



Foto: Pixabay.

Cooperação entre as pessoas

O texto faz dialogar a filosofia espírita com as pesquisas nas áreas da psicologia e da biologia, propondo uma classificação em cinco níveis sobre os motivos que nos fazem ajudar uns aos outros.

Páginas 4 e 5

Conhecimento de si mesmo

O artigo faz uma abordagem didática das orientações contidas em *O Livro dos Espíritos*, item 919-a, comentando a resposta de Santo Agostinho.

Páginas 6 e 7

Tarde de Caldos

Venha com a sua família! Consumo à vontade de caldo verde, canjiquinha e vaca atolada. Ingressos à venda na recepção do IDE-JF. Criança até 5 anos não paga. Mesa de refrigerantes e doces à parte.



Tarde de Caldos



7 JULHO
17h às 19h



**Local: Rua Torreões,
210, Santa Luzia**

ENTRADA: R\$ 15,00



Foto: Gabriel Garcia.

Bazar do IDE-JF reabre

A atividade está funcionando novamente, aos sábados, das 9h às 12h, na Avenida Santa Luzia, 40, Santa Luzia. Nossa equipe visitou no dia da estreia e traz as informações do trabalho. Algumas fotos estão na última página.

Página 3

▼ Editorial

Trata da rapidez da vida e a importância de viver em função de valores espirituais.....2

Acesse nossa página: www.ide-jf.org.br

✉ ide@ide-jf.org.br

f facebook.com.br/idejf

Confira as novidades e participe!

Atividades do IDE-JF

Atendimento Fraterno

Segunda-feira: 20h
Quarta-feira: 19h30
Quinta-feira: 20h
Sexta-feira: 14h
Sábado: 19h

Centro de Convivência

Beth Baesso (artesanato)*
Quarta-feira: 14h30

Curso Básico de Espiritismo

Segunda-feira: 20h

Espiritismo para Crianças e

Mocidade

Quinta-feira: 20h
Sábado: 19h
Domingo: 9h

Grupo de Meditação

Terça-feira: 20h15

Farmácia/CAEC*

Segunda, quarta e sexta-feira:
14h às 17h

Grupo de Higiene Mental

Terça-feira: 20h

Passê

Segunda-feira: 14h30 e 20h
Terça-feira: 14h30

Quarta-feira: 20h

Quinta-feira: 20h

Sexta-feira: 15h

Sábado: 19h

Reunião de Psicografia

Quarta-feira: 19h

Reuniões Públicas

Quinta-feira: 20h

Sexta-feira: 15h

Sábado: 19h

Tratamento Magnético

Sexta-feira: 15h e 19h

Grupos de Estudos

Obra, Autor	Dirigente	Dia, hora
<i>O Espiritismo de uma forma mais simples</i> – Allan Kardec / IDEJF	Graça Paulino	Domingo, 9h30
<i>Obreiros da vida eterna</i> – André Luiz	Maria Aparecida	Segunda, 14h30
<i>Evolução em dois mundos</i> – André Luiz	Carla Temponi	Segunda/terça, 18h30
<i>Parábolas e ensinamentos de Jesus</i> – Cairbar Schutel	João Luiz da Rocha	Segunda, 19h
<i>Voragens do Pecado</i> – Ivone do Amaral Pereira	Sônia Medina	Terça, 15h
<i>O ser consciente</i> – Joanna de Ângelis	Bruno Braune	Terça, 19h30
<i>Ressurreição e Vida</i> – Léon Tolstói	José Pires	Quarta, 17h30
<i>Estudos e Apoio aos Médiums</i>	Léia da Hora	Quarta, 18h30
<i>Obras Póstumas</i> – Allan Kardec	Manoel Xavier	Quarta, 18h45
<i>No invisível</i> – Léon Denis	Thereza Cristina	Quinta, 19h
<i>O que é o Espiritismo</i> – Allan Kardec	Ricardo Baesso	Quinta, 20h
<i>Revista Espírita 1860</i> – Allan Kardec	Myrian Jorio	Sexta, 20h
<i>Jesus e atualidade</i> – Joanna de Ângelis	Mylene Santiago	Segundo sábado de cada mês, 15h
<i>Grupo Sexualidade e Espiritismo</i>	Gabriel Garcia	Quarto sábado de cada mês, 15h
<i>Novo Testamento</i> – "Cartas de Paulo"	Fábio Fortes	Sábado, 17h30

♥ Diretoria do IDE-JF

Departamento Administrativo: Ademar Amaral e Marco Antônio Corrêa
Departamento de Comunicação: Angeliza Lopes Aquino e Gabriel Lopes Garcia
Departamento Doutrinário: Myrianceli Jorio e Geraldo Marques
Departamento Editorial: Allan Gouvêa e Angela Araújo Oliveira
Departamento de Evangelização: Cláudia Nunes e Janezete Marques
Departamento Mediúnico: Léia da Hora e Sérgio Chaves Costa
Departamento Social, de Promoção e Eventos: Alessandra Siano e Graça Paulino

♥ Expediente

O IDEAL é uma publicação mensal do Instituto de Difusão Espírita de Juiz de Fora – Rua Torreões, 210 – Santa Luzia – 36030-040 Juiz de Fora/MG
Tel.: (32) 3234-2500 – divulgacao.idejf@gmail.com
Departamento de Comunicação: Angeliza Aquino e Gabriel Garcia
Jornalista Responsável: Allan de Gouvêa Pereira – MTE: 18903/MG
Editoração: Angela Araújo Oliveira
Tiragem: 500 exemplares
Impressão: W Color Indústria Gráfica – Tel.: (32) 3313-2050
Os artigos não assinados são de responsabilidade do Departamento de Comunicação do IDE-JF.

Sobre a brevidade da vida

Este é o livro mais difundido de Sêneca (4 a.C.? – 65 d.C.), expoente intelectual de Roma no início da Era Cristã, no qual escreveu sábios comentários com relação à finitude da vida humana. No capítulo 15, ele pondera: “As honras, os monumentos, tudo aquilo que a ambição decretou ou construiu com trabalhos logo há de ruir, uma vez que não existe nada que a passagem do tempo não arruíne ou ponha em desordem. Porém, não pode atingir os conhecimentos que a sabedoria construiu, pois nenhuma idade pode destruí-los ou diminuí-los”.

As observações da Antiguidade latina ecoam até os dias atuais convidando-nos a analisar mais detidamente nosso estilo de vida, considerando a impermanência de tudo aquilo que se refere ao mundo material, sem gastar esforços inúteis para acumular o que seremos obrigados a deixar. A ambição distorce os objetivos superiores da encarnação, levando as criaturas a aplicarem suas energias no que é temporário em detrimento daquilo que levará consigo por toda a imortalidade.

Esse pensamento está em pleno acordo com a filosofia espírita, conforme se depreende, por exemplo, do seguinte conselho de um Espírito protetor¹: “Quando considero a brevidade da vida, dolorosamente me impressiona a incessante preocupação de que é para vós objeto o bem-estar material, ao passo que tão pouca importância dais ao vosso aperfeiçoamento moral, a que pouco ou nenhum tempo consagrais e que, no entanto, é o que importa para a eternidade”.

Convite e roteiro para uma vida mais espiritualizada e, portanto, ligada ao que é prioritário para nossa serenidade, estão feitos desde os tempos antigos, por diversas pessoas, em diferentes contextos, com a mesma ideia básica. Interesse e disciplina no caminho compete ao livre-arbítrio de cada criatura.

¹ O Evangelho segundo o Espiritismo, capítulo XVI, item 12.

Programação de palestras – Julho/2019

Quinta às 20h | Sexta às 15h | Sábado às 19h

Dia	Expositor	Tema
4 (qui)	Áida Cristina	Tema livre
5 (sex)	Wanderson Franco	Saúde e caridade
6 (sáb)	Ely Matos	Tema livre
11 (qui)	Sérgio Costa	Tema livre
12 (sex)	Luis Felipe Sarmento	Força do pensamento
13 (sáb)	André Moreno	Tema livre
18 (qui)	Elias Marques	Boa vontade
19 (sex)	Yuri Cotta	Jugo suave
20 (sáb)	Elson Braga	Renovação e crescimento para a paz
25 (qui)	José Passini	Tema livre
26 (sex)	Maria Trindade Nascimento	O cristão perante o mundo
27 (sáb)	Elias Marques	Boa vontade

Bazar do IDE-JF retoma funcionamento

Na bela manhã de 1º de junho, fomos conferir a reabertura do Bazar. Encontramos a equipe sorridente e bem-disposta, trabalhando com alegria e união. Gente animada atendendo os fregueses e circulando pelo local, explicando e conversando com os presentes. Vimos a nova organização dos espaços, com informações mais claras sobre os produtos e também os cartazes que foram produzidos na subida (pois o serviço funciona no 3º andar) com dizeres retirados de obras espíritas.

Após uma pausa de algumas semanas para reorganizar todo o funcionamento do serviço, desde a captação de doações, triagem das roupas, a confecção de crachás para os trabalhadores e a rotina de cada expediente, o que vimos de perto nos deixou encantados: fluidez no atendimento, limpeza do local, simpatia e gentileza em sorrisos incessantes do grupo e, claro, muita clientela prestigiando e satisfeita com o retorno.

Uma das coordenadoras do Bazar, Alessandra Siano, contou-nos sobre uma das modificações feitas, que é digna de se mencionar. Antes de começar o trabalho, a equipe faz um grupo de estudos no local, com base no livro *Pão Nosso* (do Espírito Emmanuel, psicografado pelo médium Chico Xavier), seguido de uma prece. O esforço tem surtido efeito na harmonização espiritual dos integrantes e do ambiente.

Alessandra também comentou sobre a importância do serviço para as pessoas que lá comparecem: “Seja para revenda – porque alguns vão levar para a feira, tem pai que leva filho para tentar achar uma chuteira, criança que leva brinquedo feliz da vida, a roupa do fim de semana. Ao entrarmos, providenciamos novas sa-

colinhas ao invés de usar antigas, porque as pessoas estão fazendo compras e gostaríamos que ficasse à altura da expectativa que eles têm quando chegam ali”.

Conversamos também com a outra coordenadora, Graça Paulino, para quem perguntamos sobre a importância do Bazar para o IDE-JF e para a sua freguesia. Ela nos explicou que “é a possibilidade da promoção da autoestima e do acolhimento fraterno de todos que nos dão a alegria de conviver conosco nas manhãs de sábado. Através desse trabalho, nós buscamos exercitar a solidariedade, o bem servir, a empatia, e nós trabalhadores vamos aprendendo a arte de conviver. Para quem vai ao Bazar comprar, é muito útil porque consegue comprar produtos em bom estado a preço acessível, o que é muito bom para a comunidade do bairro e para o pessoal que está sempre conosco nos trabalhos sociais”.

Além de caracterizar o aspecto das relações humanas, Graça também enfatizou a questão monetária. Ela disse que “também é preciso ressaltar que a renda obtida é revertida para outros trabalhos sociais do IDE-JF, como a Farmácia, ou complementando alguma compra para o Armazém Solidário”. Fica posto, então, que a doação que recebemos multiplica benefícios para muitas pessoas. Convidamos o leitor amigo a colaborar também, já informado de que qualquer quantidade é uma ajuda substancial.

Esse entendimento é reforçado nas falas das integrantes da equipe, que repetidas vezes comentaram sobre a utilidade que um item pode ter na vida de outras pessoas. Se algo não serve mais para mim, talvez possa servir para outro. Às vezes,

jogamos fora aquele lenço velhinho que estava em uso até ontem, mas que ainda pode servir para alguém. Naturalmente devemos observar, antes de doar, o estado da roupa e/ou do utensílio, para não fazermos a deselegância de passar adiante o que está sem condições de uso e, se possível, tentar entregar as peças limpas. Temos interesse em receber alguns itens que pouco chegam ou são bastante procurados: roupas masculinas, roupas de frio, roupas de cama, mesa e banho e utensílios domésticos.

A voluntária Simone Campos falou sobre sua experiência: “O Bazar faz mais do que vender bens materiais necessários por preços irrisórios: é um lugar que distribui carinho. Acredito que o calor humano e a alegria, ao atendermos as pessoas, fazem com que todos saiam dali melhores do que quando entraram”. A síntese perfeita do que vimos de perto e convidamos todos vocês a conferir também. Prestigie nosso trabalho e leve os amigos. São todos bem-vindos.

Serviço – Bazar do IDE-JF

Endereço: Avenida Santa Luzia, nº 40, Bairro Santa Luzia.

Funcionamento: sábado, das 9h às 12h. As entregas de doações para o Bazar deverão ser feitas na sede do Instituto, na Rua Torreões, 210, Bairro Santa Luzia. Não fazemos coleta de doações a domicílio nem ninguém está autorizado pela Diretoria a fazê-lo.

Mais informações podem ser obtidas somente com as diretoras Alessandra Siano e Graça Paulino.

QUÍMICA
Consultoria e Monitoramento

Dário
Técnico Químico
CRQ-024001598

Rua Américo Lobo, 746/202
Bairro Manoel Honório
CEP 36045-050 - Juiz de Fora - MG

(32) 3211-5765
(32) 9946-5424

**Espaço reservado para
a sua publicidade**

Anuncie aqui
(32) 3234-2500
IDE-JF

Espaço simples
R\$ 80,00 (trimestre)

Espaço duplo
R\$160,00 (trimestre)

reparadora  estética

plástica
Dra. Lucília Brigato Paviato
CRM 29.360

• **Consultório:**
Avenida Barão do Rio Branco, 2817/1701
Tel.: (32) 3217-8191 -
2ª, 4ª e 5ª feiras, das 16h às 19h

• **Centro Médico Rio Branco**
Av. Barão do Rio Branco, 1034
Tel.: 3215-5445 - 6ª feiras, das 15h às 16h

• **Hospital Albert Sabin**
Rua Edgard Carlos Pereira, 600
Tel.: (32) 3249-7000 - 5ª feiras, das 13 às 16h

Psicologia Clínica
Gestalt Terapia

Danielle Machado Guimarães
CRP 04/42884
(32) 99126-0425

Lilian Barcaro Machado
CRP 04/49907
(32) 99180-7077

 *Atendimento ao público infantil, adolescente e adulto*

Comportamento pró-social

O mais revolucionário princípio evolutivo, recentemente assimilado pela Biologia evolucionária, admite a cooperação como elemento presente na evolução humana. Assim, pode-se considerar a existência de duas grandes forças evolutivas contribuindo igualmente na sobrevivência da nossa espécie: a competição, caracterizada pela sobrevivência do mais apto e a cooperação entre os indivíduos da espécie.

Kardec se valeu das expressões instinto do mal e instinto do bem¹, antecipando-se aos modernos conceitos da ciência biológica. O Espírito humano traz em sua natureza íntima duas forças antagonicas, construídas pela evolução biológica/espiritual: uma força, que hoje responde por grande parte de seus defeitos, mas que foi essencial na sua sobrevivência e fazia parte do instinto de conservação². Outra força, que o direciona na construção do bem em si mesmo, que também resulta de um instinto – o instinto humanitário/cooperativo – que permitiu ao homem primitivo a sobrevivência em um mundo extremamente hostil.

Com o surgimento da cultura humana, há cerca de 50 mil anos, normas culturais foram somando esforços em benefício do desenvolvimento do impulso do bem, denominado pela psicologia social como comportamento pró-social. As religiões, a escola e as diferentes organizações civis foram paulatinamente construindo e reforçando ideias que promovem a solidariedade e o espírito da fraternidade humana.

Três normas sociais, em particular, são consideradas importantes para promover o comportamento de ajuda³: A norma da reciprocidade prescreve que devemos retribuir os benefícios e favores que recebemos dos

outros – a gratidão como uma virtude a ser cultivada. A norma da justiça social promove o sentimento nobre de concorrer para a redução das desigualdades sociais, oferecendo oportunidades iguais a todos e a norma da responsabilidade social cultiva o pensamento de que devemos ajudar as pessoas que são incapazes de ajudarem a si próprias.

Apesar dos esforços da sociedade contemporânea, bem mais proativa que a do passado, muitos de nós nos mantemos na retaguarda espiritual, cristalizados no impulso predatório da esperteza, da má índole e da exploração alheia, muitas vezes, nos valendo de um hipotético (mas falso) comportamento altruístico que, em verdade, só tem a ver com o nosso próprio interesse.

Considerando com Emmanuel que os grandes sentimentos não povoam a alma de uma só vez⁴, propomos (como um exercício reflexivo) uma escala de variantes relacionadas ao comportamento de ajuda, que parte de uma condição primária em que ele é movido por um sentimento egoísta até o ápice da escala em que se manifesta pelo amor, a mais bela conquista das almas nobres.

Primeira variante: o comportamento de ajuda é interesseiro porque visa ao bem próprio: receber de volta depois, ser considerada uma pessoa especial ou levar algum tipo de vantagem material. Os biólogos evolucionistas denominam esse tipo de ação de altruísmo recíproco. La Rochefoucauld, moralista francês do século XVII, citado por R. Simon, escreveu: “Muitas vezes, teríamos vergonha de nossas melhores ações se o mundo conhecesse o que as motivou”.⁵

Kardec, comentando tal atitude, escreveu que o interesse pessoal é o sinal mais característico de imperfeição moral.

Ricardo Baesso de Oliveira

Frequentemente, as qualidades morais são como, num objeto de cobre, a douradura que não resiste à pedra de toque. Pode um homem possuir qualidades reais, que levem o mundo a considerá-lo homem de bem. Mas essas qualidades, conquanto assinalem um progresso, nem sempre suportam certas provas e às vezes basta que se fira a corda do interesse pessoal para que o fundo fique a descoberto. O verdadeiro desinteresse é coisa ainda tão rara na Terra que, quando se patenteia, todos o admiram como se fora um fenômeno. O apego às coisas materiais constitui sinal notório de inferioridade, porque, quanto mais se aferrar aos bens deste mundo, tanto menos compreende o homem o seu destino. Pelo desinteresse, ao contrário, demonstra que encara de um ponto mais elevado o futuro.⁶

Segunda variante: o ato de dar tem como objetivo vantagens espirituais – a conquista do reino dos céus, uma acolhida feliz no pós-morte, um carma positivo para o futuro, ou livrar-se de um sentimento de culpa e desembaraçar-nos de quantos se nos apresentam em penúria, cujas condições nos alfinetam a consciência. Ainda se caracteriza por interesse pessoal, mas denota um sentimento um pouco mais avançado, pois se identifica com valores espirituais.

Colocou Kardec que não merece aprovação aquele que faz o bem esperando que lhe seja levado em conta na outra vida e que lá venha a ser melhor a sua situação. O bem deve ser feito caritativamente, isto é, com desinteresse. Aquele que faz o bem, sem ideia preconcebida, pelo só prazer de ser agradável a Deus e ao seu próximo que sofre, já se acha num certo grau de progresso, que lhe permitirá alcançar a felicidade

Espaço reservado para a sua publicidade

Anuncie aqui
(32) 3234-2500
IDE-JF

Espaço simples
R\$ 80,00 (trimestre)

Espaço duplo
R\$160,00 (trimestre)



(32)3232-5672
(32)3061-7878
(32)8831-2477



muito mais depressa do que seu irmão que, mais positivo, faz o bem por cálculo e não impelido pelo ardor natural do seu coração.⁷

Terceira variante: o comportamento altruístico é movido pela compaixão. Sentir piedade do que sofre e colocar-se no lugar dele; movido por esse sentimento nobre, socorrê-lo. Alguns denominam essa reação de altruísmo empático. Trata-se de um belo sentimento, mas, segundo André Conte-Sponville⁸, não traduz a sublimidade da virtude, pois está a reboque da infelicidade alheia, ou seja, ele se manifesta diante do sofrimento de outro e não naturalmente por todos os seres, independentemente de sua condição de cuidado presente.

Quarta variante: agir solidariamente por dever. Difere do sentimento de compaixão, pois não depende dele. O comportamento de ajuda se dá pela consciência do dever, porque se acredita que é o certo a ser feito. Segundo Emmanuel⁹, o dever define a submissão que nos cabe a certos princípios estabelecidos como leis pela Sabedoria Divina, para o desenvolvimento de nossas faculdades.

Assim, pode-se simbolizar o dever no pensamento de Emmanuel como sendo a faixa de ação no bem que o Supremo Senhor nos traça à responsabilidade, para a sustentação da ordem e da evolução em Sua Obra Divina, no encaixe de nosso próprio aperfeiçoamento. Aquele que age pelo dever demonstra boa vontade, amadurecimento e desejo sincero de se tornar uma pessoa melhor, mas, ainda assim, tem o que avançar espiritualmente para se identificar com o serviço espontâneo do amor. Apesar de nobre, o dever, de acordo com Immanuel Kant, é uma coerção tendo em vista um fim que não é desejado de bom grado¹⁰, portanto, se vale de obrigações morais, regras estabelecidas sobre como se deve agir certamente.

Quinta variante: servir por amor. Segun-

do Emmanuel, a abnegação começa onde termina o dever.¹¹ Para o homem verdadeiramente generoso, o dom ou a beneficência cessarão de ser coerções e, portanto, deveres. Comenta Sponville que o amor não se comanda e não poderia, em consequência, ser um dever. Virtude e dever são duas coisas diferentes (o dever é uma coerção; a virtude, uma liberdade), ambas necessárias, solidárias uma da outra. Quanto mais somos generosos, lembra o pensador francês, menos a beneficência aparece como dever, isto é, como coerção. O dever é uma coerção, um jugo, enquanto o amor é uma espontaneidade alegre. O que fazemos por coerção, não fazemos por amor. Isso se inverte: o que fazemos por amor não fazemos por coerção, nem, portanto, por dever. Quando o amor existe, para que o dever?

Só necessitamos de obrigações morais em falta de amor, e é por isso que temos tanta necessidade de moral! O dever nos constrange a fazer aquilo que o amor, se estivesse presente, bastaria para suscitar, sem coerção. O homem virtuoso não precisa mais agir como se o fosse. O amor nos liberta do dever; dispensa-o. Somente quem ama não precisa mais agir como se amasse. Trata-se, então, de um servir espontâneo e gratuito, sem motivo, sem interesse, até mesmo sem justificação. Só precisamos de moral em falta de amor.

Kardec a tal respeito comentou que toda virtude tem seu mérito próprio, porque todas indicam progresso na senda do bem. Há virtude sempre que há resistência voluntária ao arrastamento dos maus pendores. A sublimidade da virtude, porém, está no sacrifício do interesse pessoal, pelo bem do próximo, sem pensamento oculto. A mais meritória de todas as virtudes é a que se assenta na mais desinteressada caridade.¹²

E ainda Kardec: há pessoas que fazem

o bem espontaneamente, sem que precisem vencer quaisquer sentimentos que lhes sejam opostos. Outras se veem na contingência de lutar contra a natureza que lhes é própria. Só não têm que lutar aqueles em quem já há progresso realizado. Esses lutaram outrora e triunfaram. Por isso é que os bons sentimentos nenhum esforço lhes custa e suas ações lhes parecem simplíssimas. O bem se lhes tornou um hábito. O sentimento do bem é espontâneo.¹³

Alternamos em nossos atos diários reações dos diferentes níveis, mas, conscientes dos esforços que devemos empreender na construção de uma personalidade mais bela, nobre e justa, quanto mais o bem estiver identificado em nós, sem segundas intenções, mais próximos estaremos da verdadeira virtude, conforme nos lembra o benfeitor André Luiz, nas seguintes palavras¹⁴:

"Normalmente o impulso de quem beneficia a alguém inclui o troco da gratidão. Servir, contudo, no câmbio espírita que revive o exemplo de Jesus, o Mestre e Servidor, não espera o menor laivo de agradecimento. Apenas nesse molde aproximar-nos-emos da Providência Divina, através do Amor Que Ama Sem Nome, compreendendo, por fim, que a felicidade é servir e passar".

Referências bibliográficas.

¹ *O Livro dos Espíritos*, item 993.

² *Obras Póstumas e A Gênese*, cap. 3

³ *Psicologia social*: Rodrigues, Assmar e Jablonski

⁴ *Paulo e Estêvão*.

⁵ *Homens maus fazem o que homens bons sonham* - R. Simon

⁶ *O Livro dos Espíritos*, item 895

⁷ *O Livro dos Espíritos*, item 897

⁸ *Pequeno tratado das grandes virtudes*, cap. 18

⁹ *Pensamento e vida*, cap. 21

¹⁰ *Pequeno tratado das grandes virtudes*, Sponville - Nota, pág. 356

¹¹ *Pensamento e vida*, cap. 17

¹² *O Livro dos Espíritos*, item 893

¹³ *O Livro dos Espíritos*, item 896

¹⁴ *Sol nas almas*, cap.16.

**Espaço reservado para
a sua publicidade**

**Anuncie aqui
(32) 3234-2500
IDE-JF**

**Espaço simples
R\$ 80,00 (trimestre)**

**Espaço duplo
R\$160,00 (trimestre)**

Maristela Botega
Psicóloga
CRP: 04/6873 (32)98855.7481
Psicologia Clínica
Psicologia Organizacional

Centro Médico Monte Sinai
Av. Pres. Itamar Franco, 4001 | Sala 708 E

** Atendimento domiciliar para pessoas
com dificuldades ou impedimentos de
frequentar o consultório **

Espaço reservado para a sua publicidade

**Anuncie aqui
(32) 3234-2500
IDE-JF**

**Espaço simples
R\$ 80,00 (trimestre)**

**Espaço duplo
R\$160,00 (trimestre)**

Sobre a lógica do conhecimento de si mesmo

Cosme Massi

Você acaba de adquirir uma casa antiga. Seu desejo é reformá-la. Para tanto, contrata um arquiteto que planejará a obra e um engenheiro que a executará, auxiliado por outros profissionais. Em dado momento o engenheiro chama um pedreiro para orientá-lo sobre a reforma de uma das paredes da casa, respondendo para ele as seguintes perguntas: *o que devo fazer? Como devo fazer? É possível fazer? Por que devo fazer?*.

O leitor deve estar se perguntando: “o que tudo isso tem a ver com o tema em epígrafe?”. A resposta é simples. O esquema acima, representado pelas quatro questões, fornece uma proposta sobre a estrutura lógica da resposta dada por Santo Agostinho à pergunta 919a de *O Livro dos Espíritos*, que trata do conhecimento de si mesmo:

919. Qual o meio prático mais eficaz que tem o homem de se melhorar nesta vida e de resistir à atração do mal? “Um sábio da Antiguidade vo-lo disse: Conhece-te a ti mesmo.”

a) Conhecemos toda a sabedoria desta máxima; porém a dificuldade está precisamente em cada um conhecer-se a si mesmo. Qual o meio de consegui-lo?

Na sua resposta a essa pergunta 919a, Santo Agostinho propõe seu método prático para se alcançar o autoconhecimento. Inicialmente, no primeiro parágrafo, ele aborda as duas primeiras questões destacadas acima: “O que fazer?” e “Como devo fazer?”.

“O que fazer?” O que devo fazer para

alcançar o autoconhecimento? *Faça perguntas a si mesmo.* “Fazei o que eu fazia quando vivi na Terra: ao fim do dia, interrogava a minha consciência, passava revista ao que fizera e perguntava a mim mesmo se não faltara a algum dever, se ninguém tivera motivo para de mim se queixar.”

Porém, conforme já assinalamos acima, para se colocar em prática a resposta à primeira questão, deve-se responder também à segunda questão “Como devo fazer?”. Isto é, como fazer perguntas a mim mesmo? Que tipo de perguntas devo fazer? Muitas perguntas são possíveis. Como selecionar as mais adequadas? Lembremos que o item sobre o autoconhecimento foi colocado no capítulo sobre a Perfeição Moral.

O autoconhecimento não é um fim em si mesmo, ele tem por objetivo o aperfeiçoamento moral do ser. Na própria pergunta 919, o objetivo do autoconhecimento é explicitado: melhorar nesta vida e resistir à atração do mal. As perguntas devem conduzir a essas finalidades. “Aquele que, todas as noites, evocasse todas as ações que praticou durante o dia e inquirisse de si mesmo o bem ou o mal que fez, rogando a Deus e ao seu anjo guardião que o esclarecessem, grande força adquiriria para se aperfeiçoar, porque, crede-me, Deus o assistiria. Dirigi, pois, a vós mesmos perguntas, interrogai-vos sobre o que tendes feito e com que objetivo procedestes em tal ou tal circunstância, sobre se fizestes alguma coisa que,

feita por outrem, censuraríeis, sobre se obrastes alguma ação que não ousaríeis confessar.

“Perguntai ainda mais: 'Se aprouvesse a Deus chamar-me neste momento, teria que temer o olhar de alguém, ao entrar de novo no mundo dos Espíritos, onde nada pode ser ocultado?'. Examinai o que pudestes ter obrado contra Deus, depois contra o vosso próximo e, finalmente, contra vós mesmos. As respostas vos darão, ou o descanso para a vossa consciência, ou a indicação de um mal que precise ser curado.”

Ao começar a aplicar o método sugerido por Santo Agostinho, nos deparamos com um grande obstáculo. Como na metáfora do início deste texto, uma espessa capa de concreto bloqueia nosso mundo íntimo: o autoengano. Não será fácil atravessá-la. “Mas, direis, como há de alguém julgar-se a si mesmo? Não está aí a ilusão do amor-próprio para atenuar as faltas e torná-las desculpáveis? O avarento se considera apenas econômico e previdente; o orgulhoso julga que em si só há dignidade.”

O problema do autoengano, muito bem identificado pelo Espírito, é a maior barreira ao conhecimento de si mesmo. Nosso olhar sobre nós mesmos, pelo menos no que diz respeito à busca de autoconhecimento em sentido amplo, sofre das mesmas limitações que surgem quando o dirigimos ao mundo fora de nós. Nunca temos acesso imediato a toda a riqueza de nosso mundo interior. O auto-

**Espaço reservado para
a sua publicidade**

**Anuncie aqui
(32) 3234-2500
IDE-JF**

Espaço simples
R\$ 80,00 (trimestre)

Espaço duplo
R\$160,00 (trimestre)

**ESCRITÓRIO
DE ADVOCACIA**

Anir Batista Barreto
Advogado OAB MG 128198

Av. Barão do Rio Branco, 1863/706
Centro - Juiz de Fora/MG
Ed. Top Center
(32)32157686 | 91042699
e-mail:anirbarreto@ig.com.br



**GRUPO
REZATO**



conhecimento (e também o conhecimento das coisas fora de nós) é sempre mediado por nossa subjetividade. Não temos como sair de nós mesmos e, a partir de um ponto externo, buscar um saber isento e seguro de nossa vida interior.

A objetividade absoluta é impossível. Não se pode impedir que o objeto de minha introspecção, isto é, eu mesmo, sofra a interferência da minha subjetividade. Não é à toa que o ditado popular afirma: “Ninguém é bom juiz em causa própria”. Trata-se do insolúvel problema da interferência do sujeito no objeto, que vale para toda forma de conhecimento, inclusive a introspecção.

Embora não se possa ter um conhecimento isento e seguro, pode-se amenizar a interferência de nossa subjetividade. No conhecimento do mundo fora de mim, busco contrabalançar a interferência da minha própria subjetividade criando um espaço de interação intersubjetiva, isto é, submetendo o conhecimento à análise crítica e pública da razão. Algo análogo pode ser praticado no autoconhecimento.

Podemos analisar racionalmente nossa conduta utilizando-nos das contribuições dos outros a nosso respeito. Para aprendermos com mais segurança sobre nós mesmos, devemos prestar atenção nas opiniões dos outros. Muitas vezes, essas opiniões podem ser percebidas sem que nada tenha sido dito: basta observar com atenção as reações e emoções que neles despertamos. Quanto mais isenta e sincera for a opinião dos outros sobre nós, melhor poderemos aproveitá-la.

Por isso é muito importante conhecer

a opinião de nossos inimigos. Precisamos dos outros, mesmo no autoconhecimento. Mais uma lição da sabedoria divina, consequência da Lei de Sociedade. Nem mesmo o progresso moral individual dispensa a ajuda, quiçá involuntária, dos nossos semelhantes. Claro que a decisão final sobre o valor da nossa própria conduta será sempre nossa. As contribuições dos outros deverão ser honestamente ponderadas à luz da minha razão. A interferência da minha subjetividade é inevitável. Daí a importância do desejo sério de melhorar-se, de se ouvir a voz da consciência, guardiã da probidade interior.

“Quando estiverdes indecisos sobre o valor de uma de vossas ações, inquiri como a qualificaríeis, se praticada por outra pessoa. Se a censurais noutrem, não a podereis ter por legítima quando fordes o seu autor, pois que Deus não usa de duas medidas na aplicação de Sua justiça. Procurai também saber o que dela pensam os vossos semelhantes e não desprezeis a opinião dos vossos inimigos, porquanto esses nenhum interesse têm em mascarar a verdade, e Deus muitas vezes os coloca ao vosso lado como um espelho, a fim de que sejais advertidos com mais franqueza do que o faria um amigo. Perscrute, conseguintemente, a sua consciência aquele que se sinta possuído do desejo sério de melhorar-se, a fim de extirpar de si os maus pendores, como do seu jardim arranca as ervas daninhas. Faça o balanço de seu dia moral, como o comerciante faz o de suas perdas e seus lucros; e eu vos asseguro que a primeira operação será mais proveitosa do que a segunda. Se puder dizer que

foi bom o seu dia, poderá dormir em paz e aguardar sem receio o despertar na outra vida”.

Como se vê, a tarefa do autoconhecimento exige esforço e boa vontade. Ela precisa ser constante e permanente. Mas, dirão alguns: “vale a pena esse esforço?”. Se a parede vai deixar de existir, por que reformá-la? De que adianta todo o empenho para romper a barreira árdua e difícil do autoengano se a vida dura tão pouco?

Não basta, portanto, ter respostas adequadas para as três primeiras questões destacadas na metáfora inicial. É fundamental ter também uma boa resposta para a quarta e última: “Por que devo fazer?”. Por que devo realizar essa tarefa espinhosa do autoconhecimento? Deixemos a resposta com Santo Agostinho:

“Justo é que se gastem alguns minutos para conquistar uma felicidade eterna. Não trabalhai todos os dias com o fito de juntar haveres que vos garantam repouso na velhice? Não constitui esse repouso o objeto de todos os vossos desejos, o fim que vos faz suportar fadigas e privações temporárias? Ora, que é esse descanso de alguns dias, turbado sempre pelas enfermidades do corpo, em comparação com o que espera o homem de bem? Não valerá este outro a pena de alguns esforços? Sei haver muitos que dizem ser positivo o presente e incerto o futuro. Ora, esta exatamente a ideia que estamos encarregados de eliminar do vosso íntimo, visto desejarmos fazer que compreendais esse futuro, de modo a não restar nenhuma dúvida em vossa alma.”

Espaço reservado para a sua publicidade

Anuncie aqui
(32) 3234-2500
IDE-JF

Espaço simples
R\$ 80,00 (trimestre)

Espaço duplo
R\$160,00 (trimestre)

Lais Marques

COACH DE DESENVOLVIMENTO
PESSOAL E PROFISSIONAL

(32) 9 8885-0014 @ laismarx_coach

*Se você deseja ter resultados efetivos
em curto intervalo de tempo,
eu posso te ajudar!*

Coach é ideal para você que quer:

- ▼ Potencializar suas habilidades e competências
- ▼ Conquistar novas oportunidades de trabalho
- ▼ Ter mais foco
- ▼ Alcançar metas e objetivos

CEO DO PROJETO
Equilíbrio
Psicologia | Coaching | Mentoring

Espaço reservado para a sua publicidade

Anuncie aqui
(32) 3234-2500
IDE-JF

Espaço simples
R\$ 80,00 (trimestre)

Espaço duplo
R\$160,00 (trimestre)

Registros do Bazar do IDE-JF

