

SEF – Sociedade Espírita Fraternidade
Estudo Teórico-prático da Doutrina Espírita

Unidade 64

TEMA: Concentração – Relaxação – Abstração – Elevação – Manutenção Vibratória – Concentração nos Trabalhos Mediúnicos - Psicografia-Psicofonia.

↳ **Concentração:**

Concentração é a arte de fixar a consciência numa idéia, numa imagem que se alonga em nossa área mental.

A concentração é um ato mental.

É a convergência de pensamentos para um determinado fim.

A convergência pressupõe a eliminação de todos os pensamentos que não sejam convenientes aos fins desejados.

↳ **Relaxação:**

A relaxação deverá ser completa: muscular e psíquica.

Durante a reunião, manter-se relaxado, respirar calmamente, tomar na cadeira uma posição cômoda, solta, evitando contrair os músculos, para facilitar um bem estar físico.

↳ **Abstração:**

A abstração quer dizer desligamento dos problemas outros que não digam respeito às finalidades da sessão; problemas domésticos, profissionais, particulares, etc.

A relaxação proporcionando um bem estar fisiológico e a abstração evitando tensões psíquicas, dão condições para que o indivíduo possa focalizar seu pensamento em objetivos elevados.

↳ **Elevação:**

Pensar no bem, no amor, na caridade, nas virtudes que exornam o caráter do verdadeiro cristão.

O resultado da reunião depende da concentração e da elevação com que é feita.

↳ **Manutenção Vibratória:**

Conseguida a concentração após um preparo adequado pôr parte de todos os componentes do grupo, é necessário manter-se o ambiente saturados de elementos fluídicos favorecedores do intercâmbio com o plano espiritual.

Mentalmente, envolver a todos em pensamentos agradáveis, desejando-lhes o melhor que se possa dar, como se a nossa mente estivesse emitindo forças e palavras de conforto e esclarecimento.

↳ **Concentração nos trabalhos mediúnicos:**

É importante frisar-se, que cada trabalho desenvolvido na Casa Espírita, vai exigir um nível diferente de concentração. Desta forma, um trabalho de irradiação, de passes, vai exigir um nível intermediário de concentração, ou seja, àquele necessário para fixar a pessoa que está presente ou à distância, vibrando pela mesma; já o trabalho mediúnico, em si, exigirá um nível mais elevado em termos de concentração, atingindo o seu ápice, nas comunicações, sejam elas psicofônicas ou psicográficas.

Através da concentração o médium conseguirá:

- alhear-se do mundo exterior, procurando o contato com o seu mundo íntimo, para que então possa haver a ligação com o plano espiritual;
 - Unir os planos mentais com os companheiros do grupo, para o atingimento dos objetivos;
 - Emitir vibrações.
- **Psicografia** – É a escrita sob a influência dos Espíritos. Os Espíritos escrevem, impulsionando a mão do médium, seja por uma forte intuição, por um controle parcial do centro motor e com ciência do médium ou por uma ação mecânica absoluta.
 - **Psicofonia** – Fenômeno mediúnico que, associado ou não a outras modalidades da mediunidade, possibilita a um Espírito falar através do aparelho fonador do médium

À generalidade destes dois últimos tipos de fenômenos intelectuais (psicografia e psicofonia) tem-se denominado vulgarmente de “Incorporação Mediúnica”. Ressalte-se, todavia, que não ocorre a “introdução” do Espírito no corpo do médium, mas, sim, uma associação de seus fluidos com os do médium, resultantes das faixas vibratórias em que se encontrem e que pela lei de sintonia e da assimilação se identificam formando um complexo - Emissor - (Espírito – desencarnado) e Receptor (médium).

- **Médiuns Psicofônicos ou Falantes** - É a faculdade que permite aos Espíritos, utilizando os órgãos vocais do encarnado, transmitirem a palavra audível a todos que presentes se encontrem.

É a faculdade mais freqüente em nosso movimento e possibilita o intercâmbio com o mundo extracorpóreo.

É através dela que os desencarnados narram, quando podem/desejam, os seus aflitivos problemas, recebendo dos orientadores, em nome da fraternidade cristã, a palavra do esclarecimento e da consolação.

O pensamento do Espírito antes de chegar ao cérebro físico do médium, passa pelo cérebro perispirítico, resultando disso a propriedade que tem o mediano, “em tese” de fazer ou não fazer o que a entidade pretende.

Também os Mentores Espirituais, Espíritos trabalhadores da grande Seara do Pai, utilizam esta possibilidade de intercâmbio para esclarecerem, orientarem, confirmando a continuidade do labor nas duas esferas da vida.

Obs: - Os médiuns falantes, de maneira geral são **intuitivos ou conscientes**, sendo o intérprete ou mensageiro. O estilo, o vocabulário, a construção das frases são suas, mas a idéia é do Espírito.

Os médiuns psicofônicos **semiconscientes** conservam o estilo e a idéia do Espírito que se comunica e nos, psicofônicos **inconscientes**, geralmente se exprime sem ter consciência do que diz e muitas vezes diz coisas completamente estranhas às suas idéias habituais, aos seus conhecimentos e, até, fora do alcance de sua inteligência. Embora se ache perfeitamente acordado e em estado normal, raramente guarda lembrança do que diz.

Os médiuns psicógrafos podem ser classificados em:

a) Médiuns Mecânicos – O Espírito atua diretamente sobre a mão do médium, impulsionando-a. O que caracteriza este gênero de mediunidade é a inconsciência absoluta, por parte do médium, do que sua mão escreve. Ela se move sem interrupção, enquanto o Espírito tem alguma coisa que dizer, e para, assim que ele acaba. Neste tipo de mensagem, a escrita vem antes do pensamento.

b) Médiuns Intuitivos – Neste caso, o Espírito não atua sobre a mão para movê-la, mas, atua sobre a alma do médium, identificando-se com ela e imprimindo-lhe sua vontade e suas idéias. A alma recebe o pensamento do Espírito comunicante e o transcreve. Nesta situação, o médium escreve voluntariamente e tem consciência do que escreve, embora não grafe seus próprios pensamentos. Podemos dizer, que nestes casos, o pensamento vem antes da escrita.

C) Médiuns Semimecânicos – Também denominados Semi-intuitivos. Eles sentem que, à sua mão uma impulsão é dado, mal grado seu, mas, ao mesmo tempo, têm consciência do que escrevem, à medida que as palavras se formam. Nestes casos, o pensamento acompanha as palavras.

Os médiuns de incorporação são classificados em **conscientes, semi-conscientes e inconscientes**.

Médium Consciente

É aquele que durante o transcurso do fenômeno tem consciência plena do que está ocorrendo. O Espírito comunicante entra em contacto com as irradiações perispirituais do médium, e, emitindo também suas irradiações perispirituais, forma a **atmosfera fluídica** capaz de permitir a transmissão do seu pensamento ao médium, que, ao capta-lo, transmitirá com suas possibilidades: **capacidade intelectual, vocabulário, gestos, etc.** O médium age como se fosse um interprete da idéia sugerida pelo Espírito, exprimindo-a conforme sua capacidade própria de entendimento.

. Seu desenvolvimento exige estudo constante, bom senso se análise contínua por parte do médium.

Médium Semi-Consciente: É a forma de mediunidade psicofônica em que o médium sofre uma semi-exteriorização perispirítica em presença do Espírito comunicante, com o qual possui a devida afinidade; ou quando houve o ajustamento vibratório para que a comunicação se realizasse. Há irradiação e assimilação de fluidos emitidos pelo Espírito e pelo médium; formação da chamada **atmosfera fluidica**; e transmissão da mensagem do Espírito para o médium.

O médium vai tendo consciência do que o Espírito transmite à medida que os pensamentos daquele vão passando pelo seu cérebro.

Médium Inconsciente: Esta forma de mediunidade e incorporação caracteriza-se pela inconsciência do médium quanto à mensagem que por seu intermédio é transmitida. Isto se verifica por se dar uma exteriorização perispiritual total do médium.

Embora inconsciente da mensagem, o médium é consciente do fenômeno que está se verificando, permanecendo, muitas vezes, junto da entidade comunicante, auxiliando-a na difícil empreitada, ou, quando tem plena confiança no Espírito que se comunica, poderá afastar-se em outras atividades.

A mediunidade de psicofonia inconsciente é das mais raras no gênero. Para que o médium se entregue plenamente confiante ao fenômeno dessa ordem, é necessário que ele tenha confiança na sua faculdade, nos Espíritos que o assistem e, principalmente, no ambiente espiritual da reunião que frequenta.

Bibliografia:

* Apostilas do COEM – Centro Espírita Luz Eterna – 1.^a, 2.^a e 3.^a sessões de exercícios práticos.

* Vinha de Luz – Francisco Cândido Xavier/Emmanuel – cap. 21 e 155.

* Encontro Marcado – Francisco Cândido Xavier/Emmanuel – cap. 14 e 41.

* Caminho Verdade e Vida – Francisco Cândido Xavier/Emmanuel – cap. 178.

O Livro dos Médiuns – Allan Kardec – Segunda Parte, capítulos II, III, IV, V, IX, X, XI, XII, XIII e XV. Assimilação das Correntes Mentais.

Apostila nº 8 do Coem – 23.^a Sessão Teórica.

No Invisível – Léon Denis – capítulos XVI à XVIII.

O Fenômeno Espírita – Gabriel Delanne – Segunda parte, capítulo I.

Estudando a Mediunidade - Martins Peralva.

Apostila do COEM – Centro de Orientação e Educação Mediúnica – do Centro Espírita Luz Eterna – Primeira, Segunda e Quarta Sessões Teóricas – Mediunidade – Conceito – Classificação e Dos Médiuns.

Dicionário de Filosofia Espírita – Lamartine Palhano Jr.