

Saúde: a Perfeita Harmonia da Alma

Márcia Léon, vice presidente da Associação Médico Espírita do Planalto

Há muito tempo, desde meados do século vinte, pesquisadores na área da saúde, vêm buscando compreender o que determina o modelo de saúde perfeita. São inúmeros os trabalhos científicos que tentam demonstrar qual a relação entre mente e corpo na determinação de momentos de saúde e momentos de doença.

Ao observarmos o corpo físico, atentamente, vamos descobrindo que ele interage perfeitamente as suas relações neuro bioquímicas em um ritmo circadiano, ou seja, onde todas as funções biológicas do ser humano, se repetem regularmente em um período de 24 horas. São imbricadas as relações que acontecem dentro de uma célula, que mantém, quando em funcionamento conjunto com outras células, formando tecidos e que junto a outros tecidos, formam os órgãos e cujo conjunto, determinam a unidade corpórea.

Para o paradigma materialista, a saúde advém exatamente deste perfeito arcabouço metabólico funcionando adequadamente, guardando relações entre si e por isso mesmo, tem-se a ideia, por exemplo, de que, quanto mais se exercita um complexo muscular ou o conjunto deles, advindo, como eventual consequência, um modelo hedonista de viver, mais saudável é a criatura. Ou, o ditado, mais popularmente conhecido, de que a saúde é a ausência de doença.

Porém constatamos ao longo do tempo que este pensamento está equivocado, pois o corpo físico e todos os seus constituintes interagem não apenas entre seus grupamentos musculares, mas também com aquilo que lhe traz vitalidade, que é o seu campo energético-mental, bem como a interação harmônica com o todo que nos cerca, seres vivos ou não.

As pesquisas nesta área tem mostrado que a mente, ou melhor, o pensamento da criatura interfere diretamente no modo “*viventis*” do ser. O que se pensa, atinge diretamente o corpo físico como vem sendo demonstrado em alguns trabalhos indexados nas mais variadas especialidades, e assim, é de conhecimento de que doenças auto imunes ou vários tipos de cânceres, por exemplo, estão intimamente ligados a comportamentos estruturais do modo de pensar, sentir e experienciar determinados tipos de emoções por uma pessoa. Neste âmbito, a psiconeuroendocrinoimunologia busca as respostas para explicar o que acontece no campo orgânico a partir do que a criatura pensa, ou seja, a psique interferindo diretamente nos sistemas neurológico, endócrino e imunológico.

Mas o que as pesquisas não concluíram é o que faz, especificamente, esta relação mente cérebro influenciar nos aspectos de saúde ou de adoecimento do corpo físico. A princípio, muitos dos achados delimitam explicações atreladas às reações orgânicas. Seria o pensamento uma secreção do sistema nervoso central, aos moldes de outras glândulas do organismo? Estaria o pensamento vinculado aos sistemas de saúde ou de adoecimento, de uma forma global para todas as criaturas?

Diante de tantas variáveis, como explicar a ação do pensamento, sem esbarrarmos na ampliação de conhecimentos no campo imaterial?

O paradigma espiritualista vem nos descortinar que há algo extremamente importante que não podemos esquecer: o espírito encarnado, também conhecido como alma, influi diretamente nesta relação com os processos de saúde do ser, através do pensamento emitido pelo seu campo mental. E isto vai muito além de reações neuro bioquímicas corpóreas cadenciadas e adequadamente esperadas.

Em especial, as emoções e os sentimentos possuem um fator preponderante na manutenção deste modelo de relação entre saúde e doença.

Joanna de Ângelis, no seu livro *Conflitos Existenciais*¹, nos diz que “*a criatura humana está destinada à plenitude, avançando, não poucas vezes, sob injunções dolorosas que resultam da ignorância ou da má utilização dos recursos preciosos que se lhe encontram ao alcance.*” Desta forma, estes recursos preciosos se referem as oportunidades do autoconhecimento, da ressignificação dos equívocos do passado e do momento atual, da compreensão das limitações do ser, do trabalho no campo dos sentimentos e do auto perdão para com as imperfeições pessoais. Quando nos desviamos deste curso de aquisições de valores morais, e damos vazão às magoas, ao medo, ao rancor, ao ressentimento, à ansiedade patológica, ao ciúme, à raiva e tantas outras emoções que cursam com o desequilíbrio psíquico, estamos dando margem para o adoecimento físico e psíquico.

E a benfeitora segue dizendo no capítulo introdutório desse mesmo livro¹ que “*esses desafios apresentam-se como conflitos perturbadores que enfermam, desorientam, empurram para situações dolorosas, quando não direcionados com sabedoria e enfrentados com valor.*”

Assim, de uma forma muito particular, a doutrina espírita nos ajuda a esclarecer o elo que faltava para a explicação de muitos porquês que o paradigma materialista não consegue concluir de forma puntiforme como causa primária do adoecimento do ser, nos seu foro mais íntimo, apesar dos inúmeros métodos de diagnóstico e de tratamentos clínicos de ponta na atualidade. Joanna de Ângelis reforça na introdução do livro *Conflitos Existenciais* que, “*do ponto de vista espírita, essa herança procede das reencarnações anteriores, que imprimiram no espírito as suas necessidades, mas também as suas realizações, facultando-lhe o avanço progressivo, cada vez que uma etapa do processo de crescimento é vencida. Graças a essa constatação, na raiz de todo processo aflitivo existe uma herança psicológica de outra existência, ressurgindo como necessidade de reparação, a fim de favorecer o espírito com novas aquisições, sem amarras com os fracassos que ficaram no passado.*”

Saber lidar com os sentimentos, por mais delicado que seja, imprime em última instância, o conceito de saúde que Emmanuel nos traz no livro *O Consolador*²: “*Para o homem da Terra, a saúde pode significar o equilíbrio perfeito dos órgãos materiais; para o plano espiritual, todavia, a saúde é a perfeita harmonia da alma, para obtenção da qual, muitas vezes, há necessidade da contribuição preciosa das moléstias e deficiências transitórias da Terra.*”

Os adoecimentos corpóreos, de forma crônica, seja no campo orgânico, como no campo psíquico, nos levam a compreender os circuitos de reparação dos nossos equívocos espirituais. É através destes adoecimentos que temos a oportunidade de nos colocar frente a frente conosco mesmos, e buscar o entendimento de como agimos e pensamos ao longo

da nossa existência, provocando em nós mesmos perturbações que nos convidam à reflexão.

Ambos os benfeitores, Joanna de Ângelis e Emmanuel, nos conclamam ao autoconhecimento, ao trabalho interior do reconhecimento das nossas faltas, ao burilamento das emoções e dos sentimentos, como recursos necessários para a manutenção da saúde psíquica e física. Em última instância, nos convidam à reflexão do Evangelho de Jesus, como a receita intransponível do nosso burilamento moral.

Fiquemos atentos ao convite. Ele surgirá inevitavelmente em nossas vidas.

Referências Bibliográficas:

- 1 - Ângelis, Joanna/ Franco, Divaldo. P, Conflitos Existenciais, Ed. Leal, 5ª edição 2014
- 2 - Emmanuel/ Xavier, Francisco Cândido, O Consolador, Ed. FEB, 24ª edição, 2003