

DICAS PRÁTICAS PARA O ESTUDO DA DOCTRINA ESPÍRITA

Obstáculos comuns

1. Não tenho tempo

Todos temos compromissos no meio em que vivemos, seja com o trabalho, família, ou outras atividades que não podem ser adiadas. Isso dificulta (mas não impede) a prática do estudo.

É importante considerar que não há uma fórmula que solucione essa dificuldade de modo geral. Cada pessoa terá que encontrar uma rotina que funcione no seu dia a dia, ou até mesmo decidir que não é possível ter uma rotina fixa, embora mantenha o compromisso consigo mesma de estudar quando houver tempo disponível, porque ela sente que é algo que traz benefícios e faz diferença na sua vida.

Devemos nos perguntar: *Por que estudo? Estudo por que me disseram que preciso estudar? Ou estudo por que sinto a necessidade de aprender, de entender, de viver melhor? Quais são os meus interesses?* Quando a motivação vem de dentro, dificilmente o indivíduo vai ficar muito tempo longe dos estudos, mesmo com os obstáculos e distrações do dia a dia.

Em muitas situações é possível “criar” tempo para estudar, dando menos prioridade para outras atividades. Então podemos nos perguntar: *O que é importante na minha vida hoje? Há atividades que não me preenchem mais ou que não me fazem bem? Das atividades que me dão prazer, estou disposto a sacrificar 10 minutos de uma e de outra, usando esse tempo para estudar? Diante da indecisão ou ansiedade causada por múltiplas atividades e interesses, o que é de fato importante para o Espírito imortal que sou?*

Ao fazer escolhas, sempre abriremos mão de algo em favor de outro. Até mesmo quando escolhemos estudar um assunto, momentaneamente perdemos a oportunidade de estudar outro. É importante estarmos em paz com as nossas escolhas e aceitar que o estudo da Doutrina Espírita requer tempo. Nesse sentido Kardec nos diz:

“Por isso é que dizemos que estes estudos requerem atenção demorada, observação profunda e, sobretudo, como aliás o exigem todas as ciências humanas, continuidade e perseverança. Anos são precisos para formar-se um médico medíocre e três quartas partes da vida para chegar-se a ser um sábio. Como pretender-se em algumas horas adquirir a Ciência do Infinito! Ninguém, pois, se iluda: o estudo do Espiritismo é imenso; interessa a todas as questões da metafísica e da ordem social; é um mundo que se abre diante de nós. Será de admirar que o efetuar-lo demande tempo, muito tempo mesmo?”

O Livro dos Espíritos, Introdução, XIII

A boa notícia é que podemos construir o nosso conhecimento aos poucos, através do estudo contínuo ao longo dessa existência. Quando temos essa visão do todo, entendemos

que o pouco que estudamos a cada dia pode produzir um grande resultado ao longo dos anos. O importante é não deixar para depois na ilusão de que um dia teremos mais tempo.

Vale lembrar que todo aprendizado feito hoje nos acompanhará nas existências futuras, pois como diz Joanna de Ângelis, somos herdeiros de nós mesmos.

SUGESTÕES

- ⇒ Acordar um pouco mais cedo, fazer uma leitura e refletir sobre o que leu por pelo menos 30 minutos.
- ⇒ Ler e refletir por 30 minutos no horário de almoço.
- ⇒ Ler e refletir por pelo menos 30 minutos antes de ir dormir.
- ⇒ Reservar 1 hora por dia para estudar.
- ⇒ Reservar 30 minutos por dia para fazer uma leitura, mas reservar um tempo mais longo durante o fim de semana para reler e estudar de fato.
- ⇒ Ler no transporte a caminho do trabalho, ou a caminho de casa.
- ⇒ Ouvir palestras sobre o assunto estudado enquanto faz outra atividade (tarefas domésticas, a caminho do trabalho, no trabalho - dependendo do tipo de trabalho).
- ⇒ Estudar em dias alternados.
- ⇒ Planejar um roteiro de estudos para a semana.
- ⇒ Aceitar que nem sempre é possível fazer o que foi planejado, mas voltar aos planos assim que possível.
- ⇒ Se perceber que não está conseguindo manter o planejado, rever os planos e adaptar conforme for necessário.

2. Não consigo entender as obras doutrinárias

A leitura de certas obras espíritas pode ser uma tarefa complicada, principalmente quando trazem conceitos complexos ou vocabulário pouco usado no cotidiano.

Uma coisa é certa: só vamos melhorar o nosso entendimento conforme nos acostumarmos a ler esse tipo de obra. Se não praticarmos a concentração, o raciocínio, o esforço para tirar sentido do que é lido, o pensamento crítico, o hábito de reler várias vezes e procurar em outras referências, ficaremos sempre à margem dessas obras, dependendo de terceiros que as decifrem por nós. Nesse sentido, o Espírito Emmanuel nos diz:

“Abraçando a fé raciocinada, ao espírita não será lícito eximir-se ao estudo.

Valer-se do pensamento alheio, a fim de progredir e elevar-se, mas, formar as ideias próprias.

Ler e meditar. Aprender e discernir.”

No Portal da Luz, Francisco Cândido Xavier

A Doutrina Espírita nos ensina que para a evolução do nosso Espírito, é necessário nos desenvolvermos tanto intelectualmente como moralmente. Aprender a estudar e a fazer uso do raciocínio faz parte do nosso desenvolvimento intelectual. A partir do

desenvolvimento intelectual, podemos colher os ensinamentos morais essenciais para a nossa transformação. Emmanuel explica:

“Já se disse que duas asas conduzirão o espírito humano à presença de Deus. Uma chama-se Amor, a outra, Sabedoria.

Pelo amor, que, acima de tudo, é serviço aos semelhantes, a criatura se ilumina e aformoseia por dentro, emitindo, em favor dos outros, o reflexo de suas próprias virtudes; e, pela sabedoria, que começa na aquisição do conhecimento, recolhe a influência dos vanguardeiros do progresso, que lhe comunicam os reflexos da própria grandeza, impelindo-a para o Alto.”

Pensamento e Vida, Francisco Cândido Xavier

SUGESTÕES

- ⇒ Para ler obras impressas, ter sempre um dicionário ao alcance. Há muitos dicionários de português disponíveis na internet. Nos eBooks, o dicionário de português pode ser instalado no aplicativo (se já não estiver), o que é ainda mais prático pois possibilita ver o significado clicando na palavra.
- ⇒ Conceitos ou expressões desconhecidas, fatos históricos: pesquisar no Google ou Wikipedia.
- ⇒ Buscar palestras que expliquem mais sobre o tema. Um bom lugar para começar a busca é o canal da Federação Espírita no YouTube. Dê preferência a palestrantes que citem referências, para poder buscar as obras citadas e fazer os seus próprios estudos.
- ⇒ Procurar outras obras espíritas que tratem do mesmo tema. Ler outras obras do mesmo autor ou de autores diferentes traz uma ideia mais completa sobre o assunto e pode auxiliar no entendimento.
- ⇒ Baixe os livros gratuitos para se familiarizar com cada livro. Se tiver condições compre os livros oficiais, ou pelo menos compre os mais usados, dessa forma contribuindo com o trabalhos das instituições espíritas. Outra opção é assinar o Kindle Unlimited na Amazon.com.br, onde grande quantidade de livros espíritas está disponível.
- ⇒ Buscar no Google sobre a temática de interesse, buscando sempre as obras espíritas como referência. Existe muitos artigos na internet que refletem meramente a opinião do escritor, então é de extrema importância que desenvolvamos o pensamento crítico e busquemos as fontes oficiais que nos trazem os ensinamentos da Doutrina Espírita.
- ⇒ Para estudar a codificação espírita, o site Kardecpedia.com faz relação entre as obras da codificação, de forma que é possível ler nas outras obras os itens relacionados com determinado texto.
- ⇒ Ao estudar a codificação espírita, quando encontrar um trecho que não faz sentido, comparar com outra tradução. Muitas vezes o mesmo trecho pode ter sido escrito de forma mais clara, inclusive o trecho pode não fazer sentido devido à um erro tipográfico que ficará evidente na outra tradução.
- ⇒ Participar de um grupo de estudo que estude a obra ou temática. Há muitos estudos online sendo oferecidos por organizações espíritas. O estudo em grupo possibilita o esclarecimento de dúvidas por meio das discussões em grupo ou interação via chat.

3. Não consigo criar o hábito de estudar

Há uma tendência normal no ser humano em oscilar de um extremo ao outro. O Espírito Joanna de Ângelis nos traz algumas colocações pertinentes:

“Toda vez que lhe ocorre uma aspiração, o polo oposto insurge-se, levando-o ao outro lado da questão.

Qualquer comportamento de natureza unilateral logo desencadeia uma reação interna, inconsciente, em total oposição àquele interesse.”

Em Busca da Verdade, Divaldo Franco

Um dia resolvemos estudar, no dia seguinte “perdemos” a vontade. Será que a vontade de fato existiu? De onde vem essa vontade, da nossa consciência superior (Self) ou do ego?

Joanna de Ângelis nos diz sobre o hábito:

“Estás, na Terra, com a finalidade de abrir sepulturas para os vícios e dar asas às virtudes.

Substituindo o mau pelo bom hábito, o equivocado pelo correto labor, corrigirás a inclinação moral negativa, criando condicionamentos sadios que se apresentarão como virtudes a felicitar-te a vida.

Teus vícios de hoje, transforma-os, no teu mundo íntimo, em virtudes para amanhã ao teu alcance desde agora.”

Vigilância, Divaldo Franco

Joanna de Ângelis fala mais sobre os hábitos no livro Vida: Desafios e Soluções, Capítulo 4 - Energias da Vida, Hábitos Mentais.

Ver também o item 1 acima sobre a falta de tempo, que contém observações e sugestões relacionadas ao hábito do estudo.

4. Não sei por onde começar a estudar

Qual são as temáticas que lhe interessam? Qual é o tema da sua vida? O que você busca na Doutrina Espírita?

SUGESTÕES

- ⇒ Comece estudando o assunto que lhe interessa mais.
- ⇒ Comece estudando as obras básicas.
- ⇒ Participe de um grupo de estudo que estude as obras básicas, simultaneamente estudando sozinho os assuntos que mais lhe interessam.
- ⇒ Pesquise e conheça os autores, as obras e as publicações espíritas.

- ⇒ Baixe os livros gratuitos para se familiarizar com cada livro. Se tiver condições compre os livros oficiais, ou pelo menos compre os mais usados, dessa forma contribuindo com o trabalhos das instituições espíritas. Outra opção é assinar o Kindle Unlimited na Amazon.com.br, onde grande quantidade de livros espíritas está disponível.
- ⇒ Ouça/assista palestras. Dê preferência a palestrantes que citem referências, para poder buscar as obras citadas e fazer os seus próprios estudos.

Referências para Pesquisa

[Obras de Allan Kardec gratuitas - Federação Espírita Brasileira](#)

[Estudo Aprofundado da Doutrina Espírita - Federação Espírita Brasileira](#)

[O Espiritismo de A à Z](#)

[Guia de Fontes Espíritas](#) (obras da FEB)

[Acervo digital da Revista Reformador](#)

Para buscar um termo específico na Revista Reformador, buscar no Google o termo seguido de site:https://www.souleitorespirita.com.br/. Por exemplo, a busca de “reencarnação site:https://www.souleitorespirita.com.br/” trará todas as revistas que contém a palavra reencarnação. Todos os artigos listam as referências, uma ótima maneira de conhecer outras obras.

[Kardecpedia](#)

[Índice temático das obras de Chico Xavier](#)

[Vade Mecum Espírita](#) (na página principal é possível pesquisar por assunto)

[O Consolador](#) (obra completa de Chico Xavier para baixar gratuitamente)

[Amazon.com.br Kindle Unlimited](#) - assinatura permite ler a maioria dos eBooks da FEB por uma pequena taxa mensal.

PRINCIPAIS AUTORES

Obras básicas

Codificação Espírita - Allan Kardec

Obras subsidiárias

Autores clássicos: Léon Denis, Camille Flammarion, Gabriel Dellane, Arthur Conan Doyle, Ernesto Bozzano, Cesare Lombroso

Autores modernos:

Psicografia: Francisco C. Xavier (André Luiz, Emmanuel, Irmão X/Humberto de Campos), Divaldo P. Franco (Joanna de Ângelis, Manoel Philomeno de Miranda), Yvonne A. Pereira, Raul Teixeira

Pesquisadores: Suely C. Schubert, Hermínio C. Miranda, Herculano Pires, Cairbar Schutel, Martins Peralva

Sugestões de Obras Espíritas

Não listamos aqui as obras completas de cada autor, apenas algumas sugestões.

CODIFICAÇÃO ESPÍRITA - ALLAN KARDEC

O Livro dos Espíritos (1857)
O Livro dos Médiuns (1861)
O Evangelho Segundo o Espiritismo (1864)
O Céu e o Inferno (1865)
A Gênese (1868)

COLEÇÃO A VIDA NO MUNDO ESPIRITUAL - ANDRÉ LUIZ

Nosso Lar
Os Mensageiros
Missionários da Luz
Obreiros da Vida Eterna
No Mundo Maior
Libertação
Entre a Terra e o Céu
Nos Domínios da Mediunidade
Ação e Reação
Evolução em Dois Mundos
Mecanismos da Mediunidade
Sexo e Destino
E a Vida Continua...

ROMANCES - EMMANUEL

Paulo e Estêvão
Há Dois Mil Anos
50 Anos Depois
Ave Cristo!
Renúncia

COLEÇÃO FONTE VIVA - EMMANUEL

Ceifa de Luz
Fonte Viva
Vinha de Luz

Pão Nosso
Caminho, Verdade e Vida

SÉRIE PSICOLÓGICA - JOANNA DE ÂNGELIS

Jesus e Atualidade
O Homem Integral
Plenitude
Momentos de Saúde e Consciência
O Ser Consciente
Autodescobrimento: Uma Busca Interior
Desperte e Seja Feliz
Vida: Desafios e Soluções
Amor, Imbatível Amor
O Despertar do Espírito
Jesus e o Evangelho à Luz da Psicologia Profunda
Triunfo Pessoal
Conflitos Existenciais
Encontro com a Paz e a Saúde
Em Busca da Verdade
Psicologia da Gratidão

OUTROS

Agenda Cristã - André Luiz
Conduta Espírita - André Luiz
O Consolador - Emmanuel
Pensamento e Vida - Emmanuel
Vida e Sexo - Emmanuel
Emmanuel - Emmanuel
Justiça Divina - Emmanuel
Religião dos Espíritos - Emmanuel
Seara dos Médiuns - Emmanuel
Encontro Marcado - Emmanuel
Rumo Certo - Emmanuel
Estude e Viva - Emmanuel e André Luiz
O Espírito da Verdade - Espíritos diversos
Voltei - Irmão Jacob
Dias Gloriosos - Joanna de Ângelis
Atitude Renovadas - Joanna de Ângelis
Joanna de Ângelis Responde - Joanna de Ângelis
Convites da Vida- Joanna de Ângelis
Entrega-te a Deus - Joanna de Ângelis
Vitória sobre a Depressão - Joanna de Ângelis
Espelhos da Alma - Núcleo de Estudos Psicológicos Joanna de Ângelis
Refletindo a Alma - Núcleo de Estudos Psicológicos Joanna de Ângelis

YVONNE P. AMARAL

Recordações da Mediunidade
Devassando o Invisível
Ressureição e Vida
Memórias de um Suicida
Nas Voragens do Pecado
O Cavaleiro de Numiers
O Drama da Bretanha
Amor e ódio

LÉON DENIS

O problema do Ser, do Destino e da Dor
Depois da Morte
O Porquê da Vida
O Grande Enigma
No Invisível
O Além e a Sobrevivência do Ser
Cristianismo e Espiritismo