

# Reforma Íntima



## O que é a reforma íntima?

É a reforma do nosso eu, nosso íntimo. É a mudança para melhor, é elevar-se na condição humana deixando de ser egocêntrico e se tornando altruista. É trocar atitudes erradas por atitudes corretas, erros por acertos que um dia se tornarão virtudes.

The background of the slide features two hands clasped together in a prayerful gesture, set against a bright, glowing, golden-yellow light that creates a halo effect. The overall tone is spiritual and uplifting.

## O verdadeiro espírita

“Reconhece-se o verdadeiro espírita por sua transformação moral e pelo esforço que faz para dominar suas más inclinações”.

O Evangelho Segundo o Espiritismo - capítulo XVII - Item 4





## Vencer a si mesmo

"Porque não faço o bem que quero, mas o mal que não quero esse faço?"

Paulo de Tarso – Romanos, 7:19

# Nosso dever

"Amar o próximo como a si mesmo: fazer pelos outros o que quereríamos que os outros fizessem por nós", é a expressão mais completa da caridade, porque resume todos os deveres do homem para com o próximo.

(...) A prática dessas máximas tende à destruição do egoísmo.

O Evangelho Segundo o Espiritismo - Capítulo XI - item 4



## Inúmeras bibliografias

---

Quando falamos em Reforma íntima, temos excelentes referenciais, obras espíritas de grande profundidade.

Vamos conhecer um pouco mais e prosseguir com firme propósito, boa vontade e a confiança em abraçar aquilo que precisamos: A nossa reforma.

# Em nosso estudo

---

Apresentaremos diversos textos enfatizando a necessidade da vivência dos conteúdos espíritas em nossas vidas de relação. O que devemos reformar? O que está imperfeito em nós?

Reformemos nossa personalidade, nosso modo de agir e de pensar.

Devemos viver sempre de acordo com as leis de Deus, sendo honestos, fraternos e pacíficos.



# Auxílio ao próximo

“Fora da caridade não há salvação”  
pode também significar “fora do  
auxílio aos outros não te libertarás  
do eu”, inclinado à vaidade e ao  
orgulho, ao egoísmo e à discórdia.

Chico Xavier-Emmanuel  
“Urgência”





# Amor e sabedoria

Consagramo-nos à plantação indiscriminada e constante do bem, desculpando e ajudando, aprendendo e redimindo, enriquecendo-nos de amor e avançando na sabedoria (...)"

Chico Xavier - Emmanuel - "Urgência"

## Emmanuel nos diz:

---

(...)“O egoísmo, esta chaga da humanidade, deve desaparecer da Terra, porque impede o seu progresso moral. É ao Espiritismo que cabe a tarefa de fazê-la elevar-se na hierarquia dos mundos. O egoísmo é, portanto o alvo para o qual todos os verdadeiros crentes devem dirigir suas armas, suas forças e sua coragem.

Evangelho Segundo o Espiritismo - Capítulo XI - item 11



## Emmanuel esclarece:

Digo coragem, porque esta é a qualidade mais necessária para vencer-se a si mesmo do que para vencer aos outros. Que cada qual, portanto, dedique toda a sua atenção em combatê-lo em si próprio, pois esse monstro devorador de todas as inteligências, esse filho do orgulho, é a fonte de todas as misérias terrenas. Ele é a negação da caridade, e, por isso mesmo, o maior obstáculo à felicidade do homem."

# Um novo ponto de partida

Ao nascer, traz o homem consigo o que adquiriu, nasce qual se fez; em cada existência, tem um novo ponto de partida. Pouco lhe importa saber o que foi antes: se vê-se punido, é que praticou o mal.

Evangelho Segundo o Espiritismo - Capítulo V - item 11



## Para melhorarmos

Suas atuais tendências más indicam o que lhe resta a corrigir em si próprio e é nisso que deve concentrar-se toda a sua atenção, porquanto, daquilo de que se haja corrigido completamente, nenhum traço mais conservará. As boas resoluções que tomou são a voz da consciência, advertindo-o do que é bem e do que é mal e dando-lhe forças para resistir às tentações.”

Evangelho Segundo o Espiritismo - Capítulo V - item 11

“Espiritismo na cabeça é informação,  
no coração é transformação”

Ermance de La Jonchère Dufaux nasceu em 1841, na cidade de Fontainebleu, França. Colaborou como médium, no trabalho de Kardec, na elaboração da segunda edição de "O Livro dos Espíritos" em 1860. Seu guia espiritual deu grande incentivo a Kardec para publicar a "Revue Espirite" - Revista Espírita. Ermance, com seu pai, tornou-se sócia fundadora da Sociedade Parisiense de Estudos Espíritas.



# Podemos

---

"O homem poderia sempre vencer as suas más tendências pelos seus próprios esforços?"

-Sim, e às vezes com pouco esforço; o que lhe falta é a vontade. Ah, como são poucos os que se esforçam!"

O Livro dos Espíritos - Pergunta N° 909

# Progresso real

---

"Por que sinais se pode reconhecer no homem o progresso real que deve elevar o seu Espírito na hierarquia espírita?"

-O Espírito prova a sua elevação quando todos os atos da sua vida corpórea constituem a prática da lei de Deus, e quando compreende por antecipação a vida espiritual".

O Livro dos Espíritos – Pergunta Nº 918



# Sinais de progresso

“Em resumo, naquele que nem sequer concebe a idéia do mal, já há progresso realizado; naquele a quem essa idéia acode, mas que a repele, há progresso em vias de realizar-se;”

O Evangelho Segundo o Espiritismo - Capítulo VIII - item 7

# Alerta

“Até agora nos meios espíritas vem-se priorizando o estudo doutrinário, que é importante, mas peso maior tem em nossa evolução a vivência dos conteúdos espíritas, que são muito simples e estão ao alcance de qualquer intelecto, por mais limitado que seja.”

escritora Saara Nousiainen, Publicação com o apoio da ADE-CE – Associação de Divulgadores do Espiritismo do Ceará.



## Priorizando esforços

---

“Se nos fixarmos numa agenda com poucos pontos essenciais, adotando-a como meta, como roteiro a ser seguido, priorizando esforços nesse sentido, fica muito mais fácil e produtivo alavancar essa reforma.”

Agenda mínima para evoluir.

# Estados de espírito

---

“Apenas praticar ações virtuosas é algo superficial, não muda estruturas, mas desenvolver estados de espírito é trabalhar os valores correspondentes, em sua profundidade.”

Agenda mínima para evoluir.



# Ação evolutiva

Vamos abordar neste estudo do mês a priorização da ação evolutiva a partir de apenas cinco pontos. Quatro são estados de espírito (Afetividade, Alteridade, Humildade, Contentamento) e um é atributo da mente (Equilíbrio).

Agenda mínima para evoluir.

# Afetividade

Sendo o amor o maior dos valores da alma, o primeiro ponto a ser considerado é a afetividade

Quando nos habituarmos a vivenciá-la, estaremos dando o mais importante dos passos no rumo do amor e da nossa evolução espiritual.



# Alteridade

Resumidamente, podemos dizer que ela representa o respeito que devemos ter para com todos, além da disposição para aceitar e aprender com os que são e pensam diferente de nós.

## Alteridade também é:

A construção da fraternidade apesar das divergências, respeitando-as e procurando aprender com as diferentes opiniões. Mas não significa deixar de discutir, debater, questionar. A discussão, o debate e o questionamento são saudáveis quando se respeita o outro, a sua maneira de ser e de pensar. É, sem dúvida, o veículo que ajudará a conduzir a humanidade para a tão esperada nova era.



# Humildade

É uma percepção clara da nossa real condição. Nem para mais, nem para menos. Se for para mais, nos levará ao orgulho, porque pensar que somos mais evoluídos do que nossa realidade, acarreta envaidecimento.

## Desenvolver a humildade

Pela nossa pouca evolução, estamos ainda muito predispostos a cair nessa ilusão (orgulho). Se forçarmos nossa percepção para menos, isto nos levará a uma situação irreal e à diminuição da nossa auto-estima, o que é também prejudicial para nossa vida e evolução.



# Contentamento

É importantíssimo desenvolver os valores que nos tornam pessoas melhores, presenças benéficas. E quanto a nós? O que fica faltando para alcançarmos a plenitude? Certamente ela está no coroamento dos valores da alma, no contentamento, que é nossa vibração de vida.

# Equilíbrio

Complementa todos os outros, dando-lhes um eixo. Não é estado de espírito, mas atributo da mente e um dos mais importantes valores do ser racional, já que possibilita maior número de acertos e evita muitas quedas. É irmão gêmeo da sabedoria.



## Eliminar o egoísmo

“Expulsai da Terra o egoísmo para que ela possa subir na escala dos mundos, porquanto já é tempo de a Humanidade envergar sua veste viril, para o que cumpre que primeiramente, o expilais dos vossos corações”.  
Emmanuel. (Paris, 1861).

O Evangelho Segundo o Espiritismo - Capítulo XI - item 11

Bons estudos!