

Repressão

Chorar é muito natural. Quando estamos em contato com nossas emoções e sentimentos, sabemos o que eles nos querem dizer e mostrar.

Não devemos reter nossas lágrimas. São elas nossas energias emocionais que se materializam e precisam ser expressas.

Chorar é muito natural. Quando estamos em contato com nossas emoções e sentimentos, sabemos o que eles nos querem dizer e mostrar sobre nossas carências e nossas relações com os outros.

Quase todos nós aprendemos como sentir ou como esconder nossas emoções na infância. A formação da nossa personalidade está ligada, sem contar a outros tantos fatores, ao aprendizado da vida atual. Fatos e atitudes semelhantes costumam provocar nas crianças emoções comparáveis; portanto, não podemos nos esquecer da influência do meio e da cultura no desenvolvimento de nossa emotividade.

Emoções e sentimentos são simples e primários; são como são, não adianta enfeitá-los ou tentar explicá-los. O desenvolvimento, porém, da nossa maneira de “sentir agindo” se forma de acordo com nosso grau evolutivo somado à nossa vontade e ao ambiente em que vivemos.

Ninguém sente emoções somente em determinadas partes do corpo, mas sim em todo o organismo. No entanto, a mesma emoção pode provocar atitudes completamente diversas nas pessoas. Durante uma apresentação teatral ou musical, podemos observar as mais controvertidas emoções na platéia diante das mesmas circunstâncias de estímulo. Os seres humanos são espíritos milenares que vivem temporariamente em corpos transitórios; essa é a razão da diversidade de sentimentos.

Em caso de falecimento de entes queridos, chorar de modo intenso é uma emoção perfeitamente compreensível. Porém, se aprendemos com adultos preconceituosos que “homens nunca devem chorar”, reprimimos nossas emoções naturais e passamos a criar barreiras psicológicas em nossa vida íntima. É saudável, pois, em certas circunstâncias, demonstrar tristeza; reprimi-la é doentio.

Não estamos nos referindo aos comportamentos espetaculares de exibição dramática, mas à necessidade de expressar a dor da separação.

Muitos escondem suas lágrimas, pois querem demonstrar a seus amigos e familiares que são altamente espiritualizados. Afirmam que o choro é reação anormal de criaturas revoltadas. Na verdade, esse julgamento infeliz é observado nos denominados “juizes ideológicos”; perderam suas conexões com a sensibilidade.

Alguns aprenderam que não devemos chorar pelos nossos mortos queridos, pois lhes ensinaram que, enquanto permanecerem derramando lágrimas, seus afetos não ficarão em paz. O verdadeiro problema que se estabelece é a rebeldia e a inconformação perante as Leis da Vida, não as lágrimas que derivam da saudade e do amor que nutrimos pelos seres que partiram.

Outros reagem ante os funerais de familiares com um “entorpecimento emocional”, não derramando uma lágrima sequer. Pessoas podem acusá-los de indiferentes e insensíveis, por não conseguirem avaliar o cansaço físico excessivo dessas criaturas naquele momento, pelas noites e noites desgastantes que viveram durante a longa doença do afeto que partiu.

Outros ainda tomam atitudes de coragem impassível diante da dor, por terem aderido a doutrinas estoicas. Posteriormente, no entanto, sentem-se culpados, porque não choraram o quanto queriam chorar.

Para os que têm fé e aceitam a vida após a morte, a separação é vista de forma temporária, ficando mais fácil para eles superarem os momentos dolorosos do “adeus” na desencarnação. Sabem que o progresso é inevitável e, por isso, consideram a morte o fim de uma etapa e o início de outra melhor.

“Sensibiliza os Espíritos o lembrarem-se deles os que lhes foram caros na Terra.”⁽⁵⁵⁾

As lágrimas são mensageiras da saudade, são as águas cristalinas do coração, que surgem das profundezas de nossa alma.

⁵⁵ **Questão 320** – *Sensibiliza os Espíritos o lembrarem-se deles os que lhes foram caros na Terra?*

“Muito mais do que podeis supor. Se são felizes, esse fato lhes aumenta a felicidade. Se são desgraçados, serve-lhes de lenitivo.”

Repressão

As mutilações de qualquer gênero são sempre uma repressão cruel e violenta às leis naturais da vida.

Os espíritos transitam por uma escala vastíssima de reencarnações, através dos milênios, ocupando posições ora masculinas ora femininas, o que lhes confere, geralmente, certas características bissexuais. Ser homem ou mulher é uma transitoriedade do mundo físico.

Além das diversidades biológicas, naturais e inerentes dos corpos masculinos e femininos, encontramos outras tantas nas áreas psíquicas, sociais e reencarnatórias. Todas essas diferenças sofrem as pressões das regras sociais da educação vigente e dos costumes de uma época, juntamente com a ação das glândulas sexuais. Isso nos leva a classificar as atitudes humanas com certas predominâncias, masculinas ou femininas.

Os espíritos não têm sexo; portanto, em toda personalidade humana existem traços de masculinidade e de feminilidade. Isso não quer dizer que uma mulher com traços masculinos seja anormal, mas sim que existem aspectos sexuais típicos e diferentes em cada criatura.

Dessa forma, cada ser se distingue por determinadas peculiaridades no mundo afetivo e, por isso, a tendência emocional da criatura, muitas vezes, difere e independe de sua morfologia orgânica.

Na infância, os pais se encarregam de transmitir às crianças as primeiras noções sobre sexualidade, mas nem sempre guiam seus filhos para um bom entendimento das faculdades genésicas. Em muitas ocasiões, fixam preconceitos na mente infantil, os quais, mais tarde, gerarão diversos desequilíbrios da libido.

As religiões ortodoxas e controladoras atribuem ao sexo uma proibição divina. Afirmam que todos os seres humanos nascem com o “pecado original”, ou seja, pelos erros sexuais cometidos por Adão e Eva, considerados como os “pais da humanidade”, e que todos precisam ser purificados pelo batismo. Colocam ainda a abstenção sexual como condição imprescindível para se atingir a santidade, olvidando-se de que tudo o que existe na Natureza foi gerado por Deus e que a sexualidade é parte integrante de nossa criação divina.

Adultos imaturos do ponto de vista espiritual reprimem os impulsos sexuais nas crianças, atribuindo malícia ou precocidade, por desconhecerem que as energias sexuais são forças criativas inerentes aos seres humanos e importantíssimas para seu desenvolvimento psicoemocional.

Desconhecem ainda que somente pequena parte dessa energia age na atividade sexual propriamente dita. O restante dessa força criativa se generaliza nas manifestações das atividades sociais, intelectuais, físicas, emocionais e espirituais do indivíduo. Ao inibirem um setor, estão comprometendo o todo, quer dizer, os seres humanos não funcionam por partes separadas, mas num processo de interdependência. Não podemos tocar num elemento sem afetarmos todo o crescimento psicológico em evolução.

“Que se deve pensar das mutilações operadas no corpo do homem...? (...) A Deus não pode agradar o que seja inútil e o que for nocivo lhe será sempre desagradável. (...) Deus só é sensível aos sentimentos que elevam para ele a alma. Obedecendo-lhe à lei e não a violando é que podereis forrar-vos ao jugo da vossa matéria terrestre.” ⁽⁵⁶⁾

A energia sexual pode trazer satisfações tanto nas atividades afetivas e emocionais quanto em quaisquer das atividades intelectuais, espirituais e orgânicas, proporcionando ao indivíduo uma sensação de bem-estar e facilitando sua criatividade.

⁵⁶ **Questão 725** – *Que se deve pensar das mutilações operadas no corpo do homem ou dos animais?*

“A que propósito, semelhante questão? Ainda uma vez; inquiri sempre vós mesmos se é útil aquilo de que porventura se trate. A Deus não pode agradar o que seja inútil e o que for nocivo lhe será sempre desagradável. Porque, ficai sabendo, Deus só é sensível aos sentimentos que elevam para ele a alma. Obedecendo-lhe à lei e não a violando é que podereis forrar-vos ao jugo da vossa matéria terrestre.”

A idéia de sexualidade proposta pela Doutrina Espírita, há mais de cento e quarenta anos, encontra apoio nas modernas teorias psicológicas, leva o indivíduo a uma ótica transcendente do sexo e o faz abandonar essa visão simplista, biológica e materialista a que ele sempre foi relegado.

Entendemos por mutilação não somente a privação ou a destruição visível de partes do nosso corpo, mas também a ocorrência de forma imperceptível, oculta ou velada.

Podemos cobrir os impulsos sexuais com o manto da simulação. Substituímo-los por outros, inventamos desculpas e álibis convincentes para ocultá-los de nós mesmos e dos outros; porém, eles não desaparecem.

As mutilações de qualquer gênero são sempre uma repressão cruel e violenta às leis naturais da vida; no entanto, todos nós somos convocados a planejar uma vida sexual equilibrada.

Abstenção imposta gera desequilíbrio, mas a educação, aliada ao controle e à responsabilidade, será sempre a meta segura para o emprego respeitável e nobre das forças sexuais.