



REVISTA ESPÍRITA

Periódico de divulgação do Espiritismo prático

O medo de morrer pode matar?

As notícias persistentes e apavorantes que se espalharam sobre a sociedade, a respeito da doença chamada Covid-19 preceem ter provocado um poderoso efeito sobre o Sr. A. Esse homem era conhecido do Sr. G. e de sua esposa, ambos espíritas, praticantes do Espiritismo conforme o ensina Allan Kardec, que se compadeceram do sofrimento do amigo e buscaram saber da sua situação no mundo espírita. O casal nos enviou o relato que se segue.

"O Sr A., conhecido nosso de longa data, sempre bem humorado e de observações espirituosas, não demonstrava um mal que lhe ia na alma, mas que veio à tona com as previsões catastróficas dos noticiários sobre pandemia Covid-19 deflagrada no mundo no início de 2020. A responsabilidade com que ele exercia o seu trabalho lhe granjeara muitos clientes e era benquisto na cidade onde residia. No entanto, as notícias de uma doença espalhada por todo o planeta tocou-lhe profundamente o moral, abalou seu equilíbrio psicológico e sua saúde a tal ponto que ele não mais se recuperou.

"Além da estrita observância das determinações legais, o Sr. A. passou a ter um excesso de zelo nos cuidados pessoais e adotou o hábito de passar álcool gel em tudo o que tocava; a maçaneta da porta do seu carro chegou a desbotar, de tanto ele esfregar o produto recomendado para prevenir o perigo. Além disso, não deixava a esposa sair à rua com medo de que ela trouxesse o tal vírus para dentro de casa; ele mesmo passou a fazer as compras e tudo o mais de que precisavam. Atormentado pelo temor do contágio e da morte, ele abalou seriamente o próprio organismo; passou então a ter sintomas depressivos, e foi internado no hospital local. Agravou-se a tal ponto o medo de morrer, que seus órgãos vitais ficaram gravemente comprometidos pelos abalos psicológicos, que entraram em falência total, culminando com sua morte em setembro de 2020.

"No mês de julho de 2021, em nosso grupo familiar, evocamos o Espírito do Sr. A. para saber da sua situação, e também porque julgamos que o seu caso poderia ser instrutivo para nós. Além disso, talvez pudéssemos prestar-lhe eventual auxílio para o seu despertar no mundo dos Espíritos, caso ainda estivesse em perturbação.

"Solicitamos orientações do nosso presidente espiritual São Luís e de Allan Kardec, para saber se seria oportuna a evocação do Espírito do Sr. A. Recebemos as seguintes respostas:"

"Esse Espírito é digno de compaixão, pois seu atual estado poderia ser bem diferente. Ele deveria ter enfrentado com bravura a ameaça da doença que vem acometendo a tantos, pois essa era uma prova para ele, que pela qual deveria agradecer a Deus pela oportunidade de sair mais fortalecido dessa vida, se a enfrentasse com coragem.

1. A morte do Sr. A. foi provocada pelo temor de contrair o vírus, ou por outra causa eficiente?

- Sim, a morte teve origem no pânico em contrair a doença. O medo fragilizou todo o seu organismo e seus fluidos vitais se esvaíram como numa hemorragia. Os conselhos dos parentes e amigos eram estéreis para incutir nele outras ideias. Afligia a si mesmo com a ideia fixa do risco de morte por tal contágio. Seu Anjo guardião o envolvia, inspirando-lhe coragem, mas o medo e o afastamento de Deus foram mais fortes nele.

2. Qual é a situação dele no mundo dos Espíritos?

- Continua com as mesmas ideias fixas e sofre por acreditar que fora abandonado pelos seus, e ainda pelo temor da morte.

3. Nós poderíamos evocá-lo com proveito para nós e para ele, em nosso grupo familiar?

- Sim, a evocação irá tirá-lo do redemoinho pelo qual enveredou. Deveis ter paciência e perseverança nos diálogos, pois ele ainda oporá certa resistência a mudar de ideia. No entanto, quando tomar conhecimento da sua nova realidade, a de que não tem mais seu corpo físico, será um passo para a sua cura. Tendes aí a oportunidade de auxiliar a um irmão, e para que logreis bom êxito é preciso terdes a caridade como móvel.

Allan Kardec

(Psicografada em 27 de julho de 2021.)

"...A ação do espírito sobre o físico é de tal modo evidente, que por vezes se veem graves desordens orgânicas produzidas por efeito de violentas comoções morais. A expressão vulgar: *A emoção lhe fez subir o sangue*, não é assim despida de sentido quanto se podia crer. Ora, o que pôde alterar o sangue senão as disposições morais do espírito?

Este efeito é sensível sobretudo nas grandes dores, nas grandes alegrias, nos grandes pavores, cuja reação pode chegar a causar a morte. Vemos pessoas que morrem do medo de morrer. Ora, que relação existe entre o corpo do indivíduo e o objeto que causa pavor, objeto que, muitas vezes, não tem qualquer realidade? Diz-se que é o efeito da imaginação; seja, mas o que é a imaginação senão um atributo, um modo de sensibilidade do espírito? Parece difícil atribuir a imaginação aos músculos e aos nervos, pois então não compreenderíamos por que esses músculos e esses nervos não têm imaginação sempre; por que não a têm após a morte; por que o que nuns causa um pavor mortal, noutros excita a coragem."¹

O evocou, em seu grupo familiar, o Espírito do Sr. A., e tiveram com ele algumas conversas bastante instrutivas.

Vamos reproduzir aqui apenas as passagens dos diálogos que julgamos mais instrutivas e de interesse geral, a fim de que se possa perceber como se pode auxiliar um Espírito que sofre por julgar-se ainda no corpo físico.

Sessão do dia 9 de agosto de 2021

Primeira conversa com o Espírito do Sr. A.

Observação: o Sr. G., médium falante, serviu de intérprete em todos os diálogos. A Sra. G., sua esposa, era quem conversava com o Espírito.

Evocação

- O que estou fazendo aqui, meus amigos?

1. É o Sr. A. quem está falando?

- Sim, sou eu. O que faço eu aqui?

2. Você está entre amigos. Tem noção do que lhe aconteceu?

- Estou muito doente. Continuo hospitalizado desde que adoeci.

3. Você estava apavorado pelo que via e ouvia a respeito da chamada pandemia covid-19. Isso o levou ao pânico. Lembra?

- Sim, e continuo em pânico. Estou muito confuso. Ninguém mais veio me ver, estou aqui sozinho.

4. Então permanece no hospital?

- Sim, estou no hospital, mas ninguém vem me atender. Não há médicos, só solidão. Tento entender, mas não consigo. Por que ninguém vem me visitar, e agora aparecem vocês?

5. As pessoas estão proibidas de visitar os doentes nos hospitais, a fim de preservá-las e também aos que estão internados. Mas você não está abandonado. Tem pensado em Deus, pedido a ele que lhe ajude?

- Não. Eu só tenho pensado em sair daqui.

6. Os médicos e os enfermeiros não têm vindo lhe atender?

- Não, eu estou só. Não há médico, só solidão. Tento entender, mas não consigo.

7. Nós temos um amigo que é médico e está disposto a lhe ajudar, se você quiser. Ele se chama Dr. Demeure, tem um bom coração, tem muita experiência e não cobra nada, pois só quer ver aqueles que sofrem livres do sofrimento.

- Onde está esse médico? Quero saber, quero entender.

8. Para ser atendido por ele é preciso pedir a Deus, porque ele atende em nome de Deus,

por isso não cobra nada. Gostaria de ser atendido por ele?

- Sim, eu quero, eu preciso. Não quero mais continuar assim. De repente, tudo ficou mais escuro, e só tenho a visão desse quarto sem ninguém. São dias e dias, não sei quanto tempo estou nesse meu desespero. Eu quero essa ajuda, porque preciso sair daqui.

9. Então vamos chamar o Dr. Demeure. É preciso que você coloque seu pensamento e seu coração nesse pedido, para que ele seja atendido por Deus. Acredita em Deus?

- Sim. (Foi proferida a Oração dominical, acrescentando-se a evocação, em nome de Deus, do Espírito do Dr. Demeure.)

10. Você sentiu algum alívio?

- Sim. O calor excessivo e a dor nas pernas passaram. Já respiro melhor. Ah, que alívio! Alguém me diz: tenha confiança, eu estou contigo.

11. É o bom Demeure que atendeu ao nosso chamado. Ele vai tratá-lo mesmo que você não o veja, mas pode ouvir a sua voz.

- Sim. Que alívio! Mas preciso de vocês para me ajudarem a sair dessa obscuridade mental. Ainda preciso.

12. É de Deus que você precisa, e ele sempre atende aqueles que lhe pedem com sinceridade e confiança.

- Sim, preciso de Deus, tão esquecido por mim. Eu confiava na medicina dos homens, mas duvidava ao mesmo tempo; não tinha um momento de sossego e acabei vindo parar aqui. Na verdade, parecia que já adivinhava que ficaria doente, mas negava essa possibilidade. Tem sido um tormento, mas se agora já senti um alívio, pergunto se posso contar ainda com a ajuda de vocês?

13. Sim, pode contar.

- O que devo fazer?

14. Primeiramente, recomendar-se a Deus, nosso Pai, e ao Dr. Demeure, esse bom médico que vai lhe ajudar a curar suas feridas, pode confiar.

- Então esse doutor estará me assistindo a partir de agora?

15. Sim, e mesmo que não o veja ainda, procure ouvir a voz dele. Ele fala boas palavras e foi ele que disse: "confie, eu estou contigo."

- Sinto sua amorosa presença. Não o vejo, mas sinto uma presença amorosa, deve ser ele então.

16. Certamente, e esse já é um bom começo. Que essa ajuda desperte em seu coração toda a confiança em Deus.

- Ah, que alívio!

17. Nós vamos continuar pedindo a Deus por você, com toda a confiança.

- Muito obrigado por me ajudarem!

18. Que Deus o abençoe.

- Amém!

Sessão do dia 11 de agosto de 2021

Segunda conversa

Perguntamos a São Luís sobre a situação do Espírito do Sr. A., e ele nos respondeu: "Ele ainda está confuso. Tende paciência, pois ele pensa que ainda está entre os vivos da Terra. Podeis evocá-lo agora."

Evocação.

- Estou aqui.

1. Você ainda se vê num quarto de hospital?

- Sim, é um quarto cinza.

2. Ainda sente dores?

- As dores sumiram, o que eu tenho ainda é falta de ar e uma confusão nas ideias, pois ora estou nesse quarto cinza, ora me vejo num lugar em que devo fazer reflexões.

3. O que significam as reflexões para você?

- É um local onde sento para refletir sobre a minha vida pregressa. Sou levado a refletir, e reflito também sobre a morte, mas eu fujo, e só consigo fugir de volta para este quarto.

4. Nas reflexões que fez sobre a morte, teve alguma ideia a respeito do que ela significa?

- De que valem os bens terrenos, a dedicação na vida, se a morte tudo arrebatou e não levamos nada! Faça o que puder de melhor nessa vida, tendo em vista a vida no outro mundo. É isso que dizem as escrituras.

5. Deus, que é a Inteligência suprema do Universo, não criaria seus filhos para serem eliminados definitivamente por um vírus. Se assim fosse, Deus não seria justo e bom, mas ele o é.

- Isso eu não pensei. Minha crença não é tão profunda, mas o meu medo era e ainda é grande. Tenho muito medo.

6. Você ainda tem medo de morrer?

- Se eu morrer, terei que ficar refletindo, então eu me agarro com todas as forças nesse corpo, neste lugar, na esperança de uma reversão. Quando é que vou sair daqui?

7. Você precisa colocar suas ideias em ordem, e para isso deve se reportar a Deus, Pai

misericordioso, justo e bom, a cujos olhos nada escapa. Ele lhe ajudará a encontrar a saída desse labirinto. Você falou de esperança, e morrer é entrar na verdadeira vida, que é a vida do Espírito. Já ouviu falar do Espiritismo, não é mesmo?

- Sim já ouvi. Sei que vocês são Espíritas.

8. Então sabe que nós falamos com os mortos, porque aprendemos com Allan Kardec que a morte é apenas uma passagem e que os Espíritos, depois que saem do corpo, continuam vivos, individuais, e podem se comunicar com os vivos. Nós fazemos isso e nenhum dos nossos parentes fica esquecido.

- Eu sei que os espíritas falam com os mortos, tem uma parente minha que falava, mas ela já morreu, por isso eu sei. Mas ela morreu...

9. E, no entanto, ela continua viva, como dissemos há pouco, pois o Espírito é imortal. Tem conversado com alguém, além de nós?

- Ninguém, estou sozinho aqui; eu acho que os médicos cuidam de mim quando eu durmo, não sei o que há.

10. Como você sabe que a alma é imortal, que tal incluir nas suas reflexões a seguinte pergunta: será que eu morri? Será que essa confusão é gerada por causa da passagem, desse movimento de sair do corpo e entrar na verdadeira vida? Nessas reflexões dá para colocar mais esse ponto. O que acha?

- É uma coisa que não me passou pela cabeça. Devo pensar sobre isso?

11. Sim. Deve pensar sobre isso, pois assim as suas ideias vão clareando e então poderá abrir a porta desse quarto e sair. Às vezes o quarto simboliza a nossa mente, os nossos pensamentos. Quando ficamos muito tempo envoltos por uma única ideia, ficamos como que fechados nela e não vemos outra possibilidade. É preciso então usar a razão para sair de tal situação.

- Eu vou lembrar dessas orientações. Agora já me sinto respirando melhor.

12. Graças a Deus.

(O Espírito parece ter ficado espantado com a visão que teve de alguém que se aproximou. Depois de alguns minutos ele diz:) - Minha tia, você está aqui também? Você veio me ver? Mas você já morreu... Como veio parar aqui, tia? Agora eu vou ficar louco... agora eu estou louco...

13. Você não está louco. Ela veio lhe visitar. Faça silêncio e ouça o que ela tem a lhe dizer.

- Tia, você está radiante! O que aconteceu? É você mesma, tia? Veio me trazer notícia, ou esse é um novo delírio? Não, você está tão remoçada, eu te reconheço, é você. Sim, pode. Pode pôr a mão na minha testa. Ela me envolve e tira as minhas dúvidas. Um delírio faria isso. É ela mesma! Sinto seu sentimento amoroso que vai me aliviando. Ela me diz: "Convidote a outras reflexões. Queres que eu fique contigo?" Eu respondo: Claro, me tire desta prisão, me diga o que há, porque em ti eu confio, tia. Sempre confiei, lembra? Sim. Sim. Eu vou. Vou repousar. Quando eu acordar sei que ainda estarás comigo, querida tia. Muito obrigado, oh

meu Deus!

14. Graças a Deus agora você está em boa companhia.
- Obrigado, obrigado, Senhor!

Observação: o casal conhecia a tia do Sr. A., que também era espírita sincera, e muitas vezes, quando viva, falara do Espiritismo para seu sobrinho, mas ele não lhe dava ouvidos. Eles a chamavam por pensamento todas as vezes que evocavam o Espírito do Sr. A., e ela aguardava o momento propício para apresentar-se a ele e auxiliá-lo a sair da perturbação.

Sessão do dia 15 de setembro de 2021

Terceira conversa

Evocação.

- Estou aqui.

1. Sente-se melhor?

- Posso dizer que agora sim, mas eu penei. Agora posso dizer que a situação está melhor, mas se não fosse minha tia eu ainda estaria naquele sufoco. Foi duro, mas agora estou muito melhor. Minha tia tem uma paciência, que só ela mesma. Tivesse eu aceitado o convite que ela me fez antes, para estudar o Espiritismo, não teria passado por tudo o que passei. Mas eu achava tudo aquilo que ela falava uma bobagem. O quê? Espírito se manifestar aos homens, de onde ela tirava essa ideia? Eu a respeitava, claro, pois ela sempre foi muito boa pessoa. E quando precisei dela depois de morto, ela não me faltou, e vou te dizer outra coisa, ela ainda assiste outras pessoas. Como sou grato, como eu sou grato por poder ver as claridades divinas, a bondade de Deus. Agora vejo que a força da alma que precisamos está no Novo Testamento, está em Jesus e em todos aqueles que o seguem.

Observação: as crenças que o Sr. A. tinha em vida eram baseadas no Antigo Testamento.

2. Poderia nos contar como conseguiu sair daquele quarto cinza e não ser mais arrastado para o local das reflexões?

- O cômodo das reflexões era a minha própria consciência me chamado a pensar sobre meus atos, era a consciência, a consciência.

3. Consegue perceber nossos bons Guias em nosso meio, como São Luís, que é nosso presidente espiritual?

- (Pequena pausa) O que posso dizer é que há aqui vários luminares, mas não saberia identificá-los. Percebo que todos são bondosos.

4. Eles podem lhe instruir, se o desejar, pois essa é a missão deles.

- É na companhia deles que eu quero estar, pois são eles que agora me trazem o socorro e me convidam a ouvi-los. Sim, é o que eu quero.

5. Oportunamente poderia vir nos falar sobre a sua situação, quando estava no corpo e soube da pandemia?

- Sim, eu virei lhes falar sobre a minha situação, sobre o desespero, a descrença, o medo, as manias, os tiques nervosos...

6. Nós agradecemos e continuaremos a orar por você.

- A ajuda de vocês e da minha tia foram essenciais para eu compreender a minha nova situação. Agradeço mais uma vez a todos esses bons Espíritos e a Jesus, que se compadeceram de mim, e também a vocês pela boa vontade. Que Deus esteja com todos nós.

7. Que assim seja.

Sessão do dia 3 de janeiro de 2022

Quarta conversa

1. Evocação.

- É bom falar com vocês novamente.

2. Poderia nos dizer se está mais aliviado?

- Vocês não imaginam como foram proveitosas as lições que me deram e quando atraíram minha querida tia até mim. Como tudo se modificou diante dos meus olhos! Nunca fui um homem de chorar, mas eu chorava, chorava de alegria por poder ver aquilo que eu negava, ver os meus medos se dissiparem, poder entender o que não entendia mesmo com todos os estudos que fazia aí! Pude compreender que o verdadeiro amor, o verdadeiro sentido da vida, nós encontramos é em Jesus, por isso agora busco conhecer o seu Evangelho. Descobri que chorar de alegria, por ver mais clara a realidade, tira da gente as coisas pesadas que, como um chumbo que derreteu e vai indo embora e então ficamos mais leves. Eu não quis permanecer no engano, e isso diz tudo. Depois que percebi a presença da minha tia e com o impulso de vocês, pude buscar meu Anjo Guardião. Agora conto com ele para entender

aquilo em que durante todo o tempo passado eu não prestei atenção. É isso, meus amigos. É isso o que quero dizer para vocês, junto com a minha gratidão.

3. Com o que tem se ocupado nos últimos tempos?

- Depois que descobrimos o sentido da vida, nós queremos é entender a vida. Não me apeguei mais ao trabalho que eu tinha aí na Terra, deixei para os que aí ficaram. Agora me ocupo com as instruções que recebemos aqui constantemente, com as visitas que fazemos a algumas pessoas, participo de reuniões de estudos dos encarnados, observo as preocupações da maioria dos que estão num corpo, e vejo como perdemos tempo com coisas que não interessam para a verdadeira vida. Como passa-tempo, eu gostava muito de pescar, vocês se lembram? Pois é, o que eu ganhei nas pescarias além de peixes? Desenvolvimento moral, intelectual? Não. Isso tudo nos é mostrado aqui. Vejo hoje que aquele tempo poderia ter sido aproveitado em coisas mais úteis. O lazer não é proibido, mas quando ele se torna uma paixão, um objetivo, aí complica. Então, digo que hoje estou ávido pelo saber, por entender muitas coisas e, com a permissão de Deus, essas são as minhas ocupações, pelo que estou muito satisfeito.

4. Você poderia nos contar qual foi a causa da sua morte?

- Apesar de eu gostar de determinadas coisas e situações da vida terrena, da vida material, havia em mim uma insatisfação íntima muito grande. O avançar da idade ia me fazendo pensar um pouco no futuro. Mas que futuro? É terrível, quando não se vê o futuro com esperança. A falta de uma perspectiva melhor me levava ao desgosto da vida, e o desgosto acelera o enfraquecimento das forças orgânicas. Aí chegou a pandemia e as coisas ficaram bem piores. Eu pensava: o que irei enfrentar depois da morte? Será o fogo de inferno? O que vai ser? Ao desespero se somaram as minhas manias, mania de limpeza, de não tocar nisso, naquilo, naquilo outro, com medo de pegar a doença. Fui ficando cada vez mais apavorado, com mais medo da morte, que deveria enfrentar, mas fui fraco. Com isso tudo, os meus órgãos foram se enfraquecendo até que não resistiram mais, tanto que do ponto de vista médico a causa de minha morte foi falência dos órgãos

5. A que você atribui a causa de seu desespero, quando soube da dita pandemia?

- O que mais me amedrontava era pensar como seria minha vida depois da morte, em decorrência dos estudos que eu fazia do Velho Testamento. Aquelas ameaças todas me apavoravam, pois eu sabia que não era cumpridor fiel daquelas escrituras, que muito me impressionavam há algum tempo. A pandemia foi a gota d'água. Eu não queria morrer ainda, e talvez nunca quisesse, mas com as ideias que eu alimentava, como poderia esperar uma boa coisa? Agora entendem o meu drama? Por isso tenho pedido a Deus que me permita, numa próxima encarnação, ter contato com o Espiritismo desde criança. Nascer num lar espírita para repetir as provas nas quais fracassei, e reparar esse triste episódio da minha última vida. Eu sinto que Deus terá compaixão de mim.

6. Hoje a pandemia não lhe causa mais medo?

- Não, a mim ela não põe mais medo. Hoje entendo que passei por ela, mas não morri dela, porque não fui contaminado. Morri pelo pavor da morte iminente que ela pressagiava.

7. Algo mais que queira nos dizer?

- O que posso dizer é que nunca deixem de fazer essas reuniões de instrução que são tão úteis para todos nós, Espíritos ainda ignorantes que dela participamos. Peço que continuem a me fortalecer com as suas preces. Que Deus abençoe vocês.

"À medida que o homem melhor compreende a vida futura, diminui o temor da morte, mas, ao mesmo tempo, melhor compreendendo a sua missão na Terra, ele espera seu fim com mais calma, resignação e sem medo. A certeza da vida futura dá outro curso às suas ideias, outro objetivo a seus trabalhos. Antes de ter essa certeza, ele só trabalha para o presente; com essa certeza ele trabalha em vista do futuro, sem negligenciar o presente, porque sabe que seu futuro depende da direção mais ou menos boa que der ao presente. A certeza de reencontrar os amigos após a morte; de continuar as relações que teve na Terra; de não perder o fruto de nenhum trabalho e de crescer incessantemente em inteligência e em perfeição, lhe dá paciência para esperar e coragem para suportar as momentâneas fadigas da vida terrena. A solidariedade que vê estabelecer-se entre os mortos e os vivos lhe faz compreender a que deve existir entre os vivos, e a partir de então, a fraternidade tem sua razão de ser e a caridade um objetivo no presente e no futuro."²

¹ [Revista Espírita, março de 1869 - A carne é fraca - Estudo fisiológico e moral](#)

² [O Céu e o Inferno - Primeira Parte - Doutrina, cap. II - Da apreensão diante da morte - Causas da apreensão diante da morte](#)

REVISTA ESPÍRITA

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS