins.

Associando essas quatro dimensões com o estágio evolutivo espiritual, pode-se afirmar que:

- O espírito inicia sua jornada a partir de uma condição rudimentar, envolto por uma espessa camada fluídica, material, compatível com a condição instintiva dos animais que guardam apenas os padrões de sobrevivência, sem a obrigação moral. Tal envoltório recebe o nome de perispírito;
- Por meio das sucessivas reencarnações, e seguindo os padrões morais que norteiam a evolução do espírito, o perispírito se torna cada vez mais fluídico, até atingir a dimensão espiritual superior, quando a entidade se apresenta com um tênue envoltório material;
- Nessa dimensão, o espírito continua seu progresso até descartar esse envoltório para entrar na dimensão angelical, quer dizer, no mundo dos Espíritos Puros, manifestando-se como luz, sem contudo perder sua individualidade;
- Para efeito mnemônico, que significa criar símbolos ou palavras a fim de facilitar a memorização de um determinado assunto, costumo fazer em minhas palestras ou seminários uma comparação, tal como se segue:
- O espírito rudimentar é comparado a um coco seco com sua casca grosseira;
- O perispírito é comparado a essa casca;
- A fluidificação do perispírito, tornando-o mais sutil, tênue ou vaporoso, em decorrência da purificação pelas sucessivas experiências reencarnatórias, pode ser comparada ao procedimento de ralar o coco, começando pela casca;
- O descarte do perispírito, com a consequente entrada do espírito na dimensão espiritual superior, é comparado com a perda total da casca grosseira, restando apenas a fina camada aderida ao cerne do coco;
- O auge da jornada do espírito, quando ele atinge a dimensão angelical, compara-se ao coco totalmente descascado.

Apesar de ter relutado em publicar essas comparações, resolvi manter a forma original como as expressei, porque sinto que esse recurso didático contribuiu para o entendimento do tema. Nos intervalos para o café, por ocasião de minhas apresentações, o assunto comumente gira em torno de “ralar o coco”, simbolizando a reforma íntima e a consequente evolução espiritual, fato que demonstra a eficácia da linguagem mnemônica, da qual não quis prescindir neste livro sob a alegação de poder vulgarizar a escrita.