

## Amai os vossos inimigos

Buscando refletir sobre o "Amai os vossos inimigos"

Podemos começar pela indagação: Quem são os nossos inimigos?

Normalmente nós só reconhecemos como nossos inimigos o outro, aquele que nos magoa, que interfere em nossas vidas, que impedem que façamos algo que nos dá prazer, por exemplo.

No entanto, muitas vezes somos nossos próprios inimigos quando agimos de forma a nos prejudicar, seja física, emocional ou espiritualmente.

Em o livro "Jesus e Atualidade", de Joanna de Angelis, por Divaldo Franco, encontramos o seguinte texto:

*"Há modelos para todos os nivelamentos de indivíduos com injustificável desprezo pela sua identidade humana.*

*Sufocado pela falta de humanidade, o homem busca refúgio ... temendo enfrentar-se.*

*Permanece na multidão, sofrendo de insuportável soledade.*

*Vê inimigos em toda parte e busca afastá-los, usando artifícios segregacionistas de vários tipos, ...*

*Os inimigos mais cruéis, todavia, permanecem no imo das próprias criaturas, que os vitalizam com o orgulho, o egoísmo e o disfarce da acomodação social aparente."*

Sugere-nos Joanna de Angelis:

*"Não temas enfrentar as tuas sombras, esses inimigos que vigem em ti mesmo.*

*Fortalece o ânimo e concentra-te em Jesus, a própria terapia atuante.*

*Deixa que a tua emoção O alcance.*

*Não tenhas medo destes adversários com os quais convives sem saber.*

*Identifica-os, um a um, desembaraçando-te logo após da pressão que exercem sobre ti.*

*Recupera a tua humanidade, sendo tu mesmo.(...)*

*Permanece aberto à renovação.*

*Desprovido de prevenções perturbadoras, gozarás de otimismo, fator essencial a uma vida sadia e a um inter-relacionamento social saudável."*

Em um outro livro, um romance não espírita, encontrei uma passagem em que a personagem foi ao encontro de uma oportunidade de aprendizado espiritual onde exercitou a

meditação e recebeu ajuda de orientadores nesse caminho de autoconhecimento e reforma interior.

Em certo momento desse caminhar, ela identificou em si mesma vários "inimigos" que a impediam de prosseguir sua vida de forma saudável e compreendeu que precisava libertar-se para prosseguir sua caminhada espiritual.

A forma que encontrou para essa libertação foi muito especial. Identifica-se sobremaneira com a forma sugerida pelo Mestre.

Em processo meditativo e em oração, ela procurou cada um de seus "inimigos" internos e a cada um que identificava procedia ao exercício de oferecer-lhe o seu coração mentalizando-o envolvido pelo seu amor dizendo a si mesma que compreendia sua fragilidade, mas que a partir daquele momento queria libertá-lo e permitir que ele encontrasse o caminho do amor em seu coração.

Ao final desse exercício sentiu uma paz interior intensa e a presença do amor por sua própria vida.

Muitas vezes precisamos enfrentar nossa sombra, reconhecer a sua existência para então exercitar a nossa libertação. Enquanto mantivermos os nossos "inimigos" velados eles permanecerão em nós, fortalecidos a cada instante, tornando-se verdadeiros obstáculos ao nosso crescimento e evolução. No entanto, caso nos predispusermos a esse processo, teremos que reconhecer-lhes a existência em nós e dar a eles a oportunidade de serem libertados e, conseqüentemente a nossa própria libertação.

O rancor, o ódio são sentimentos que nos aprisionam. Só o amor e a compaixão nos liberta.

Já nos dizia o Mestre *"Conheça a verdade e a verdade vos libertará."*

O caminho já nos foi oferecido há muitos séculos, resta a nós querer tomar esse caminho como objetivo de vida e seguir em busca da nossa libertação e da nossa felicidade.

Buscar o amar a si mesmo e ao próximo, reconhecendo em si e no outro a parte divina que tem ali morada.

Precisamos reconhecer que a essência divina reside em nós e em todos os seres. A partir de então estaremos mais preparados a encontrar o autoamor e o amor ao próximo, através do amor de Deus que existe em cada um de nós.

## Inimigos desencarnados

Um outro olhar sobre o mesmo tema: o rancor, o ódio são sentimentos que nos aprisionam. Só o amor e a compaixão nos liberta.

Buscamos nos Centros Espíritas ajuda para nos libertar da influência de irmãos que tentam envolver-nos e muitas vezes prejudicam o nosso caminhar, produtivo e saudável, pela vida.

Precisamos nos conscientizar de que essa libertação se faz a partir da nossa própria reformulação de valores e sentimentos.

Quando nos propomos a mudar o nosso modo de ser, de agir, nós ajudamos esses companheiros que tentam nos influenciar a ter um novo olhar a respeito de nós mesmos. Eles sentem que passamos a ser um espírito diferente, melhor, e aprendem também a serem melhores com o nosso exemplo.

Nós os libertamos e somos também libertos.

Somos instrumentos importantes nesse processo de evolução.

Podemos concluir com muita tranquilidade: nós somos os principais responsáveis pelo que nos ocorre emocional e espiritualmente.

É importante que busquemos ajuda, pois muitas vezes sentimo-nos frágeis e sem condições de vencer sozinhos. No entanto, a nossa participação nesse processo é imprescindível e não podemos delegar ao outro a responsabilidade que é nossa.

O passe, o tratamento espiritual são coadjuvantes no processo, mas o componente principal na nossa cura são a nossa conscientização e determinação em promover a grande mudança em nossas vidas.

---

### Tentando compreender sobre o sentimento "amor".

No Novo Testamento, também escrito em grego, a palavra **Amor** é utilizada em vários sentidos:

*Eros* – que significa sentimentos baseados numa atração, num desejo ardente;

*Stongé* – afeição familiar;

*Philos* – fraternidade, amor recíproco;

**Agapé** – **amor incondicional, sem exigir nada em troca. É o amor baseado no comportamento e escolha e não o sentimento amor.**

O sentido utilizado nesta passagem bíblica: **Amai os vossos inimigos**, é *Agapé*. O amor-comportamento.

Nem sempre conseguimos controlar o que sentimos por alguém, mas conseguimos controlar nossos comportamentos.

Ágape é o mesmo que comportar-se amorosamente (ser paciente, honesto, respeitoso), não se comportar inconvenientemente, não compactuar com a maldade, mas com a verdade, não conservar um erro cometido, desistir de manter o rancor.

O “**Amai os vossos inimigos**” não significa que devamos ter a mesma ternura para um inimigo do que a que dispensamos para um amigo, ou irmão. Não está na nossa natureza.

É o comportar-se com dignidade, não ter ódio, não querer a vingança, esquecer, abster-se de atos ou palavras felinas, e não humilhar.

Isso pode ser difícil, mas é muito mais fácil e até mesmo possível de se colocar em prática, basta querer ter a boa vontade, basta comportar-se com o comportamento amor.

### Aprender, transformar-se e amar

Elda Evelina Vieira

Onde está, companheiro?  
Estivemos juntos em passado remoto,  
Vivenciamos experiências  
Por vezes difíceis.  
Incompreensão,  
Desamor,  
Injustiças,  
Paixões desmedidas.  
Não sei qual a nossa ligação!

Por certo estamos ligados,  
Conectados por sentimentos,  
Emoções nem sempre nobres,  
Por vezes até inconfessáveis!  
É até constrangedor reconhecer  
E confessar a mim mesma.

Quero dizer a você, companheiro,  
Que tenho tentado me conhecer,  
Buscar no recôndito da minh’Alma,  
Meus erros, meus deslizes,  
Dos mais variados matizes.  
Preciso encontrá-los,  
Reconhecê-los,  
Mais do que simplesmente isso,

Preciso resgatá-los!  
Para tanto, meu primeiro passo  
Está no me transformar, de certo.

Sei que me acompanha,  
Olha para mim com os olhos do seu espírito,  
Talvez com rancor, com mágoa,  
Ódio até, talvez.  
Nem sei o que lhe fiz,  
Mas algo existe no seu Ser,  
Marcado pela minha insensatez.

Volto a dizer, meu amigo,  
Que busco me encontrar.  
E no me encontrar,  
O me transformar.  
Quem sabe você,  
Ao ver o meu novo ser,  
Poderá perceber meu novo caminhar,  
E nesse novo caminhar  
Encontrar a minha busca  
De aprender a amar?

Quem sabe, meu amigo,  
Companheiro de vidas idas,  
Venha até mesmo conseguir  
Se descobrir como alguém  
Capaz de também se encontrar  
Ao me ver em novo proceder?  
E podermos juntos, então,  
Olhar um para o outro,  
Abrindo novos sentimentos,  
Emoções tocando o nosso novo Ser  
Emoções de arrepender,  
Do aprender e do se encontrar.  
E nos abraçarmos,  
Ainda que seja em sonhos  
Ou em percepções sutis.

Um dia, quem sabe?  
Podemos nos encontrar em corpo,  
E nos reconhecemos,  
Não como desafetos  
Mas como grandes amigos  
Que aprenderam a se amar.

No livro Reflexões Evangélicas, Elda Evelina, Bookess Editora

“O que fazer para alcançar a felicidade e resistir ao mal?  
**R** – Um sábio da antiguidade vô-lo disse: *Conhece-te a ti mesmo.*” Livro dos Espíritos

Áudio do Estudo - [www.eldaevelina.com/amai-os-vossos-inimigos-3/](http://www.eldaevelina.com/amai-os-vossos-inimigos-3/)

*Amai os vossos inimigos*

*“Dissolver os grilhões do mal com as energias poderosas do amor, eis no que consiste a terapia desobsessiva, que libera o ser do sofrimento que a sua incúria gerou, favorecendo-o com a saúde integral, resultado de uma mente em harmonia com a vida, uma organização física em equilíbrio e a emoção como a razão dirigidas para o bem, para o progresso, para a felicidade.”*

Do livro “Plenitude”, capítulo “Terapia desobsessiva”, de Joanna de Ângelis, por Divaldo Franco

Reflexão oferecida por  
Elda Evelina Vieira

CEAL Centro Espírita André Luiz

SGAN 909 Módulo G, fundos  
Reunião de 20 de dezembro de 2018