



DESDE CEPA

SINTONIZAR NÃO É TÃO DIFÍCIL

José Arroyo reflete sobre a paz como uma construção interior e coletiva que começa em cada pensamento e ação. “Sintonizar com a frequência da paz” implica transformar nossa maneira de viver, conviver e servir a partir da consciência e do amor.



ARTE E CULTURA

TRASCENDENTAL

QUANDO A MÚSICA, A TECNOLOGIA E O ESPÍRITO DIALOGAM

O Projeto Trascendental une música, inteligência artificial, arte e pensamento espírita para expressar valores universais e construir pontes entre inovação e evolução espiritual.



LIVRE PENSAR

GERAÇÃO Z

A Geração Z não apenas protesta: desperta, conecta e desafia um mundo que exige coerência. E se esse impulso não fosse casual, mas consciência em ação destinada a transformar o planeta?





PENSANDO | CEPA BRASIL

A CEPA Brasil reafirma seu compromisso com a difusão do espiritismo progressista, o fortalecimento institucional e a defesa dos valores éticos, democráticos e sociais em tempos de crise global.

PERISPÍRITO: UM CORPO DESCONHECIDO?

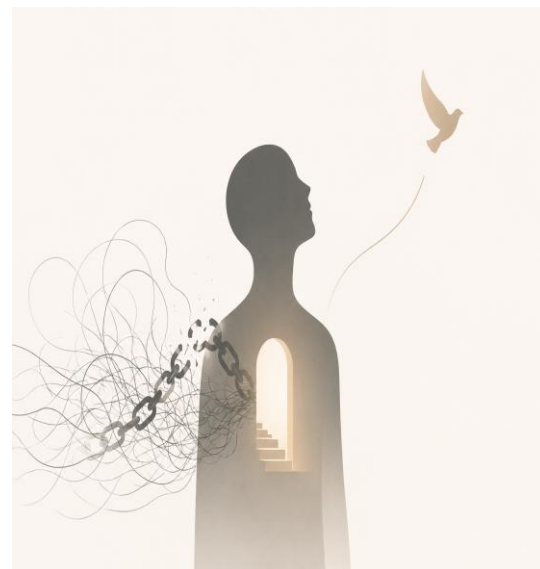
Descubra como os espíritas exploram o conceito do perispírito como o vínculo semimaterial entre a alma e o corpo físico, presente em diversas tradições filosóficas e fundamental na visão espírita do ser humano..



RECURSOS VALIOSOS NA DESOBSESSÃO

Álvaro Latorre aborda a desobsessão como uma terapia espiritual séria e estruturada, destinada a ajudar tanto o obsediado quanto o obsessor.

A conferência explica os diferentes níveis da obsessão espiritual e destaca o perdão e a moralização como recursos essenciais para a cura e o equilíbrio interior.



DESDE CEPA

SINTONIZAR NÃO É TÃO DIFÍCIL

José E. Arroyo - presidente de CEPA - Associação Espírita Internacional



Uma das aspirações básicas de toda pessoa é poder viver sua vida em paz. A paz de crescer em um ambiente livre de angústias, de violência, de maus-tratos ou de eventos traumáticos. A paz de poder pensar como deseja, ainda que nem tudo possa expressar. A paz de poder mover-se livremente, dentro de limites socialmente acordados e razoáveis. A paz de poder crescer, aprender e desenvolver-se, com a maior quantidade de oportunidades possível. Enfim, poder desenvolver sua criatividade, sua curiosidade, sua sede de convivência ou de conhecimentos em paz.

Quando desenvolvemos um olhar além dos limites da residência, da família, da vizinhança, da cidade, do país, então também gostaríamos de observar, viajar e encontrar a paz em todos os lugares. Quando desenvolvemos empatia e sensibilidade, desejamos que a paz não seja apenas algo que eu desfruto, mas que possa ser experimentada e sustentada por todas as pessoas, sem exceções.

No entanto, esse anseio por paz mundial, regional, nacional, cidadã, comunitária, familiar e consanguínea nem sempre coincide com a realidade. É o resultado de nos encontrarmos em um nível de desenvolvimento espiritual — uma etapa do nosso crescimento infinito — no qual apenas estamos saindo, coletivamente falando, de uma infância básica, sensorialmente priorizada e altamente passional. Reconhecer isso não é para nos sentirmos mal, afundarmos, humilharmo-nos ou menosprezarmo-nos; é para

nos situarmos e reconhecermo-nos. Assim, sem conotações negativas, mas tal como é o evento comum e circunstancial que estamos compartilhando neste preciso momento: a vida na Terra, atualmente.

No entanto, contamos com ferramentas, estratégias, alternativas e maneiras de apreciar, viver, manter e vibrar na frequência da paz. Nem tudo é pessimismo, violência ou angústia, porque, efetivamente, a paz é vivida e experimentada em vários níveis.

Para podermos nutrir-nos da cultura da paz, é importante passar do desejo à ação. Gandhi dizia: “Seja a mudança que você quer ver no mundo”. Não tomamos sua exortação como uma verdade absoluta, mas como um lembrete pragmático e realista: as mudanças no mundo não vêm de fora, do sobrenatural, do “céu”, da “salvação”, de “colocar tudo nas mãos de Deus”, dos “irmãos extraterrestres” ou simplesmente de esperar

passivamente que tudo caia em seu devido lugar. As mudanças que identificamos como necessárias em nossas sociedades e a sustentação da paz como uma constante requerem esforço, vontade, trabalho, vigilância e consciência geracional.

Toda pessoa pode ser um eixo de paz. Toda pessoa pode ser o exemplo que outros podem seguir ou utilizar como base. Toda pessoa pode responder e reagir de maneira não violenta às tentativas de sepultar a paz. Enfim, toda pessoa pode sintonizar com a paz.

Se há algo que sabemos, como espíritas, é que o pensamento entrelaça, irmana-se, irradia-se para além dos limites do nosso corpo e sustenta uma onda que assume as qualidades daqueles que

vibram em uma mesma sintonia.

Sintonizar com a onda ampla, potente, dinâmica e ativa da paz não é tão difícil. Requer vontade, um desejo focado e uma genuína intenção de agir. Sintonizar com a paz começa por reconhecer meu potencial para representá-la. Implica preparar-me para servir na “embaixada da paz”. Comprometer-me a ser alguém que, em vez de responder de maneira visceral, automática ou defensiva, pense antes de agir, administre suas emoções e realmente se comprometa a aparar suas asperezas internas.

Sintonizar com a onda da paz também é possível porque é uma onda solidária e fraterna, na qual gravitam milhões de pessoas que sabem que um

mundo melhor e mais socialmente consciente se constrói passo a passo, pouco a pouco, mas constrói-se de qualquer maneira. Sintonizar com a onda da paz é trazê-la para minhas meditações ou orações. Não é pedi-la para que venha de algum lugar estranho e desconhecido, mas concretizá-la para fazermos parte dessa maravilhosa arquitetura do bem, do amor e da paz.

Enfim, sintonizemos com a onda da paz; façamos da paz um elo familiar e social; construamos com a paz como bloco do grande edifício que levantamos em conjunto; compartilhemos a paz, começando por exemplificá-la e ajudando para que aqueles que ainda não a conhecem possam contemplá-la em nós.



ARTE E CULTURA

TRASCENDENTAL: quando a música, a tecnologia e o espírito dialogam



Em tempos em que a tecnologia avança com rapidez vertiginosa, o verdadeiro desafio não é resistir a ela, mas compreendê-la e orientá-la com responsabilidade ética. Nesse espírito nasce *Transcendental*, uma proposta musical impulsionada pela iniciativa do presidente da CEPA Internacional, José Arroyo, que visualizou este projeto como uma forma inovadora de divulgar ideias e valores através da linguagem universal da música.

Este projeto faz parte da playlist *Transcendental* no SoundCloud e é apresentado

junto ao nosso primeiro videoclipe musical. Mais do que uma produção artística convencional, *Transcendental* representa uma exploração criativa na qual letras e versos originais dialogam com processos de musicalização assistidos por inteligência artificial.

Tecnologia como instrumento, não como substituto

A utilização de ferramentas de inteligência artificial neste projeto não pretende substituir a sensibilidade humana, mas ampliá-la. Assim como em outros momentos históricos o ser humano incorporou a imprensa, o rádio ou o cinema para difundir ideias e cultura, hoje exploramos novas formas de expressão através de recursos digitais.

A inteligência artificial, neste contexto, funciona como instrumento técnico. A intenção, a visão, a mensagem e a direção ética continuam sendo

profundamente humanas. A arte continua nascendo do anseio de expressar aquilo que comove e transforma.

Allan Kardec escreveu em *O Livro dos Espíritos*: “O progresso é uma lei da Natureza. Nada pode subtrair-se a ela.” (Pergunta 776)

Se o progresso é lei natural, também o é a responsabilidade de direcioná-lo para o bem. A tecnologia não contradiz a filosofia espírita; pelo contrário, interpela-nos a utilizá-la com discernimento e consciência moral.

Música para semear reflexão

Transcendental não foi concebido com fins comerciais. Seu propósito é divulgador e cultural: oferecer uma obra que convide à introspecção, ao diálogo interior e à conexão com valores universais.

A música possui uma capacidade singular de atravessar

barreiras ideológicas e geracionais. Uma melodia pode chegar onde o discurso racional encontra resistência. Por isso, este projeto busca oferecer beleza, emoção e pensamento crítico através da linguagem universal do som.

Uma ponte entre tradição e modernidade

A filosofia espírita, desde sua origem, caracteriza-se por sua abertura ao estudo, à observação e ao diálogo com o conhecimento de cada época. Integrar novas tecnologias aos processos criativos não contradiz esse espírito; atualiza-o.

A iniciativa de José Arroyo, presidente da CEPA e diretor da Escola Espírita Allan Kardec, de promover este projeto artístico-tecnológico reflete precisamente essa vocação: manter viva a tradição do pensamento espírita enquanto se exploram novos canais de expressão e divulgação.


Este projeto também nos convida a perguntar:

— Como utilizamos o conhecimento?

— Para que criamos?

— Que intenção guia nossas ferramentas?

Em última instância, a tecnologia é neutra; o que a transforma em construtiva ou destrutiva é a consciência que a orienta.


 **Escutar, compartilhar, aprofundar**

Convidamos nossa comunidade a escutar *Transcendental* e permitir que sua mensagem acompanhe momentos de reflexão pessoal ou coletiva.


Para uma experiência completa, convidamos você a instalar o aplicativo SoundCloud e acessar a playlist completa. Este projeto inclui 11 composições originais, desenvolvidas como uma unidade temática em que cada peça acrescenta uma dimensão distinta à mensagem.

Se a primeira canção ressoou em você, é muito provável que as demais ampliem essa experiência.

Neste projeto, a música apela à emoção e ao movimento; mas é a letra — plenamente espírita — que conduz a reflexão e a profundidade.

 Acesse a playlist completa aqui:

[oundcloud.com/espiritismo-enpr/sets/b4586784-c25d-4481-9d2d-906cd028fea5?si=83eb732217ce4a1cbcf80c88713fbd74&utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing](https://soundcloud.com/espiritismo-enpr/sets/b4586784-c25d-4481-9d2d-906cd028fea5?si=83eb732217ce4a1cbcf80c88713fbd74&utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing)

 Inclui também nosso primeiro videoclipe musical como parte desta proposta criativa.

“A verdadeira luz — como tantas vezes recordamos — não se guarda: compartilha-se.”

Que *Transcendental* seja, então, não apenas uma experiência musical, mas um convite a criar, pensar e sentir com propósito.

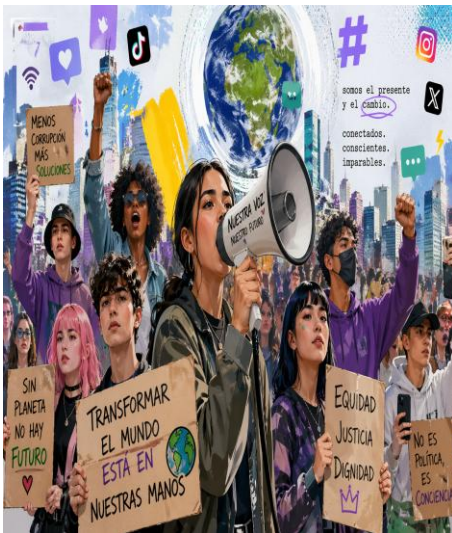
Agradecemos ao nosso presidente, José Arroyo, por esta iniciativa que abre caminhos onde a arte, a tecnologia e o espírito se encontram.

GERAÇÃO Z:

GERAÇÃO REENCARNADA TRANSCEDENTAL

Por: Frédéric Vicens

Publicado no *Le Journal Spirite* No 143 abril a junho 2026



Ainda que o movimento já havia começado em 2020 na Tailândia, depois no Irã, em 2022-2023, após a morte de Mahsa Amini, e em 2024 em alguns países da África (Nigéria, Quênia), em Bangladesh e no Sri Lanka, o ano de 2025 foi marcado por um fenômeno mundial: grandes movimentos de protesto e mobilização política, social e cívica, dominados ou fortemente caracterizados pela “Geração Z”, que desempenhou neles um papel central. Esse termo designa os jovens nascidos entre 1997 e 2012. Em numerosos países da Ásia, África, América Latina e até mesmo

da Europa, jovens cidadãos tomaram as ruas, frequentemente sem uma liderança formal, para expressar sua indignação, denunciar a corrupção, a injustiça social, a deterioração das condições econômicas, as desigualdades e a destruição do meio ambiente causada por um neoliberalismo sem escrúpulos, assim como para manifestar um sentimento de exclusão em relação às estruturas de poder estabelecidas. Esses movimentos têm em comum o uso intensivo das redes sociais e das plataformas digitais para organizar-se, trocar ideias e compartilhar suas reivindicações. Como espíritas, esse fenômeno não é fruto do acaso e deve ser relacionado com a lei da reencarnação revelada pelos Espíritos graças ao espiritismo, e mais particularmente com a reencarnação em consciência, cada vez mais importante. Uma juventude marcada pelo internacionalismo, que já não aceita as mentiras e que demonstra um desejo de justiça em todos os níveis.

I – A “GERAÇÃO Z”: FENÔMENO MUNDIAL DE PROTESTO

Embora cada país afetado por essas revoltas tenha suas próprias especificidades, as reivindicações da juventude convergem em certos temas que atuam como eixos unificadores: a denúncia da corrupção, a rejeição da injustiça e das desigualdades crescentes. Os regimes autoritários e ditatoriais no poder continuam sendo, naturalmente, seus primeiros alvos, mas eles são questionados sobretudo por sua corrupção generalizada e pelo enriquecimento indevido dos clãs no poder. Essa indignação amplia-se principalmente em torno de uma exigência explícita de redistribuição da riqueza dentro da população, acompanhada da demanda pelo restabelecimento ou organização de serviços públicos dignos desse nome (saúde pública, educação, acesso à cultura ou proteção social adequada). Em todos os casos, o perfil dos manifestantes é o

mesmo: pessoas muito jovens (a maioria mal ultrapassa os vinte anos) que ocupam as ruas, hiperconectadas e tendo conhecido sempre a existência da internet. Fazem parte do que hoje se considera a Geração Z, ou “GEN Z”.

A seguir, um breve panorama, não exaustivo, dessa juventude mundial conectada, criativa e insurgente:

Sérvia e Bulgária:

Na Sérvia, após uma série de manifestações massivas que explodiram depois do desabamento da cobertura da estação de Novi Sad, as reivindicações ampliaram-se para denunciar a corrupção presente no país e exigir a libertação dos ativistas detidos, apontando cada vez mais diretamente para o presidente Aleksandar Vučić, que acabou renunciando no final de janeiro de 2025.

Na Bulgária, durante as maiores mobilizações vividas pelo país desde os anos 1990, a população — e em particular os jovens da GEN Z — expressou, em dezembro de 2025, sua rejeição a dirigentes políticos desacreditados e corruptos, conseguindo a queda do governo com a renúncia do primeiro-ministro búlgaro Rosen Jeliaskov.

Nepal:

Através de protestos massivos contra a corrupção e a censura, as mobilizações da Geração Z culminaram em setembro de 2025 com manifestações multitudinárias nas ruas de Katmandu e de outras cidades do país. Desencadeadas pela proibição de numerosas redes sociais (YouTube, Facebook, WhatsApp), considerada inaceitável pela GEN Z, as manifestações rapidamente evoluíram para reivindicações mais amplas contra a corrupção, o nepotismo e a falta de transparência governamental. Os manifestantes exigiram prestação de contas e reformas, o que levou à renúncia do primeiro-ministro e à dissolução do Parlamento, enquanto eleições antecipadas foram convocadas para 2026.

Timor-Leste, Filipinas e Indonésia:

Em Timor-Leste, ocorreram manifestações contra a controversa compra de carros para os deputados, e a juventude timorense fez ouvir sua voz diante de um projeto considerado totalmente desconectado das realidades sociais do país, marcado por altos níveis de desigualdade, desnutrição e desemprego.

Nas Filipinas, ocorreram semanas de protestos audaciosos em um país onde a repressão é uma antiga tradição e onde ditaduras se sucederam durante quase um século. A população (50% das pessoas em idade de votar têm menos de trinta anos) saiu às ruas ao saber que os deputados haviam concedido a si mesmos um “auxílio-moradia” equivalente a dez vezes o salário mínimo.

Na Indonésia, a morte de um motociclista de aplicativo, abatido pela polícia, desencadeou as manifestações. Os jovens exigiram o fim da corrupção, dos privilégios das elites e o congelamento do aumento de impostos. O movimento foi reprimido pelo governo, mas a indignação continua latente. Entre outras coisas, viu-se os manifestantes agruparem-se sob a bandeira de *One Piece*, que representa um pavilhão pirata com um chapéu de palha. Um símbolo em forma de alegoria, já que no mangá Luffy, o protagonista, é um lutador pela liberdade enfrentando um governo mundial corrupto e tirânico.

Madagascar e Marrocos:

Em Madagascar e Marrocos, países também atingidos pela contestação, a “GEN Z”

adotou igualmente a bandeira de *One Piece* como símbolo de união.

Madagascar:

Uma revolução contra as carências e contra o Estado voltou a explodir, e as reivindicações da Geração Z foram sobretudo de carácter social. O outono de 2025 viu surgir um movimento de protesto iniciado por estudantes e jovens cidadãos que denunciavam os cortes recorrentes de água e eletricidade, símbolos da má gestão estatal. Rapidamente evoluindo para apelos a reformas políticas mais amplas, como o respeito às liberdades fundamentais, essas manifestações adquiriram um carácter fortemente anti-governamental, com confrontos entre manifestantes e forças da ordem, contribuindo para a saída do presidente Andry Rajoelina.

Marrocos:

O movimento de reivindicações sociais conhecido como “Gen Z 212” (em referência ao prefixo telefónico do país) impôs-se a partir do final de setembro de 2025 e começou após a morte de oito mulheres grávidas em um hospital de Agadir, episódio que colocou em evidência um sistema de saúde desigual e de duas velocidades entre o setor pri-

vado e o público. O movimento criticou a prioridade dada pelo governo aos gastos espetaculares destinados à organização da Copa do Mundo de 2030, em detrimento das necessidades sociais fundamentais. Os manifestantes denunciaram também o elevado desemprego juvenil e a falta de perspectivas de futuro, o que levou à abertura de conversações com o governo sobre reformas destinadas a favorecer uma maior implicação política dos menores de 35 anos. Reivindicam melhorias nos serviços públicos, acesso mais amplo à saúde e melhoria do sistema educacional, especialmente do ensino superior.

Togo:

Contestação ampliada e reformas institucionais. A Geração Z participou de longas manifestações contrarreformas constitucionais percebidas como uma tentativa do presidente de permanecer indefinidamente no poder, assim como contra a deterioração das condições de vida e a falta de perspectivas para a juventude. Esse movimento prolongou-se durante vários meses em 2025 e enfrentou forte repressão, com centenas de detenções e dezenas de feridos e mortos.

Peru e Paraguai:

Na América Latina, a Geração Z mobilizou-se contra a corrupção e contra decisões políticas impopulares. No Peru, uma reforma da previdência que obrigava todos os habitantes a contribuir, desde os 18 anos, para um fundo privado de aposentadoria provocou amplas manifestações entre setembro e outubro de 2025. Os jovens exigiram o fim da corrupção política e da violência das gangues criminosas, conseguindo que o governo recuasse no ponto mais controverso da reforma. A presidente Dina Boluarte foi destituída pelo Congresso.

No Paraguai, no final de setembro de 2025, em Assunção, centenas de jovens concentraram-se diante das sedes tradicionais do partido para exigir o fim da corrupção e da impunidade, com reivindicações semelhantes às do Peru.

Europa: solidariedade transnacional e protestos por Gaza:

Mesmo na Europa, os jovens da Geração Z tornaram-se visíveis em movimentos ligados a causas específicas, especialmente na Itália, onde greves gerais e protestos contra a cumplicidade no conflito de Gaza foram marcados por forte participação juvenil. Essas ações, embora motivadas

por preocupações mais amplas do que as questões internas, evidenciaram o compromisso político das novas gerações com temas internacionais e humanitários.

II – UMA GERAÇÃO Z ULTRACONECTADA, UM MOVIMENTO GLOBAL, REIVINDICAÇÕES MÚLTIPLAS

O conjunto desses movimentos revela uma Geração Z menos disposta a deixar-se marginalizar e mais capaz de mobilizar-se em escala transnacional. Seja contra a corrupção, pela justiça social, por serviços públicos de maior qualidade ou por direitos mais amplos, essas mobilizações contaram frequentemente com coordenação através das redes sociais e plataformas digitais, dando aos protestos uma dimensão quase organizada sem necessidade de estruturas formais, escapando assim aos modelos tradicionais dos partidos políticos.

Esses jovens atuam em torno de reivindicações que vão além do puramente político, impulsionados por uma necessidade radical de coerência e autenticidade. A aversão à hipocrisia institucional constitui uma característica constante.

Quanto aos meios, essa “GEN Z” está plenamente consciente do poder da informação. Com acesso constante às redes sociais (Instagram, TikTok, WhatsApp, entre outras), os jovens podem ver tudo, comparar tudo e julgar tudo, percebendo as contradições entre as promessas dos dirigentes e seus atos.

Em definitiva, o ano de 2025 acentuou uma tendência que já vinha emergindo havia vários anos: a de uma juventude globalizada, consciente de suas ferramentas digitais, conectada e decidida a fazer ouvir sua voz diante de governos e estruturas econômicas que considera fracassados ou desconectados das realidades contemporâneas.

III – UMA GERAÇÃO REENCARNADA QUE NÃO CHEGA POR ACASO

Como espíritas, sabemos que o movimento mundial ligado à Geração Z não chega por acaso. Está relacionado com a lei da reencarnação, que constitui um poderoso meio de evolução tanto individual quanto coletiva, e mais particularmente com o fenômeno da reencarnação em consciência.

Na reencarnação inconsciente, o retorno do Espírito à carne ocorre segundo uma lei

natural que atrai irresistivelmente o Espírito à matéria sem que ele tenha tomado consciência de seu estado no além, da existência de seu guia protetor nem tenha feito um balanço da vida que acaba de deixar. Esse estado de inconsciência denomina-se perturbação do Espírito.

Na reencarnação consciente, o Espírito retorna à vida física tendo escolhido uma missão, protegido por seu guia, que o ajudará a realizar suas decisões. Essa evolução pessoal contribui para a evolução coletiva do planeta inteiro.

Em 2020, o mundo dos Espíritos nos indicou que a reencarnação consciente já alcançava 70% das reencarnações atuais na Terra. E embora nem todos consigam cumprir os objetivos que haviam estabelecido, muitos resistirão melhor para fazer avançar a sociedade.

Como espíritas, e simplesmente como seres humanos progressistas, é uma alegria constatar a emancipação da juventude em todo o planeta. Uma juventude impregnada de liberdade, justiça e igualdade, desejosa de participar da transformação de nossas sociedades, oferecendo sua contribuição.

A juventude reencarnada em consciência é uma força motriz para a metamorfose da Terra. Já nos anos 80, vários Espíritos manifestaram-se em nossa associação para anunciar esse período de mutação difícil e os indícios de um poderoso movimento de transformação de nossas sociedades.

O caminho da transformação é longo, lento e difícil, mas o espiritismo e a comunicação com os Espíritos permitem-nos compreender que, embora estejamos reencarnados nesta Terra, somos antes de tudo Espíritos, Espíritos eternos, e que, como a vida não tem fim, todos os horizontes de esperança permanecem abertos.

O acompanhamento e o apoio à juventude por parte dos encarnados e desencarnados

A ação dos Espíritos reunidos no invisível consiste em encorajar a nova juventude, mais decidida em sua ação social, pacífica e humanitária, mas também em sua luta pela justiça e pela liberdade, dando a esses jovens reencarnados força durante sua emancipação noturna para que estejam mais preparados para combater e rebelar-se.

Os pensamentos do mundo invisível e dos espíritos estão aí para ajudar e sustentar essa juventude em busca de liberdade.

Mensagem dos Espíritos à juventude

Para concluir, deixemos a palavra a um Espírito que, em sua mensagem, dirige-se diretamente a essa juventude reencarnada em consciência:

“Juventude, atreve-te a viver com todas as tuas forças e a fazer parte de todos os combates, se forem justos. Meu espírito, como tantos outros, estará aí para sustentar-vos. Quer se trate de combater a pobreza, a doença, o racismo, o ódio; quer se trate de viver para ser livre, feliz no amor de Deus, como um profeta o disse há mais de 2.000 anos.

Sê feliz, vive, compromete-te, realiza-te e, sobretudo, rejeita todas as imposições; jamais temas aqueles que digam o contrário, pois vivem abaixo de si mesmos.

ARTE E CULTURA: Quando a inspiração se revela

Ivette Ayala, Puerto Rico

Às vezes, a inspiração não se constrói: revela-se. Chega sem aviso, sem estrutura prévia, como se já existisse em algum lugar e simplesmente atravessasse nossa consciência. Não responde à lógica do esforço nem à disciplina do pensamento linear. Aparece. Irrrompe. Impõe-se. E quem cria, nesse instante, não dirige: escuta.



La inspiración no se construye: se revela.

Para nós, espíritas, não deveria causar surpresa o fato de receber mensagens ou comunicações, porque esta é uma das disciplinas mais estudadas. No entanto, é preciso reconhecer que alguns

artistas, mesmo não sendo espíritas, afirmaram perceber ou receber suas inspirações como uma comunicação espiritual. Esse fenômeno foi documentado por diferentes gênios que nos deixaram seu legado musical, literário ou artístico através de suas pinturas.

Ao longo da história, muitos criadores afirmaram que sua obra não provinha unicamente de sua mente consciente, mas de uma fonte superior, de uma inspiração divina ou de uma espécie de “ditado” interior. Esse fenômeno aparece em diferentes épocas e disciplinas. Aqui mencionamos alguns dos casos mais representativos:

MÚSICA: “A inspiração como revelação”

Wolfgang Amadeus Mozart
Dizia que as composições lhe chegavam completas, como se já existissem: não as “construía”, mas as escutava internamente de uma só vez.

Ludwig van Beethoven
Falava de uma força superior que o impulsionava a criar, mesmo em meio à sua surdez. Considerava a música uma revelação mais elevada que a filosofia.

Johann Sebastian Bach
Via sua música como uma forma de glorificar a Deus. Muitas de suas obras estão assinadas com “Soli Deo Gloria” (somente a Deus a glória).

Franz Schubert
Sentia que a música fluía através dele sem esforço consciente, como se viesse de outro plano.

LITERATURA: “A voz que dita”

William Blake
Afirmava receber visões e conversas com seres espirituais. Dizia que seus poemas eram ditados por entidades. (também pintor, não apenas poeta). Dizia ver anjos, seres e cenas completas; suas obras visuais eram extensões dessas visões e afirmava que não imaginava... via.

Rainer Maria Rilke
 Descrevia momentos em que a poesia “o atravessava”, como se ele fosse apenas um canal.

Gustave Flaubert
 Embora mais racional, falava de estados em que as frases surgiam com uma força alheia ao seu controle.

Victor Hugo
 Durante seu exílio, praticou sessões espíritas e afirmava que algumas ideias proviham dessas comunicações.

E em nosso próprio Caribe, o compositor Rafael Hernández Marín confessava que não escrevia suas canções: elas lhe eram ditadas. Relata-se que Hernández não sentia que “escrevia” as canções no sentido tradicional, mas que melodias e letras lhe eram ditadas, refletindo uma conexão espiritual ou uma sensibilidade artística extrema.

PINTORES que falaram de inspiração “recebida”

Hilma af Klint — Visão espiritual direta

É um dos casos mais claros e documentados.

- Afirmava que suas obras eram ditadas por “mestres espirituais”
- Pintava em estados quase

mediúnicos

- Dizia explicitamente: “As imagens foram pintadas diretamente através de mim”

Vincent van Gogh — Transe e impulso interior

- Não falava explicitamente de “ditado espiritual”
- Mas sim de uma força interior irresistível
- Pintava em estados de intensidade em que sentia algo atravessá-lo. Aqui, a inspiração é sentida mais como possessão emocional ou energética.

Das visões de Hilma af Klint ao automatismo surrealista, a pintura foi, em muitos casos, um território onde o artista não impõe a forma, mas a revela. Mudam as linguagens — espiritual, psicológica, emocional —, mas a experiência é a mesma: o criador permite que aconteça.

Alguns falaram do divino. Outros, de intuição ou de estados profundos de consciência. Mas em todos aparece uma mesma certeza: o criador, em certos momentos, deixa de ser autor para tornar-se receptor.

Na arte contemporânea, a linguagem muda, mas a experiência permanece: alguns chamam isso de energia, outros de intuição, outros de visão. No entanto, por trás de todos esses nomes, persiste uma

mesma vivência silenciosa: a sensação de que a obra não nasce totalmente do artista... mas passa através dele. Exemplo disso:

Cy Twombly — Automatismo contemporâneo (a mão guiada)

- Sua obra parece escrita automática
- Trabalhava a partir de impulsos não racionais, quase como se a mão “soubesse”

INSPIRAÇÃO MEDIÚNICA – VISÃO INTERIOR

Alex Grey

- Fala de suas obras como visões recebidas em estados expandidos de consciência
- Diz que pinta aquilo que “lhe é mostrado”

Luis Tamani

- Vinculado às tradições amazônicas
- Afirma que suas imagens provêm de experiências espirituais diretas

Há algo mais. Às vezes, a inspiração não traz apenas ideias, mas também palavras que não pertencem à linguagem habitual, mas que contêm um significado mais amplo do que qualquer definição. Palavras que parecem emergir com uma intenção própria. Que não são buscadas... mas chegam.

E então acontece. Sem planejamento. Sem mapa. Sem sequer saber para onde irá a próxima linha. Uma frase abre a porta. E o restante... desce.

E falando desse tipo de experiência, assim nasceu o seguinte poema:

 **Na passagem para a vida**

*Na passagem para a vida
Há uma ponte
Que ao atravessá-la derre-
tem-se
as lembranças anteriores,
as dores,
os desencontros
E ficam ressoando nos arre-
dores.*

*Na passagem para a vida
Alimentam-se
Os ardores, as despedidas,
as tormentas
E se acumulam, todos pas-
sam
e se abrigam
Na mente que armazena as
lembranças.*

*Na passagem da vida
Há um mistério
Que transforma em passo
firme
O propósito, a glória
A ilusão de já ter vivido
Esta história.*

*Na passagem da vida
Há um adeus
Disfarçado de futuro
Onde o todo
É um minuto, é um milênio
Um instante é tão eterno.

E regressas, e regresso
A viver o que nos cabe
A aprender com a lição,
A amarrar toda a história que
se apegam
E que se reveste de outro
corpo.*

(poema inspirado pela autora)

Talvez a criação não seja um ato de construção, mas de revelação. Talvez não se trate de produzir, mas de permitir.

Porque ainda hoje, na intimidade do ato de escrever, acontece algo que escapa a toda explicação racional: há aqueles que começam uma frase sem saber para onde ela os levará e, ao terminar, descobrem algo que não sabiam que sabiam.

De onde veio? Em que instante tomou forma?

Talvez o artista não invente: recorde. Ou — e essa possibilidade acompanha a humanidade desde sempre — exista um nível de realidade onde as ideias, as melodias e as palavras já existem, esperando ser percebidas.

Criar, então, poderia ser um ato de abertura. Um gesto de escuta. Uma entrega consciente diante daquilo que deseja manifestar-se.

PENSANDO – CEPA BRASIL

Por: Salomão Benchaya, presidente de CEPABrasil, em sua primeira reunião administrativa, em 05.01.26



A CEPA – Associação Espírita Internacional está representada, no Brasil, pela Associação Brasileira de Delegados e Amigos da CEPA, surgida em 2003 e inspirada por Milton Medran Moreira, com o belo e sugestivo nome de CEPAmigos, dez anos depois de Jon Aizpúrua ter trazido novamente a CEPA ao Brasil, em colaboração iniciada com Jaci Regis e seus companheiros do famoso “Grupo de Santos”.

É necessário que esses acontecimentos não sejam esquecidos, pois marcam, historicamente, uma inflexão conceitual no espiritismo brasileiro que se consolidaria progressivamente nos anos seguintes.

A história da CEPABrasil pode ser resumida na figura de

seus administradores e de suas dedicadas equipes. Sandra Regis, Jacira Jacinto da Silva, Alcione Moreno, Homero Ward da Rosa, Jailson Lima de Mendonça e Ricardo de Moraes Nunes deixaram suas marcas na configuração de um organismo simples, embora de profunda e indiscutível influência nos caminhos do movimento espírita.

O pioneirismo da CEPA foi assimilado pela CEPABrasil, cujas propostas hoje se encontram bastante difundidas, com repercussão e influência no meio espírita tradicional, tendo encontrado ressonância entre pensadores e intelectuais espíritas de variados matizes ideológicos, que hoje participam e interagem em nossos fóruns, sejam presenciais ou virtuais, em uma atmosfera de saudável e civilizado debate.

Iniciativas tomadas há cinco anos pela CEPA, na gestão de Jacira da Silva e, posteriormente, pela CEPABrasil, na gestão de Ricardo Nunes, geraram um relacionamento mais estreito e promissor

com grupos, líderes e pensadores não cepeanos, formando a comunidade Amigos da CEPA, carinhosamente articulada por Alcione Moreno.

Isso criou condições para que, em um momento de distanciamento provocado pela pandemia da Covid-19, além da acentuada indignação diante da adesão de líderes espíritas ao governo de extrema direita que se implantou, espíritas progressistas se articulassem, de forma efetiva em 2024, incentivados por uma proposta lançada em live da CEPA Brasil, formando um “coletivo de coletivos” — o MEP – Movimento Espírita Progressista — oficializado em 03.10.2025, com a participação de 24 grupos, instituições, canais digitais e coletivos.

O Plano de Trabalho para a gestão 2026/27, sinto dizer-lhes, ainda não está pronto. Não há pressa, pois as tarefas estão sendo executadas normalmente. Além disso, penso que esse plano deverá resultar de uma análise mais cui-

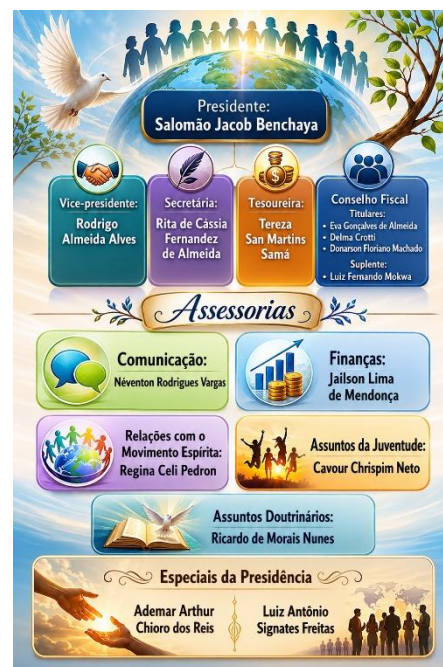
dadosa do contexto atual vivido pelo mundo, sem deixar de considerar que o Movimento Espírita Progressista aí está, necessitando apoio e colaboração; portanto, não será produtiva uma duplicidade de funções nesses espaços da CEPABrasil e do MEP.

É claro que, após a fase de criação do MEP, na qual tivemos atuação decisiva, precisaremos consolidar a atuação da CEPABrasil prevista no Artigo 2º de seus Estatutos, promovendo e/ou apoiando eventos, difundindo as propostas da CEPA no Brasil, colaborando com o Conselho Executivo da CEPA e promovendo o intercâmbio com Amigos da CEPA e os demais segmentos do movimento espírita.

Em consonância com seu perfil progressista e diante do delicado e conflagrado quadro mundial, ameaçado pelo avanço do totalitarismo e pela falta de respeito às convenções do Direito Internacional, a CEPABrasil seguirá envolvida na discussão das questões sociais e políticas, que incluem a luta contra as desigualdades, a injustiça social, a opressão e a favor da democracia e demais valores éticos conquistados pela civilização.

Gostaria de concluir dizendo que me alegra informar-lhes os novos membros do Quadro Diretivo da CEPA Brasil/Associação Brasileira de Delegados e Amigos da CEPA:

Diretoria Administrativa:



PERISPÍRITO: Um corpo desconhecido?

Fonte: Revista Progreso A.I.P.E – Associação Internacional para o Progresso do Espiritismo

No boletim do segundo quadrimestre foi transcrita, de forma sintetizada, uma das conferências organizadas pela AIPE através dos canais do YouTube e Facebook, em 20 de junho deste ano, com o título: “Perispírito: um corpo desconhecido?”, ministrada por Antonio Lledó, membro do Grupo Espírita de Villena (Alicante).

Nossa essência é de natureza



espiritual. Temporariamente temos um corpo físico e nossa Alma controla todas as questões físicas que se produzem dentro do mundo material. Allan Kardec define o perispírito como um envoltório semimaterial. Nos encarnados, serve de laço de união entre a Alma e

o corpo físico e, nos desencarnados, forma o corpo fluídico em torno de um foco de inteligência que é a Alma.

O perispírito recebe as impressões da alma humana e, através do sistema nervoso e dirigido ao cérebro, transmite essas sensações, pensamentos e sentimentos, coordenando os sistemas orgânicos do nosso corpo biológico, que dependem, em grande medida, das impressões recebidas do perispírito, seguindo as instruções que os pensamentos, sentimentos e emoções transmitem à nossa alma.

O espiritismo demonstra, através da mediunidade, a realidade da alma humana após a morte do corpo físico.

Para Kardec, o ser humano é uma trilogia composta por duas naturezas:

- Uma natureza biológica ou animalizada, proveniente da evolução.
- Uma natureza espiritual, proveniente da natureza da alma espiritual.

Essas duas naturezas condensam-se em 3 qualidades dentro do ser humano:

- Uma Alma espiritual, que não possui forma e é o princípio inteligente.
- Um corpo físico composto por células.
- O perispírito, corpo intermediário que une o corpo físico à alma.

As antigas civilizações já conheciam esse corpo intermediário. Diferentes personagens da história o explicaram com diferentes denominações:

- **Confúcio** o chamou de corpo aeriforme
- **Hipócrates** – Enormon
- **Pitágoras** – Carro sutil da alma
- **Aristóteles** – corpo sutil e etéreo
- **Paulo de Tarso** – corpo espiritual
- **Tertuliano** – Corpo vital da alma
- **Orígenes** – Aura
- **Plotino** – Corpo ígneo

Hipócrates expressou esta frase: “As forças naturais que se encontram dentro de nós são as que verdadeiramente curam nossas enfermidades”. Isso nos leva a compreender a relação entre as energias espirituais e nosso perispírito.

Quanto à natureza da nossa saúde e de nossas enfermidades, Hipócrates, o pai da medicina, já especificava que essas forças superiores presentes em nós são as que propiciam a saúde e a doença em função da maneira como dirigimos essas forças; são as energias perispirituais que nossos pensamentos e sentimentos desenvolvem, criando aquelas que nos afetam diretamente.

Compreendendo isso, sabemos que somos nós que dirigimos, voluntariamente, com base na natureza de nossos pensamentos e sentimentos, as mesmas forças através do nosso perispírito. E são precisamente essas forças que irão condicionar nosso perispírito, nossa natureza, saúde e vida, além do desenvolvimento que teremos em nossa vida física e no plano espiritual.

No perispírito existe:

➤ **O corpo mental**, que é o responsável por formar as características do perispírito e extrair, através da vontade, dos pensamentos e da energia universal, a energia necessária para conformar o perispírito. O corpo mental dirige as ordens que a Alma transmite e conduz o perispírito, influenciando, através do chakra coronário, todas as diretrizes e impulsinando as características do perispírito.

➤ **O corpo perispiritual**, que outras filosofias denominam

corpo astral ou causal, é o registro onde o espírito armazena todas as experiências físicas e espirituais vividas em existências anteriores. Esse corpo emite um brilho quando pertence a uma alma purificada, porque suas energias perispirituais são elevadas; entretanto, se pertence a uma alma de baixa condição moral, que abriga pensamentos e sentimentos mórbidos, deletérios ou ainda dominados pelas paixões, manifesta naturalmente uma energia inferior e apresenta-se como algo pesado e denso; ou seja, reflete a natureza de nossa evolução.

➤ **O corpo vital**, que dá vida ao corpo físico; assim como permite a vida aos seres orgânicos (plantas, animais...). Possui moléculas semimateriais e desintegra-se quando ocorre o momento da morte física. O corpo mental e o perispiritual acompanham a Alma ao plano espiritual, mas o corpo vital, à medida que ocorre a separação entre o perispírito e o corpo físico, vai se desintegrando, desvitalizando a função dos órgãos, produzindo a morte e a conseqüente separação da Alma do corpo físico.

O perispírito é regulado por 7 centros principais de força que, no Oriente, são denominados chakras, além de muitos outros. Os Centros de Força dividem-se em três:

❖ **Vegetativos**, relacionados à vida, como o chakra genésico.

❖ **Emocionais**, como o cardíaco e o laríngeo.

❖ **Psíquicos**, como o frontal e o coronário.

Eles exercem uma força importante na regulação das energias que a Alma transmite ao perispírito através dos chakras.

As propriedades do perispírito são:

❖ **Semimaterial**, formado por moléculas físicas e moléculas espirituais.

❖ **Invisível**, podendo tornar-se visível temporariamente (câmera Kirlian, fenômenos de materialização, aportes...).

❖ **Expansível**, porque se projeta além dos limites do nosso corpo (quando sonhamos...).

❖ **Hipersensível**, sendo impressionável por nossos pensamentos, sentimentos, emoções e ações, refletidos no perispírito. Também pode ser impressionado por energias magnéticas externas (hipnotizador, magnetizador...).

❖ **Plasticidade**, modificando-se com o desenvolvimento biológico (não é o mesmo quando nascemos e quando nos desenvolvemos ao longo da vida física), assim como ocorre com nosso

corpo físico. Modifica sua aparência com as mudanças biológicas, experiências paranormais e fenômenos mediúnicos.

❖ **Irradiação**, formando ao redor de si uma aura luminosa que se dilata ou se contrai conforme o pensamento.

O perispírito é individual; não existe um perispírito igual ao outro. Cada pessoa possui o seu próprio, de acordo com a maneira como pensa, sente e age. O perispírito é o grande sustentador de nossa vida, e o corpo físico é um duplo do perispírito, sendo este quem molda o corpo físico desde o momento da concepção, modelando-o e modificando-o pouco a pouco.

Conclusões:

➤ O perispírito é o laço fluídico que une o corpo físico à Alma; é o intermediário entre a Alma e o corpo. Quando estamos encarnados, transmite toda a informação (pensamentos, sentimentos e emoções) da nossa Alma ao corpo físico e recolhe

as informações do mundo físico (experiências e sensações), transmitindo-as à Alma através do perispírito. Nos espíritos desencarnados, é o corpo fluídico, que não pensa nem sente; simplesmente está a serviço da Alma.

➤ O perispírito está ligado à evolução do espírito e é diferente em cada mundo devido à absorção dos fluidos perispirituais de cada planeta.

➤ É imprescindível para a vida, porque nos dota das características fisiológicas, biológicas, psicológicas e espirituais que devemos possuir na nova existência. É indispensável para a saúde, porque a condiciona de forma extraordinária e a transforma à medida que vamos trabalhando, atuando, vivendo e nos transformando ao longo da vida física.

➤ A natureza do perispírito depende do nosso grau de adiantamento moral. Quanto

mais evoluídos espiritualmente estivermos e quanto maior for nosso nível de consciência, mais elevada e sutil será a natureza do nosso perispírito, permitindo captar melhor a realidade do mundo espiritual, encontrar um estado de paz e equilíbrio e manter contato com os espíritos de luz que ajudam e se unem, por sintonia vibratória, àqueles que vibram em sua mesma frequência.

➤ Nos espíritos atrasados, o perispírito é denso, sujo e pesado, não lhes permitindo ascender a planos superiores nem manter contato com energias sutis.

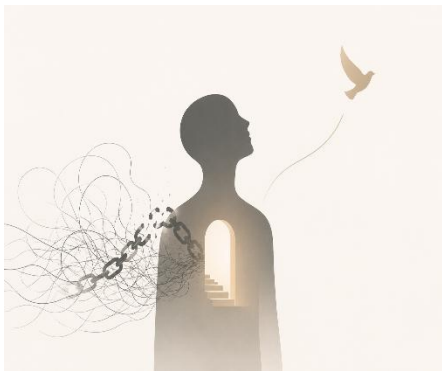
➤ Nos espíritos puros, que trabalham sua elevação moral, o tom vibratório se eleva, alcançando maior capacitação para atingir as energias sutis dos planos espirituais superiores.

RECURSOS VALIOSOS NA DESOBSESSÃO

Conferência “Recursos valiosos na desobsessão”, ministrada por Álvaro Latorre, através do canal do YouTube do CIMA Caracas (Venezuela), em 20 de junho de 2020.

Fonte: Revista *Progreso A.I.P.E* – Associação Internacional para o Progresso do Espiritismo.

Neste boletim do segundo quadrimestre transcreve-se, de forma sintetizada, uma das conferências organizadas pela AIPE através dos canais do YouTube e Facebook, em 20 de junho de 2020.



Para poder falar da desobsessão, primeiro é preciso falar da obsessão. A obsessão é a influência perniciosa que um espírito exerce sobre outro por diversos motivos, utilizando diferentes recursos que acabam provocando desequilíbrios físicos, psíquicos e espirituais na vítima, gerando problemas de saúde e de comportamento.

A obsessão possui diversos níveis de complexidade:

- **A obsessão simples:** muitas pessoas, em algum momento, podem ter sido vítimas de espíritos levianos que, às vezes, se misturam ao nosso mundo mental e espiritual; com um simples bom pensamento, uma boa ação e uma boa dinâmica diária, isso vai sendo modificado e transformado. Porém, se essa perturbação no campo espiritual individual não for controlada, pode passar para um nível mais profundo, denominado fascinação.

- **A fascinação:** ocorre quando o espírito perturbador ou obsessor ilude os sentidos da vítima. Se se permite que continue — algo muito típico em processos de formação mediúnic, em médiuns aos quais o espírito se comunica para elevar-lhes o ego, dizendo-lhes que são únicos, enviados pela espiritualidade

para cumprir missões especiais — e se a pessoa entra nesse jogo, essa perturbação continua aprofundando-se até chegar à parte mais profunda e intensa, denominada:

Subjugação.

- **A subjugação:** é quando o espírito controla e comanda todas as ações da vítima, colocando-a em uma situação de escravidão, impondo e exercendo forte influência sobre tudo o que ela deve fazer em sua vida (comer, higiene, etc.).

Através dos fundamentos teóricos e práticos deixados por Allan Kardec, Léon Denis, Gabriel Delanne e Jon Aizpúrua, entre outros, recebemos um vasto patrimônio teórico para enfrentar esse processo. A partir desses ensinamentos, grupos espíritas de diversas partes do mundo vêm trabalhando e assistindo casos particulares que correspondem à dinâmica de seus

próprios contextos de origem. Essas manifestações espirituais, muitas vezes, estão ligadas a processos coletivos desses povos.

A desobsessão, tal como a propõe o espiritismo e como está perfeitamente documentada na doutrina, é uma verdadeira terapia, muito séria, na qual são necessários recursos muito bem estruturados para poder atender o processo.

O laboratório mediúnico, além de levar paz a esses seres que a perderam, conduzindo-os de volta à sua vida normal, confirma todos os pilares da doutrina espírita e estimula o estudo, a mudança e a compreensão de que nesta vida estamos encarnados para dar passos adiante no caminho do progresso e da evolução.

A desobsessão inicia-se entrevistando o familiar ou os familiares da pessoa afetada. Se a vítima estiver em condições de manter uma conversa, é convidada para uma primeira reunião; então verifica-se se já houve consulta médica e se existe algum tratamento químico em andamento (o qual deve ser respeitado, porque os médicos são os profissionais habilitados para tratar da parte orgânica). Nessa reunião de avaliação determina-se se a pessoa está sob a influência de um ou vários espíritos; sendo

assim, passa-se às atividades mediúnicas de desobsessão.

Se ficar demonstrado que o problema não corresponde a um processo obsessivo, mas sim de causa psiquiátrica, a pessoa é encaminhada ao seu médico responsável para avaliação.

Uma vez determinado que a pessoa está sob o efeito de uma influência espiritual, programam-se as reuniões; antes da primeira reunião é importante oferecer uma formação básica tanto à família que irá acompanhá-la quanto à vítima, porque, ao levá-las à mesa mediúnica sem preparação, o impacto pode ser muito grande.

É necessário explicar-lhes que existe a reencarnação e que já vivemos anteriormente, que tivemos acertos e erros, e que nesses erros causamos danos. Se na mesa mediúnica o obsessor se apresenta repreendendo e reclamando, com desejo de vingança, é importante contar com uma equipe bem estruturada na mesa mediúnica (médiuns falantes, escreventes e videntes). É preciso possuir muita formação e moralização para tratar esses espíritos obsessores.

Na investigação mediúnica encontram-se casos em que a vítima de hoje foi o algoz de ontem; portanto, a ajuda deve ser para ambos, para o obsessor e para o obsidiado.

Na primeira reunião, quando se entra em contato com o obsessor ou obsessores, permite-se que falem, quando estão em condições de fazê-lo sem agressividade; e, após algumas reuniões, diz-se ao obsidiado que peça perdão. Se o obsessor é resistente em pedir perdão e perdoar, serão necessárias várias reuniões.

Uma vez que tanto o obsidiado quanto o obsessor conseguem irradiar esses campos de luz através do perdão, esse processo se conclui e cada um segue seu caminho de progresso.

Há casos de espíritos que fizeram mau uso do poder afetando coletividades (como na época da escravidão) e vêm lutando contra essa situação ao longo de várias existências. São processos muito longos, que exigem muitas reuniões e muito trabalho; mas, quando há colaboração das partes e os recursos estão disponíveis, conseguem aceitar um acordo para se afastarem.

Quando o obsessor não concorda e, mesmo com a orientação dos irmãos espirituais, nada pode ser feito, trabalha-se no fortalecimento da vítima por meio da moralização (ajudando-a a elevar-se acima de suas paixões humanas, a ler, estudar e desenvolver atividades que modifiquem seu campo áurico); e, quando pas-

sar a vibrar em uma boa frequência, já não poderá mais ser afetada.

Existem processos obsessivos de longa duração, atravessando várias existências, deixando lesões e gerando reflexos condicionados. Às vezes, mesmo quando o obsessivo se afasta, permanecem incômodos e o obsidiado, inconscientemente, continua preso ao obsessivo.

Cada caso requer um tratamento particular e oferece uma experiência nova.

Há diferentes tipos de obsessão:

- **Obsessão de um espírito sobre uma pessoa encarnada:** é uma das mais típicas, frequente em processos de aborto. As mães que abortam seus filhos, por qualquer motivo, não têm consciência do dano causado a esse espírito, porque o espírito reencarnante começa a viver a tragédia do aborto desde o momento em que os pais tomam a decisão.

- Há espíritos que narram, nas mesas mediúnicas, a tragédia e a dor sofridas quando partes do corpo lhes são arrancadas, ou todos os efeitos causados pelos abortivos; e essa situação faz com que muitos desses espíritos abortados se tornem obsessores dos pais, principalmente da mãe. Por essa via, às vezes se encontram explicações para

o fato de mulheres que desejam ter filhos não conseguirem engravidar, porque em processos obsessivos existem espíritos que se opõem e intervêm para frustrar essas tentativas. Portanto, o aborto é o assassinato de um ser vivo que chega com um projeto de vida.

- **Obsessão de um espírito sobre outro espírito:** por exemplo, quando promessas feitas na vida material não são cumpridas no plano espiritual e, ao reencontrarem-se no mundo espiritual, cobram aquilo que lhes foi prometido.

- **Obsessão de um encarnado sobre um espírito:** é muito comum quando morre um ente querido e os familiares não conseguem controlar sua emoção, sua dor e a perda, chorando ano após ano e prendendo o espírito em uma condição de sofrimento. O encarnado irradia sua dor e sofrimento, transmitindo-os ao espírito; este os potencializa e os devolve ao encarnado, criando um intercâmbio contínuo de dor e sofrimento.

- **Obsessão de um encarnado sobre outro encarnado:** são obsessões mais comuns do que parecem, mas menos estudadas e menos levadas aos centros mediúnicos, porque frequentemente se confundem com problemas naturais entre encarnados. São típicas

nos relacionamentos amorosos, nas relações entre pais e filhos e nos ambientes de trabalho.

- **A auto-obsessão:** é a obsessão que a própria pessoa gera em si mesma.

Na desobsessão existem dois recursos valiosos: o perdão e a moralização. Precisamos aprender a perdoar para elevar-nos acima das paixões humanas e das dificuldades. A moralização nos eleva e impede que espíritos que vibram negativamente possam nos afetar ou ferir.

A exposição termina com uma frase de Léon Denis, do livro *Depois da Morte*:

“Lembra-te de que a vida é curta; enquanto ela durar, esforça-te por adquirir aquilo que vieste buscar neste mundo: o verdadeiro aperfeiçoamento.”

Em definitiva, a desobsessão não implica apenas libertar o ser humano de influências perturbadoras, mas também aprender a reconstruir-se moralmente a partir do amor, do perdão e da harmonia interior. Com esse espírito, compartilhamos este poema de Raquel Outeiriño.

UM CONSELHO PROVEITOSO

Escutem este conselho, escutem-no, por favor, e deixem de ser mesquinhos para realizar melhor labor!

O tempo que estão perdendo porque desperdiçam a existência e depois vem a dor.

Semeiem obras proveitosas porque esse fruto é melhor, que depois a colheita será de muito valor.

Há muito tempo se diz que o mundo vai de mal a

pior, destrói-se pelo vício e provoca-se a dor.

De que serve o desvio se depois é preciso sofrer? Mas assim se reconhece como se deve viver.

Quem vive em harmonia tem uma vida feliz, com a consciência tranquila também descansa ao dormir.

É preciso aprender a viver com riso e com alegria. E ao trabalhar com amor leva-se melhor a vida.

A vida pode ser boa, como pode ser fatal, depende de como se encara para o bem ou para o mal.

COMO FALAR SOBRE MORTE E SEXUALIDADE COM CRIANÇAS: o que a psicologia ensina e o que o Espiritismo acrescenta

Por: Wilson Garcia

19 de abril de 2026

Falar sobre temas difíceis com os filhos é um dos maiores desafios da maternidade e paternidade. Morte, sexualidade, separação dos pais, medos e perdas: assuntos que muitas vezes preferimos adiar ou explicar pela metade. Mas será que o silêncio realmente protege as crianças?

Especialistas em psicologia infantil são enfáticos: não. Evitar conversas importantes pode gerar ainda mais confusão, ansiedade e insegurança nos pequenos. E, curiosamente, essa orientação atual da psicologia encontra eco em uma tradição pedagógica que vem de longe — a proposta educativa do Espiritismo.

Neste artigo, vamos explorar o que a ciência psicológica e a visão espírita têm a dizer sobre como abordar a morte e a sexualidade com crianças, e como esses dois olhares podem se complementar na tarefa de educar para a vida — e para além dela.

Por volta dos nove anos, a criança já compreende que a morte é irreversível. É nessa fase que as perguntas começam a surgir — e também os medos. O artigo recente do [El País](#) reforça que os adultos não devem fugir do assunto. Explicações claras, adequadas à idade e à sensibilidade da criança, são fundamentais para que ela processe a perda sem traumas.

O Espiritismo, desde Allan Kardec, propõe exatamente isso: falar sobre a morte com naturalidade. Não como fim, mas como transformação. Em *O Livro dos Espíritos*, Kardec explica que a morte é apenas a interrupção da vida orgânica — o espírito segue adiante em sua trajetória evolutiva.

Essa visão não elimina a dor da perda, mas oferece um horizonte de sentido. Quando a criança compreende que a vida continua de outra forma, o medo do desaparecimento absoluto se dissipa. O que permanece é a saudade, sim,

mas também a certeza de que o amor sobrevive.

O filósofo espírita Léon Denis já dizia que a compreensão da imortalidade transforma a maneira como vivemos. E o educador brasileiro José Herculano Pires levou essa ideia adiante: em seu livro *Educação para a Morte*, ele critica a cultura moderna por esconder esse tema das crianças.

Segundo ele, a morte deveria fazer parte da educação humana tanto quanto o nascimento. Negá-la cria um tabu que, mais tarde, se traduz em angústia e desespero diante do luto.

Quando explicada com serenidade, a morte ajuda a criança a entender que:

- a vida tem ciclos;
- os laços afetivos vão além do corpo físico;
- a memória e o amor mantêm viva a presença de quem partiu.

Não se trata de amenizar a dor, mas de evitar o desespero.

Outro tema delicado é a sexualidade. O artigo do El País destaca que falar sobre o corpo, a intimidade e os limites pessoais desde cedo é essencial para a autonomia e a proteção da criança contra abusos.

No Espiritismo, a sexualidade é vista como uma dimensão natural da experiência humana, ligada ao afeto, à reprodução e à evolução do espírito. Autores espíritas contemporâneos reforçam que a educação sexual deve ser baseada em três pilares:

- **respeito** ao próprio corpo e ao corpo do outro;
- **responsabilidade** nas relações;
- **dignidade** humana.

A criança precisa aprender desde cedo que seu corpo lhe pertence e que ela tem o direito de dizer “não” a qualquer situação desconfortável. Essa orientação está em total sintonia com as recomendações da psicologia para a prevenção de abusos.

Talvez o ponto mais importante de convergência entre

psicologia e Espiritismo seja a escuta.

O El País enfatiza que os pais devem primeiro ouvir o que a criança sente e pensa, antes de oferecer qualquer explicação. A educação não é um monólogo — é um diálogo.

Kardec já orientava nessa direção: a educação moral não se faz por imposição, mas por esclarecimento progressivo. A criança não precisa de discursos prontos. Precisa de:

- segurança emocional;
- verdade adequada à sua compreensão;
- presença afetiva.

Quando escutamos de verdade, criamos um espaço seguro para que a criança confie em nós — e isso faz toda a diferença.

Ao unir essas duas perspectivas, formamos uma visão mais ampla da educação infantil. A criança aprende que a existência envolve nascimento, crescimento, perdas e transformações. E o Espiritismo acrescenta a essa visão a ideia de que a vida não se limita ao corpo.

A imortalidade da alma, quando apresentada com simplicidade e respeito à li-

berdade de pensamento, oferece à criança um sentimento de continuidade. A morte deixa de ser um abismo e passa a ser compreendida como uma passagem.

Isso não elimina o sofrimento, mas transforma a forma como lidamos com ele.

Falar sobre morte ou sexualidade com crianças não é tirar a inocência delas. É prepará-las para compreender o mundo com serenidade, confiança e responsabilidade.

Se os adultos evitam essas conversas, as crianças continuarão a fazer perguntas — mas podem buscar respostas em lugares menos confiáveis.

Por isso, tanto a psicologia contemporânea quanto a tradição espírita nos lembram de algo essencial:

Educar não é apenas transmitir informações. É formar consciências capazes de enfrentar a vida com lucidez, sensibilidade e esperança.

E, no fundo, quando conversamos com as crianças sobre os temas mais difíceis, não estamos apenas explicando o mundo — estamos ajudando-as a construir o sentido da própria existência.

PRIMEIRO CONGRESSO NACIONAL ESPIRITA DE CUBA (1920): consolidação doutrinária, organização federativa e projeção social

Por: **Walter Pérez Vila**

Sociedade Espírita Faro de Luz. Holguín, Cuba

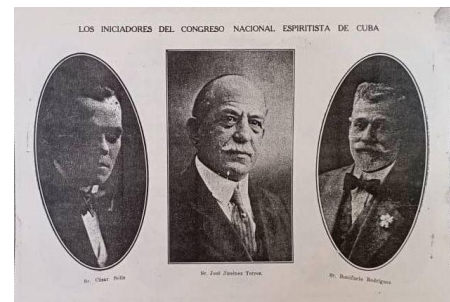


A celebração do **Primeiro Congresso Nacional Espírita de Cuba**, realizado entre 30 de março e 2 de abril de 1920 no Teatro Payret, em Havana, constitui um acontecimento fundamental na história do Espiritismo na Ilha. Esse evento não representou apenas a culminação de seis décadas de difusão doutrinária desde a introdução do pensamento kardecista em Cuba, por volta de 1860, mas também a cristalização de um movimento que buscava legitimar-se como força cultural, filosófica e social no contexto republicano. A iniciativa de figuras como César Solís, José Jiménez Torres e Bonifacio

Rodríguez, juntamente com o trabalho da Junta Central Organizadora, deu forma a um encontro que reuniu representantes de múltiplos centros espíritas do país, articulando um espaço de debate, reflexão e planejamento estratégico.

A estrutura organizacional do Congresso revela a amplitude de sua convocação e a diversidade de seus interesses. A Seção Feminina, integrada por 23 membros e liderada por Estrella Rodríguez, desempenhou um papel fundamental, não apenas por sua contribuição logística e doutrinária, mas também porque simbolizou a incorporação ativa da mulher espírita em tarefas de direção e propaganda, antecipando um processo de democratização interna do movimento. A Seção do Interior, com 16 integrantes, destacou-se pela presença do veterano Eulogio Prieto, representante de Cuba em congressos internacionais, e do jovem Armando

Labrada, que viria a tornar-se uma figura de destaque do Espiritismo cubano nas décadas posteriores. Outras seções — Propaganda, Fazenda e Interesses Gerais — completaram uma estrutura organizacional que assegurava a pluralidade de funções e a eficiência da gestão. Segundo



registros históricos e testemunhos posteriores, participaram 562 delegados em representação de 113 sociedades espíritas e 336 representações pessoais.

O desenvolvimento das sessões, com discursos inaugurais e conferências de personalidades como o Dr. Torrecilla, de Camagüey, Julio Gálvez Otero e Francisco María González, evidenciou a vontade de dotar o Espiritismo

cubano de um corpo doutrinário sólido e de uma projeção pública legítima. O encerramento, marcado pelo discurso de González, sintetizou o espírito do evento ao sublinhar que o Congresso deveria ser entendido como o início de uma nova etapa de organização e expansão ética, mais do que como um fim em si mesmo. A declaração de gratidão à imprensa e a procla-



mação da “retumbante vitória” do Congresso refletiram a consciência de haver alcançado um reconhecimento social significativo.

As conclusões aprovadas reafirmaram a continuidade com os congressos internacionais de Barcelona (1888), Madrid (1892) e México (1906), proclamando princípios essenciais como a existência de Deus, a pluralidade dos mundos habitados, a pré-existência e persistência do Espírito, a sobrevivência da alma e a lei da evolução mediante a reencarnação. Esses postulados, definidos como “substancialidade”, foram complementados pela caracterização do Espiritismo como ciência experimental e progressiva, forma

contemporânea da revelação e etapa crucial do progresso humano. Nesse sentido, o Congresso legitimou a Filosofia Espírita como resposta racional aos problemas morais e sociais da época, sublinhando seu caráter não dogmático e seu permanente convite ao estudo.

No plano social, as aspirações aprovadas refletiram um programa de reforma cultural e ética que transcendia os limites do movimento espírita: liberdade de pensamento e associação, ensino integral e laico para ambos os sexos, secularização dos cemitérios, abolição da pena de morte, criação de ligas contra a ignorância e promoção da arbitragem internacional como via pacifista. Tais propostas revelam a vocação do Espiritismo cubano de inserir-se nos debates modernizadores da República, vinculando sua filosofia à democratização da cultura e à justiça social. A criação de sociedades de auxílio mútuo, cooperativas e ligas permanentes da paz demonstra a intenção de articular um projeto de transformação social inspirado na fraternidade e na solidariedade universal.

As proposições tácitas de Cuba — como a criação de uma Liga Pan-Espírita, uma biblioteca pública espírita, uma revista nacional de divulgação e um comitê permanente de defesa doutrinária

— evidenciam a intenção de articular uma rede federativa capaz de sustentar a unidade e o prestígio do movimento. Paralelamente, as reformas na prática espírita apontaram para a depuração do exercício mediúnico, o combate ao fanatismo e à fraude, e a vinculação do ensino espírita às ciências naturais e experimentais, o que confirma a aspiração de situar o Espiritismo em diálogo com o saber acadêmico contemporâneo.

Finalmente, a organização acordada estabeleceu a criação de um Centro Nacional com doze seções especializadas (científica, filosófica, terapêutica, beneficência, federação, exterior, entre outras),



acompanhado de um Regulamento Geral de caráter unitário. Esse desenho institucional buscava garantir a disciplina, a coerência doutrinária e a eficácia organizacional, projetando o Espiritismo como um movimento federado e moderno. A aprovação da moção que declarou o dia 31 de março como “Dia Espírita” em Cuba, em homenagem à desencarnação de Allan Kardec, simbolizou a vontade de inscrever a memória

do mestre na identidade coletiva do espiritismo nacional.

Em conclusão, o Congresso de 1920 significou a maturidade histórica da Filosofia Espírita em Cuba, ao consolidar sua institucionalidade, definir seus princípios doutrinários, formular um programa de aspirações sociais e projetar sua

prática em direção à ciência e à cultura. Mais além de sua repercussão imediata, esse evento marcou a transição do Espiritismo cubano para uma etapa de organização federativa e legitimação pública, inserindo-o na tradição internacional do movimento kardecista e nos debates modernizadores da República. Assim, o

Congresso do Payret ergue-se como o ponto culminante do período 1860-1920, encerrando com dignidade e projeção o ciclo inicial da Filosofia Espírita na Ilha.

WALTER PEREZ VILA: Trajetória acadêmica e científica em torno em espiritismo em Cuba



Walter Pérez Vila é pesquisador e estudante do quinto ano da Licenciatura em História na Universidade de Holguín, Cuba, cuja atuação científica e doutrinária concentra-se no estudo histórico e filosófico do Espiritismo em Cuba. Sua tese de graduação, intitulada “*A Filosofia Espírita em Cuba (1860–1920)*”, constitui uma contribuição original para a historiografia nacional, ao resgatar as raízes racionalistas e humanistas do pensamento espírita na ilha durante o período republicano e colonial.

Ao longo de sua formação universitária, Pérez Vila participou ativamente de eventos científicos e culturais de relevância nacional e internacional. No XX Fórum de Ciência e Técnica (2022), organizado pelo Centro

Provincial de Patrimônio Cultural de Holguín, apresentou a conferência “*A Filosofia Espírita em Cuba na primeira metade do século XX*”, recebendo reconhecimento oficial por sua contribuição investigativa. Nesse mesmo ano, participou como palestrante e autor publicado (ISBN 978-959-7338-05) no XIV Evento Nacional de História da Universidade de Holguín, onde expôs os fundamentos filosóficos e sociais do Espiritismo cubano. Em 2023, seu trabalho foi novamente distinguido no **XXXVIII Encontro de Pesquisadores do Patrimônio, realizado no Museu Provincial La Periquera**, por sua contribuição ao resgate da memória cultural espírita.

Sua produção intelectual estende-se ao âmbito internacional. Em 2025, o Instituto Cultural Kardecista de Santos (Brasil) publicou seu artigo **“Cuba nas suas Letras Espíritas: Expressões da Identidade, Modernidade e Espiritualidade Laica (1860–1960)”**, traduzido para o português e apresentado como um estudo histórico sobre o movimento espírita cubano antes da Revolução. Nesse trabalho, Pérez Vila analisa a literatura doutrinária e filosófica do Espiritismo em Cuba como expressão de identidade nacional e espiritualidade laica, destacando seu papel na modernização do pensamento latino-americano.

Da mesma forma, colaborou com a CCEPA (Centro Cultural Espírita de Porto Alegre), onde publicou o ensaio *“O Espiritismo entre a pérola e o lodo: uma reflexão a partir de Léon Denis e da Filosofia Kardequiana”*. Nesse texto, reflete sobre a responsabilidade moral e filosófica dos cultivadores da doutrina espírita, inspirando-se nos ensinamentos de Léon Denis e Allan Kardec.

No âmbito editorial, Pérez Vila figura como autor na *Revista Evolución – Venezuela Espírita* (N° 24, dezembro de 2025), com o artigo *“Cuba nas letras espíritas (1860–1960)”*, no qual aprofunda a relação entre lite-

ratura, identidade e espiritualidade racional na história cubana. Sua trajetória caracteriza-se pela integração entre história, filosofia e cultura, abordando o Espiritismo não apenas como doutrina moral, mas como fenômeno intelectual e social que contribuiu para o progresso científico e ético do país. Walter Pérez Vila representa uma nova geração de pesquisadores espíritas cubanos que unem o rigor acadêmico à fidelidade doutrinária, projetando o pensamento kardecista como parte do patrimônio cultural e espiritual de Cuba.