

# Diálogos baseados no Livro de Urantia

Livro Um

uma apresentação de  
**religião, filosofia e ciência unificadas**  
de acordo com a revelação nos  
*Documentos de Urantia*<sup>1</sup>

Escrito a partir de 2012

---

<sup>1</sup>“Livro de Urantia”, Documento 92: “A Evolução Posterior da Religião”, Item 92.4: “A Dádiva da Revelação”, Parágrafo 9.

# Sumário

<b>1</b>	<b>Jesus Humano e a Salvação</b>	<b>1</b>
1.1	A infância e adolescência de Jesus . . . . .	1
1.1.1	Jesus e o Pai Universal . . . . .	1
1.1.2	As responsabilidades do adolescente Jesus . . . . .	1
1.1.3	Jesus iluminando nossa mente e educando positivamente . . . . .	2
1.1.4	Menino Jesus falando do amor do Pai no Céu . . . . .	2
1.1.5	Menino Jesus ensinando com mestria em Jerusalém . . . . .	3
1.1.6	A vida de Jesus é o consolo dos idealistas desapontados . . . . .	3
1.1.7	Jesus foi um pai-irmão para sua família . . . . .	4
1.1.8	Jesus explica que “o dinheiro não pode amar” . . . . .	4
1.2	A religação do Criador e da criatura . . . . .	5
1.2.1	O Divino e o humano que coexistem em Jesus e em nós . . . . .	5
1.2.2	O altruísmo das ações religiosos que religam Criador e criatura . . . . .	6
1.2.3	A religação e união do Criador e da criatura . . . . .	6
1.2.4	GAIA em busca da vida eterna . . . . .	7
1.2.5	A alma sobrevivente, a ressurreição e a vida eterna . . . . .	8
1.3	Jesus humano e as pessoas . . . . .	9
1.3.1	Jesus e o casamento . . . . .	9
1.3.2	Jesus e as crianças . . . . .	10
1.3.3	Jesus e os jovens . . . . .	10
1.3.4	Jesus e os amigos . . . . .	11
<b>2</b>	<b>Medicina Nutricional Preventiva</b>	<b>13</b>
2.1	Objetivos gerais do Grupo de Aprendizes da Informação Aberta - GAIA . . . . .	13
2.2	Alimentação natural e saudável . . . . .	13
2.3	A medicina nutricional preventiva no seio do amor familiar . . . . .	16
2.4	Enumeração dos fatores favoráveis à saúde . . . . .	17
2.4.1	Radicais químicos livres, acidez, baixa oxigenação → doenças degenerativas e câncer . . . . .	18
2.4.2	Vida, movimento, elétrons → alcalino . . . . .	18

2.5	A importância primordial da saúde e da vida da família . . . . .	20
2.6	Livro: “A Revolução Antienvhecimento” . . . . .	21
2.6.1	Conhecimento sobre o envelhecimento por danos . . . . .	21
2.6.2	Book: “Outsmarting the Number One Killer” . . . . .	22
2.6.2.1	Doença aterosclerótica cardiovascular: o assassino número um . . . . .	22
2.6.2.2	Algumas causas da disfunção do endotélio dos vasos sanguíneos . . . . .	23
2.6.2.3	Exames para identificar as causas dos ataques cardíacos e derrames cerebrais . . . . .	24
2.7	Os radicais químicos livres . . . . .	25
2.8	Envelhecimento natural, programando uma vida centenária . . . . .	26
2.9	A saudável e natural alimentação vegetariana . . . . .	27
2.10	A diferença espiritual entre os seres humanos e os animais . . . . .	28
2.11	A alimentação natural de nossos antepassados supra-humanos . . . . .	29
2.12	Alimentação natural vegetariana, orgânica, crua e integral . . . . .	30
2.12.1	Alimentação vegetariana, anti-oxidantes e intestinos limpos . . . . .	30
2.12.1.1	Anti-oxidantes: “heróis bioquímicos” do alimento vegetariano . . . . .	31
2.12.1.2	“A Revolução Antienvhecimento” dos nutrientes vegetarianos . . . . .	32
2.12.1.3	Substâncias fitoquímicas . . . . .	32
2.12.1.4	Nutrientes antioxidantes . . . . .	32
2.12.1.5	Hortaliças vibrantes . . . . .	33
2.12.1.6	As Vantagens dos Alimentos de Origem Vegetal . . . . .	33
2.12.1.7	Defesas Antioxidantes . . . . .	34
2.12.1.8	Substâncias Fitoquímicas: A Prevenção que Vem dos Vegetais . . . . .	34
2.12.1.9	Conheça as Substâncias Fitoquímicas que Combatem o Câncer . . . . .	34
2.12.2	Alimentos naturais orgânicos . . . . .	34
2.12.2.1	Motivação espiritual dos trabalhadores pró-vida . . . . .	35
2.12.2.2	Pesticidas, agrotóxicos, venenos e aditivos na comida . . . . .	35
2.12.2.3	A carne contém mais agrotóxicos que os produtos agrícolas . . . . .	36
2.12.2.4	Lista de pesticidas normalmente encontrados . . . . .	37
2.12.2.5	Efeito assustador dos pesticidas nas crianças, mães e homens . . . . .	38
2.12.2.6	Aditivos alimentares que diminuem a inteligência das crianças . . . . .	38
2.12.2.7	Características do alimento natural . . . . .	39
2.12.2.8	Aditivos artificiais prejudiciais à saúde . . . . .	39
2.12.2.8.1	Alumínio . . . . .	40
2.12.2.8.2	Corantes artificiais . . . . .	40
2.12.2.8.3	Aspartame . . . . .	41
2.12.2.8.4	Ácido benzóico e benzoato de sódio . . . . .	41

2.12.2.8.5	BHA e BHT . . . . .	41
2.12.2.8.6	Óleo vegetal bromado . . . . .	42
2.12.2.8.7	Carragena . . . . .	42
2.12.2.8.8	Ácido etilenodiaminatetraacético (EDTA) . . . . .	43
2.12.2.8.9	Fluoreto . . . . .	43
2.12.2.8.10	Etilparabeno . . . . .	43
2.12.2.8.11	Proteína vegetal hidrolisada . . . . .	43
2.12.2.8.12	Amido alimentar modificado . . . . .	43
2.12.2.8.13	Monoglicerídeos e diglicerídeos . . . . .	44
2.12.2.8.14	Glutamato monossódico (MSG) . . . . .	44
2.12.2.8.15	Nitratos e nitritos . . . . .	45
2.12.2.8.16	Ácido fosfórico . . . . .	45
2.12.2.8.17	Galato de propila . . . . .	45
2.12.2.8.18	Sacarina . . . . .	45
2.12.2.8.19	Sal . . . . .	46
2.12.2.8.20	Açúcar . . . . .	46
2.12.2.8.21	Sulfitos . . . . .	46
2.12.3	Alimentação viva, crua e natural . . . . .	47
2.12.3.1	Girando em torno do “sol do alimento vivo” . . . . .	47
2.12.3.2	Alimentos vivos, longevidade e saúde . . . . .	47
2.12.3.3	Informativo: “O Milagre dos Alimentos Vivos” . . . . .	48
2.12.3.4	Autoclave culinário e aquecimento no vapor . . . . .	48
2.12.4	Alimentação integral natural . . . . .	50
2.12.4.1	Arroz branco e beribéri (fraqueza) . . . . .	50
2.12.4.2	Açúcar, arroz branco e beribéri . . . . .	50
2.12.4.3	Açúcar, cereais refinados e pelagra . . . . .	51
2.12.4.4	Vitamina B <sub>1</sub> da casca do arroz . . . . .	51
2.12.4.5	Açúcar, arroz branco e falta de vitaminas . . . . .	52
2.13	A alimentação mais saudável é a alimentação natural . . . . .	52
2.14	Aprendendo a gostar do que é bom para saúde . . . . .	53
2.14.1	Biologia e psicologia do prazer de viver . . . . .	53
2.14.2	Elevação espiritual baseada no gosto superior . . . . .	53
2.14.3	Psique-terapia, dianética, behaviorismo . . . . .	54
2.14.4	Aprendendo a gostar de grão de trigo germinado . . . . .	54
2.14.5	Prazer de viver reforçando o amor à Deus e aos familiares . . . . .	55
2.14.6	O Tao da mudança serena dos hábitos alimentares . . . . .	55
2.14.7	Expressando nossa gratidão ao ensinar o que aprendemos . . . . .	56

2.15	Livro: “Alimentação a Terceira Medicina” . . . . .	56
<b>3</b>	<b>Famílias Unidas em um Sistema Político e Econômico Local (SPEL)</b>	<b>59</b>
3.1	União da família em grupos de estudo e trabalho . . . . .	59
3.1.1	Afinidade, realidade e comunicação entre as pessoas . . . . .	59
3.1.2	Famílias unidas em um sistema econômico local . . . . .	60
3.1.3	Criação de uma micro-economia familiar . . . . .	61
3.1.4	Os exemplares sacerdotes, curadores e professores setistas . . . . .	62
3.1.5	SELO - Sistema Econômico Local Organizado . . . . .	63
3.1.6	SPEL - Sistema Político e Econômico Local . . . . .	65
3.2	Família e os três pilares da felicidade humana . . . . .	66
3.2.1	O matrimônio e a vida familiar . . . . .	67
3.2.2	Religiosidade, altruísmo e serviço social . . . . .	68
3.2.3	Equilibrando o egoísmo humano e o altruísmo Divino . . . . .	69
3.2.4	O alto valor das pessoas . . . . .	70
3.2.5	Deus ama o pecador e odeia o pecado . . . . .	70
3.2.6	Desenvolvimento espiritual harmônico do ser humano . . . . .	71
3.3	Fundamentos da fraternidade humana e do humanitarismo . . . . .	71
3.3.1	Paternidade de Deus e fraternidade dos seres humanos . . . . .	72
3.3.2	A religião de Jesus e a fraternidade na terra . . . . .	72
3.3.3	A motivação do serviço e a fraternidade na economia . . . . .	73
3.3.4	O triunfo do amor . . . . .	74
3.3.5	Felicidade interior e as futuras gerações . . . . .	75
3.3.6	Princípios da fraternidade humana . . . . .	76
<b>4</b>	<b>Ciência Experimental e Religião</b>	<b>79</b>
4.1	Vida eterna: a motivação deste diálogo . . . . .	79
4.2	As três etapas da aprendizagem do conhecimento: instrução, lógica e experiência . . . . .	79
4.3	Experiência interior, mente, alma e espírito . . . . .	80
4.3.1	Visão da ciência de Freud, Steiner e Ken Wilber . . . . .	81
4.4	Conciliando a experiência interior e a exterior . . . . .	82
4.5	Desenvolvendo nossa amizade aqui e agora . . . . .	84
4.6	Conflito advindo do crescimento . . . . .	84
<b>5</b>	<b>Psicologia, Mente e Religião</b>	<b>87</b>
5.1	Compreensão da personalidade unificada . . . . .	87
5.2	Desenvolvimento espiritual natural . . . . .	88
5.3	Equilíbrio entre egoísmo e altruísmo . . . . .	89

5.4	A personalidade equilibrada de Jesus . . . . .	89
5.5	A maior realização possível de um ser humano . . . . .	90
5.6	Traduzindo dois livros do psiquiatra Peter R. Breggin . . . . .	91
5.6.1	Livro: “Desabilitação Cerebral Causada por Tratamentos Psiquiátricos” . . . . .	91
5.6.2	Livro: “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema” . . . . .	92
5.7	Plano editorial em saúde mental . . . . .	93
5.8	Mente: a interface entre o espírito e a matéria . . . . .	95
5.8.1	Defendendo a mente e a experiência espiritual . . . . .	96
5.9	Protegendo e respeitando a experiência espiritual de cada um . . . . .	96
5.10	Três tipos de morte: física, mental e espiritual . . . . .	97
5.11	Defendendo os direitos humanos das vítimas de drogas psiquiátricas . . . . .	98
5.12	Resolvendo os desequilíbrios e ofensas desnecessárias . . . . .	98
5.13	Sinais do verdadeiro viver religioso . . . . .	99
5.14	Jesus e O Amor de Deus dissolvendo nossos temores . . . . .	100
5.15	Unidade e comunhão espiritual entre seres humanos . . . . .	100
5.16	Manifestações da divindade potencial da alma emergente . . . . .	101
<b>6</b>	<b>Família Espiritualizada e Feliz</b> . . . . .	<b>103</b>
6.1	O matrimônio e a vida familiar segundo o livro de urantia . . . . .	103
6.2	Trabalhando pelo amor, união e felicidade de nosso lar . . . . .	104
6.2.1	Vivendo felizes aqui e agora, no caminho ideal . . . . .	104
6.2.2	O ser humano primeiro vive e depois pensa sobre o seu viver . . . . .	105
6.2.3	Cuidando da vida e buscando a felicidade integral . . . . .	105
6.2.4	Conflitos naturais da nossa vida que se move de nossa origem animal-material para nosso destino divino-espiritual . . . . .	105
6.2.5	Vivendo na terra, guiados pelo espírito . . . . .	106
6.2.6	Conflitos psíquicos naturais do crescimento . . . . .	106
6.2.7	Conflitos da natureza humana . . . . .	106
6.2.8	Jesus, vida eterna e felicidade . . . . .	107
6.2.9	Espiritualidade, bondade e felicidade . . . . .	107
6.2.10	O budismo na época de Jesus . . . . .	108
6.2.10.1	Felicidade integral sem sofrimentos . . . . .	108
6.2.11	A felicidade das crianças guiadas pela Vontade de Deus . . . . .	109
6.3	A inefável experiência espiritual . . . . .	109
6.4	Síntese parcial deste diálogo . . . . .	110
6.5	Vida → lar → felicidade → prazer . . . . .	110
6.5.1	A diferença entre o amor de alma e a paixão carnal . . . . .	111
6.5.2	A alma eterna é o verdadeiro amor cristalizado . . . . .	111

6.5.3	Amando e conhecendo a alma em nós e no outro . . . . .	111
6.5.4	O problema da dissolução da família . . . . .	112
6.5.5	Família e psicologia do prazer . . . . .	112
6.5.6	Conselho prático para desenvolvimento integral da personalidade . . . . .	113
6.5.7	Ensinamentos de Jesus sobre os conflitos entre a carne e o espírito . . . . .	113
6.5.8	Diferença entre imaturidade e pecado . . . . .	114
6.5.9	Os perigos da autogratificação . . . . .	115
6.6	Passeio no parque e aniversário feliz . . . . .	116
<b>7</b>	<b>Diálogo, Psicologia e Espiritualidade</b>	<b>117</b>
7.1	Afinidade, Realidade e Comunicação . . . . .	117
7.2	Amor, Conhecimento mútuo e Diálogo . . . . .	117
7.3	O espírito divino que reside na mente humana . . . . .	118
7.4	Pessoalidade ou personalidade . . . . .	118
7.4.1	Pessoa e pessoalidade . . . . .	118
7.4.2	Persona e personalidade . . . . .	119
7.4.3	Conheça primeiro sua própria pessoa integral . . . . .	119
7.5	A mente finita não compreende o espírito infinito . . . . .	121
7.6	Limitações da psicologia e imaturidade dos materialistas descrentes . . . . .	122
7.7	Biografia do psiquiatra William S. Sadler . . . . .	122
7.8	Urantia → supraconsciente; Sadler → consciência central; Freud → superego; Jung → inconsciente coletivo; Hubbard → Thetan; Assagioli → inconsciente superior; Frankl → inconsciente espiritual . . . . .	124
7.9	Supraconsciente: o inconsciente superior . . . . .	125
7.10	Mente equilibrada entre o materialismo e espiritualismo . . . . .	125
7.11	Sadler e a “ <i>História dos Documentos de Urantia</i> ” . . . . .	126
7.12	Consciência marginal e central . . . . .	127
7.12.1	Traummas subconscientes e consciência marginal imatura . . . . .	127
7.13	O espírito e a consciência da consciência . . . . .	128
7.14	O espírito divino e a sabedoria unificadora . . . . .	129
7.15	Dianética: a psique-terapia da alma . . . . .	129
7.16	O malefício das drogas psiquiátricas anti-crísticas . . . . .	129
7.17	“Efeito rebote” das drogas psiquiátricas . . . . .	130
7.18	Referências bibliográficas . . . . .	131

# Capítulo 1

## Jesus Humano e a Salvação

### 1.1 A infância e adolescência de Jesus

#### 1.1.1 Jesus e o Pai Universal

**Filho:** Como será que Jesus se relacionava com Deus?

**Pai:** Jesus conhecia Deus como sendo *O Pai Universal*<sup>1</sup>. É revelado que:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 196.2<sup>2</sup>: “O Jesus humano via Deus como sendo santo, justo e grande, assim como verdadeiro, belo e bom. Todos esses atributos da divindade, ele os focalizava na sua mente como a ‘vontade do Pai no céu’. O Deus de Jesus era, ao mesmo tempo, ‘O Santo de Israel’ e ‘O Pai vivo e amoroso do céu’. **O conceito de Deus, como um Pai, não foi original de Jesus, mas ele exaltou e elevou essa idéia como uma experiência sublime, realizando uma nova revelação de Deus e proclamando que todo ser mortal é um filho desse Pai de amor, um filho de Deus.**”*

#### 1.1.2 As responsabilidades do adolescente Jesus

**Filho:** E a adolescência de Jesus?

**Pai:** José, o pai humano de Jesus, faleceu quando ele tinha apenas 14 anos. Veja como ele se tornou um pai para os seus oito irmãos menores!

*“Livro de Urantia”, parágrafo 126.2.1<sup>3</sup>: ... “a trágica notícia de que José havia sido gravemente ferido pela queda de um mastro ... Mas José morreu por causa dos ferimentos”*

...

*“Este jovem carpinteiro, agora com pouco mais de quatorze anos de idade ... a responsabilidade de tomar conta da sua mãe viúva e de sete irmãos e irmãs - e de um outro mais, que estava para nascer ... fatos que forçariam este jovem predestinado a assumir tão cedo as responsabilidades tão pesadas, mas altamente educativas e disciplinadoras, de tornar-se o dirigente de uma família humana, de tornar-se pai dos seus próprios irmãos e irmãs, de sustentar e proteger a sua mãe, de funcionar como guardião do lar do seu pai” ...*

*“Jesus aceitou de bom grado as responsabilidades tão subitamente confiadas a ele e assumiu-as fielmente até o fim” ...*

---

<sup>1</sup>“Livro de Urantia”, Documento 1: “O Pai Universal”.

<sup>2</sup>“Livro de Urantia”, Documento 196: “A Fé de Jesus”, Parágrafo 2.

<sup>3</sup>“Livro de Urantia”, Documento 126: “Os Dois Anos Cruciais”, Item 126.2: “A Morte de José”, Parágrafo

... “Jesus, muito cedo, demonstrou possuir tino e sagacidade para os negócios financeiros. Ele era liberal, mas com simplicidade; era econômico, mas generoso. Revelou-se um administrador sábio e eficiente dos bens do seu pai.”

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 126.3-2<sup>4</sup>: ... “nasceu Rute, o bebê da família. E, com a sua melhor disposição, Jesus empenhou-se em ocupar o lugar do seu pai, confortando e ministrando à sua mãe durante essa provação difícil e peculiarmente triste. Por quase vinte anos (até ele começar o seu ministério público) nenhum pai poderia ter amado e cuidado de uma filha com mais afeição e fidelidade do que Jesus cuidou da pequena Rute. E ele foi um pai igualmente bom para todos os outros membros da sua família.”

### 1.1.3 Jesus iluminando nossa mente e educando positivamente

**Filho:** Será que podemos pedir a Jesus que interceda em nossa vida de forma que ela se torne também exemplar?

**Pai:** Podemos pedir para nosso senhor interceder em nossa mente.

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 48.6-26<sup>5</sup>: ... “Se a vossa própria mente não vos presta um bom serviço, podeis substituí-la pela mente de Jesus de Nazaré, que vos irá sempre servir bem.”

Outra coisa maravilhosa que podemos fazer, inspirados no exemplo de Jesus, é observar a forma positiva através da qual ele educava seus irmãos:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 127.4-26<sup>6</sup>: “No começo desse ano, Jesus havia conquistado totalmente a aceitação da sua mãe para os seus métodos na educação das crianças - **o estímulo positivo para que fizessem o bem, em lugar do velho método judeu de proibir de fazer o mal**. Na sua casa, e em toda a sua carreira de ensinamento público, Jesus invariavelmente empregou a forma positiva de exortação. Sempre, e em todos os lugares, ele dizia: ‘Tu devias fazer isso - deverias fazer aquilo’. Ele nunca empregava o modo negativo de ensinar, que se derivava de tabus antigos. Ele evitava colocar ênfase no mal, proibindo-o, e ao mesmo tempo exaltava o bem por exigir que ele fosse feito. A hora da prece no lar era a ocasião para discutir toda e qualquer coisa relativa ao bem-estar da família.”

### 1.1.4 Menino Jesus falando do amor do Pai no Céu

**Filho:** Acredito que todos devemos ser positivos como o Mestre. Estou aberto a ouvir mais coisas exemplares sobre a vida de Cristo. A revelação da vida de Jesus será uma inspiração e um estímulo para todos os sinceros buscadores de Deus! Conte mais coisas sobre ele.

**Pai:** É muito confortador conhecer Deus como um Pai amoroso e amado ao invés de um Rei poderoso e temido. Jesus tinha cerca de 12 anos quando foi pela primeira vez à Jerusalém. Ele usou um argumento irrefutável para afirmar o amor de nosso Pai no Céu. Basicamente ele sustentou que nosso Pai divino é muito melhor que qualquer pai humano, e se um pai humano não provoca castigos infernais nos seus próprios filhos, então é ilógico que Deus, o Pai Universal, faça tais coisas. Nas palavras do menino Jesus:

---

<sup>4</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 126: “Os Dois Anos Cruciais”, Item 126.3: “O Décimo Quinto Ano (9 d.C.)”, Parágrafo 2.

<sup>5</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 48: “A Vida Moroncial”, Item 48.6: “Os Serafins dos Mundos Moronciais - Os Ministros de Transição”, Parágrafo 26.

<sup>6</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 127: “Os Anos da Adolescência”, Item 127.4: “O Décimo Nono Ano (13 d.C.)”, Parágrafo 2.

*“Livro de Urantia”, parágrafo 125\_6<sup>7</sup>: ... “Jesus voltou-se subitamente para os seus pais e, olhando com apelo dentro dos olhos do seu pai, disse: ‘Meu pai, não pode ser verdade - o Pai nos céus não pode tratar assim os seus filhos que erram pela Terra. O Pai celeste não pode amar os seus filhos menos do que tu me amas. E eu sei bem, não importa quão pouco sábio seja o que eu possa chegar a fazer, tu não irias jamais derramar a tua ira sobre mim, nem expandir a tua raiva em mim. **Se tu, meu pai terreno, possuis esses reflexos humanos do divino, quão mais pleno de bondade não deve ser o Pai celeste e transbordante de misericórdia. Eu me recuso a acreditar que o meu Pai nos céus me ame menos do que o meu pai na Terra’.**”*

Filho: Legal!

### 1.1.5 Menino Jesus ensinando com mestria em Jerusalém

**Pai:** Olha que interessante a seguinte citação sobre o menino Jesus com 12 anos no templo de Jerusalém. Ele não falava para se exaltar intelectualmente, buscava sempre revelar a verdade. Mestre Jesus é realmente sublime.

*“Livro de Urantia”, parágrafo 125.5\_8<sup>8</sup>: ... “Nessa tarde memorável, no templo, Jesus demonstrou aquela mesma relutância em tirar vantagem injusta de um oponente, coisa que caracterizou toda a sua ministração pública subsequente. Enquanto jovem, e mais tarde como um homem, ele parecia estar totalmente isento de todo o desejo egoísta de vencer uma discussão para experimentar meramente um triunfo lógico sobre os seus semelhantes; estando interessado supremamente apenas em uma coisa: em proclamar a verdade perene e assim efetuar uma revelação mais completa do Deus eterno.”*

**Filho:** A vida de Jesus é realmente um exemplo inspirador para todos nós.

### 1.1.6 A vida de Jesus é o consolo dos idealistas desapontados

**Pai:** Sem desestimular nosso idealismo, observe a forma como Jesus se dedicou aos problemas corriqueiros de sua família humana, quando seu pai José faleceu. Se Jesus foi tão simples, sábio e disciplinado ao resolver sequencialmente seus problemas familiares e só então iniciar sua missão maior, como podemos nos arrojar à posições messiânicas descabidas da nossa realidade cotidiana?

As vezes tentamos fugir de nossos problemas simples nos movimentando para resolver problemas maiores que estão fora da nossa alçada. Quando isso ocorre é bom lembrar do exemplo de simplicidade grandiosa de Jesus:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 126.5\_4<sup>9</sup>: ... “Aparentemente, todos os planos de Jesus, para a sua carreira, estavam frustrados. Do modo como estavam as questões agora, o futuro não parecia muito brilhante. Mas ele não vacilou e não se desencorajou. Continuou a viver o dia a dia, fazendo bem os deveres do momento e fielmente desempenhando-se das responsabilidades imediatas daquele período da sua vida. **A vida de Jesus é o consolo eterno de todos os idealistas desapontados.**”*

---

<sup>7</sup>“Livro de Urantia”, Documento 125: “Jesus em Jerusalém”, Parágrafo 6.

<sup>8</sup>“Livro de Urantia”, Documento 125: “Jesus em Jerusalém”, Item 125.5: “O Terceiro Dia no Templo”, Parágrafo 8.

<sup>9</sup>“Livro de Urantia”, Documento 126: “Os Dois Anos Cruciais”, Item 126.5: “A Luta Financeira”, Parágrafo 4.

## 1.1.7 Jesus foi um pai-irmão para sua família

**Filho:** Parece que Jesus se tornou um pai-irmão para seus familiares.

**Pai:** Foi exatamente isso que Jesus fez, ele se tornou um pai para seus irmãos, e na época que ele tomou esta decisão tinha apenas 16 anos!

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 127.1-7<sup>10</sup>: ... “Lá pelo fim desse ano ele havia já decidido que, depois de criar todos e de vê-los casados, iniciaria publicamente o seu trabalho de mestre da verdade como um revelador do Pai celeste ao mundo” ...

... “Ainda que muito jovem, era um pai real para a família; passava cada hora possível com os mais jovens e, de fato, eles o amavam. **Sua mãe afligia-se de vê-lo trabalhando tão duramente; lamentava que ficasse, dia após dia, labutando na bancada de carpinteiro, ganhando a vida para a família, em vez de estar, como tão carinhosamente haviam planejado, em Jerusalém estudando com os rabinos.** Mesmo havendo tanta coisa no seu filho que Maria não conseguia entender, ela o amava e apreciava profundamente a boa vontade com a qual ele assumia a responsabilidade da casa.”

É importante lembrar que Cristo é um *Filho Descendente de Deus*<sup>11</sup>, que descende da *Ilha do Paraíso*<sup>12</sup> até os *mundos habitados*<sup>13</sup> como a Terra - *Urantia*<sup>14</sup>. Jesus Cristo, que viveu na terra em sua *sétima auto-outorga*<sup>15</sup>, é um *Filho Criador*<sup>16</sup> da ordem dos Michaéis. Foi ele que criou este *universo local*<sup>17</sup> aonde nós estamos, com potencialmente cerca de *10 milhões de mundos habitados*<sup>18</sup> como o planeta terra. Por outro lado, nós somos potencialmente *Filhos Ascendentes de Deus*<sup>19</sup>. Nós humanos, ascendemos a partir de nossa origem animal, material e mortal, nos mundos evolucionários como a terra. Nós ascendemos para nosso destino divino, espiritual e eterno na Ilha do Paraíso, aonde habita Deus, o *Pai Universal*<sup>20</sup>, Pai do *Filho Eterno*<sup>21</sup> e Original, e junto com ele Progenitor do *Espírito Infinito*<sup>22</sup>, também chamado de Agente Conjunto. E de fato, é revelado que em certo sentido, o Espírito Infinito é filho e agente conjunto do Pai-Pai e do *Filho-Mãe*<sup>23</sup> no seio da *Trindade do Paraíso*<sup>24</sup>.

## 1.1.8 Jesus explica que “o dinheiro não pode amar”

**Filho:** Agora eu sei da altíssima posição da qual Jesus descendeu quando veio à terra. Contudo creio que é mais fácil para mim conhecer primeiramente o Jesus humano. Você tem mais coisas interessantes para contar a respeito do Mestre?

---

<sup>10</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 127: “Os Anos da Adolescência”, Item 127.1: “O Décimo Sexto Ano (10 d.C.)”, Parágrafo 7.

<sup>11</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 20: “Os Filhos de Deus, do Paraíso”, Item 20.1: “Os Filhos Descendentes de Deus”.

<sup>12</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 11: “A Ilha Eterna do Paraíso”.

<sup>13</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 49: “Os Mundos Habitados”.

<sup>14</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento Preliminar: “Introdução”.

<sup>15</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 120: “A Auto-outorga de Michael em Urantia”.

<sup>16</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 21: “Os Filhos Criadores do Paraíso”.

<sup>17</sup> “*Livro de Urantia*”, Parte II: “O Universo Local”.

<sup>18</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 15: “Os Sete Superuniversos”, Item 15.2: “A Organização dos Superuniversos”, Parágrafo 18.

<sup>19</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 40: “Os Filhos Ascendentes de Deus”.

<sup>20</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 1: “O Pai Universal”.

<sup>21</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 6: “O Filho Eterno”.

<sup>22</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 8: “O Espírito Infinito”.

<sup>23</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 8: “O Espírito Infinito”, Item 8.1: “O Deus da Ação”, Parágrafo 2.

<sup>24</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 10: “A Trindade do Paraíso”.

**Pai:** Jesus tinha apenas 17 anos, quando os nacionalistas judeus chegaram a oferecer dinheiro e sustento para sua família, para que ele pudesse se dedicar ao projeto de libertação da nação judaica. O jovem pai-irmão ponderou que **o dinheiro não pode amar** ...

*“Livro de Urantia”, parágrafo 127.2-8<sup>25</sup>: ... “Manteve-se nos termos do seu argumento inicial, sustentando que o seu primeiro dever era para com a sua família, que uma mãe viúva e oito irmãos e irmãs necessitavam de algo mais do que o dinheiro poderia comprar - as necessidades físicas da vida - , que eles tinham direito aos cuidados e à orientação de um pai, e que ele não podia, em sã consciência, eximir-se da obrigação colocada em seus ombros por um acidente cruel. Elogiou a sua mãe e o seu irmão Tiago, o de mais idade, por terem tido a boa vontade de liberá-lo, mas reiterava que a sua lealdade a um pai morto o proibia de deixar a família, não importava quanto dinheiro viesse a ser dado para o sustento material deles, fazendo a inesquecível afirmação de que ‘o dinheiro não pode amar’” ...*

## 1.2 A religião do Criador e da criatura

### 1.2.1 O Divino e o humano que coexistem em Jesus e em nós

**Filho:** Eu não quero desculpar nossas falhas humanas, contudo este Jesus exemplar parece-me mais divino do que humano ...

**Pai:** Jesus Cristo era uma só pessoa, ele era **Filho do Homem e Filho de Deus**. Ele viveu uma vida realmente humana e aos poucos foi se conscientizando da presença do espírito do Pai Universal que vivia em sua mente:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 129.4-2<sup>26</sup>: ... “A experiência religiosa puramente humana - o crescimento pessoal espiritual - do *Filho do Homem*<sup>27</sup> quase atingiu o apogeu da sua realização durante esse que foi o seu vigésimo nono ano. A experiência de desenvolvimento espiritual foi de um crescimento consistentemente gradativo, desde o *momento da chegada do seu Ajustador do Pensamento*<sup>28</sup> até o dia em que se completou e confirmou-se a relação humana natural e normal entre a mente material do homem e a dotação mental do espírito - o fenômeno de fazer dessas duas mentes uma única; experiência esta que o Filho do Homem atingiu, de modo completo e em finalidade, como um mortal encarnado do reino, no dia do seu batismo no Jordão.”*

*“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5-3<sup>29</sup>: ... “Nos níveis experienciais alcançados, todas as ordens ou valores de pessoalidades são associáveis e mesmo co-criacionais. Até mesmo Deus e o homem podem coexistir em uma pessoalidade unificada, como tão admiravelmente é demonstrado no status presente do Cristo Michael - **Filho do Homem e Filho de Deus**.”*

Estou ressaltando este ponto porque se pensarmos que Deus e seu Filho Criador estão em um pedestal inatingível, não iremos antever a possibilidade de fusão do Criador e da criatura. Não pretendo dizer que nós um dia conseguiremos fazer o que Jesus fez, e com a Graça que ele o fez. O ser humano vive na interface entre o animal e o divino. As duas naturezas co-existem em nós.

---

<sup>25</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 127:** “Os Anos da Adolescência”, **Item 127.2:** “O Décimo Sétimo Ano (11 d.C.)”, **Parágrafo 8.**

<sup>26</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 129:** “A Vida Adulta de Jesus”, **Item 129.4:** “O Jesus Humano”, **Parágrafo 2.**

<sup>27</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 126:** “Os Dois Anos Cruciais”, **Item 126.3:** “O Décimo Quinto Ano (9 d.C.)”, **Parágrafo 6.**

<sup>28</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 123:** “A Primeira Infância de Jesus”, **Item 123.2:** “O Quinto Ano (2 a.C.)”, **Parágrafo 1.**

<sup>29</sup> **“Livro de Urantia”, Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.5:** “Realidades da Pessoalidade”, **Parágrafo 3.**

Contudo, não devemos ser indulgentes, com nossa natureza animal, imaginando um deus inacessível e negado a influência do espírito divino que vive no fórum íntimo de nossa pessoa humana. É importante reconhecermos a natureza humana de Jesus, e seguindo seu exemplo, nos tornarmos uma *pessoa forte e unificada*<sup>30</sup>, com o *crescimento da alma*<sup>31</sup> e uma *mente espiritualizada*<sup>32</sup>. É possível um ser humano amar e engrandecer o divino dentro de si mesmo e em todos.

### 1.2.2 O altruísmo das ações religiosos que religam Criador e criatura

**Filho:** Existe alguma característica que podemos utilizar para discernir a natureza Divina, humana e animal que coexistem em nós?

**Pai:** Talvez esta característica seja o altruísmo. No meu entendimento as ações, inspiradas pelo Divino em nós, beneficiam toda nossa *família universal*<sup>33</sup>. Deus é um Pai Perfeito, e nós somos recebidos por Ele como filhos e filhas. Para Ele todos nós temos igual valor potencial. Por isso eu concluo que o altruísmo, que beneficia à todos, é uma característica das ações inspiradas pelo espírito divino que cria as nossas almas no ventre de nossa mente humana receptiva.

Egoísmo é quando pensamos somente no nosso próprio ego. Altruísmo é quando pensamos também no outro. Um animal não é capaz de ser altruísta. A escolha verdadeiramente altruísta, à favor do outro, só pode ser um impulso advindo do espírito de nosso Pai Universal. Somente nosso Criador nos vê à todos como filhos de igual valor. O verdadeiro amor ao próximo, o verdadeiro altruísmo procede de Deus em nós. Por isso, o ato altruísta é um ato conjunto do Criador divino e da criatura humana. O ato altruísta é **religioso** pois **religa** o Criador e a criatura!

Não podemos desculpar nosso ego egoísta, diante da alternativa mais moral e divina, que a vida sempre nos apresenta aqui e agora, pois afinal:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 103.2\_8<sup>34</sup>: ... “Quando um ser moral escolhe não ser egoísta, ao deparar com o impulso de ser egoísta, esta é a experiência religiosa primitiva. Nenhum animal pode fazer essa escolha; tal decisão não só é humana, como é religiosa. Ela abrange o fato de se ter consciência da existência de Deus, demonstrando o impulso para o serviço social, a base da irmandade dos humanos. Quando a mente escolhe um julgamento moral certo, por um ato de livre-arbítrio, essa decisão constitui uma experiência religiosa.”*

### 1.2.3 A religação e união do Criador e da criatura

**Filho:** Eu me pergunto, será que além de nos religarmos com o espírito de nosso Criador, que vive em nossa mente, poderemos um dia nos unir e fusionar com este Espírito?

**Pai:** Sim, e se um dia nos fusionarmos com este espírito divino, nosso Ajustador de Pensamentos, o fragmento de Deus em nós, iremos verdadeiramente nos tornar filhos ascendentes de Deus. E então, ascenderemos até a Ilha do Paraíso, a morada de Deus, nosso Pai Universal:

---

<sup>30</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 100:** “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.7:** “O Apogeu da Vida Religiosa”.

<sup>31</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 110:** “A Relação dos Ajustadores com os Indivíduos Mortais”, **Item 110.6:** “Os Sete Círculos Psíquicos”, **Parágrafo 9.**

<sup>32</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 7:** “A Relação do Filho Eterno com o Universo”, **Item 7.1:** “O Circuito da Gravidade do Espírito”, **Parágrafo 6.**

<sup>33</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 6:** “O Filho Eterno”, **Item 6.8:** “A Compreensão do Filho Eterno”.

<sup>34</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 103:** “A Realidade da Experiência Religiosa”, **Item 103.2:** “A Religião e o Indivíduo”, **Parágrafo 8.**

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 40.7\_2<sup>35</sup>: ... “As vossas próprias raças de mortais sobreviventes pertencem a esse grupo de Filhos ascendentes de Deus. Vós sois agora filhos planetários, criaturas evolucionárias derivadas de implantações dos *Portadores da Vida*<sup>36</sup> e modificadas pela infusão da *vida Adâmica*<sup>37</sup>; ainda não sois filhos ascendentes; mas sois, de fato, filhos com o potencial de ascensão - até mesmo às alturas mais elevadas da glória e da realização na divindade - e esse status espiritual de filiação ascendente, podeis atingi-lo pela fé e cooperação voluntária com as atividades espiritualizantes do Ajustador residente. **Quando vós e o vosso Ajustador estiverdes finalmente e para sempre fundidos; quando fordes um, exatamente como, no Cristo Michael, o Filho de Deus e o Filho do Homem são um; então, verdadeiramente, vos haveis transformado nos filhos ascendentes de Deus.**”

## 1.2.4 GAIA em busca da vida eterna

**Filho:** Que palavras motivadoras. Aos poucos estou me convencendo que a vida eterna é possível. Entendi que somos seres com um corpo de origem animal. Contudo vive em nossa mente um fragmento de Deus Único. Este espírito divino que reside em nós é chamado na revelação de *Ajustador do Pensamento*<sup>38</sup>. Cada escolha que fizermos de acordo com o guiamento deste espírito divino em nós, se eterniza em nossa alma criada. Nossa própria alma é filha do espírito divino do Criador e da mente humana da criatura que somos. Nossa alma é engrandecida em cada pensamento, palavra e ação inspirada pelo espírito de Deus em nós!

**Pai:** Sim, cada momento da vida é uma oportunidade para co-criarmos com Deus mais um pouco de nossa alma imortal. Quando nosso corpo físico falecer, se tivermos aproveitado a vida para co-criar com Deus nossa própria alma, poderemos sobreviver. Nossa alma, que é nossa parte sobrevivente, irá ressuscitar em mundos celestiais. Então, em condições melhores, continuaremos nosso trabalho até fundir com nosso Ajustador de Pensamentos, o espírito pré-pessoal de Deus em nós. Neste ponto de união e fusão do Criador e criatura, seremos vistos como filhos ascendentes de Deus. Então daremos seguimento na nossa jornada ascendente até a morada de Deus, nosso Pai Universal!

Nossa principal meta é ressuscitar e fundir com o Ajustador de Pensamentos que vive em nossa mente. Nunca esqueça que todo este trabalho objetiva principalmente uma coisa: a salvação e vida eterna de todos da nossa família humana. Este esforço do *GAIA*<sup>39</sup> de unificação das *famílias*<sup>40</sup>, cura do *corpo*<sup>41</sup> e espiritualização da *mente*<sup>42</sup>, é somente uma plataforma para maximizar as chances de *sobrevivência de nossa personalidade*<sup>43</sup>. De que valerá nossa vida humana se não sobrevivermos e vivenciarmos a ressurreição no *primeiro mundo das mansões*<sup>44</sup>? Qual o valor de nosso esforço se ficarmos agindo egoisticamente e buscando coisas efêmeras que não sobreviverão quando nosso corpo falecer?

Não podemos esquecer de diariamente adorar nosso Pai Espiritual, o fragmento de Deus Único em

---

<sup>35</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 40**: “Os Filhos Ascendentes de Deus”, **Item 40.7**: “Os Mortais Fusionados ao Pai”, **Parágrafo 2**.

<sup>36</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 36**: “Os Portadores da Vida”.

<sup>37</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 51**: “Os Adãos Planetários”.

<sup>38</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 107**: “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

<sup>39</sup> **Informativo**: “Informativos do Grupo de Aprendizes da Informação Aberta (GAIA)”.

<sup>40</sup> **Índice do GAIA**: “Família Unida”.

<sup>41</sup> **Índice do GAIA**: “Corpo Saudável”.

<sup>42</sup> **Índice do GAIA**: “Mente Espiritualizada”.

<sup>43</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 112**: “A Sobrevivência da Personalidade”.

<sup>44</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 47**: “Os Sete Mundos das Mansões”, **Item 47.3**: “O Primeiro Mundo das Mansões”.

nós, *O Ajustador de Pensamentos*<sup>45</sup> que vive em nossa *mente*<sup>46</sup> e conosco “*tece*” *nossa própria alma*<sup>47</sup>. Trabalhem para que todos nós possamos viver eternamente pela graça de Deus.

É claro que cada um de nós tem que com fé buscar o espírito divino do *Criador do Paraíso*<sup>48</sup> no centro causal de nossa própria pessoa, alma e mente. Tudo isso Jesus falou de maneira muito mais simples quando perguntou aos discípulos: **De que vale a um homem ganhar o mundo inteiro e perder a sua própria alma?**

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 158.7-5<sup>49</sup>: ... “Após recobrem-se do primeiro choque da repreensão pungente de Jesus, e antes de reassumirem a sua viagem, o Mestre acrescentou ainda: ‘Se algum homem quiser seguir-me, que esqueça de si próprio, que assuma as suas responsabilidades diariamente e me siga. Pois todo aquele que quiser salvar a sua vida egoisticamente, perdê-la-á, mas todo aquele que perder a sua vida, por minha causa e por causa do evangelho, salvá-la-á. **De que vale a um homem ganhar o mundo inteiro e perder a sua própria alma?** O que pode um homem dar em troca da vida eterna? Não vos envergonheis de mim e das minhas palavras em meio a essa geração pecadora e hipócrita, do mesmo modo que não terei vergonha de reconhecer-vos quando, em glória, eu aparecer diante do meu Pai na presença de todas as hostes celestes. Todavia, muitos, dentre os que agora estão diante de mim, *não terão o gosto da morte*<sup>50</sup>, antes de verem esse Reino de Deus chegar com poder’.”

### 1.2.5 A alma sobrevivente, a ressurreição e a vida eterna

**Filho:** Se entendi bem, o mais importante é sobrevivermos e alcançarmos a vida eterna. Vida eterna! Me explica como a minha pessoa pode sobreviver na ressurreição. O que tenho que fazer aqui e agora para alcançar esta meta eterna?

**Pai:** Nossa personalidade unifica os quatro fatores de individualidade: 1. *corpo*, 2. *mente*, 3. *espírito* e 4. *alma*<sup>51</sup>. Nossa pessoa sobrevive junto com a sobrevivência da alma moroncial. Nossa alma imortal é filha do espírito divino interior e da mente humana que, como um ventre-mãe, engrandece esta alma, **ao escolher cumprir a vontade do Pai dos céus**. *A fé é a única condição necessária para a salvação eterna*<sup>52</sup>. Estude a definição da alma revelada no:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 0.5-10: **A alma** do homem é uma aquisição experiencial. À medida que uma criatura mortal **escolhe “cumprir a vontade do Pai dos céus”**, assim o espírito que reside no homem torna-se o pai de uma nova realidade na experiência humana. A mente mortal e material é a mãe dessa mesma realidade emergente. A substância dessa nova realidade não é nem material, nem espiritual - é moroncial. Essa é a alma emergente e imortal que está destinada a sobreviver à morte física e iniciar a ascensão ao Paraíso.

Somos uma criatura humana em busca da *fusão com o Ajustador*<sup>53</sup> de Pensamentos, o espírito pré-pessoal que vive em nossa mente, um fragmento procedente do seio de Deus, O Pai Universal. O

---

<sup>45</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 107: “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

<sup>46</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 8.

<sup>47</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 111: “O Ajustador e a Alma”.

<sup>48</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 2: “A Natureza de Deus”, Parágrafo 1.

<sup>49</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 158: “O Monte da Transfiguração”, Item 158.7: “O Protesto de Pedro”, Parágrafo 5.

<sup>50</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 55: “As Esferas de Luz e Vida”, Item 55.2: “A Morte e o Translado”.

<sup>51</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 7.

<sup>52</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 93: “Maquiventa Melquisedeque”, Item 93.4: “A Religião de Salém”, Parágrafo 8.

<sup>53</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 112: “A Sobrevivência da Pessoaalidade”, Item 112.7: “A Fusão com o Ajustador”.

destino de nosso ser é nos unir e fundonar com este espírito divino. Nossa alma é o início desta fusão. A alma é uma co-criação do espírito divino do Criador e da mente humana da criatura. Nosso desafio é em cada pensamento, palavra e ação optarmos pela vontade perfeita do espírito de nosso Criador divino. Fazendo assim, engrandecemos nossa própria alma. O que estou tentando ensinar-te, sobre as realidades da personalidade, aprendi no item 5 da *Introdução do Livro de Urantia*<sup>54</sup>.

## 1.3 Jesus humano e as pessoas

### 1.3.1 Jesus e o casamento

**Filho:** Eu nunca ouvi ninguém falando desta forma sobre a religião religadora com o espírito de Deus no ser humano! Realmente a maioria das pessoas que conheço não se preocupa muito em buscar a vida eterna. Mas quem sou eu para julgar. Acredito que nosso Criador trabalha de forma única no íntimo de cada um de nossos irmãos e irmãs humanas.

Contudo estes diálogos religiosos e teológicos são muito complicados para mim. Preferia que você continuasse falando do exemplo e da vida de Jesus. Na verdade eu tenho uma questão: Jesus pensou em casar?

**Pai:** Esta parte da história emociona nossas almas. É revelado que quando Jesus tinha 19 anos, uma moça chamada Rebeca, considerou a possibilidade de casar com ele:

*“Livro de Urantia”, Item 127.5<sup>55</sup>:*

Rebeca, a Filha de Esdras

... “Embora Jesus fosse pobre, o seu nível social em Nazaré não era de forma nenhuma prejudicado. Era um dos jovens mais destacados da cidade e altamente considerado pela maioria das moças. Posto que Jesus fosse um espécime tão esplêndido de robustez física e de desenvolvimento intelectual masculino, e, considerando a sua reputação de líder espiritual, não era de se estranhar que Rebeca, a filha mais velha de Esdras, o abastado mercador e comerciante de Nazaré, descobrisse que, aos poucos, estava apaixonando-se por esse filho de José” ...

... “Jesus ouviu de modo atento e compassivo a exposição daquelas coisas, feita primeiramente pelo pai, e depois pela própria Rebeca. Respondeu gentilmente que, com efeito, nenhuma soma de dinheiro poderia tomar o lugar da sua obrigação de criar pessoalmente a família do seu pai, de ‘cumprir o mais sagrado de todos os encargos humanos - a lealdade à sua própria carne e sangue’. O pai de Rebeca ficou profundamente tocado pela devoção de Jesus à família e retirou-se da conversa. A única observação que fez a Maria, a sua esposa, foi: ‘Não poderemos tê-lo como filho; ele é nobre demais para nós’.”

“E então começou aquela conversa extraordinária com Rebeca. Até então, na sua vida, Jesus fizera pouca distinção na sua relação com os meninos e as meninas, com os jovens e as moças. Tinha estado muito ocupado com a premência das questões terrenas e práticas, e a sua mente estivera intrigada demais com a contemplação da sua carreira final ‘de cuidar dos assuntos do seu Pai’, para que ele pudesse chegar a considerar com seriedade a consumação de um amor pessoal, em um casamento humano. Agora, no entanto, se via frente a frente com mais um desses problemas com os quais todos os seres humanos comuns têm de confrontar-se e optar. De fato foi ele ‘testado, sob todos os aspectos, como vós o sois’.”

“Depois de escutar com atenção, ele agradeceu sinceramente a Rebeca, pela admiração exprimida por ela, acrescentando, ‘isso irá alegrar-me e confortar-me por todos os dias da minha vida’. E explicou que não era livre para, com qualquer mulher, ingressar em relações, a não ser aquelas de uma consideração de irmandade simples e de pura amizade. Deixou claro que o seu primeiro e mais importante dever era criar a família do seu pai, que ele não poderia

<sup>54</sup> “Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”.

<sup>55</sup> “Livro de Urantia”, Documento 127: “Os Anos da Adolescência”, Item 127.5: “Rebeca, a Filha de Esdras”.

considerar o casamento até que o seu dever estivesse cumprido; e, então, acrescentou: ‘Se sou um filho predestinado, não devo assumir obrigações que durem toda uma vida; até o momento em que o meu destino se torne manifestado’.”

“Rebeca ficou com o coração partido. Não aceitou ser consolada e insistiu com o seu pai para que se transferissem de Nazaré, até que finalmente ele consentiu em mudar-se para Séforis. Nos anos que se seguiram, aos muitos homens que queriam a sua mão em casamento, Rebeca não tinha senão uma resposta. Vivia para um só propósito: o de aguardar a hora em que aquele, que para ela era o maior homem que jamais vivera, comesse a sua carreira como um mestre da verdade viva. E ela seguiu-o com devoção durante os seus anos memoráveis de trabalho público, estando presente (sem que Jesus a percebesse) naquele dia em que ele chegou triunfalmente em Jerusalém; e esteve ‘entre as outras mulheres’, ao lado de Maria, naquela tarde fatídica e trágica em que o Filho do Homem estava na cruz, pois, para ela, bem como para mundos incontáveis no alto, ele era ‘o único digno do amor total e o maior entre dez mil’.”

### 1.3.2 Jesus e as crianças

**Filho:** Que bonita esta história! E como Jesus era com as crianças?

**Pai:** **As crianças amavam Jesus, e Jesus amava as crianças.** A revelação fala desta relação com as crianças quando Jesus tinha somente 25 anos. Nesta época ele trabalhava como carpinteiro na loja de reparos. Jesus, Joshua ben José, era o Tio Joshua das crianças!

*“Livro de Urantia”, parágrafo 128.6\_11<sup>56</sup>: ... “As crianças eram sempre bem-vindas à loja de reparos. Jesus mantinha areia, blocos de madeira e calhaus de pedras ao lado da loja, e as crianças ficavam ali se divertindo. Quando se cansavam das brincadeiras, os mais intrépidos iam dar uma olhada dentro do ateliê e, se o dono não estivesse muito ocupado, eles ousavam entrar e dizer: ‘Tio Joshua, venha e conte-nos uma grande história’. Então eles o levavam para fora, puxando-o pelas mãos até que ele se assentasse na pedra favorita, perto da esquina da loja, com as crianças no chão, em um semicírculo diante dele. E como os pequeninos gostavam do tio Joshua! Estavam aprendendo a rir, e a rir de coração. Era costume, de um ou dois dos menores, subirem nos seus joelhos e assentarem-se lá, olhando maravilhados para as suas feições expressivas enquanto ele contava as suas histórias. **As crianças amavam Jesus; e Jesus amava as crianças.**”*

### 1.3.3 Jesus e os jovens

**Filho:** Que legal este Jesus. Eu também gosto muito das crianças. Elas são tão simples. Basta um pouco de atenção para fazer uma criança feliz. Os jovens da minha idade já tem outros interesses. Fico me perguntando se os jovens também se sentiam atraídos por Jesus.

**Pai:** Sim. A revelação conta que Jesus, quando tinha 27 anos, viveu em Cafarnaum. Ele trabalhava na oficina de construção de barcos de Zebedeu, amigo de seu pai José, e pai de seus futuros discípulos João e Tiago. E que ele **invariavelmente atraía a gente jovem, pois sempre estava interessado no que faziam, e raramente lhes oferecia conselho, a menos que o pedissem.**

*“Livro de Urantia”, parágrafo 129.1\_9<sup>57</sup>: ... “Na sinagoga de Cafarnaum encontrou muitos novos livros nas estantes da biblioteca, e passava pelo menos cinco tardes por semana em estudos intensos. Uma noite ele devotava à vida social com os mais velhos, e uma noite passava com a*

---

<sup>56</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 128**: “O Início da Vida Adulta de Jesus”, **Item 128.6**: “O Vigésimo Quinto Ano (19 d.C.)”, **Parágrafo 11**.

<sup>57</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 129**: “A Vida Adulta de Jesus”, **Item 129.1**: “O Vigésimo Sétimo Ano (21 d.C.)”, **Parágrafo 9**.

gente jovem. **Havia alguma coisa de muito graciosa e inspiradora na personalidade de Jesus, que invariavelmente atraía a gente jovem.** Pois Jesus sempre os fez sentirem-se à vontade na sua presença. Talvez o seu grande segredo em dar-se bem com eles consistisse nos dois fatos seguintes: que estivesse **sempre interessado no que faziam, e que raramente lhes oferecia conselho, a menos que o pedissem.**”

### 1.3.4 Jesus e os amigos

**Filho:** Se eu estivesse presente, pediria uma orientação para ele: como fazer amigos?

**Pai:** Encontrei um ótimo conselho de Jesus para fazermos amigos:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 130.7\_2<sup>58</sup>: ... “Quando Ganid perguntou o que se devia fazer para ter amigos, tendo notado que a maioria das pessoas com quem se encontravam, por casualidade, sentiam-se atraídas para Jesus, o Mestre disse: ‘Torna-te interessado pelos teus semelhantes; aprende a amá-los e aguarda a oportunidade de fazer algo por eles, algo de que tu estejas seguro de que eles queiram que seja feito’, e então citou um velho provérbio judaico: ‘Um homem que gostaria de ter amigos, deve mostrar-se amistoso’.”*

---

<sup>58</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 130: “A Caminho de Roma”, Item 130.7: “Em Cartago - O Discurso sobre o Tempo e o Espaço”, Parágrafo 2.**



# Capítulo 2

## Medicina Nutricional Preventiva

### 2.1 Objetivos gerais do Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta - GAIA

**Irmã:** Porque você está me escrevendo esta carta-diálogo?

**Irmão:** Há vários motivos. Contudo, de uma forma geral, estou compartilhando contigo este material informativo do GAIA sobre alimentação saudável. Reunimos na UniverCidade, o que consideramos importante para união da *família*<sup>1</sup>, saúde do *corpo*<sup>2</sup>, espiritualização da *mente*<sup>3</sup> e engrandecimento da *alma*<sup>4</sup>.

Pretendemos terminar esta *fase editorial*<sup>5</sup> deste Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta - GAIA, então iniciaremos uma fase educativa e finalmente uma fase de trabalho. Este é um projeto de longo prazo, em poucas palavras estamos trabalhando filantropicamente para que nossos netos, possam nascer, crescer e viver no seio de famílias, escolas e comunidades mais próximas dos ideais de *luz e vida*<sup>6</sup> revelados no livro de urantia.

### 2.2 Alimentação natural e saudável

**Irmã:** Você poderia resumir a parte, prática e teórica, deste trabalho sobre saúde e medicina nutricional preventiva?

**Irmão:** Como princípio, *lugar de médico*<sup>7</sup> nutricional é orientando e preparando o alimento. Se queremos um *corpo saudável*<sup>8</sup>, devemos nos nutrir com *alimentos alcalinizantes*<sup>9</sup>, tais como os da *dieta Gerson*<sup>10</sup>, e também os *alimentos vivos*<sup>11</sup>. Na prática, nos alimentar de *nozes, cereais,*

---

<sup>1</sup>Índice do GAIA: “Família Unida”.

<sup>2</sup>Índice do GAIA: “Corpo Saudável”.

<sup>3</sup>Índice do GAIA: “Mente Espiritualizada”.

<sup>4</sup>Índice do GAIA: “Alma Engrandecida”.

<sup>5</sup>Informativo: “Informativos do Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta (GAIA)”, **Seção 6:** “As três fases e gerações do GAIA”.

<sup>6</sup>“Livro de Urantia”, **Documento 55:** “As Esferas de Luz e Vida”.

<sup>7</sup>Informativo: “Citações: Lugar de Médico é na Cozinha”.

<sup>8</sup>Índice do GAIA: “Corpo Saudável”.

<sup>9</sup>Informativo: “Citações: As Frutas na Medicina Natural”, **Seção 4:** “Reações ácida e alcalina”, **Subseção 4.8:** “Alimentos alcalinizantes”.

<sup>10</sup>Informativo: “Terapia Nutricional de Max Gerson”, **Seção 3:** “A Terapia nutricional de Max Gerson”, **Subseção 3.1.11:** “Alimentos alcalinizantes da dieta Gerson”.

<sup>11</sup>Informativo: “O Milagre dos Alimentos Vivos”.

frutas<sup>12</sup>, legumes e verduras orgânicas. É vitalizante *germinar as sementes*<sup>13</sup> (cereais). Se necessário, cozinhar o alimento no vapor, que é água destilada sem metais, toxinas e sem o flúor advindo da *fluoretação sistêmica*<sup>14</sup>. É saudável beber a “água viva” dos *sucos*<sup>15</sup> ou água mineral naturalmente alcalina. Lembremos que a quinoa, a soja, o arroz e feijão fornecem proteína *completa, sem carne*<sup>16</sup>. É vital saber que a *linhaça*<sup>17</sup> contém uma quantidade elevada de *ácidos graxos essenciais*<sup>18</sup>. Quando estivermos nos alimentando e tendo prazer de viver, sejamos felizes e *conscientes de Deus*<sup>19</sup>. Fazamos *exercícios*<sup>20</sup> e evitemos *substâncias tóxicas*<sup>21</sup>. **Em termos teóricos**, existem vários textos e livros sobre medicina nutricional e preventiva. Reproduzimos a seguir o índice sobre *Alimentação Natural e Saudável*<sup>22</sup> do Grupo de Aprendizagem da Informação Aberta - GAIA<sup>23</sup>:

Tinham acesso ao *leite de uma grande variedade de nozes e aos sucos de muitas frutas*<sup>24</sup> . . . Eles consideravam os seus alimentos - **frutas, nozes e cereais** - já preparados quando amadureciam.

- Medicina Nutricional Preventiva - Exposição em forma de diálogo sobre a alimentação natural necessária para saúde do corpo.
- *Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos*<sup>25</sup> - Texto síntese sobre a alimentação saudável, que resume parte deste material organizado pelo Grupo de Aprendizagem da Informação Aberta (GAIA).
- *A Revolução Antienvhecimento*<sup>26</sup> - Uma alimentação para se viver 120 anos com saúde de acordo com o médico Timothy J. Smith, vice-presidente da Associação Médica de Nutrição dos Estados Unidos.
- *Terapia Nutricional de Max Gerson*<sup>27</sup> - Livros e informativos sobre a terapia, de nutrição e de desintoxicação, proposta pelo doutor Max Gerson. Mais informações podem ser obtidas no “Instituto Gerson” ([www.gerson.org](http://www.gerson.org)) e também no “Centro Médico Gerson” de Medicina Integrativa: CHIPSA ([www.chipsahospital.org](http://www.chipsahospital.org)).

<sup>12</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 74**: “Adão e Eva”, **Item 74.6**: “A Vida Familiar de Adão e Eva”, **Parágrafo 3**.

<sup>13</sup> **Informativo**: “Fundamentos da Culinária Viva e Receitas Vivas”, **Seção 2**: “As sete virtudes do cruzinheiro”, **Subseção 2.3**: “Germinação das sementes”.

<sup>14</sup> **Informativo**: “A Fluoretação Sistêmica: a Maior Fraude Científica do Século XX”.

<sup>15</sup> **Informativo**: “Citações: Lugar de Médico é na Cozinha”, **Seção 6**: “Leites da Terra”, **Subseção 6.1**: “Suco verde”.

<sup>16</sup> **Livro**: “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 10**: “Proteína: Mais não é Sinônimo de Melhor”, **Item 10.8**: “Completo, sem a Carne”.

<sup>17</sup> **Livro**: “Guia Prático da Cura Natural do Câncer”, **Capítulo 1**: “Nutrição Curativa de J. Budwig”, **Item 1.2**: “A pesquisa da Dra. Budwig”, **Parágrafo 10**.

<sup>18</sup> **Livro**: “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 8**: “O Poder das Gorduras: Os Ácidos Graxos Essenciais”.

<sup>19</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 1**: “O Pai Universal”, **Item 1.3**: “Deus É Um Espírito Universal”, **Parágrafo 7**.

<sup>20</sup> **Informativo**: “Exercício em Esteira Elástica - Descubra o Poder de Cura do Rebounder”.

<sup>21</sup> **Índice do GAIA**: “Corpo Saudável”, **Subíndice**: “Substâncias Tóxicas”.

<sup>22</sup> **Índice do GAIA**: “Corpo Saudável”, **Subíndice**: “Alimentação Natural e Saudável”.

<sup>23</sup> **Informativo**: “Informativos do Grupo de Aprendizagem da Informação Aberta (GAIA)”.

<sup>24</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 74**: “Adão e Eva”, **Item 74.6**: “A Vida Familiar de Adão e Eva”, **Parágrafo 3**.

<sup>25</sup> **Informativo**: “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”.

<sup>26</sup> **Livro**: “A Revolução Antienvhecimento”.

<sup>27</sup> **Índice do GAIA**: “Terapia Nutricional de Max Gerson”.

<sup>28</sup> **Internet**: “<http://www.gerson.org/>”.

<sup>29</sup> **Internet**: “<http://www.chipsahospital.org/>”.

- *Cura Natural do Câncer*<sup>30</sup> - Livros e informativos sobre medicina nutricional preventiva, toxicologia e *doenças degenerativas*<sup>31</sup>, mais especificamente o câncer.
- *O Milagre dos Alimentos Vivos*<sup>32</sup> - A experiência da médica Kirstine Nolfi, que se curou de um câncer de mama através da alimentação viva!
- *Citações: Lugar de Médico é na Cozinha*<sup>33</sup> - Cura e saúde pela alimentação viva. Nossa sincera gratidão ao autor e médico: *Doutor Alberto Gonzales*<sup>34</sup>.
- *Fundamentos da Culinária Viva com Receitas Vivas*<sup>35</sup> - Prática e teoria da alimentação viva, curativa e deliciosa. Experimentado e escrito por Adriano Caceres & Ana Paula Boquadi, idealizadores da *Semente N'Ativa*<sup>36</sup>.
- *A Saúde Depende do Estado do Intestino*<sup>37</sup> - Entrevista com o médico Hiromi Shinya, criador do método de colonoscopia de filmagem do colo intestinal. É mostrado como os alimentos de origem animal intoxicam o intestino e o corpo. (Shinya, [16])
- *Citações: As Frutas na Medicina Natural*<sup>38</sup> - Escrito por A.B. e Daniel S.F. Boarim. Livro de referência com tabelas expositivas da concentração de vários nutrientes minerais, vitaminas e o poder de alcalinização e acidificação de inúmeros alimentos. [3]
- *Citações: As Hortaliças na Medicina Natural*<sup>39</sup> - Escrito por Alfons Balbach e D.B. com capítulos sobre os inconvenientes da carne e a saúde e longevidade dos vegetarianos. [4]
- *Citações: Alimentação Naturista*<sup>40</sup> - Frutas e vegetais compõe a alimentação natural da natureza natal do nascimento do corpo humano, como mostra o professor Diemo Castanho. [5]
- *Citações: Sugar Blues*<sup>41</sup> - Os malefícios do açúcar refinado e a avareza das corporações da indústria químicas, de alimentos e drogas farmacêuticas. Escrito por William Dufty.
- *Citações: O Segredo de Shambhala*<sup>42</sup> - Alimentação e espiritualidade. Extraído do livro “O Segredo de Shambhala” escrito por James Redfield. Explica a importância do alimento na saúde física e mental. Mostra como os alimentos anti-naturais provocam a acidez e degeneração. (Redfield [14])
- *Citações: Ayurveda - Cultura de bem-viver*<sup>43</sup> - As bases da ayurveda - conhecimento da vida. Extraído do livro: “Ayurveda - Cultura de bem-viver”, escrito por Márcia de Luca & Lúcia Barros. Mostra como a medicina oriental holística vê o ser humano como um todo e busca curar a causa das doenças ao invés de somente os seus sintomas.

---

<sup>30</sup>**Índice do GAIA:** “Cura Natural do Câncer”.

<sup>31</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 4:** “As doenças degenerativas e radicais químicos livres”.

<sup>32</sup>**Informativo:** “O Milagre dos Alimentos Vivos”.

<sup>33</sup>**Informativo:** “Citações: Lugar de Médico é na Cozinha”.

<sup>34</sup>**Internet:** “<http://www.doutoralberto.com.br/>”.

<sup>35</sup>**Informativo:** “Fundamentos da Culinária Viva e Receitas Vivas”.

<sup>36</sup>**Internet:** “<http://www.sementenativa.net.br/>”.

<sup>37</sup>**Informativo:** “A Saúde Depende do Estado do Intestino”.

<sup>38</sup>**Informativo:** “Citações: As Frutas na Medicina Natural”.

<sup>39</sup>**Informativo:** “Citações: As Hortaliças na Medicina Natural”.

<sup>40</sup>**Informativo:** “Citações: Alimentação Naturista”.

<sup>41</sup>**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”.

<sup>42</sup>**Informativo:** “Citações: O Segredo de Shambhala”.

<sup>43</sup>**Informativo:** “Citações: Ayurveda - Cultura de bem-viver”.

- *Citações: A Revolucionária Dieta Antienvhecimento*<sup>44</sup> - As doenças da alimentação moderna. Escrito pelo médico cardiologista Robert C. Atkins. Explica a “Regra dos Vinte Anos”. Em resumo, esta regra prevê que vinte anos após a introdução da alimentação anti-natural, principalmente o açúcar refinado, aparecem as doenças degenerativas. [2]

## 2.3 A medicina nutricional preventiva no seio do amor familiar

**Irmã:** Deve ter dado um trabalhão para reunir todo este material!

**Irmão:** É verdade, mas o que adianta sabermos tanto e não conseguirmos ajudar os que mais amamos. Esta medicina nutricional preventiva pode salvar muitas pessoas de doenças evitáveis. O câncer é um exemplo de uma doença degenerativa não natural.

O doutor *Timothy J. Smith*<sup>45</sup>, autor do livro *A Revolução Antienvhecimento*<sup>46</sup>, escreveu dois capítulos sobre o câncer. Um destes capítulos, sobre como “combater o câncer com o garfo”, se chama *A Dieta de Prevenção do Câncer*<sup>47</sup>. No capítulo intitulado Como Prevenir o Câncer, Dr. Smith descreve sua dificuldade diante do falecimento de seu pai devido à esta doença evitável, eis a citação:

“*A Revolução Antienvhecimento*”, parágrafo 12.3<sup>48</sup>: ... “Tive dificuldade para escrever este capítulo. Sucessivos rascunhos pareciam sem vida. Eu sabia que alguma coisa estava errada, mas o quê?”

“Foi então que descobri: **meu pai, a quem sempre fui muito apegado, morreu de câncer pulmonar em 1977.** Ainda sinto o profundo sentimento de perda - tanto que escrever sobre a doença que desestruturou minha família foi quase impossível.”

“Sinto muito a falta de meu pai. Se ele não fosse vítima do câncer, ainda teríamos convivido muitos anos. **Sei que ele concordaria em que, se as informações aqui apresentadas puderem ajudar pelo menos uma pessoa a evitar o câncer, o esforço terá valido a pena. Dedico a ele este capítulo.**”

“Nas páginas que se seguem, você saberá quais são as causas do câncer e por quê. Ao longo do capítulo, aprenderá o que deve fazer para se proteger dessa doença insidiosa.”

“Parte do que você está prestes a ler talvez pareça monótona e desestimulante. Mas quero apresentar todos os fatos. **A informação é a melhor arma contra o câncer** - uma guerra que você pode vencer.”

**Irmã:** Entendi. Vamos fazer o nosso melhor para que a morte prematura não aflinga nossa família. Sabemos que a informação verdadeira é o mais importante para nossa saúde. Começo à entender os objetivos deste Grupo de Aprendizes da Informação Aberta. Não é possível que nossa cidade com médicos, biólogos, odontólogos, psicólogos, psiquiatras e amantes da vida faça menos que o melhor possível primeiramente por nossa saúde.

Meu objetivo maior é a vida dos que amo. Estou me “alistando” neste ideal de buscar nosso melhor entendimento e prática a favor da saúde, felicidade e vida eterna de todos da nossa família humana.

<sup>44</sup>**Informativo:** “Citações: A Revolucionária Dieta Antienvhecimento”.

<sup>45</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.4:** “O Médico e Autor - Timothy J. Smith”.

<sup>46</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”.

<sup>47</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 13:** “Combatendo o Câncer com o Garfo: A Dieta de Prevenção do Câncer”.

<sup>48</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 12:** “Como Prevenir o Câncer”, **Parágrafo 3.**

**Irmão:** Na questão de medicina nutricional e preventiva, nós temos que vencer a desinformação, e precisamos lutar contra a ganância de corporações impessoais e não éticas que colocam o lucro e o poder de poucos acima da vida e do amor de nossa irmandade humana.

## 2.4 Enumeração dos fatores favoráveis à saúde

**Irmã:** Sejam positivos, vamos afirmar o bem ao invés de negar o mal. Quero realmente focar na medicina e saúde dos membros de nossa família. Você conseguiria resumir a sua pesquisa sobre a saúde até o momento?

**Irmão:** Sim, dos meus estudos, a saúde do corpo como um todo depende de **4 fatores**:

1. Ter fé em *Deus*<sup>49</sup> e ser *feliz*<sup>50</sup>.
2. Ingerir *alimentos naturais, saudáveis*<sup>51</sup> e vitalizantes.
3. Evitar *substâncias tóxicas*<sup>52</sup>.
4. Praticar exercícios, o que ativa a circulação, alimentando as células e excretando as substâncias citotóxicas.

O doutor *Timothy J. Smith*<sup>53</sup>, vice-presidente da Associação Médica de Nutrição dos Estados Unidos, em seu tratado de medicina nutricional e preventiva, ensina estes mesmos fatores pró-saúde com as seguintes palavras:

*“A Revolução Antienvelhecimento”, parágrafo 1.1-4*<sup>54</sup>: ... “Felizmente, **sabemos como estimular a recuperação celular e como evitar que as células sofram danos**. Tudo o que você precisa fazer é:”

1. Diminuir o estresse
2. Ter uma alimentação saudável
3. Evitar a exposição às toxinas
4. Exercitar-se regularmente

A medicina oriental holística, ayurveda<sup>55</sup>, também menciona estes fundamentos da saúde no contexto de sua própria linguagem:

*“Ayurveda - Cultura de bem-viver”, Seção 1*<sup>56</sup> [10]:  
Os fundamentos da saúde

1. ...
2. **Ojas (alimento vitalizante)** em grande quantidade
3. **Ama (toxinas)** em pequena quantidade
4. **Srotas (canais circulatórios)** desobstruídos

---

<sup>49</sup> “**Livro de Urantia**”, **Parte I**: “O Universo Central e os Superuniversos”.

<sup>50</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 149**: “A Segunda Campanha de Pregação”, **Item 149.5**: “A Lição sobre o Contentamento”.

<sup>51</sup> **Índice do GAIA**: “Corpo Saudável”, **Subíndice**: “Alimentação Natural e Saudável”.

<sup>52</sup> **Índice do GAIA**: “Corpo Saudável”, **Subíndice**: “Substâncias Tóxicas”.

<sup>53</sup> **Livro**: “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo Preliminar**: “Preliminares”, **Item 0.4**: “O Médico e Autor - Timothy J. Smith”.

<sup>54</sup> **Livro**: “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 1**: “A Teoria da Renovação e o Processo do Envelhecimento: Esperanças para o Futuro”, **Item 1.1**: “Tudo Começa nas Células”, **Parágrafo 4**.

<sup>55</sup> Em sânscrito, Ayur significa vida e Veda significa conhecimento. AyurVeda significa conhecimento da vida.

<sup>56</sup> **Informativo**: “Citações: Ayurveda - Cultura de bem-viver”, **Seção 1**: “Os fundamentos da saúde”.

## 2.4.1 Radicais químicos livres, acidez, baixa oxigenação → doenças degenerativas e câncer

**Irmã:** Compreendi que os exercícios, alimentos vitalizantes e os cuidados para evitar intoxicação são um modo de vida saudável que pode nos propiciar longevidade e bem-estar. Contudo, quais as causas biológicas que comprovam a salubridade destas práticas?

**Irmão:** Estas práticas saudáveis evitam o excesso de radicais químicos livres e conseqüentemente evitam a acidez que caracteriza os tecidos em degeneração e a baixa oxigenação causadora de câncer.

**Irmã:** Radicais químicos livre? Acidez? Baixa oxigenação?

**Irmão:** Sim. Estes eventos sintomáticos estão relacionados. Leia com atenção a seguinte citação sumária e conclusiva:

“A Ciência da Prevenção e Cura Natural do Câncer”, Seção 1.3<sup>57</sup>:

### Radicalis Livres e Acidez

“Esta seção, sobre os radicais químicos livres, acidez e baixa oxigenação, foi adicionada ao trabalho benfeitor de *Ursula Escher & Eugene Yi*<sup>58</sup>. Os radicais químicos livres, ou fragmentos moleculares desfuncionais, podem ser definidos como pedaços desfuncionais de moléculas orgânicas. Eles tem ligações químicas covalentes quebradas, elétrons desemparelhados, alta eletro-afinidade e elevado poder de oxidação.”

“Com coerência e lógica bioquímica, somos levados a acreditar que os radicais químicos livres sejam a causa principal da acidez e da baixa oxigenação. Sendo assim, eles provocam as *doenças degenerativas*<sup>59</sup>, dentre elas o câncer.”

“Como isto acontece? Estes radicais químicos livres se combinam com o oxigênio celular gerando hipóxia, baixa oxigenação dos tecidos, e conseqüentemente câncer, conforme *descoberto pelo doutor Warburg*<sup>60</sup> [17].”

“Além disto, estes fragmentos de moléculas orgânicas, com alto poder oxidativo, podem também se combinar com as hidroxilas (OH<sup>-</sup>) da água neutra, fazendo o pH ficar ácido, o que caracteriza a *acidez dos tecidos mortos*<sup>61</sup> em degeneração.”

## 2.4.2 Vida, movimento, elétrons → alcalino

**Irmã:** É muita informação, preciso digerir isto. Espero que este “alimento informativo” contribua para nossa saúde integral e para este projeto do *GAIA*<sup>62</sup> de “fome *cultural* zero”. Compreendi a **prática** de ingerir alimentos saudáveis, não se intoxicar e fazer exercícios para desobstruir os canais circulatórios e permitir, no nível celular (cito-lógico), a cito-nutrição saudável, a cito-oxigenação, e a cito-excreção das toxinas. Acredito que os radicais químicos desfuncionais possam ser realmente a causa das *doenças degenerativas*<sup>63</sup>. Porém, ainda não percebi esta “lógica bioquímica” que conecta estes radicais químicos, a acidez, a hipóxia e as doenças crônicas. Me ajuda pai-professor?

---

<sup>57</sup>**Livro:** “A Ciência da Prevenção e Cura Natural do Câncer”, **Capítulo 1:** “O Câncer Pode Ser Facilmente Prevenido e Curado”, **Item 1.3:** “Radicais químicos livres e acidez”.

<sup>58</sup>**Livro:** “A Ciência da Prevenção e Cura Natural do Câncer”, **Capítulo 20:** “Informações para as Pessoas Céticas”, **Item 20.12:** “Conclusão das autoras benfeitoras”.

<sup>59</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”, **Item 2.1:** “Doenças Causadas por Danos Impostos pelos Radicais Químicos Livres”.

<sup>60</sup>**Livro:** “A Ciência da Prevenção e Cura Natural do Câncer”, **Capítulo 3:** “A Principal Causa do Câncer de Acordo com o Dr. Warburg”, **Item 3.1:** “Células cancerosas utilizam menos oxigênio na geração de energia”, **Parágrafo 3.**

<sup>61</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 9:** “O milagre dos alimentos vivos (cru)”, **Subseção 9.2:** “Alimentos mortos e acidez”.

<sup>62</sup>**Documento:** “. . . gaia/leiname.pdf”.

<sup>63</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”, **Item 2.1:** “Doenças Causadas por Danos Impostos pelos Radicais Químicos Livres”.

**Irmão:** Sim, ajuda. É muito importante a explicação do fundamento teórico da bioquímica da saúde do corpo. Começo observando que no oriente a saúde é vista de acordo com um enfoque mais holístico e integral. O ser humano é visto como um todo na medicina ayurvédica e na medicina chinesa. É possível uma explicação da bioquímica analítica ocidental para a prática de saúde integral oriental. Certa vez, um médico experiente explicou que na China o mesmo símbolo utilizado para expressar vida (huo) é também utilizado para simbolizar movimento. De fato, a palavra animado, animal e ânima evocam a idéia de movimento e de vida.

**Irmã:** Eu concordo intuitivamente com a associação entre vida e movimento. Mas qual a relação disto com a saúde?

**Irmão:** Para responder sua pergunta, comecemos nossa análise observando que o organismo é formado de sistemas orgânicos, estruturados por órgãos, feitos de tecidos, compostos por células, com organelas celulares, construídas com moléculas orgânicas que se compõe de átomos. E os átomos são elementos químicos com um núcleo massivo e um número específico de elétrons que se movem em torno deste núcleo. No nível atômico, das moléculas orgânicas, as ligações químicas ocorrem entre os elétrons que se movimentam na camada eletrônica mais exterior destes átomos. Se vida está associada com movimento, e se os elétrons são os movimentadores da bioquímica da vida<sup>64</sup>, então a riqueza de elétrons em movimento no organismo é um sinal de vitalidade do corpo. Um bom estudante de biologia e química sabe que a água é o solvente universal das soluções orgânicas e que a riqueza de elétrons nos meios orgânicos significa que o meio é alcalino, ou seja, o contrário de ácido.

Resumindo, vida é movimento, os elétrons movimentam a bioquímica da vida, a riqueza de elétrons em uma solução orgânica se traduz em alcalinidade. Isto explica porque na prática devemos nos nutrir com *alimentos alcalinizantes*<sup>65</sup>, tais como os da *dieta Gerson*<sup>66</sup>.

Outra confirmação, da importância dos “elétrons movimentadores da vida”, é o trabalho da doutora *Johanna Budwig*<sup>67</sup>, uma bioquímica alemã nomeada sete vezes para o Prêmio Nobel. Ela escreveu um livro intitulado: “*Flax Oil as a True Aid Against Arthritis, Heart Infarction, Câncer and Other Diseases*” [*Óleo de Linhaça como um Verdadeiro Auxílio Contra Artrite, Infarto Cardíaco, Câncer e Outras Doenças*]. O óleo de linhaça é uma **gordura altamente insaturada rica em elétrons**. O óleo de linhaça contém *ácidos graxos essenciais*<sup>68</sup> ricos em elétrons e a Dra. Budwig explica como eles são importantes para **atividade capilar** do sistema circulatório, e para o funcionamento da membrana e da **respiração celular**:

“*Guia Prático da Cura Natural do Câncer*”, parágrafo 1.2\_11<sup>69</sup>: ... “Essas **gorduras altamente insaturadas** são, essencialmente, **ricas em elétrons**. Isto é claramente mensurável fisicamente. Estes elétrons permitem as gorduras serem ativas na superfície, em nível capilar. **Atividade capilar** é, simplesmente, muito importante para todas as funções vitais, para a secreção de muco, para a atividade capilar tanto do sangue, quanto do fluido linfático e também para a excreção através da bexiga e intestinos.”

... “ácidos graxos altamente insaturados desempenham um papel decisivo no funcionamento da **respiração celular** .... A vida é dependente do funcionamento das gorduras insaturadas da membrana, a pele exterior da célula” ...

**Irmã:** Você me convenceu de que os elétrons são os movimentadores da bioquímica da vida. Me

<sup>64</sup>Bioquímica significa química da vida, pois “bio” significa “vida”.

<sup>65</sup>**Informativo:** “Citações: As Frutas na Medicina Natural”, **Seção 4:** “Reações ácida e alcalina”, **Subseção 4.8:** “Alimentos alcalinizantes”.

<sup>66</sup>**Informativo:** “Terapia Nutricional de Max Gerson”, **Seção 3:** “A Terapia nutricional de Max Gerson”, **Subseção 3.1.11:** “Alimentos alcalinizantes da dieta Gerson”.

<sup>67</sup>**Livro:** “Guia Prático da Cura Natural do Câncer”, **Capítulo 1:** “Nutrição Curativa de J. Budwig”, **Item 1.2:** “A pesquisa da Dra. Budwig”.

<sup>68</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 8:** “O Poder das Gorduras: Os Ácidos Graxos Essenciais”.

<sup>69</sup>**Livro:** “Guia Prático da Cura Natural do Câncer”, **Capítulo 1:** “Nutrição Curativa de J. Budwig”, **Item 1.2:** “A pesquisa da Dra. Budwig”, **Parágrafo 11.**

explica agora porque a riqueza de elétrons em um meio orgânico significa que este meio é alcalino e saudável?

**Irmão:** A solução universal dos meios orgânicos é a água. A água pode ser neutra, alcalina ou ácida. As moléculas de água ( $H_2O$ ) estão constantemente se dissociando em íons de hidroxila ( $OH^-$ ) e íons de hidrogênio ( $H^+$ ). Os íons de hidroxila ( $OH^-$ ) possuem um elétron sobrando e caracterizam um meio alcalino. Nos íons de hidrogênio ( $H^+$ ) falta um elétron, isso caracteriza um meio ácido. Concluímos que o meio alcalino é rico em elétrons movimentadores da bioquímica da vida.

**Irmã:** Agora eu compreendi. Vou rever meus estudos de biologia e química para cuidar da saúde dos meus familiares e amigos. Estou convencida que sem este conhecimento básico poderei me perder diante de tantas dietas possíveis. É preciso entender a ciência que fundamenta a medicina nutricional preventiva. Este conhecimento sobre a ciência da vida tem mais valor do que o dinheiro utilizado sem sabedoria.

**Irmão:** Eu concordo, vamos cuidar da vida temporária do corpo com fé na vida eterna do espírito. Lembremos que Jesus nos ensinou à primeiramente *buscarmos o Reino de Deus*<sup>70</sup> e, quando houvermos encontrado a nossa entrada nele, **todas as coisas que nos forem necessárias, virão por acréscimo.**

## 2.5 A importância primordial da saúde e da vida da família

**Irmã:** Para mim esta foi uma síntese de práticas de saúde que previnem as doenças degenerativas.

**Irmão:** Fico feliz que tenhas gostado. Mas voltemos o foco de nosso diálogo para importância do cuidado com a saúde de nossos familiares. Vou citar um comentário de Márcia de Luca & Lúcia Barros, no prefácio de seu livro *“Ayurveda - Cultura de bem-viver”*<sup>71</sup> citado acima. Se não me falha a memória, uma destas escritoras disse aproximadamente o seguinte:

“Quando eu era pequena meu pai costumava dizer: ‘Vamos agora colocar em números os ‘valores da vida’, primeiramente este 1 representa saúde, agora vem família’ e colocava um zero ao lado do 1 obtendo um 10, ‘depois vem a educação’, colocando mais um zero obtendo 100, ‘então vem a profissão’, colocava mais um zero e obtinha 1000. E para cada valor citado ele colocava mais um zero no número representativo dos ‘valores da vida’. ‘Pois bem minha filha, agora vem a conclusão: Se tirarmos deste enorme número o 1 que representa a saúde e vida, vira tudo zero!’”

**Irmã:** Percebi. Esta é uma forma de dizer que na vida a saúde é o mais importante.

**Irmão:** Sim, a vida humana é muito importante. E quando somos animados pela boa fé, em direção a vida eterna, podemos experimentar a verdade que *abrange coisas imponderáveis*<sup>72</sup> como a realidade espiritual e viva. Estes são os *verdadeiros valores da vida*<sup>73</sup>. Lembremos que *a lei é a vida em si mesma*<sup>74</sup> e não as regras para conduzi-la.

Eu também quero lhe pedir para que tu consideres com receptividade este material sobre saúde.

---

<sup>70</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 140**: “A Ordenação dos Doze”, **Item 140.6**: “A Noite da Ordenação”, **Parágrafo 13**.

<sup>71</sup>**Informativo**: “Citações: Ayurveda - Cultura de bem-viver”.

<sup>72</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 132**: “A Permanência em Roma”, **Item 132.3**: “A Verdade e a Fé”, **Parágrafo 2**.

<sup>73</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 100**: “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.4**: “Os Problemas do Crescimento”, **Parágrafo 4**.

<sup>74</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 48**: “A Vida Moroncial”, **Item 48.6**: “Os Serafins dos Mundos Moronciais - Os Ministros de Transição”, **Parágrafo 33**.

Pondere sobre a possibilidade de efetivamente estudarmos e trabalharmos juntos pela vida e saúde de todos de nossa família humana.

## 2.6 Livro: “A Revolução Antienvelhecimento”

**Irmã:** OK, faremos isso. Vamos estudar e trabalhar juntos naquilo que for de nosso interesse comum. Por vários motivos eu realmente estou buscando a saúde física das pessoas em geral, da família em particular e de nossos pais em especial. Vamos começar por aí.

Vou reservar um tempo para ler o resumo sobre a “*Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos*”<sup>75</sup>. Aos poucos estou tendo a impressão que o livro “*A Revolução Antienvelhecimento*”<sup>76</sup> é a base deste trabalho até o momento. “Saltou-me aos olhos” as afirmações sobre a possibilidade de vivermos saudavelmente até 120 anos! Será que tu me ajudarias à entender a lógica por trás de parágrafos como o seguinte:

“*A Revolução Antienvelhecimento*”, parágrafo 1.5\_1<sup>77</sup>: ... “você está geneticamente programado para viver 120 anos. Para chegar a esse tempo máximo de vida, é necessário que faça o que puder para diminuir os danos às células, que precipitam as doenças e aceleram o envelhecimento. Isso significa fornecer ao seu organismo grandes quantidades das matérias primas utilizadas por ele para proteger células saudáveis, recuperar células danificadas e substituir células irrecuperáveis ou mortas.”

### 2.6.1 Conhecimento sobre o envelhecimento por danos

**Irmão:** Entender a lógica de um tema é uma das três etapas para se chegar ao conhecimento. No curso de Vipassana<sup>78</sup> aprendemos que o conhecimento nos chega em três fases: **1.** audição, **2.** lógica e **3.** experiência. Primeiramente ouvimos ou lemos a explicação de alguém sobre o assunto em questão. Em segundo lugar, analisamos logicamente o que nos foi apresentado. Contudo, o conhecimento verdadeiro sobre um assunto, só é confirmado na terceira etapa, com a **experiência**.

**Irmã:** Eu li o que escrevestes sobre a saúde. Contudo podemos falar qualquer coisa. Qual a lógica que sustenta a afirmação de que poderemos viver mais de 100 anos sem doenças degenerativas, se ingerirmos alimentos naturais e saudáveis, evitarmos a intoxicação e praticarmos exercícios?

**Irmão:** O nosso primeiro dever de casa é estudar e entender como o *envelhecimento por danos*<sup>79</sup>, e também as *doenças degenerativas*<sup>80</sup>, são causadas e aceleradas pelos *radicais químicos livres*<sup>81</sup>, que prefiro chamar de fragmentos moleculares desfuncionais, e são *formados a partir de várias fontes*<sup>82</sup>.

---

<sup>75</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”.

<sup>76</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”.

<sup>77</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 1:** “A Teoria da Renovação e o Processo do Envelhecimento: Esperanças para o Futuro”, **Item 1.5:** “Renovação: O Antídoto para o Envelhecimento”, **Parágrafo 1.**

<sup>78</sup>Vipassana significa ver as coisas como realmente são. Vipassana é o nome de uma meditação budista que consiste na auto-observação da respiração, das sensações táteis da pele, da mente e das emoções.

<sup>79</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 5:** “Radicais químicos livres: peças quebradas do organismo”, **Subseção 5.1:** “O envelhecimento precoce por dano”.

<sup>80</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 4:** “As doenças degenerativas e radicais químicos livres”.

<sup>81</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 5:** “Radicais químicos livres: peças quebradas do organismo”.

<sup>82</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 4:** “As doenças degenerativas e radicais químicos livres”, **Subseção 4.1:** “Formadores dos maléficos radicais químicos livres”.

## 2.6.2 Book: “Outsmarting the Number One Killer”

**Irmã:** Vamos ser práticos. A saúde de meus pais me preocupa. Recentemente eu soube de um conhecido com menos de 50 anos que morreu de ataque cardíaco. Nestes casos, qual a orientação do nosso herói da medicina?

**Irmão:** O *doutor Smith*<sup>83</sup>, que escreveu o livro “*A Revolução Antienvelhecimento*”, também escreveu um livro sobre as doenças cardíacas intitulado “*Outsmarting the Number One Killer*”<sup>84</sup>. Uma possível tradução deste título e do subtítulo seria: *Vencendo o Assassino Número Um: Um Programa com Base Científica para Reverter Placa Aterosclerótica, Ataque Cardíaco e Acidente Vascular Cerebral (AVC)*.

### 2.6.2.1 Doença aterosclerótica cardiovascular: o assassino número um

**Irmã:** Agradeço esta informação pró-vida. Por que o autor chama a doença aterosclerótica cardiovascular<sup>85</sup> de assassino número um?

**Irmão:** Porque esta é a doença que mais mata no mundo. O sistema cardiovascular do organismo é composto fundamentalmente pelo coração e vasos sanguíneos (artérias e veias). *Atherosclerose (athero = artéria e sclero = dura)*<sup>86</sup> significa artéria dura. *A atherosclerose é o enrijecimento e obstrução das artérias*<sup>87</sup>. A atherosclerose aparece quando surgem *depósitos de gordura nas paredes arteriais*<sup>88</sup>, provocando, com o tempo, a obstrução e o enrijecimento arterial.

Nas palavras do próprio autor:

*This is an epidemic*<sup>89</sup>

#### **Isto é uma epidemia**

Como avestruzes com nossas cabeças na areia, nós estamos vivendo no meio de uma epidemia moderna, esquecidos do fato de que a maioria de nós vai sucumbir a isto.

Doença arterial coronária é - de longe - o maior matador de todos. Derrame cerebral é o número três. Nenhuma outra doença moderna ceifa tantas vidas humanas como a doença cardiovascular aterosclerótica. O termo “epidêmico” falha em capturar a enormidade deste problema público de saúde. Considere as seguintes estatísticas assustadoras:

- Doença do coração é de longe a causa número um da morte de ambos homens e mulheres nos Estados Unidos.
- A taxa de mortes devido a doença cardiovascular aterosclerótica é *três vezes mais alta do que todas as outras causas de morte combinadas*.
- Suas chances pessoais de morrer de doença cardiovascular aterosclerótica são esmagadoras: ela mata três de cada quatro pessoas.
- Americanos sofrem 1.500.000 ataques cardíacos em um ano - isto é um a cada 30 segundos.
- Somente nos EUA, estes ataques cardíacos respondem por mais de *um milhão de vidas todo ano* - isto são 3.000 mortes todo dia.

---

<sup>83</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.4.1:** “Book: ‘*Outsmarting The Number One Killer*’”, **Parágrafo 3.**

<sup>84</sup>**Livro:** “*Outsmarting the Number One Killer*”.

<sup>85</sup>Cardio-vascular significa do coração e dos vasos sanguíneos

<sup>86</sup>**Livro:** “*Outsmarting the Number One Killer*”, **Capítulo 2:** “*Atherosclerosis: The Silent Killer*”, **Parágrafo 2.**

<sup>87</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 2:** “*Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade*”, **Item 2.3:** “*Sabotagem Celular*”, **Parágrafo 9.**

<sup>88</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 7:** “*As Gorduras: As Boas, as Ruins e as Absolutamente Feias*”, **Item 7.4:** “*Sua dieta o faz adoecer?*”.

<sup>89</sup>**Livro:** “*Outsmarting the Number One Killer*”, **Capítulo 4:** “*An Epidemic of Staggering Proportions*”, **Item 4.1:** “*This is an epidemic*”.

- Cada 60 segundos, alguém nos Estados Unidos sofre um ataque cardíaco fatal.
- Para uma de cada três vítimas de ataque cardíaco pela primeira vez, este ataque cardíaco foi o seu último.
- Doença do coração é um problema sério para mulheres. Doença do coração mata mais mulheres, com idade acima de 60 anos, do que qualquer outra doença. Terminando 500.000 vidas por ano, muito mais do que câncer de mama, que responde por 50.000 mortes anualmente.
- O risco de morte cresce com a idade: 84% das pessoas com 65 anos ou mais morre desta doença.
- Mais de um quinto de toda população dos EUA - mais de 57 milhões de Americanos - sofre de alguma forma de doença cardiovascular diagnosticada, e a maior parte dos que não sofrem ainda, vai contrair a doença.
- Doença cardiovascular é a líder em mutilações também: 10 milhões de Americanos ficam deficientes todos os anos devido a condições cardiovasculares.
- Cirurgiões continuam a fazer quase meio milhão de operações de ponte safena por ano.
- No mundo todo, a doença cardiovascular responde por cerca de 50% de todas as doenças.

### 2.6.2.2 Algumas causas da disfunção do endotélio dos vasos sanguíneos

**Irmã:** O que podemos fazer para prevenir isso? O que provoca o endurecimento dos vasos sanguíneos, os ataques cardíacos e o derrame cerebral (**Acidente Vascular Cerebral - AVC**)?

**Irmão:** O dano e disfunção *endotelial*<sup>90</sup> promove a formação das placas ateroscleróticas (endurecimento dos vasos sanguíneos), os ataques cardíacos e os derrames de sangue no cérebro (**AVC**). Podemos estudar, na *anatomia de uma artéria*<sup>91</sup>, que o endotélio é uma camada única de células que se alinham na face interna dos vasos sanguíneos. Existem quatro fases no desenvolvimento da aterosclerose causadora do ataque cardíaco e **AVC**. A primeira fase é o dano e disfunção endotelial. A segunda fase é a formação da *placa aterosclerótica*<sup>92</sup>. A terceira fase é a formação de trombus que rompem (trombose) e provocam a quarta fase: o desastre nos vasos sanguíneos, coração e cérebro.

**Irmã:** Isto é uma explicação médica da causa destas fatalidades. Mas o que provoca tudo isso? O que posso fazer em termos práticos para prevenir a morte prematura do corpo humano?

**Irmão:** Sou apenas um leigo me esforçando para cuidar da vida. Contudo o que aprendi neste estudo me leva a confiar na medicina nutricional promovida pelo médico pró-vida da América. Eis uma tradução do que ele escreveu:

#### Algumas causas da disfunção endotelial

*Some causes of endothelial dysfunction*<sup>93</sup>

- Alta pressão do sangue (hipertensão)
- Dietas com elevada quantidade de *gordura animal*<sup>94</sup>

<sup>90</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 1:** “A Journey of the Heart”, **Item 1.5.1:** “Dancing with death”, **Parágrafo 5.**

<sup>91</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 5:** “Atherogenesis: How Arteries Fail”, **Item 5.2:** “Anatomy of an artery”, **Parágrafo 4.**

<sup>92</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 5:** “Atherogenesis: How Arteries Fail”, **Item 5.5:** “Phase two: plaque formation”, **Parágrafo 15.**

<sup>93</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 1:** “A Journey of the Heart”, **Item 1.5.2:** “Some causes of endothelial dysfunction”.

<sup>94</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 6:** “Argumentos contra a Dieta Carnívora: Por que Mudar”, **Item 6.2:** “O Fator Gordura”.

- Dietas com elevada quantidade de carboidrato e *açúcar*<sup>95</sup>
- Dietas com pouca *fruta*<sup>96</sup> e vegetais
- Elevados níveis no sangue de glicose, fibrinogênio, proteína C-reativa, homocisteína, e/ou colesterol
- Esgotamento de nutrientes *antioxidantes*<sup>97</sup>
- *Pesticidas*<sup>98</sup> e herbicidas em comida não-orgânica
- Fast food, comida de lanchonete, comida processada
- Poluentes do ar e da água
- Cloro (exemplo, água de torneira da cidade)
- Metais pesados (exemplo, *mercúrio*<sup>99</sup> nos peixes)
- Químicos ambientais (exemplo, pesticidas na comida)
- *Alcool*<sup>100</sup>
- Fumo

### 2.6.2.3 Exames para identificar as causas dos ataques cardíacos e derrames cerebrais

**Irmã:** Você me convenceu da gravidade da doença aterosclerótica cardiovascular. Já me animei de eliminar as causas desta doença listadas no item anterior. Comecei a ler o livro que indicastes e fiquei alerta com o seguinte parágrafo:

*“Outsmarting the Number One Killer”, parágrafo 2\_4*<sup>101</sup>: Em todo minuto dois americanos sofrem um ataque cardíaco. Metade destes ataques do coração - cerca de um por minuto - são fatais. Dois terços destas vítimas não tiveram nenhum aviso, nenhum sintoma inicial para falar-lhes que elas poderiam estar em risco; **o primeiro e único sintoma foi a morte súbita**. Este é o motivo porque esta doença é conhecida como “o assassino silencioso”.

O que salta aos olhos é que: **o primeiro e único sintoma é a morte súbita**. Será que não há como realizar exames que indiquem o estado do nosso sistema cardiovascular e que nos permitam identificar e prevenir **as causas subliminares dos ataques cardíacos e derrames cerebrais**?

**Irmão:** Sim, o Dr. Smith voltou sua atenção para aplicar os mais recentes desenvolvimentos de *pesquisa em biologia molecular e medicina nutricional para prevenir e reverter a doença cardiovascular aterosclerótica*<sup>102</sup> (infarto e acidente vascular cerebral). Ele identificou os seguintes marcadores do coração:

#### Os seis marcadores do coração

*The six heart markers*<sup>103</sup>

<sup>95</sup>**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”.

<sup>96</sup>**Informativo:** “Citações: As Frutas na Medicina Natural”.

<sup>97</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”, **Item 2.11:** “Antioxidantes: Nosso Aliado Número Um”.

<sup>98</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”.

<sup>99</sup>**Informativo:** “Página sobre as Restaurações com Amálgama Dentário”, **Seção 3:** “Toxicidade do mercúrio”.

<sup>100</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 12:** “Como Prevenir o Câncer”, **Item 12.17.1:** “Bebidas alcoólicas”.

<sup>101</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 2:** “Atherosclerosis: The Silent Killer”, **Parágrafo 4.**

<sup>102</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.4.1:** “Book: ‘Outsmarting The Number One Killer’”, **Parágrafo 6.**

<sup>103</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 4:** “An Epidemic of Staggering Proportions”, **Item 4.4:** “The six heart markers”.

Os seis marcadores do coração que eu recomendo para identificar **as causas subliminares dos ataques cardíacos e derrames cerebrais** são:

- **O Painel Lipídico** - o painel lipídico básico inclui: **colesterol, triglicerídio, LDL, HDL, e VLDL**. Veja *Capítulo 7*<sup>104</sup>.
- **Proteína C-Reativa (CRP)** - CRP é um marcador da inflamação que causa dano arterial coronário. Veja *Capítulo 8*<sup>105</sup>.
- **Homocisteína** - um amino ácido que é inofensivo em níveis normais, mas, quando elevado, inflige dano cáustico às paredes dos vasos sanguíneos. Veja *Capítulo 9*<sup>106</sup>.
- **Fibrinogênio (atividade do fibrinogênio, não anticorpo fibrinogênio)** - uma proteína pro-inflamatória que, quando elevada, danifica artérias, causando aterosclerose. Fibrinogênio também participa em um papel principal na formação de coágulos (trombose) os quais podem bloquear as artérias coronária e cerebral. Veja *Capítulo 10*<sup>107</sup>.
- **“Glicose em Jejum”** - o nível de açúcar no sangue, quando em jejum, provê informação sobre quão bem o corpo está regulando o açúcar sanguíneo. Níveis elevados, durante jejum, são indicativos de uma regulação de açúcar no sangue desfuncional ou “resistência insulínica”. Nível de glicose no sangue cronicamente elevado danifica as paredes das artérias e acelera dramaticamente a aterosclerose. Veja *Capítulo 11*<sup>108</sup>.
- **Tamanho das partículas LDL (“VAP”)** - o tamanho das partículas LDL é um poderoso determinante do risco cardiovascular. Pequenas partículas de LDL (nós estamos falando aqui de poucos nanômetros - uns poucos bilionésimos de um metro) são grandes criadores de problemas, porque elas podem facilmente deslizar através do revestimento arterial interior (o endotélio) e causar dano aterosclerótico. Tamanho grande de partículas é fortemente correlacionado com menor risco. Veja *Capítulo 12*<sup>109</sup>.

## 2.7 Os radicais químicos livres

**Irmã:** Os radicais químicos livres, sobre os quais estávamos falando, contribuem para **doença aterosclerótica cardiovascular**?

**Irmão:** Sim. Como expresso em:

*“A Revolução Antienvhecimento”, parágrafo 2.3-9*<sup>110</sup>: Mas o câncer não é o único problema de saúde causado pelos **radicais químicos livres**. Danos cumulativos de radicais livres contribuem para todos os tipos de doenças específicas dos órgãos e dos tecidos, incluindo alergias, mal de Alzheimer, artrite, **aterosclerose** (enrijecimento e obstrução das artérias), câncer, catarata, infecções, degeneração macular, esclerose múltipla e doença de Parkinson. Na verdade, pesquisadores hoje concordam em que as enfermidades mais comuns, incluindo praticamente todas as doenças degenerativas, são causadas diretamente por danos provocados pelos radicais livres, ou estão estreitamente associadas a eles.

---

<sup>104</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 7:** “The Lipid Panel: Cholesterol, LDL, Triglycerides, HDL, VLDL”.

<sup>105</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 8:** “C-Reactive Protein: The fire alarm molecule”.

<sup>106</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 9:** “Homocysteine: Sandblaster From Hell”.

<sup>107</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 10:** “Fibrinogen: Clotting Factor and Inflammatory Protein”.

<sup>108</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 11:** “Blood Sugar, Insulin Resistance, and The Metabolic Syndrome”.

<sup>109</sup>**Livro:** “Outsmarting the Number One Killer”, **Capítulo 12:** “LDL Particle Size: A Few Nanometers Can Spell the Difference Between Life and Death”.

<sup>110</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”, **Item 2.3:** “Sabotagem Celular”, **Parágrafo 9.**

**Irmã:** O que são estes radicais químicos livres que vocês chamam de fragmentos moleculares desfuncionais?

**Irmão:** São fragmentos de moléculas orgânicas desfuncionais com ligações covalentes desfeitas. Estes fragmentos moleculares possuem elétrons sem par devido a ligação química desfeita. Estes elétrons desemparelhados tem potencial de participar de reações de oxidação em busca de pares eletrônicos de novas ligações covalentes. Este potencial oxidativo significa uma tendência de se combinar com o íon hidroxila ( $\text{OH}^-$ ) da água. A combinação com os íons negativos de hidroxila ( $\text{OH}^-$ ) aumenta relativamente o íon positivo de Hidrogênio ( $\text{H}^+$ ) da água ( $\text{H}_2\text{O}$ ). O aumento relativo da concentração de íons positivos de Hidrogênio ( $\text{H}^+$ ) caracteriza um potencial Hidrogeniônico, **pH**, ácido. A acidez do organismo é um sinal de degeneração. Os organismos tendem à *acidez com a morte*<sup>111</sup>.

## 2.8 Envelhecimento natural, programando uma vida centenária

**Irmã:** Isto tudo me parece bem lógico, contudo não é comum ensinar estas coisas no curso de medicina. Tu serias capaz de me expor estas mesmas coisas lógicas baseado nos ensinamentos de médicos?

**Irmão:** Sim, fique atento às seguintes referências! Começamos pelo *doutor Timothy J. Smith*<sup>112</sup>, membro da Academia Americana de Medicina Antienvhecimento, do *Comitê Médico em Prol de uma Medicina Responsável*<sup>113</sup> e da Faculdade de Medicina Avançada dos Estados Unidos.

Primeiramente é preciso entender sua explicação sobre como estamos geneticamente “programados” para viver até 120 anos<sup>114</sup>. Outras fontes confirmam este prognóstico de *vida centenária do ser humano*<sup>115</sup>. O médico brasileiro *Augusto Vinholis*<sup>116</sup>, menciona no seu livro “A Dieta Ideal”, sua pesquisa que prevê um tempo de vida para os mamíferos, como sendo 42 vezes o tempo de amamentação. Vinholis explica que o ser humano produz até 3 anos, a enzima lactase, que digere a lactose do leite. Isto limita o nosso tempo de amamentação em até 3 anos e estipula um tempo de vida de  $42 \times 3 = 126$  anos para o ser humano. Geneticamente o que acontece é que nosso DNA possui uma terminação chamada telômera que é como o pavio de uma vela. A cada geração de células este telômera encurta. Finalmente ele “zera” e o próprio organismo morre naturalmente com falência generalizada de órgãos. Existe um experimento aonde foi triplicado o tamanho do telômera de ratinhos e como previsto eles viveram três vezes mais. Em fim, além de todos estes fatos científicos, é conhecida a *longevidade dos vegetarianos*<sup>117</sup>, e dos adeptos da alimentação natural: vegetariana, orgânica, viva e integral.

O segundo ponto é entender como os radicais químicos livres promovem o *envelhecimento por danos*<sup>118</sup>. Todos os médicos deveriam estudar o trabalho do *Doutor Denham Harman*<sup>119</sup>, o primeiro a propor a teoria do envelhecimento em consequência dos radicais livres. Nenhum médico ético, pode

---

<sup>111</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 9:** “O milagre dos alimentos vivos (cru)”, **Subseção 9.2:** “Alimentos mortos e acidez”.

<sup>112</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.4:** “O Médico e Autor - Timothy J. Smith”, **Parágrafo 5.**

<sup>113</sup>**Internet:** “<http://www.pcrm.org/>”.

<sup>114</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 1:** “A Teoria da Renovação e o Processo do Envelhecimento: Esperanças para o Futuro”, **Item 1.3:** “Teorias do Envelhecimento Programado: Vivendo no Limite”.

<sup>115</sup>**Informativo:** “Citações: Alimentação Naturista”, **Seção 1:** “A alimentação natural do ser humano é vegetariana”, **Subseção 1.3:** “Deveríamos viver mais de 100 anos”.

<sup>116</sup>**Documento:** “. . . gaia/gaia/cartaz/medico\_naturalista.pdf”.

<sup>117</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 3:** “Vegetarianismo e vida longa”.

<sup>118</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 1:** “A Teoria da Renovação e o Processo do Envelhecimento: Esperanças para o Futuro”, **Item 1.4:** “As Teorias do Dano: Recuperando o Desgaste”.

<sup>119</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”, **Parágrafo 1.**

fechar os olhos diante da lista de *doenças degenerativas*<sup>120</sup> anti-naturais, evitáveis através de uma alimentação natural e saudável. Todos os amantes da vida e da saúde devem prestar atenção às *fontes de radicais livres*<sup>121</sup>, mais precisamente, fragmentos moleculares desfuncionais. Os buscadores sinceros da saúde devem ao menos ler a *primeira parte*<sup>122</sup> do tratado de medicina nutricional preventiva intitulado “*A Revolução Antienvhecimento*”<sup>123</sup>. O trabalho do *Doutor Robert C. Atkins*<sup>124</sup> sobre as doenças da alimentação moderna, bem como do *Doutor Hiromi Shinya*<sup>125</sup> sobre a importância dos intestinos limpos, complementam a tese de que a 1. alimentação correta, 2. a não intoxicação e 3. os exercícios, podem nos propiciar uma vida longa e saudável. Por fim, a “lógica bioquímica” possibilita a compreensão de como os radicais químicos livres podem alterar o *equilíbrio ácido-básico*<sup>126</sup> mencionado pela *Doutora Kirstine Nolfi*<sup>127</sup>, e o entendimento de como os *alimentos mortos causam a acidez*<sup>128</sup>.

## 2.9 A saudável e natural alimentação vegetariana

**Irmã:** Muito grato, esta informação irá ajudar muito nossa família humana. Já estou começando a compreender o envelhecimento programado e por danos. Entendi também a lógica em afirmar que o envelhecimento precoce por danos e as doenças degenerativas são causadas pelos radicais químicos livres. Ficou claro para mim a importância vital da 1. alimentação saudável, da 2. ausência de substâncias tóxicas e dos 3. exercícios físicos estimuladores da circulação. Contudo, lendo este material organizado pelo *GAIA*<sup>129</sup>, percebo a importância atribuída à alimentação natural e saudável. Eu lhe peço que tu sintetize suas conclusões sobre qual é a melhor alimentação.

**Irmão:** A melhor alimentação é a natural. O alimento natural é o da natureza natal do nascimento dos primatas como o ser humano e o orangotango. Podemos afirmar cientificamente que *o corpo humano é naturalmente vegetariano*<sup>130</sup>. Se estudarmos anatomia comparada, poderemos junto com biólogos renomados, compreender *o argumento científico em prol do frugivorismo*<sup>131</sup> humano. Existem inúmeras características do corpo humano que comprovam este fato. Especificamente a nossa dentição, com 8 dentes incisivos, 4 caninos pequenos e 20 molares, é *característica de animais frugívoros*<sup>132</sup> como o macaco, orangotango, gorila e chimpanzé. É diferente o sistema digestivo e a dentição dos carnívoros, carniceiros, herbívoros, ruminantes e onívoros. Por exemplo, o porco e o gambá são animais naturalmente onívoros, que comem carne e vegetais. Estes animais possuem uma fórmula dentária com 12 dentes incisivos, 4 caninos grandes e 28 molares. Concluimos em síntese o fato de que para o ser humano o alimento mais saudável e natural é *vegetariano*<sup>133</sup> composto só de

---

<sup>120</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”, **Item 2.1:** “Doenças Causadas por Danos Impostos pelos Radicais Químicos Livres”.

<sup>121</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”, **Item 2.10:** “Fontes de radicais químicos livres”.

<sup>122</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 1:** “A Teoria da Renovação e o Processo do Envelhecimento: Esperanças para o Futuro”.

<sup>123</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”.

<sup>124</sup>**Informativo:** “Citações: A Revolucionária Dieta Antienvhecimento”.

<sup>125</sup>**Informativo:** “A Saúde Depende do Estado do Intestino”.

<sup>126</sup>**Informativo:** “O Milagre dos Alimentos Vivos”, **Seção 3:** “Detalhes sobre a alimentação regeneradora”, **Subseção 3.2:** “O equilíbrio ácido-básico”.

<sup>127</sup>**Informativo:** “O Milagre dos Alimentos Vivos”.

<sup>128</sup>**Informativo:** “Citações: O Segredo de Shambhala”, **Seção 4:** “Alimentos mortos e acidez”.

<sup>129</sup>**Informativo:** “Informativos do Grupo de Aprendizagem da Informação Aberta (GAIA)”.

<sup>130</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 6:** “Corpo humano naturalmente vegetariano”.

<sup>131</sup>**Informativo:** “Citações: Alimentação Naturista”, **Seção 1:** “A alimentação natural do ser humano é vegetariana”, **Subseção 1.12:** “Argumento científico em prol do frugivorismo”.

<sup>132</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 6:** “Corpo humano naturalmente vegetariano”, **Subseção 6.1:** “Argumento científico em prol do frugivorismo”.

<sup>133</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 6:** “Argumentos contra a Dieta Carnívora: Por que Mu-

vegetais, *orgânico*<sup>134</sup> sem agrotóxicos, *vivo*<sup>135</sup> cru e *integral*<sup>136</sup> sem ser refinado. O doutor benfeitor, Timothy J. Smith, chegou a mesma conclusão baseado na sua experiência médica curativa:

*“A Revolução Antienvelhecimento”, Seção 5.13*<sup>137</sup>:

#### A Dieta para Toda a Vida

“A Dieta Antienvelhecimento para Renovação ajudou-me a desenvolver hábitos alimentares que me colocam no caminho mais rápido para a longevidade. E pode fazer o mesmo por você. Você pode montar suas **refeições baseadas em alimentos integrais, frescos e orgânicos de origem vegetal** - alimentos que contêm quantidades abundantes dos nutrientes que seu organismo exige para iniciar a Renovação. Ao mesmo tempo, você se livrará dos **alimentos de origem animal**, que indícios cada vez maiores mostram serem as **causas das doenças degenerativas e da morte prematura.**” ...

## 2.10 A diferença espiritual entre os seres humanos e os animais

**Irmã:** Esta vossa carta-diálogo está sendo muito esclarecedora para mim. Contudo, talvez existam algumas diferenças essenciais entre os seres humanos e os animais. Já estou me interessando pelo *livro de urantia*<sup>138</sup> que vocês me indicaram. Encontrei uma passagem na qual Jesus menciona as diferenças entre os seres humanos e os animais, especificamente um cão:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 130.2-8*<sup>139</sup>: ... “Jesus disse: ‘O cão tem uma mente que pode conhecer o homem material, o seu mestre, mas não pode conhecer a Deus, que é espírito; por isso o cão não possui uma natureza espiritual e não pode desfrutar de uma experiência espiritual. O cão pode ter uma vontade derivada da natureza e aumentada pelo aperfeiçoamento, contudo tal poder de mente não é uma força espiritual, nem pode ser comparada à vontade humana, porque não é reflexiva - não é resultado do discernimento entre os significados morais mais elevados, nem da escolha dos valores espirituais e eternos. É a posse de tais poderes, de discernir o que é espiritual e de escolher a verdade, que faz do homem mortal um ser moral, uma criatura dotada com os atributos de responsabilidade espiritual e com o potencial de sobrevivência eterna’. Jesus continuou a explicar que é a ausência de tais poderes mentais que, para sempre, torna impossível, aos animais, desenvolver uma linguagem no tempo ou experimentar qualquer coisa equivalente à sobrevivência da personalidade na eternidade.” ...

Baseado nesta diferença essencial entre os seres humanos e os animais, eu vos perguntaria se isso poderia criar uma distinção entre os nossos corpos biológicos e naturalmente uma resposta diferente aos questionamentos sobre a melhor alimentação para os seres humanos. O que vocês me dizem destas considerações?

---

dar”.

<sup>134</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”.

<sup>135</sup>**Informativo:** “O Milagre dos Alimentos Vivos”.

<sup>136</sup>**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 21:** “Arroz refinado e beribéri (fraqueza)”.

<sup>137</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 5:** “A Dieta Antienvelhecimento em Prol da Longevidade e da Saúde Ideal”, **Item 5.13:** “A Dieta para Toda a Vida”.

<sup>138</sup>**“Livro de Urantia”.**

<sup>139</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 130:** “A Caminho de Roma”, **Item 130.2:** “Em Cesaréia”, **Parágrafo 8.**

## 2.11 A alimentação natural de nossos antepassados supra-humanos

**Irmão:** O corpo humano tem uma origem animal, mortal e material. Contudo, a alma humana tem um destino divino, imortal e espiritual. Por isso, nesta questão da alimentação, é pertinente conhecer o alimento de nossos ancestrais supra-humanos, os *Adãos Planetários*<sup>140</sup>. A revelação descreve a edificação do *Jardim do Éden*<sup>141</sup>, e a chegada de *Adão e Eva*<sup>142</sup>. Conforme a ciência, revelada e evolucionária, isto provavelmente aconteceu *há 37 mil anos*<sup>143</sup> atrás. Este casal supra-humano é apresentado na revelação planetária como filhos materiais de Deus com a função de elevadores biológicos. Em parte, nós somos descendentes miscigenados de Adão e Eva. Por isso, talvez seja interessante considerarmos a alimentação destes nossos antepassados auspiciosos:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 74.6-3*<sup>144</sup>: ... “As crianças Adâmicas **não tomavam leite de animais** quando paravam de se nutrir do peito da mãe, com um ano de idade. Eva tinha acesso ao **leite de uma grande variedade de nozes e aos sucos de muitas frutas** e, conhecendo inteiramente a química e a energia desses alimentos, ela os combinava adequadamente para a nutrição dos seus filhos até o aparecimento dos dentes.”

“Conquanto o cozimento fosse universalmente empregado fora do setor Adâmico do Éden, **não se cozinava nada no lar de Adão**. Eles consideravam os seus alimentos - **frutas, nozes e cereais - já preparados quando amadureciam.**” ...

É revelado que mais adiante, no segundo jardim, a primeira geração da raça violeta, fundada por Adão e Eva, também **não usava a carne de animais como alimento**. Revela-se também que alguns de seus descendentes **se uniram posteriormente com tribos vegetarianas e se miscigenaram com os povos da Índia**. Conforme a riquíssima fonte de conhecimento no:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 76.4-4*<sup>145</sup>: “Adão e Eva e a sua primeira geração de filhos **não usavam a carne de animais como alimento**. Eles subsistiam integralmente dos ‘frutos das árvores’. Depois da primeira geração, todos os descendentes de Adão começaram a comer os produtos do leite, mas muitos deles continuaram a seguir uma dieta sem carne. Muitas das tribos do sul, às quais **se uniram posteriormente**, também não comiam carne. Mais tarde, a maior parte dessas **tribos vegetarianas** migrou para o leste e sobreviveu tal como estão todas agora, **miscigenadas com os povos da Índia.**”

O livro de urantia também revela a **prática de subsistir de uma dieta sem carne** nos primeiros dias dos cem membros rematerializados do corpo de assessores de Caligastia:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 66.4-7*<sup>146</sup>: ... “Eles nutriam-se como faziam os mortais do reino, com uma diferença: os corpos recriados desse grupo ficavam plenamente satisfeitos com uma dieta sem carne. Isso foi uma das considerações que determinaram que eles residissem em uma região quente, com abundância de tipos de frutos e de nozes. A **prática de subsistir de**

<sup>140</sup> “Livro de Urantia”, Documento 51: “Os Adãos Planetários”.

<sup>141</sup> “Livro de Urantia”, Documento 73: “O Jardim do Éden”.

<sup>142</sup> “Livro de Urantia”, Documento 74: “Adão e Eva”.

<sup>143</sup> Informativo: “A Ciência Revelada no Livro de Urantia”, Seção 2: “A Ciência revelada no livro de urantia”, Subseção 2.3: “Genoma de Adão há 37 mil anos”.

<sup>144</sup> “Livro de Urantia”, Documento 74: “Adão e Eva”, Item 74.6: “A Vida Familiar de Adão e Eva”, Parágrafo 3.

<sup>145</sup> “Livro de Urantia”, Documento 76: “O Segundo Jardim”, Item 76.4: “A Raça Violeta”, Parágrafo 4.

<sup>146</sup> “Livro de Urantia”, Documento 66: “O Príncipe Planetário de Urantia”, Item 66.4: “Os Primeiros Dias dos Cem”, Parágrafo 7.

**uma dieta sem carne** data dos tempos dos cem de *Caligástia*<sup>147</sup>, pois esse costume espalhou-se nas proximidades, e também até longe; e em muito afetou os hábitos de alimentação de muitas tribos vizinhas, grupos cuja origem vinha de *raças evolucionárias*<sup>148</sup> que se alimentavam exclusivamente de carne.”

## 2.12 Alimentação natural vegetariana, orgânica, crua e integral

**Irmã:** Creio que vocês me convenceram por considerações bioquímicas, anatômicas, biológicas e até antropológicas, que a melhor alimentação para o ser humano é a natural, ou seja, vegetariana, orgânica, viva e integral! Sem querer abusar da vossa boa vontade informativa, eu vos pergunto se vocês seriam capazes de me explicar, porque este tipo de alimentação saudável e natural, é a que gera menos radicais químicos livres e conseqüentemente menos doenças degenerativas, mais saúde e longevidade?

**Irmão:** Para responder esta pergunta vamos analisar separadamente os quatro aspectos da alimentação natural e saudável. Creio que neste ponto sabemos que a alimentação natural em harmonia com nosso corpo biológico é vegetariana, orgânica, viva e integral.

**Irmã:** Sim, a alimentação é um dentre quatro fatores pró-saúde. Eu também estou convencido que na natureza e até no paraíso terrestre do Éden, o alimento naturalmente consumido é vegetariano, orgânico, vivo e integral. Mas porque esta alimentação gera menos radicais químicos livres, menos doenças degenerativas e mais saúde e longevidade?

**Irmão:** Lembre-se que o organismo é um sistema biológico cujos componentes fundamentais são os átomos e moléculas orgânicas. Um radical químico livre, ou fragmento molecular desfuncional, é uma fração de molécula orgânica sem função. Podemos fazer uma analogia com o sistema mecânico de um carro. O que aconteceria com o carro se suas peças e componentes estivessem quebradas? Ele não funcionaria. Da mesma forma, quando as peças (moléculas orgânicas) do sistema biológico (corpo) estão quebradas o organismo não funciona bem (adoece). É claro que os organismos vivos são “engenhosamente robustos à falhas” e possuem bastante “peças redundantes”. Contudo esta analogia com os sistemas mecânicos pode ser instrutiva. Agora ficou claro que o excesso de radicais químicos livres equivale a um excesso de “peças quebradas” do sistema biológico. Em outras palavras, estes “fracionais químicos desfuncionais” são um sinal de **falta de integridade no nível molecular** do organismo. Estas “peças moleculares desfuncionais” são os **inimigos da medicina ortomolecular e da saúde integral**.

### 2.12.1 Alimentação vegetariana, anti-oxidantes e intestinos limpos

**Irmã:** Eu já entendi isso. Mas porque a alimentação natural, ou seja, vegetariana, orgânica, viva e integral, gera menos radicais químicos livres?

**Irmão:** Vejamos primeiramente a alimentação vegetariana. Este tipo de alimentação é duplamente benéfica, pois produz menos radicais químicos livres, e fornece inumeráveis anti-oxidantes, que neutralizam o efeito oxidativo, dos elétrons desemparelhados, das ligações covalentes quebradas, destes fragmentos de moléculas orgânicas, que estamos chamando aqui de radicais químicos livres.

O comprimento dos intestinos dos animais vegetarianos e frugívoros como o ser humano, é mais do que o dobro de um animal carnívoro de tamanho correspondente. Nosso organismo não foi feito para consumir carne. Por isso, estes alimentos de origem animal apodrecem em nossos intestinos. Este

<sup>147</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 67**: “A Rebelião Planetária”, **Item 67.1**: “A Traição de Caligástia”.

<sup>148</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 64**: “As Raças Evolucionárias de Cor”.

fato fica bem visível no vídeo intitulado “*A Saúde Depende do Estado do Intestino*”<sup>149</sup>, transcrito para estes informativos. Pois bem, este alimento de origem animal, apodrecendo em nossos intestinos, é composto crescentemente por moléculas orgânicas degradadas, fragmentos de moléculas orgânicas desfuncionais, vulgarmente conhecidas como radicais químicos livres. Por isso, os alimentos de origem animal apodrecem em nossos intestinos e produzem um excesso destas “peças moleculares quebradas” em nosso organismo. Nas palavras do renomado Doutor Hiromi Shinya:

“*A Saúde Depende do Estado do Intestino*”, 5.1<sup>150</sup>:

A saudável alimentação vegetariana

**“Pessoas que consomem muita carne e laticínios têm tendência a essas doenças. Tudo está relacionado. Enfim, se as pessoas não consumirem cereais, arroz integral, verduras, frutas e algas marinhas em abundância, estarão expostas a essas doenças. Assim temos câncer pulmonar, doenças cardiovasculares, arteriosclerose e pressão alta. Se consumirmos bebidas que não devemos, podemos ter diabetes. Temos ainda a gota. Este problema também é causado pelo mau funcionamento dos rins. As toxinas que se formam no intestino, são absorvidas pelo sangue e chegam no fígado. O fígado precisa quebrar esses componentes e começa a trabalhar intensamente. Tamanho esforço, resulta no enfraquecimento do fígado. Pessoas que consomem muitos derivados de leite costumam ter reações alérgicas. Creio que a dermatite também é um tipo de alergia. A dermatite no intestino pode provocar inflamação intestinal e outras doenças. É claro que também eczemas e reumatismos podem surgir agregados a essas doenças. Assim, todas estas doenças surgem pelo consumo excessivo de proteínas animais e o intestino fica muito sujo. Quando o ambiente do intestino fica ruim a maioria das doenças podem surgir.”** (Shinya, [16])

Por outro lado, nosso sistema digestivo é mais adaptado aos alimentos vegetarianos. São produzidos muito menos radicais químicos desfuncionais na digestão de alimentos com origem vegetal. Além disso eu percebo um motivo lógico para os vegetais possuírem muito mais antioxidantes do que os produtos de origem animal.

### 2.12.1.1 Anti-oxidantes: “heróis bioquímicos” do alimento vegetariano

**Irmã:** Qual o motivo lógico da abundância nos vegetais de anti-oxidantes que combatem os oxidativos radicais químicos livres?

**Irmão:** Estes fragmentos desfuncionais de moléculas orgânicas que estamos chamando de radicais químicos livres, incluem os sub-produtos do metabolismo natural dos organismos vivos. Inúmeras reações bioquímicas geram estas substâncias desfuncionais que precisam ser excretadas. Pois bem, os animais possuem em geral um sistema excretor para “expelir” estes “resíduos tóxicos” do metabolismo. Os vegetais não possuem sistema excretor desenvolvido, por isso eles necessitam combater quimicamente estes radicais químicos desfuncionais. Os inumeráveis anti-oxidantes presentes nos vegetais são os combatentes bioquímicos destes fragmentos moleculares desfuncionais, fragmentos de moléculas orgânicas sem função, com ligações covalentes quebradas, elétrons desemparelhados e tendência à participar de reações químicas de oxidação.

**Irmã:** Entendi. Como os vegetais não possuem sistema excretor, eles precisam neutralizar bioquimicamente os radicais desfuncionais excretados pelo metabolismo. Estes combatentes bioquímicos são os chamados anti-oxidantes. Por essa lógica é fácil perceber que o alimento vegetariano é duplamente benéfico, pois não produz tantos radicais químicos livres e é rico em substâncias anti-oxidantes que neutralizam o efeito degenerativo destes sub-produtos do metabolismo.

**Irmão:** É isso aí, eu não poderia me expressar melhor!

<sup>149</sup>**Informativo:** “A Saúde Depende do Estado do Intestino”.

<sup>150</sup>**Informativo:** “A Saúde Depende do Estado do Intestino”, **Seção 5:** “Doenças que podem advir do mal estado do intestino”, **Subseção 5.1:** “A saudável alimentação vegetariana”.

### 2.12.1.2 “A Revolução Antienvhecimento” dos nutrientes vegetarianos

**Irmã:** Este raciocínio pró-vegetarianismo é apenas uma conclusão lógica? Vocês poderiam embasar, com fatos científicos, esta tese sobre a saudável alimentação vegetariana?

**Irmão:** Buscador da vida e da saúde das pessoas, pesquisei algumas citações do imprescindível tratado de medicina nutricional preventiva intitulado: “*A Revolução Antienvhecimento*”<sup>151</sup>. Seguem inúmeras confirmações da abundância de fito-nutrientes anti-oxidantes presentes no alimento de origem vegetal:

### 2.12.1.3 Substâncias fitoquímicas

“*A Revolução Antienvhecimento*”, Seção 3.4.6<sup>152</sup>:

“Esses nutrientes de cura multifacetados, descobertos recentemente, eliminam a lacuna entre a nutrição básica e a superalimentação. Pesquisas já mostraram que são elementos **fundamentais na prevenção de doenças** cardíacas, câncer e outras doenças degenerativas. Os tipos de substâncias fitoquímicas chegam a milhares, embora só uma quantidade relativamente pequena tenha sido identificada até agora. Além disso, são **encontradas apenas em alimentos vegetais**. Entre os exemplos estão mais de 600 carotenóides na laranja e nos vegetais amarelos, quercetina e outros flavonóides em frutas cítricas, inibidores de protease em produtos de soja e proantocianidinas no extrato de semente de uva.”

### 2.12.1.4 Nutrientes antioxidantes

“*A Revolução Antienvhecimento*”, Seção 3.7.2.1<sup>153</sup>:

“Burros de carga do sistema de **cura do organismo**, os nutrientes **antioxidantes** estão em uma das duas subcategorias: **nutrientes essenciais e substâncias fitoquímicas**. Os nutrientes antioxidantes essenciais são os nutrientes absolutamente necessários para nos mantermos vivos. Entre eles estão:”

- As vitaminas A, C e E - nutrientes lembrados pela maioria das pessoas quando ouvem falar de “antioxidantes”
- Os minerais antioxidantes cobre, selênio e zinco, que servem de apoio às enzimas varredoras de radicais livres
- Certos ácidos graxos essenciais e aminoácidos que se comportam como antioxidantes (além de terem outras responsabilidades)
- A coenzima Q10 antioxidante, semelhante a vitamina, que varre radicais livres e fortalece o sistema imunológico

“Diferentemente dos **nutrientes antioxidantes essenciais**, as **substâncias fitoquímicas antioxidantes** não são consideradas necessárias à sobrevivência. Mas esses componentes **derivados das plantas** são tão essenciais quanto eles se você quiser se **proteger de doenças degenerativas** e ter a melhor saúde possível. (Discutiremos esses ‘supernutrientes’ em mais detalhes no Capítulo 25.)”

“No *Capítulo 2*<sup>154</sup>, discutimos como os **nutrientes antioxidantes doam elétrons aos radicais livres para neutralizá-los**. Além disso, esses nutrientes protegem-se mutuamente contra a oxidação (processo pelo qual os radicais livres agarram elétrons de células saudáveis)

---

<sup>151</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”.

<sup>152</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 3:** “Teoria da Renovação: Uma Nova Visão do Envelhecimento”, **Item 3.4.6:** “Substâncias fitoquímicas”.

<sup>153</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 3:** “Teoria da Renovação: Uma Nova Visão do Envelhecimento”, **Item 3.7.2.1:** “Nutrientes antioxidantes”.

<sup>154</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”.

através de sistemas de apoio múltiplos e sobrepostos. Por exemplo, o betacaroteno recicla as vitaminas A e E - e até outros carotenóides - substituindo seus elétrons perdidos, permitindo-lhes entrar de novo na briga contra os radicais livres.”

“No meu consultório, avalio a **situação dos nutrientes antioxidantes no paciente** utilizando um exame de sangue chamado perfil antioxidante. O teste mede níveis de todos os nutrientes antioxidantes essenciais, assim como de várias substâncias fitoquímicas antioxidantes.”

### 2.12.1.5 Hortaliças vibrantes

*“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 4.2.4<sup>155</sup>:*

“De todos os alimentos que fazem parte da **Dieta Antienvhecimento**, as **hortaliças (legumes e verduras)** são os mais ricos em nutrientes. São também a **melhor fonte de substâncias fitoquímicas protetoras**. Portanto, escolha nas hortaliças preferidas. Independentemente do tipo de legume ou verdura que escolher, você estará ingerindo generosas quantidades de **vitaminas, minerais, substâncias fitoquímicas e até fibras**. As seguintes hortaliças são especialmente recomendadas por seu valor nutritivo: abóbora (todos os tipos), alho, alho-poró, batata-inglesa ou batatadoce, berinjela, beterraba, brócolis, cebola, cebolinha-verde, cenoura, couve, couve-de-bruxelas, couve-flor, ervilha, espinafre, pimenta (todos os tipos), tomate e vagem. Obviamente, sempre que puder, opte por **legumes e verduras cultivados sem agrotóxicos**.”

### 2.12.1.6 As Vantagens dos Alimentos de Origem Vegetal

*“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 6.6<sup>156</sup>:*

“O interessante é que o errado nos alimentos de origem animal é o certo nos alimentos de origem vegetal. Os **cereais, feijões, as hortaliças e frutas** são naturalmente pobres em gorduras e livres de colesterol. São **ricos em substâncias fitoquímicas e fibras**. Fornecem quantidades generosas de saudáveis **ácidos graxos essenciais**. De preferência, são **cultivados organicamente** e, portanto, são **isentos de pesticidas**. Mas, mesmo que fossem cultivados comercialmente, conteriam muito menos pesticidas que as carnes e os laticínios.”

“A substituição dos alimentos de origem animal por **alimentos de origem vegetal** super-nutritivos em sua alimentação **promove a saúde, evita doenças e gera longevidade**. Em suma, alimenta a Renovação.”

*“A Revolução Antienvhecimento”, parágrafo 8.11\_4<sup>157</sup>:* ... “As frutas e hortaliças contêm pequenas quantidades de gorduras ricas em ácidos graxos essenciais de alta qualidade. Frutas e hortaliças em geral têm baixo teor de gordura, mas o pouco que têm é da mais alta qualidade. Por exemplo, praticamente metade da gordura das hortaliças verdes folhosas ocorre em forma de ácido alfa-linolênico e o restante sob a forma de ácido gama-linolênico. Além disso, as **frutas e hortaliças** contêm grande quantidade de vitaminas, minerais e substâncias fitoquímicas - todos os **nutrientes de que seu corpo necessita**.”

---

<sup>155</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 4:** “O Programa Antienvhecimento para Renovação: Uma Visão Geral”, **Item 4.2.4:** “Hortaliças vibrantes”.

<sup>156</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 6:** “Argumentos contra a Dieta Carnívora: Por que Mudar”, **Item 6.6:** “As Vantagens dos Alimentos de Origem Vegetal”.

<sup>157</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 8:** “O Poder das Gorduras: Os Ácidos Graxos Essenciais”, **Item 8.11:** “Fontes Alimentares de Primeira”, **Parágrafo 4.**

### 2.12.1.7 Defesas Antioxidantes

*“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 12.7.1<sup>158</sup>:*

“Já discutimos os sistemas de defesa antioxidante - os nutrientes, as enzimas e as células imunológicas que **protegem você contra os radicais livres**. As células mutantes (pré-cancerosas) são criadas quando o DNA das células é submetido a intenso estresse oxidativo. Entretanto, não basta uma exposição a frango frito ou resíduos de pesticidas para provocar câncer. Ao contrário, é a exposição prolongada do nosso DNA, dia após dia, durante um longo espaço de tempo.”

“Manter nossas defesas fortalecidas significa **consumir muitos antioxidantes e fitoquímicos, componentes anticancerígenos derivados das plantas**. Uma deficiência pode ser causada pelo consumo insuficiente ou pela perda muito rápida desses nutrientes. Em ambos os casos, quando seus sistemas de defesa antioxidante são comprometidos, perdem a capacidade de conter o crescimento das células cancerígenas.”

### 2.12.1.8 Substâncias Fitoquímicas: A Prevenção que Vem dos Vegetais

*“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 13.3<sup>159</sup>:*

“As **substâncias fitoquímicas** não são encontradas nos rótulos dos alimentos. Na verdade, isso pode ser bom. Com nomes como ‘antocianidinas’, ‘glicosinolatos’ e ‘isoflavonas’, esses compostos soam ameaçadores. Mas, à medida que as pesquisas científicas são reveladas, centenas desses nutrientes naturais passam a ser conhecidos por sua capacidade de **nos proteger** não apenas contra o **câncer**, mas também contra a maioria das **doenças associadas ao envelhecimento**.”

“Um dos motivos do entusiasmo dos cientistas pelas **substâncias fitoquímicas** é a sua **aparente capacidade de impedir a transformação da célula saudável em célula cancerígena**. Embora ainda tenhamos muito que aprender sobre esses compostos (o que são e como funcionam), a verdade é que pessoas que se alimentam de grandes quantidades de frutas e vegetais correm menos risco de contrair câncer.”

### 2.12.1.9 Conheça as Substâncias Fitoquímicas que Combatem o Câncer

*“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 13.4<sup>160</sup>:*

... “**Com o advento da revolução fitoquímica, a distinção entre nutrientes essenciais e não-essenciais tornou-se nebulosa para sempre. Embora não estejam associadas a síndromes de deficiência, as substâncias fitoquímicas são absolutamente indispensáveis para retardar o envelhecimento e evitar as doenças degenerativas crônicas, das quais o câncer é o exemplo perfeito.**”

“Agora os cientistas estão percebendo que os alimentos contêm um vasto espectro de nutrientes, cada qual contribuindo de maneira única para a cura. Alguns são essenciais, outros não - a menos que se queira evitar o câncer (ou viver mais), caso em que todos são essenciais.” ...

## 2.12.2 Alimentos naturais orgânicos

**Irmã:** Está bom. Estou convencido que a alimentação natural vegetariana é mais saudável. E os agrotóxicos? Eles também geram radicais químicos livres?

---

<sup>158</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 12:** “Como Prevenir o Câncer”, **Item 12.7.1:** “Defesas Antioxidantes”.

<sup>159</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 13:** “Combatendo o Câncer com o Garfo: A Dieta de Prevenção do Câncer”, **Item 13.3:** “Substâncias Fitoquímicas: A Prevenção que Vem dos Vegetais”.

<sup>160</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 13:** “Combatendo o Câncer com o Garfo: A Dieta de Prevenção do Câncer”, **Item 13.4:** “Conheça as Substâncias Fitoquímicas que Combatem o Câncer”.

**Irmão:** Lembre-se que a saúde depende de 1. alimentos vitalizantes, 2. ausência de substâncias tóxicas e 3. exercícios estimuladores da circulação. Os agrotóxicos de forma geral, são substâncias tóxicas formadoras de radicais químicos livres. Estes fragmentos moleculares desfuncionais promovem oxidação, doenças degenerativas e envelhecimento precoce. Talvez não seja adequado generalizar. É importante ler no nosso “livro texto” o capítulo 11 intitulado *Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica*<sup>161</sup>.

Tenho que te confessar que fico indignado com toda esta situação de “envenenamento lento” da população ignorante. Precisamos fazer alguma coisa. Vamos fazer o nosso melhor. Me prometa que ao menos tu vai se esforçar para em todas as situações optar à favor da vida.

### 2.12.2.1 Motivação espiritual dos trabalhadores pró-vida

**Irmã:** Eu também fico muito triste com esta questão dos agrotóxicos. Nós temos que pedir ajuda à Deus e lembrar que:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 39.4\_13*<sup>162</sup>: ... “Para os mundos habitados, os estimuladores da moralidade retratam a vida mortal como uma corrente contínua de muitos elos. A vossa curta permanência em Urantia, esta esfera da infância mortal, é apenas um elo, o primeiríssimo da longa cadeia que irá estender-se através dos universos e através das idades eternas. Não é tanto o que aprendeis nesta primeira vida; é a experiência de viver essa vida que é importante. Mesmo o trabalho deste mundo, por mais importante que seja, não tem tanta importância, não tanto quanto a maneira com a qual vós fazeis esse trabalho. **Não há nenhuma recompensa material para a vida na retidão, mas há a satisfação profunda - a consciência da realização - e isso transcende qualquer recompensa material concebível.**”

**Irmão:** Nós concordamos, mesmo sabendo que o que fazemos é muito pouco, existe uma dignidade em fazer o nosso melhor. Bom, ao menos podemos nos organizar em nossa família para consumir somente produtos orgânicos. Devemos lembrar também que o motivo de tudo isso deve ser o amor à Deus e serviço à nossa *família universal*<sup>163</sup>. Acreditamos que ao defendermos a vida contra os pesticidas agrícolas e aditivos alimentares, nós estaremos fazendo a Vontade do nosso Pai Universal. Sei também que o melhor pensamento, palavra e ação é o que for da Vontade de nosso Criador. Como revelado no século passado na “esfera do planeta terra”:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 39.4\_14*: ... “As chaves do Reino dos céus são: sinceridade, e mais sinceridade; e mais sinceridade ainda. Todos os homens têm o alcance dessas chaves. Os homens usam-nas - avançando em status espiritual - por meio de decisões, de mais decisões e outras decisões mais, ainda. **A escolha moral mais elevada é a escolha do valor mais elevado possível e - em toda e qualquer esfera - , isso sempre significa escolher fazer a vontade de Deus.** Se o homem escolhe assim, ele é grande, ainda que seja o mais humilde cidadão de Jerusalém ou mesmo o menor dos mortais de Urantia.”

### 2.12.2.2 Pesticidas, agrotóxicos, venenos e aditivos na comida

**Irmã:** Eu sempre ouço sobre o efeito anti-vida dos pesticidas, estes venenos utilizados para matar as pestes de insetos que atacam as plantações agrícolas. O livro do *doutor Timothy J. Smith*<sup>164</sup> expressa

<sup>161</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”.

<sup>162</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 39:** “As Hostes Seráficas”, **Item 39.4:** “Os Serafins Administradores”, **Parágrafo 13.**

<sup>163</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 6:** “O Filho Eterno”, **Item 6.8:** “A Compreensão do Filho Eterno”.

<sup>164</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.4:** “O Médico e Autor - Timothy J. Smith”.

isto de uma forma científica:

“*A Revolução Antienvelhecimento*”, parágrafo 11.1\_11<sup>165</sup>: ... “**Os pesticidas matam ervas daninhas, insetos, fungos e outras formas ‘indesejáveis’ de vida, interferindo em vários aspectos do seu metabolismo.** Os seres humanos são fundamentalmente semelhantes a esses organismos, no sentido de que todos são aglomerações complexas de células. No nível celular, não há diferença real na maneira como o veneno funciona. Nosso tamanho é o que nos salva. Somos maiores e mais diversificados, por isso resistimos aos efeitos tóxicos dos pesticidas por muito mais tempo do que uma pequenina planta ou inseto. **Se nós, seres humanos, fôssemos do tamanho dos insetos, morreríamos tão rápido quanto eles.**”

“**Os pesticidas se acumulam em nosso organismo, enfraquecendo gradualmente nossos componentes celulares mais sensíveis - especialmente os dos sistemas endócrino (hormonal), reprodutor, circulatório, imunológico e do sistema nervoso central.** Com o tempo, aumentam a probabilidade de doenças cardíacas, câncer e alergias; minam a resistência à organismos infecciosos; prejudicam a fertilidade e contribuem para abortos espontâneos e malformações congênitas. E nem é preciso dizer que fazem a longevidade despençar.”

“Na presença de **pesticidas**, o processo de Renovação fica abalado e acaba se desintegrando. Não admira que **Rachel Carson**, em seu produtivo livro *Silent Spring*, escrito em 1962, apelidou essas substâncias químicas de **elixires da morte.**”

**Irmão:** Isto é só o começo da informação sobre estes venenos na comida. Veja os dados sobre a quantidade de aditivos e pesticidas no nosso alimento:

“*A Revolução Antienvelhecimento*”, parágrafo 11\_3<sup>166</sup>: ... “**Você aplicaria sete gramas de pesticidas em seus alimentos todos os dias? Ou ingeriria 68 quilos de aditivos variados por ano? É claro que não. Mas, na verdade, é isso o que cada norte-americano médio - embora inconscientemente - está fazendo. No todo, a dose anual dessas substâncias químicas que ameaçam gravemente a vida chega assombrosamente a um bilhão de quilos ou mais de um milhão de toneladas.**” ...

“*A Revolução Antienvelhecimento*”, parágrafo 11.1\_9: ... “**Mais de meio bilhão de quilos de pesticidas - ou aproximadamente 2 quilos por pessoa - são utilizados nos alimentos produzidos nos Estados Unidos a cada ano.** Porém, os indícios científicos que condenam essa prática são claros.”

### 2.12.2.3 A carne contém mais agrotóxicos que os produtos agrícolas

**Irmã:** Eu já ouvi algumas pessoas dizerem que não comem muitos produtos agrícolas por causa dos agrotóxicos. Isto está correto?

**Irmão:** Nós nos expomos muito mais aos pesticidas comendo produtos de origem animal. Os pesticidas utilizados na plantação de ração animal se concentram na carne e leite. Além disso eles escoam das plantações para os rios e se espalham pela água afetando à todos. Timothy J. Smith, o professor doutor de medicina nutricional preventiva, explica que eles estão por toda parte:

“*A Revolução Antienvelhecimento*”, Seção 11.2<sup>167</sup>:

Eles Estão em Toda Parte

---

<sup>165</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.1:** “Pesticidas: Venenos no Prato”, **Parágrafo 11.**

<sup>166</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Parágrafo 3.**

<sup>167</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.2:** “Eles Estão em Toda Parte”.

... “Devido à aplicação exagerada de pesticidas nos produtos agrícolas os alimentos são amplamente contaminados. Como menciona Frances Moore Lappé em seu livro *Diet for a Small Planet*: ‘Os pesticidas transformaram os produtos frescos, principal símbolo da saúde, em um risco para a saúde.’ ”

**“Mas se os produtos hortigranjeiros tornaram-se um risco para a saúde, os alimentos de origem animal poderiam ser definitivamente considerados letais. As substâncias químicas aplicadas nos alimentos concentram-se no organismo de animais e, por isso, são encontradas em quantidades muito maiores nas carnes, nas aves e nos laticínios. Enquanto as frutas, os vegetais e os grãos são responsáveis por 11% das exposições ao pesticida, as carnes e laticínios são responsáveis por 78%.”**

“A Revolução Antienvhecimento”, parágrafo 11.2\_8: ... **“A única solução eficaz para o problema dos alimentos tóxicos é uma atitude protetora em nível individual. Isso significa comer apenas alimentos cultivados organicamente, sem pesticidas.”** ...

#### 2.12.2.4 Lista de pesticidas normalmente encontrados

**Irmã:** Será que isto é verdade? Eu não quero acreditar que estamos sendo literalmente envenenados e ninguém faz nada. Vocês devem estar enganados. Não é possível que estes venenos estejam em nossa comida e meio ambiente.

**Irmão:** Pois estão. Eu nem consigo ler estas coisas e comer tranquilo. Precisamos nos organizar para consumir apenas produtos orgânicos. Não vejo outra alternativa. Observe a lista de pesticidas apresentada no livro do Dr. Smith:

*“A Revolução Antienvhecimento”, parágrafo 11.3\_2<sup>168</sup>: ... “A seguir, apresento uma amostra dos pesticidas normalmente encontrados e seus efeitos adversos sobre a saúde.”*

- A dioxina teve seu uso banido das plantações, mas é amplamente distribuída no meio ambiente. Subproduto da produção de papel, ela pode lixiviar alimentos em caixas de papelão. Pode também lixiviar a pele como resultado do contato com papel descolorado. **A dioxina é um potente supressor imunológico e também causa o câncer.**
- **O carbaril também age como supressor imunológico.** Ele esgota os linfócitos B (as células que produzem anticorpos).
- **O metilparation prejudica a imunidade**, permitindo que as bactérias se tornem mais virulentas.
- **O dieldrina bloqueia os macrófagos**, células imunológicas que devoram os invasores, e reduz a imunidade ao vírus da hepatite. Foi banido dos Estados Unidos, mas ainda é utilizado em outros países.
- **O clordano causa supressão imunológica definitiva** nos animais expostos enquanto ainda estão no útero. Seu uso foi banido há muito tempo em plantações nos Estados Unidos. Mas ainda é utilizado em plantações no México e em outros países, continuando presente no meio ambiente.
- O aldicarb é utilizado em plantações de batata, feijão, soja, frutas cítricas, amendoim, noz-pecã, banana e café. É também um frequente contaminador da água potável. Potente modulador imunológico, **o aldicarb pode diminuir as proporções do linfócito T auxiliar e supressor** em concentrações tão baixas quanto algumas partes por bilhão.
- O **carbofurano**, pesticida de largo espectro utilizado nas plantações de milho e em outras plantações, **deprime a medula óssea.** Isso causa uma **rápida queda na contagem das células brancas do sangue.**

<sup>168</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.3:** “Sua Alimentação o Deixa Doente?”, **Parágrafo 2.**

- O etilcarbamato também é tóxico para a medula óssea. Reduz o número de linfócitos B produtores de anticorpos e bloqueia a ação dos linfócitos assassinos, que matam células cancerosas, bactérias e outros invasores.

### 2.12.2.5 Efeito assustador dos pesticidas nas crianças, mães e homens

**Irmã:** Estou começando a ficar enjoado.

**Irmão:** Repetimos, a melhor alimentação é a natural. Estas substâncias artificiais prejudicam os fetos, as crianças e as mães. Veja a citação seguinte. Observe como o **leite das mães vegetarianas é mais saudável!** Observe também como a **os homens estão ficando estéreis.**

“A Revolução Antienvelhecimento”, parágrafo 11.3.4: ... “No sistema reprodutor, muitos pesticidas podem prejudicar diretamente o feto, causando abortos, partos de natimortos, malformações congênitas e mutações genéticas. Mutações causadas por pesticidas podem ser transferidas para gerações seguintes, podendo, dessa maneira, afetar os netos ou bisnetos da pessoa que ficou exposta.”

... “Outra advertência assustadora da penetração dessas substâncias químicas é o fato de que **99% do leite das mães nos Estados Unidos, por exemplo, contêm níveis perigosos de DDT. A contaminação do leite nas mães que comem carne é 35 vezes maior do que nas mães vegetarianas.**”

“A Revolução Antienvelhecimento”, parágrafo 11.4.4<sup>169</sup>: ... “Talvez mais ameaçadores sejam **os estranhos efeitos reprodutivos dos impostores de hormônios**, que foram amplamente documentados tanto em animais de laboratório quanto em estudos com populações de seres humanos. Entre os homens norte-americanos, por exemplo, a incidência do câncer de testículo está crescendo. Enquanto isso, a fertilidade está caindo. **Mais de 25% de estudantes universitários do sexo masculino nos Estados Unidos são estéreis, comparados com apenas 0,5% em 1950. E a contagem média de espermatozóides caiu 30% em três décadas.**”

### 2.12.2.6 Aditivos alimentares que diminuem a inteligência das crianças

**Irmã:** Então estes pesticidas e aditivos causam doenças e esterilizam a população. Será que estes aditivos alimentares não afetam também a inteligência das pessoas?

**Irmão:** Afetam. Ficamos indignados ao ler a respeito do prejuízo para a inteligência das crianças devido à estes aditivos. Eu não sei o que fazer diante do fato de que nossas crianças são diariamente expostas à estas substâncias nocivas. Leia com atenção sobre o que se descobriu em Nova York quando foram retirados alguns aditivos alimentares do lanche das crianças:

“A Revolução Antienvelhecimento”, parágrafo 11.11.3<sup>170</sup>: ... “**Quando o conselho educacional da cidade de Nova York decidiu cortar todos os alimentos que continham certos corantes do seu programa de lanche escolar, descobriu algo notável. As pontuações dos estudantes em um teste de escolaridade nacional padronizado subiram do desolador 39º percentil (o que significava que 61% dos alunos de escolas públicas do país tinham pontuações mais altas) para o 47º percentil. Intrigado, o conselho resolveu eliminar dos lanches das escolas todos os corantes e aromatizantes sintéticos. Dessa vez, as pontuações dos testes dos alunos atingiram o 51º percentil.**”

<sup>169</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.4:** “Desmascarando os Impostores de Hormônios”, **Parágrafo 4.**

<sup>170</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.11:** “Aumentando a Durabilidade, Encurtando a Vida Humana”, **Parágrafo 3.**

... “Calculando a importância desse fato, membros do conselho concordaram em que não deveriam mais servir, nas escolas municipais, qualquer alimento que tivesse BHT ou o seu ‘irmão’, o conservante butil-hidroxianisol (BHA). Mais uma vez, as pontuações dos estudantes subiram rapidamente, dessa vez para o 55<sup>o</sup> percentil. (Antes da experiência do conselho, as pontuações nunca haviam aumentado mais de 1% de um ano para outro.)”

... “Visivelmente, os aditivos alimentares suprimiam, de alguma maneira, o processo mental dos estudantes. Imagine só quanto as suas pontuações melhorariam se seus pais instituíssem, em casa, uma proibição de aditivos semelhante.”

### 2.12.2.7 Características do alimento natural

**Irmã:** Puxa, estou me sentindo mal. Como vou ficar quando presenciar as crianças comendo alimentos industrializados com estes aditivos artificiais insalubres? Além disso são tantas substâncias maléficas que não há como saber tudo isso. O que faço?

**Irmão:** Primeiramente acredite, **a melhor alimentação é a natural**. Natural é o alimento da natureza natal do nascimento dos corpos biológicos de nossa espécie. Natural é o que está de acordo com os planos do criador da vida. O alimento natural para o ser humano é:

- *vegetariano*<sup>171</sup>: de origem vegetal
- orgânico: sem aditivos e pesticidas
- *vivo*<sup>172</sup>: cru, com brotos e se necessário amornado no vapor
- integral: inteiro e sem ser *refinado*<sup>173</sup>. O arroz integral é mais saudável que o *arroz branco*<sup>174</sup>
- sem modificações genéticas: sem ingredientes advindos de organismos que sejam modificados geneticamente e que produzam substâncias prejudiciais à nossa saúde.

### 2.12.2.8 Aditivos artificiais prejudiciais à saúde

**Irmã:** OK. Esta é uma sugestão prática. Simplesmente podemos estudar a alimentação dos primatas na natureza e obedecer as leis biológicas de nosso corpo. Suponha contudo que um médico prescreva uma dieta anti-natural para um familiar. Que argumentos eu terei?

**Irmão:** A maioria dos textos citados neste trabalho foram escritos por médicos. Você deve compartilhar com o médico de sua família estes informativos. Experimente a alimentação natural. Se tu queres entender melhor a medicina nutricional preventiva, estude este material sobre *alimentação natural e saudável*<sup>175</sup>. O livro mais completo que encontramos é “*A Revolução Antienvelhecimento*”<sup>176</sup>. Neste livro se apresenta uma alimentação saudável de acordo com o médico **Timothy J. Smith, vice-presidente da Associação Médica de Nutrição dos Estados Unidos**.

A seguir transcrevemos uma extensa lista de aditivos alimentares prejudiciais à saúde. Esta lista foi extraída do benéfico livro:

---

<sup>171</sup>**Informativo:** “Citações: Alimentação Naturista”.

<sup>172</sup>**Informativo:** “O Milagre dos Alimentos Vivos”.

<sup>173</sup>**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 29:** “Açúcar e cereais refinados e degeneração”.

<sup>174</sup>**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 21:** “Arroz refinado e beribéri (fraqueza)”.

<sup>175</sup>**Índice do GAIA:** “Corpo Saudável”.

<sup>176</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”.

“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12<sup>177</sup>:

O Menos Procurado dos Estados Unidos

“Ao adotar os alimentos frescos e cultivados organicamente da Dieta Antienvhecimento, você jamais se preocupará com aditivos. Só nos expomos a essas toxinas quando ingerimos alimentos processados e embalados.”

“A seguir, apresento os aditivos utilizados por fabricantes de alimentos que têm efeitos tóxicos comprovados no organismo humano. No mínimo, você deve evitar essas substâncias o máximo que puder.”

### 2.12.2.8.1 Alumínio

“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.1<sup>178</sup>:

“Os fabricantes usam o **alumínio** para evitar o endurecimento em misturas para bolos, fermento em pó, sal e semelhantes. (A maioria dos antiácidos e dos desodorantes também contém alumínio;) O aditivo foi apontado como **fator causador da doença de Alzheimer**<sup>179</sup>”.

### 2.12.2.8.2 Corantes artificiais

“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.2<sup>180</sup>:

“Ao lermos ‘FD&C’ em uma lista de ingredientes, podemos presumir que o alimento contém algum tipo de corante artificial.”

(A abreviação significa apropriadamente **corante** e cor de alimentos.) Desses, os que têm **efeitos mais devastadores na saúde** são:

- O **Azul n<sup>o</sup> 1** danifica os cromossomos no núcleo de uma célula, contribuindo para a mutação e a divisão descontrolada da célula, que acaba causando o **câncer**. O corante foi banido na Finlândia e na França.
- O **Azul n<sup>o</sup> 2**, encontrado em produtos de padaria, balas e refrigerantes, pode causar tumores no cérebro. Foi banido na Noruega.
- O **Vermelho Cítrico n<sup>o</sup> 1** é aplicado em laranjas verdes para que pareçam maduras. Como o Azul n<sup>o</sup> 1, esse corante **fratura os cromossomos no núcleo da célula, o que abre caminho para o câncer**. A FDA propôs a proibição do Vermelho Cítrico n<sup>o</sup> 1.
- O **Vermelho Cítrico n<sup>o</sup> 2**, usado para colorir a casca das frutas cítricas, age como um fraco **carcinógeno**.
- O **Verde n<sup>o</sup> 3** foi apontado como causa de **tumores da bexiga**.
- O **Vermelho n<sup>o</sup> 3** muitas vezes é acrescentado a **recheios de tortas de cereja enlatados, cerejas ao marasquino, produtos de padaria, sorvetes** e uma série de outros alimentos. Estudos relacionaram esse corante com **danos aos nervos e com câncer de tireóide**.
- O **Vermelho n<sup>o</sup> 40** é um suspeito **carcinógeno**.
- O **Amarelo n<sup>o</sup> 5** contribui para **distúrbios comportamentais em crianças**.
- O **Amarelo n<sup>o</sup> 6** causa tumores nas glândulas supra-renais e nos rins. Foi banido na Noruega e na Suécia.

<sup>177</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12:** “O Menos Procurado dos Estados Unidos”.

<sup>178</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.1:** “Alumínio”.

<sup>179</sup>No Brasil, foram testadas em universidades embalagens revestidas de alumínio, revelando teor 100 vezes maior desse metal no conteúdo; latas de refrigerantes e cervejas, com 600 vezes mais alumínio; e alimentos preparados em panelas de alumínio, que tinham 1.700 vezes o valor permitido. Veja *Medicina holística - a harmonia do ser humano*, Editora Campus, 1998. (N.R.T.)

<sup>180</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.2:** “Corantes artificiais”.

### 2.12.2.8.3 Aspartame

*“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.3<sup>181</sup>:*

“O **aspartame** recebeu o prêmio duvidoso de ter gerado mais reclamações para a FDA do que qualquer outra substância. O adoçante artificial contém fenilalanina, que serve como precursor para a substância química cerebral norepinefrina. Como tal, a fenilalanina pode **alterar a química do cérebro e causar mudanças no comportamento.**”

“Em estudos realizados antes de o aspartame obter aprovação da FDA, **o aditivo causou tumores cerebrais e ataques epiléticos em ratos de laboratório. Seres humanos relataram uma ampla variedade de sintomas, incluindo dores de cabeça, fadiga, prisão de ventre, irregularidades menstruais e depressão.**”

“Pequenas doses ocasionais de aspartame provavelmente não causarão problemas à maioria das pessoas. Mas consumir grandes quantidades do adoçante diariamente, tendência das pessoas que tentam perder peso, pode gerar sintomas como os mencionados anteriormente. Por ironia, pesquisadores sugerem que **o aspartame e outros substitutos do açúcar fazem pouca diferença na ‘luta contra a balança’.** Apesar do consumo muito comum de adoçantes artificiais nos Estados Unidos, a epidemia de obesidade no país continua invencível.”

“As gestantes devem **evitar o aspartame no período da gravidez**, pois os efeitos dos adoçantes sobre o feto em desenvolvimento são incertos. Além disso, o aspartame não deve ser exposto ao calor ou usado em cozimentos. **Altas temperaturas fazem com que o adoçante se decomponha em álcool metílico, o que pode contribuir para cegueira e danos cerebrais.**”

### 2.12.2.8.4 Ácido benzóico e benzoato de sódio

*“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.4<sup>182</sup>:*

“Esses conservantes são usados há mais de **70 anos para inibir o crescimento de microrganismos em sucos de frutas, picles e refrigerantes. Embora se acredite amplamente que sejam benignas, as duas substâncias apresentaram propriedades cancerígenas em estudos feitos na Rússia. Além disso, o benzoato de sódio inibiu o desenvolvimento neurológico, tolheu o crescimento e encurtou o tempo de vida de ratos de laboratório. Em uma pesquisa publicada no periódico médico britânico Lancet, o ácido benzóico produziu uma profunda hiperatividade em 79% das crianças que o ingeriram.**”

### 2.12.2.8.5 BHA e BHT

*“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.5<sup>183</sup>:*

“**Óleos e outras gorduras tornam-se rançosos com o tempo** e com a exposição constante ao ar. Tanto o **BHA quanto o BHT bloqueiam esse processo**, varrendo radicais livres, à medida eles que se formam.”

“Mas não confunda esses conservantes com os nutrientes antioxidantes como as vitaminas A, C e E. **Em estudos realizados com animais, o BHA e o BHT causaram danos ao fígado, calvície, anormalidades fetais e retardo no crescimento. Parecem também afetar o sono, o apetite e outros comportamentos.**”

“Pesquisadores que alimentaram ratas prenhas observaram mudanças nas enzimas cerebrais de seus filhotes. Especificamente, **o conservante diminuiu a produção de colinesterase,**

<sup>181</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.3:** “Aspartame”.

<sup>182</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.4:** “Ácido benzóico e benzoato de sódio”.

<sup>183</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.5:** “BHA e BHT”.

**responsável pela reciclagem da acetilcolina, neurotransmissor cerebral.** (Em seres humanos, a acetilcolina desempenha um papel na concentração e na memória de curto prazo.) Outros pesquisadores descobriram que o **BHT promove a formação de tumores cancerosos em ratos.**”

“Dúvidas persistentes sobre a segurança do BHA e do BHT convenceram as autoridades na Austrália e na Suécia a proibirem os aditivos e, no Reino Unido, a restringi-los rigidamente. Entretanto, nos Estados Unidos, os dois conservantes mantêm sua posição na lista GRAS. E por serem acrescentados, em geral, a alimentos que são utilizados como ingredientes em outros alimentos, o BHA e o BHT raramente aparecem nos rótulos.”

“Surpreende-me constatar que alguns ‘especialistas’ em antienvelhecimento realmente defenderem altas doses de BHA e BHT, devido às suas propriedades antioxidantes. Temos acesso a muitos antioxidantes seguros e naturais que agem em harmonia com o nosso organismo. Por que então devemos correr o risco de câncer e outros problemas de saúde que encurtam a vida ingerindo toxinas produzidas pelo homem como o BHA e o BHT?”

#### 2.12.2.8.6 Óleo vegetal bromado

*“A Revolução Antienvelhecimento”, Seção 11.12.6<sup>184</sup>:*

“Os fabricantes usam o **óleo vegetal bromado para evitar que o produto fique turvo e também como emulsificante. O aditivo aparece ainda em alguns refrigerantes vendidos em lata**, pois evita a formação de anéis onde o líquido entra em contato com o ar.”

“Como o próprio nome indica, o óleo vegetal bromado é produzido através de um processo conhecido como bromação. A bromação é bem semelhante à hidrogenação. Uma diferença crucial: a bromação utiliza o elemento venenoso bromo, em vez do relativamente inócuo hidrogênio.”

“Estudos mostraram que **bastariam 85 gramas de uma solução a 2% de óleo vegetal bromado para envenenar crianças. Em adultos, o aditivo reduz as defesas imunológicas e esgota a histamina, estimulando, assim, reações alérgicas.** Contudo, por motivos que devem estar mais claros para a FDA do que para mim, não se exige que os fabricantes especifiquem a substância nos rótulos de alimentos.”

#### 2.12.2.8.7 Carragena

*“A Revolução Antienvelhecimento”, Seção 11.12.8<sup>185</sup>:*

“Derivado de uma alga marinha (*Chondrus crispus*), a **carragena** (também conhecido como musgo-irlandês) serve como **estabilizante e espessante.** Em geral, é acrescentada a alimentos de baixa caloria para lhes conferir volume e para mascarar o gosto final dos adoçantes artificiais. Engrossa e melhora o paladar de **molhos, ketchups, mostardas, recheios de torras, pudins, condimentos, molhos para saladas, temperos, refrigerantes e sopas.** Evita que o **chocolate** se separe em leites achocolatados e outras bebidas. Diminui o endurecimento na superfície dos produtos e melhora a consistência de **queijos cremosos, queijos processados e requeijões.**”

“A carragena é também utilizada para aumentar a textura de uma variedade de produtos de padaria industrializados, incluindo **pães, bolos e roscas.** Além disso, é um ingrediente comum em **balas, marshmallows e gelatinas,** pois evita que o açúcar se cristalice.”

“Apesar do extenso currículo no ramo da preparação de alimentos, a carragena raramente é mencionada nos rótulos dos alimentos. Melhor seria se fosse. Em animais de laboratório, **o aditivo produziu lesões do tamanho da cabeça de um alfinete no intestino grosso, além de fezes com sangue e cheias de muco. Os dois sintomas são típicos de uma**

<sup>184</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.6:** “Óleo vegetal bromado”.

<sup>185</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.8:** “Carragena”.

doença humana conhecida como **colite ulcerativa**. Outros animais desenvolveram **tumores, úlceras e lesões semelhantes à cirrose hepática.**”

#### 2.12.2.8.8 Ácido etilenodiaminatetraacético (EDTA)

“*A Revolução Antienvhecimento*”, Seção 11.12.9<sup>186</sup>:

“No ramo da nutrição, o EDTA tem uma reputação semelhante à do médico e o monstro. Agente de ligação, ele capta íons de metais pesados como o cádmio, o cobalto e o chumbo, desarmando essas possíveis toxinas. Porém, nesse processo, rouba dos alimentos minerais essenciais como cromo, cobre, ferro e zinco. Encontramos o EDTA na margarina, na maionese, nos molhos para saladas e nas pastas para sanduíches.”

#### 2.12.2.8.9 Fluoreto

“*A Revolução Antienvhecimento*”, Seção 11.12.10<sup>187</sup>:

“O consumo de **água fluoretada pode ser a causa de mais de 10 mil mortes por câncer só nos Estados Unidos por ano. O fluoreto também enfraquece o sistema imunológico, contribui para malformações congênitas e rouba a vitamina C do organismo.**”

“Nos Estados Unidos, muitas comunidades colocam fluoreto na água a fim de evitar as cáries. Entretanto, na Europa, 10 países proíbem hoje qualquer uso de fluoreto. Meu conselho: se a água de sua comunidade contiver fluoreto, beba água filtrada - engarrafada ou do seu próprio filtro.”

#### 2.12.2.8.10 Etilparabeno

“*A Revolução Antienvhecimento*”, Seção 11.12.12<sup>188</sup>:

“O etilparabeno inibe a formação de mofo em geléias e sobremesas congeladas. Pesquisas relacionaram o aditivo a malformações congênitas.”

#### 2.12.2.8.11 Proteína vegetal hidrolisada

“*A Revolução Antienvhecimento*”, Seção 11.12.13<sup>189</sup>:

“**Proteína vegetal**” pode parecer bastante benigna. Na verdade, esse aditivo impede o crescimento das crianças<sup>190</sup>. Contém também MSG, que discutirei em breve.

#### 2.12.2.8.12 Amido alimentar modificado

“*A Revolução Antienvhecimento*”, Seção 11.12.14<sup>191</sup>:

---

<sup>186</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.9:** “Ácido etilenodiaminatetraacético (EDTA)”.

<sup>187</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.10:** “Fluoreto”.

<sup>188</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.12:** “Etilparabeno”.

<sup>189</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.13:** “Proteína vegetal hidrolisada”.

<sup>190</sup>A proteína de soja é um exemplo de proteína vegetal.

<sup>191</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.14:** “Amido alimentar modificado”.

“Por si só, o amido alimentar não é tão ruim. O que causa problemas é a modificação. O processo pode envolver o uso de substâncias químicas como o sulfato de alumínio, o óxido de propileno e o anidrido 1-octilsuccínico, toxinas existentes no aditivo que passam para os alimentos.”

### 2.12.2.8.13 Monoglicerídeos e diglicerídeos

“A *Revolução Antienvelhecimento*”, Seção 11.12.15<sup>192</sup>:

“**Esses aditivos bloqueiam a absorção dos ácidos graxos essenciais**, necessários ao bom desenvolvimento das células e a um sistema imunológico saudável. Em estudos realizados com animais, os monoglicerídeos e os diglicerídeos estão associados a **fígados e rins inchados, órgãos reprodutores doentes e alta mortalidade.**”

### 2.12.2.8.14 Glutamato monossódico (MSG)

“A *Revolução Antienvelhecimento*”, Seção 11.12.16<sup>193</sup>:

“Aproximadamente **20 milhões de quilos de MSG são infiltrados nos alimentos norte-americanos a cada ano.** Sem dúvida, trata-se do aromatizante mais ubíquo de todos os aditivos alimentares.”

“A maioria das pessoas associa o MSG à culinária chinesa. Mas é possível encontrá-lo também na maior parte dos **alimentos embalados, incluindo refeições congeladas, legumes e hortaliças congelados e enlatados, frutos do mar processados, carnes processadas, a maioria das sopas e misturas para sopas, molhos para saladas, condimentos e temperos, produtos de padaria e balas. Até comidas prontas para bebês costumavam ter MSG**, antes que os protestos do público forçassem os fabricantes a interromper a prática.”

“Pessoas sensíveis ao MSG apresentam sintomas da chamada síndrome do restaurante chinês: **dor de cabeça, queimação atrás do pescoço e nos antebraços, aperto no tórax, palpitações cardíacas, sudorese, fraqueza e debilitação.** A FDA recomendou mais investigações sobre possíveis efeitos adversos desse aditivo no sistema reprodutor humano e do seu papel na mutação da célula humana.”

“Enquanto isso, o MSG mantém sua posição na lista GRAS. E, como tantos outros aditivos, nem sempre está relacionado nos rótulos dos alimentos. Para ficar menos exposto a ele, prepare suas próprias refeições - utilizando apenas ingredientes frescos - com a maior frequência possível.”

“Quando for comer fora, **tenha um cuidado especial ao escolher a refeição em restaurantes chineses e asiáticos.** Os garçons nem sempre sabem se há MSG em determinados pratos. Talvez seja necessário perguntar ao *chef* ou até ao dono. Não se sinta constrangido de fazê-lo. Afinal, sua saúde está em jogo.”

“Minha esposa, Dellie, e eu passamos por uma experiência terrível em um restaurante na Tailândia. Na época, Dellie estava grávida de quatro meses e saímos para jantar com outro casal. Quando o garçom se aproximou de nossa mesa, percebi que quase não falava inglês. Tudo o que eu disse foi ‘sem MSG’. O garçom deu uma resposta vaga, e eu então repeti ‘sem MSG’. Nesse momento, o garçom chamou o *maitre*. Mais uma vez, repeti meu pedido, ao qual o *maitre* respondeu: ‘Sem problemas’.”

“Aproximadamente meia hora depois que saímos do restaurante, nós quatro começamos a ter sintomas da síndrome do restaurante chinês. Não é preciso dizer que ficamos furiosos - e Dellie e eu ficamos com medo de que nosso bebê pudesse ser afetado. Mais tarde, reclamamos com o dono do restaurante, que reconheceu que nossa comida havia sido contaminada pelo MSG.”

<sup>192</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.15:** “Monoglicerídeos e diglicerídeos”.

<sup>193</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.16:** “Glutamato monossódico (MSG)”.

### 2.12.2.8.15 Nitratos e nitritos

“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.17<sup>194</sup>:

“Esses dois conservantes são rotineiramente adicionados aos produtos de **carne processada como bacon, carne em salmoura, presunto, cachorro-quente, frios e salsicha**. Evitam o crescimento de bactérias e, como ‘bônus’, conferem à carne uma coloração rosada, que proporciona enganosamente uma aparência saudável.”

“Porém, depois que chegam ao estômago, esses componentes **transformam-se em agentes causadores do câncer chamados nitrosaminas**. Por isso, para ajudar a evitar o câncer, abstenha-se de todos os alimentos que contenham esses conservantes.”

### 2.12.2.8.16 Ácido fosfórico

“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.18<sup>195</sup>:

“Refrigerantes do tipo ‘cola’ não têm absolutamente qualquer valor nutricional. Contêm ácido fosfórico, agente aromatizante e acidulante que causa sérios problemas à saúde.”

“Depois que está no organismo, o ácido fosfórico se liga ao magnésio, removendo-o. A deficiência de magnésio resultante é considerada fator de risco para a hipertensão arterial e doenças cardíacas.”

“Além disso, o ácido fosfórico dissolve o alumínio dentro das latas de refrigerante. O alumínio mistura-se ao refrigerante e é ingerido. Como mencionei antes, indícios científicos implicam o alumínio como fator que contribui para o desenvolvimento do mal de Alzheimer.”

“Outros alimentos - inclusive produtos de padaria, cereais, queijos e leite em pó - contêm fosfatos, que são formas de ácido fosfórico. O consumo excessivo de fosfatos bloqueia a absorção do cálcio e retira esse mineral dos ossos, abrindo caminho para a osteoporose, a doença dos ossos frágeis.”

### 2.12.2.8.17 Galato de propila

“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.19<sup>196</sup>:

“Antioxidante como o **BHA e o BHT**, o galato de propila estende o prazo de validade de óleos e outras gorduras. É um ingrediente comum em **chicletes, caldo de sopa de galinha e carnes**. Pelo menos um estudo de longo prazo sugeriu que o galato de propila tem propriedades causadoras de **câncer**.”

### 2.12.2.8.18 Sacarina

“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 11.12.20<sup>197</sup>:

“Em 1977, a FDA pensou em proibir o uso da **sacarina**, pois numerosos estudos com animais mostraram que o adoçante artificial é um **potente cancerígeno**. Porém, quando estudos subsequentes não conseguiram estabelecer uma relação entre a sacarina e os cânceres humanos, a proposta da proibição foi por água abaixo.”

<sup>194</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.17:** “Nitratos e nitritos”.

<sup>195</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.18:** “Ácido fosfórico”.

<sup>196</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.19:** “Galato de propila”.

<sup>197</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.20:** “Sacarina”.

“Até o momento, muitos **especialistas em nutrição questionam a segurança da sacarina**. O substituto do açúcar continua sendo um ingrediente comum em alimentos prontos, sobretudo em alimentos ‘diet’, de baixa caloria.”

#### 2.12.2.8.19 Sal

“*A Revolução Antienvelhecimento*”, Seção 11.12.21<sup>198</sup>:

“Pequenas quantidades de sal (ou cloreto de sódio, como dizem alguns rótulos) raramente causam problemas. Por outro lado, **ingerir muito sal - quando ingerimos sempre alimentos processados - pode causar hipertensão arterial**. E a hipertensão abre caminho para ataques cardíacos e derrames.”

“Se você gosta do sabor do sal, experimente acrescentar uma pitada de sal marinho ou molho de soja à sua refeição. Seja como for, afaste-se de alimentos processados com alto teor de sal.”

#### 2.12.2.8.20 Açúcar

“*A Revolução Antienvelhecimento*”, Seção 11.12.22<sup>199</sup>:

“**O açúcar - um termo que abrange o açúcar branco refinado, assim como o açúcar mascavo, o xarope de glicose, a frutose, o mel, o melado e a maior parte dos outros adoçantes - literalmente satura a alimentação. O norte-americano médio, por exemplo, consome 58 quilos de açúcar por ano, ou mais de 150 gramas por dia.**”

“Sozinho, o açúcar não tem qualquer valor nutricional. E por tomar o lugar dos nutrientes na alimentação, ele contribui para deficiências. Pior ainda é que quantidades excessivas de açúcar no organismo são convertidas em gordura saturada, que é então armazenada.”

“Por todos esses motivos (e por alguns outros), **o alto consumo de açúcar é considerado fator de predisposição às doenças cardíacas, ao câncer, ao diabetes, à osteoporose, à obesidade e a outras numerosas doenças que encurtam a vida**. (Você aprenderá mais sobre as implicações do açúcar para a saúde no *Capítulo 17*<sup>200</sup>.)”

#### 2.12.2.8.21 Sulfitos

“*A Revolução Antienvelhecimento*”, Seção 11.12.23<sup>201</sup>:

“**Em alimentos embalados, os sulfitos podem aparecer em nomes como bissulfito de potássio, metabissulfito de potássio, bissulfito de sódio, metabissulfito de sódio e anidrido sulfuroso. São utilizados como conservantes em sucos de uva, vinagres e vinhos. Em restaurantes, podem ser aplicados em frutas e em legumes e hortaliças picados servidos em saladas e em bufês de saladas para evitar descoloração.**”

“**Os sulfitos causaram reações alérgicas fatais, incluindo choque anafilático e crises de asma em pessoas sensíveis a eles. Embora eles mesmos não sejam causadores de câncer, estimulam os vírus, bactérias e fungos a se tornarem cancerígenos. Os sulfitos também destroem a tiamina (vitamina B<sub>1</sub>) dos alimentos.**”

<sup>198</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.21:** “Sal”.

<sup>199</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.22:** “Açúcar”.

<sup>200</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 17:** “Os Hábitos: Álcool, Cafeína e Açúcar”.

<sup>201</sup>**Livro:** “*A Revolução Antienvelhecimento*”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”, **Item 11.12.23:** “Sulfitos”.

### 2.12.3 Alimentação viva, crua e natural

**Irmã:** Voltemos ao assunto dos benéficos alimentos vegetarianos, orgânicos, vivos e integrais. Porquê o alimento “vivo” e cru é melhor que o cozido?

**Irmão:** Conhecendo bioquímica sabe-se que acima de determinada temperatura, muitos compostos orgânicos se “quebram”, e o alimento se desnatura. Lembremos contudo, que *cozinhar reduz grandemente a mortalidade infantil*<sup>202</sup>, pois mata os microrganismos patogênicos. Precisamos considerar também, que em alguns casos cozinhar o alimento aumenta a digestibilidade deste, e isso pode ser importante para alguns pacientes com o sistema digestivo enfraquecido. Uma alternativa “crua e digerível” é *ingerir nutrientes e água em copos de suco*<sup>203</sup> diários. Ponderando estes prós e contras do alimento cozido, voltemos ao nosso “professor” norte-americano, de medicina nutricional, e seu alerta sobre o churrasco queimado provocador de câncer:

“A Revolução Antienvhecimento”, Seção 12.16<sup>204</sup>:

Cozinhando os Carcinógenos

“Você se lembra do cheiro maravilhoso de **bacon frito** entrando em seu quarto, convidando você a sair da cama? Ou do cheiro gostoso de **churrasco - carne, costeleta e hambúrgueres**”?

“Infelizmente, **esses alimentos estão entre os mais tóxicos que se conhecem. O cozimento a alta temperatura (acima de 115°C) gera imensas quantidades de carcinógenos que danificam o DNA, destruindo, ao mesmo tempo, nutrientes essenciais e fitoquímicos.**”

“**A carne exposta a altas temperaturas se transforma em substâncias químicas cancerígenas como benzopirinas e outros hidrocarbonetos aromáticos polinucleares. Os resíduos acumulados nas superfícies tostadas são carcinógenos concentrados.** Quanto mais gordurosa a carne e quanto maior o teor de gordura, mais intensa a formação de toxinas. Na verdade, o fato de nós, seres humanos, nos sentirmos atraídos pelo aroma desses carcinógenos parece um perverso golpe da natureza.”

#### 2.12.3.1 Girando em torno do “sol do alimento vivo”

**Irmã:** Entendi que quando cozinhamos o alimento, a temperatura alta degrada as moléculas orgânicas. As moléculas se quebram e se transformam em radicais químicos livres. Estes fragmentos moleculares desfuncionais quando em excesso provocam as doenças degenerativas e o envelhecimento por danos. Estou certo?

**Irmão:** Sim, está. Lembremos que existe na cidade um foco multiplicador deste conhecimento saudável. Trata-se de um local que gira em torno do sol da alimentação viva, natural e saudável. Foi com o admirável casal, deste espaço pró-saúde, que muitos de nós fizemos um curso de reeducação alimentar. Foi nesta escola prática da natureza que alguns aprenderam as *10 Dicas para uma Alimentação Ecológica Consciente*<sup>205</sup>. O alimento cru é também chamado de alimento vivo.

#### 2.12.3.2 Alimentos vivos, longevidade e saúde

**Irmã:** Vivo!?

<sup>202</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 66**: “O Príncipe Planetário de Urantia”, **Item 66.5**: “A Organização dos Cem”, **Parágrafo 17**.

<sup>203</sup> **Informativo**: “Terapia Nutricional de Max Gerson”, **Seção 3**: “A Terapia nutricional de Max Gerson”, **Subseção 3.1.6**: “Alimentos cozinhados”.

<sup>204</sup> **Livro**: “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 12**: “Como Prevenir o Câncer”, **Item 12.16**: “Cozinhando os Carcinógenos”.

<sup>205</sup> **Documento**: “. . . gaia/gaia/cartaz/dicas\_alimento\_saudavel.pdf”.

**Irmão:** Sim, sementes germinadas vivas e cruas são consideradas por alguns os melhores alimentos. Citemos como exemplo os *centenários do povo Hunza do Himalaia*<sup>206</sup>:

“Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos” parágrafo 3.1.9: ... “Dr. Mc Carrison informou que esse povo costuma demolhar trigo, cevada, grão-de-bico, transferindo em seguida estes cereais e legumes para a areia úmida. Quando dos grãos saem os germes, comem-nos. Sabe-se agora que, durante o processo de germinação dos grãos dos cereais, se verifica a síntese de vitamina C e outros nutrientes vitais.”

O Dr. Edmond Bordeaux-Szekely estabeleceu a seguinte classificação que ressalta o benefício dos alimentos germinados:

**biogênicos** - Que geram vida. São as sementes germinadas, e seu enorme conteúdo de enzimas, vitaminas e outros fito-nutrientes, ativados com o processo de germinação. Alguns estudos indicam que o conteúdo nutricional das sementes e cereais chega a aumentar 400% após o simples processo “dormir as sementes na água” e posteriormente lavá-las até o despontar destes brotos “bio-gênicos”.

**bioativos** - Biologicamente ativos. São alimentos crus, in natura, e não processados. Alimentos consumidos do jeito que são colhidos.

**biostáticos** - Biologicamente estáticos. São alimentos processados pelo refino, calor, frio, etc ...

**biocídicos** - Que matam a vida. São os alimentos com aditivos não-orgânicos e tóxicos, tais como os *agrotóxicos, conservantes, aromatizantes, corantes*<sup>207</sup> e outros aditivos.

### 2.12.3.3 Informativo: “O Milagre dos Alimentos Vivos”

**Irmã:** Legal! Me interesse por mais informações sobre o alimento vivo e cru. O que vocês me dizem sobre isso?

**Irmão:** Sobre a alimentação viva e crua dá uma estudada no *milagre destes alimentos*<sup>208</sup>. Se tu realmente queres saber mais, é imprescindível que tu busques o “original cheio de graça”, apresentamos “*O Milagre dos Alimentos Vivos*”<sup>209</sup>. Não perca a tocante história da autora, doutora Kirstine Nolfi e sua *experiência com os alimentos vivos*<sup>210</sup>.

### 2.12.3.4 Autoclave culinário e aquecimento no vapor

**Irmã:** Vocês me convenceram. Ao menos teoricamente, consigo entender que as sementes germinadas são muito mais ricas em nutrientes, e que no alimento cozido muitas moléculas orgânicas são degradadas e viram fragmentos moleculares desfuncionais, os quais, o *Doutor Denham Harman*<sup>211</sup> chamou de radicais químicos livres.

---

<sup>206</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 3:** “Vegetarianismo e vida longa”, **Subseção 3.1:** “Centenários do Himalaia e sua dieta saudável”.

<sup>207</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 11:** “Evitando Pesticidas e Aditivos Alimentares: A Solução Orgânica”.

<sup>208</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 9:** “O milagre dos alimentos vivos (cru)”.

<sup>209</sup>**Informativo:** “O Milagre dos Alimentos Vivos”.

<sup>210</sup>**Informativo:** “O Milagre dos Alimentos Vivos”, **Seção 2:** “Minha experiência com os alimentos vivos”.

<sup>211</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvhecimento”, **Capítulo 2:** “Derrotando os Radicais Químicos Livres: O Segredo da Longevidade”, **Parágrafo 1.**

Contudo, é difícil passar a comer um alimento cru sem estarmos acostumados. Será que existe algum tipo de alimento que seja intermediário entre o completamente cru e o cozido?

**Irmão:** Sim, existe. Há algumas décadas foram desenvolvidas panelas para aquecimento no vapor feitas de uma liga metálica de magnésio. Você pode procurar na Internet os autoclaves culinários da LUMILIFE por exemplo.

**Irmã:** Para que isso? É fácil aquecer no vapor.

**Irmão:** Estas panelas são especiais. A temperatura fica oscilando entre 70 e 90 graus Celsius. Cada “autoclave culinário” é composto por duas panelas que se encaixam uma de frente para outra. O alimento fica dentro em contato com o ar. Apenas um filete de água fica no fundo. Quando este aparato é aquecido, a água vaporiza. O vapor sai pelo encaixe das “duas panelas” levando a energia térmica para fora. Então a temperatura cai, o ar dentro das panelas se contrai e faz-se vácuo. O vácuo veda as panelas e o vapor para de sair. O resultado deste utensílio é que a temperatura fica oscilando. Quando o vapor sai a temperatura diminui, o vácuo se estabelece e as panelas fecham-se selando o alimento com vapor de menor temperatura em seu interior.

**Irmã:** Eu creio, que para realmente se entender isso, temos que relembrar a física dos gases ...

**Irmão:** Calma. Não precisa complicar. Basta entender que a energia térmica está principalmente no vapor. Quando o vapor sai levando embora a energia, a temperatura diminui no interior das panelas encaixadas em oposição. Quando a temperatura diminui o ar contrai e a pressão no interior das panelas também diminui. Quando a pressão interior diminui, em relação à pressão exterior, é vedado o encaixe entre as duas panelas uma de frente para outra.

**Irmã:** Já entendi. É como uma panela de pressão. Se deixamos o vapor sair a temperatura e a pressão diminui no interior da panela!

**Irmão:** É isso, só que os autoclaves culinários são feitos para aquecimento no vapor. O alimento não é “lavado” na água. A temperatura fica oscilando entre 70 e 90 graus.

**Irmã:** Mas o que isso tem a ver com os alimentos crus?

**Irmão:** O problema do aquecimento é que acima de determinada temperatura algumas moléculas orgânicas se degradam. Elas se quebram e viram os fragmentos moleculares desfuncionais conhecidos como radicais químicos livres. Estes pedaços de moléculas orgânicas são as peças “quebradas do organismo” que causam o envelhecimento por danos e as doenças degenerativas ...

**Irmã:** Por favor para. Ninguém vai conseguir comer confortavelmente se continuarmos com este assunto.

**Irmão:** Fica tranquilo. O efeito destas substâncias anti-naturais é de longo prazo. Mas ao invés de nos preocuparmos com os alimentos tóxicos anti-naturais, vamos nos habituar com os alimentos saudáveis e naturais.

**Irmã:** Está bem. Dá para resumir esta história de cozimento no vapor dos autoclaves culinários?

**Irmão:** Estas panelas duplas mantêm a temperatura oscilando abaixo de 100 graus Celsius. Como o alimento não é sobre-aquecido, as moléculas orgânicas não se degradam em grande quantidade. São formados muito menos radicais químicos livres do que no alimento cozido à 100 graus. Isto favorece a saúde. O alimento aquecido no vapor é mais natural que o alimento cozido. Os “autoclaves culinários” são um passo intermediário entre o alimento cozido e o **cru**, entre a *cozinha* e a **cru-zinha**!

**Irmã:** Aposto que **Cru-zinha** é o local onde se prepara o alimento **cru**!

**Irmão:** É isso aí garota esperta. Agora é praticar!

## 2.12.4 Alimentação integral natural

**Irmã:** Bem, vocês falaram que o alimento natural é também integral. O que vocês quiseram dizer?

**Irmão:** Integral significa inteiro. Comer alimento integral significa comer ele inteiro do jeito que a natureza preparou. Muitos nutrientes estão na casca dos vegetais orgânicos cultivados sem pesticidas. Além disso frequentemente o alimento industrializado é desprovido de boa parte do alimento original. Por exemplo, você pode refinar um alimento e extrair o açúcar. Este açúcar refinado não é o alimento integral. As farinhas, o açúcar, os cereais refinados não são alimentos integrais e inteiros. São apenas uma parte do alimento natural. A natureza produz os frutos com nutrientes complementares e equilibrados nas diferentes partes do vegetal. Quando extraímos uma parte dos alimentos naturais teremos em mãos um alimento incompleto, não integral e não natural.

**Irmã:** Eu não vou conseguir praticar todos estes princípios de alimentação natural. Vou me tornar uma pessoa chata e não grata se ficar indisposta no momento mais vital da família, que são as refeições. Não sei o que fazer. Como não comer açúcar, evitar farinhas ...

**Irmão:** A família e as pessoas são o mais importante. Lembre-se que as coisas de valor espiritual transcendem à tudo isso. Contudo é sempre bom conhecer a verdade. Se o problema é que nossos companheiros e companheiras habituaram-se à uma alimentação não natural, o correto é, na medida do possível, procurar ter uma atitude exemplar. Muitos de nós não conseguimos praticar estes princípios de medicina nutricional preventiva. Contudo existe uma certa apatia se fecharmos os olhos diante de livros como o *“Sugar Blues”*<sup>212</sup>.

**Irmã:** “Sugar Blues”? “Depressão do Açúcar”? O que isto tem a ver com alimento integral?

**Irmão:** O açúcar é um alimento que não é integral. Selecionei algumas citações de uma compilação do livro *“Sugar Blues”*. Estas citações falam basicamente de doenças que surgem quando faltam nos alimentos nutrientes presentes na casca.

### 2.12.4.1 Arroz branco e beribéri (fraqueza)

*“Citações: Sugar Blues”, Seção 21*<sup>213</sup>:

“O processo de refino dos grãos, passando pelos vários estágios de farinha, desenvolveu-se no decorrer de muitos séculos, no Ocidente; assim, a deterioração biológica das pessoas foi gradual. No entanto, tal deterioração foi imposta muito rapidamente ao Oriente. O arroz branco polido era novo, moderno, refinado e civilizado. Ele foi aceito em todos os lugares onde a modernização estava em voga. Em seu bojo, trouxe repentinas aparições de novos sintomas. Posteriormente, esses sintomas foram chamados *beribéri*, derivado da palavra senegalesa para **fraqueza**”.

“Quando a introdução do arroz branco no Japão foi acompanhada pelas explosões de beribéri, logo as pessoas comuns compreenderam qual seria a solução. Os hábitos tradicionais, felizmente ainda frescos em suas memórias, diziam que retornassem ao antiquado arroz integral. Quando seguiam essa idéia, tudo saía bem. Comendo arroz integral, tornavam-se novamente saudáveis, seres humanos integrais. Até hoje, se você visita um restaurante japonês na América ou na Europa e pede arroz integral, não refinado, o garçom provavelmente perguntará se você não sente bem.” [6]

### 2.12.4.2 Açúcar, arroz branco e beribéri

*“Citações: Sugar Blues”, Seção 22*<sup>214</sup>:

“Na década de 1890, em Java, a Marinha, os missionários e os administradores coloniais holandeses foram afetados por uma verdadeira epidemia de beribéri” ...

---

<sup>212</sup>**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”.

<sup>213</sup>**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 21:** “Arroz refinado e beribéri (fraqueza)”.

<sup>214</sup>**Informativo:** “Citações: Sugar Blues”, **Seção 22:** “Açúcar, arroz branco e beribéri”.

“Os melhores médicos e cientistas, educados na Alemanha, foram mandados a Java para levar a cabo experiências científicas que encontrassem a cura. Muitos cientistas morreram e outros voltaram para suas casas em padiolas. O jovem Dr. Christian Eijkamn foi dos que retornaram para um segundo *round* [11]. Ele trabalhou sozinho num laboratório, em plena selva, perto de Batávia, que funcionava junto a um pequeno hospital para vítimas de beribéri, inoculando galinhas com o sangue dos pacientes afetados. As galinhas pareciam ser imunes. Então, um dia, ele avistou uma galinha cambaleante, com todos os sintomas aparentes da doença. Heureka! Ele estava chegando a alguma coisa. Em breve, porém, todas as galinhas - aquelas que tinham sido inoculadas e as que não - pareciam apresentar os mesmos sintomas. Suas esperanças malograram. Depois, tão misteriosamente quanto caíram doentes, as galinhas se recuperaram, sem qualquer auxílio da medicina ocidental.”

“Eijkman tornou-se um detetive. Existia uma única pista. As galinhas eram em geral, alimentadas com arroz integral - do tipo barato, comido pelos nativos javaneses. O arroz integral sumira repentinamente do mercado e, assim, as galinhas foram alimentadas com arroz branco refinado - do tipo que era servido aos pacientes europeus nos hospitais, acompanhado de puro açúcar branco, puro pão branco, manteiga, geleia e todas as doces maravilhas importadas pelos missionários e colonizadores. Assim que esse chocante desperdício do arroz branco de boa qualidade foi descoberto, as galinhas voltaram a receber o arroz não refinado. Eijkman começou a fazer experiências com a alimentação das galinhas. Em breve, viria a descobrir o segredo que os nativos javaneses se recusavam a dividir com seus Exércitos de ocupação alimentados de açúcar. Se você come **arroz branco e açúcar**, você pega **beribéri**. Coma arroz integral, não polido, e se recupere.”

“Timidamente, Eijkman fez seu relatório em 1893. ‘Sobre uma Polineurite Semelhante ao Beribéri Observada em Galinhas.’ ... Dr. C. Grinjs, publicou, em 1901, descobertas baseadas em sugestivos experimentos, segundo as quais o beribéri em pássaros, assim como nos homens seria causado pela falta de alguma substância vital encontrada no farelo de arroz e ausente no arroz polido.” [11] [6]

#### 2.12.4.3 Açúcar, cereais refinados e pelagra

“Citações: *Sugar Blues*”, Seção 23<sup>215</sup>:

... “Como recomendado pelo protocolo médico, Goldberger publicou suas descobertas numa revista científica. A temível praga da pelagra - que tumultuara por anos o Congresso, o *surgeon general* e a comunidade científica - era simplesmente aquilo que os camponeses italianos diziam que era. A dieta é sua causa e a dieta é sua cura. Uma dieta de açúcar e cereais refinados a provoca. Alimente bem um pelagroso e ele estará bem.” [8]

#### 2.12.4.4 Vitamina B<sub>1</sub> da casca do arroz

“Citações: *Sugar Blues*”, Seção 24<sup>216</sup>:

... “William L. Laurence, aparecia no *The New York Times*, reafirmando o reconhecimento e a validade da descoberta: ‘15 de Setembro de 1936 - A relação etimológica (causal) entre nutrição deficiente e beribéri polineurítico (uma desordem nervosa ocasionada pela deficiência em vitamina B<sub>1</sub>) tem sido observada por diversos anos’, disse hoje o Dr. Maurice Strauss: ‘Contudo, apenas recentemente tornou-se difundida a noção de que muitas outras desordens do sistema nervoso podem ser resultantes de uma deficiência nutricional.’ ”

“Leia cuidadosamente a estória de agosto do *The New York Times*. Ela menciona alguma vez que o arroz integral tem vitamina B<sub>1</sub> e o arroz branco não?”

“A vitamina já se transformara num jogo milionário; não havia jeito de pará-lo. Os moinhos dos grandes deuses dos grãos estariam, em breve, triturando a vida do arroz integral. Vendiam-nos arroz branco, que, adicionado ao antinutriente açúcar, começaria a estabelecer desequilíbrios

---

<sup>215</sup> **Informativo:** “Citações: *Sugar Blues*”, **Seção 23:** “Açúcar, cereais refinados e pelagra”.

<sup>216</sup> **Informativo:** “Citações: *Sugar Blues*”, **Seção 24:** “Vitamina B<sub>1</sub> da casca do arroz”.

em nosso corpo. Rápida e orgulhosamente o comércio ‘criara’ a pílula de vitamina B<sub>1</sub>, a partir de farelos de arroz. Estes, por sua vez, nos eram vendidos; afinal de contas, estávamos necessitando tremendamente deles.” [6]

#### 2.12.4.5 Açúcar, arroz branco e falta de vitaminas

“Citações: *Sugar Blues*”, *Seção 25*<sup>217</sup>:

“A combinação de açúcar branco e arroz branco - especialmente entre os povos cujo alimento básico é o arroz - é letal. A remoção das **vitaminas B**, entre outras substâncias, do arroz, provoca desequilíbrio, pois, na medida em que o corpo busca o que lhe falta, mais vitaminas B são drenadas do sistema para que o arroz branco seja digerido. O açúcar branco refinado drena as mesmas vitaminas, pelas mesmas razões. A combinação de farinha e açúcar refinados nos traz um problema duplo: beribéri é o final da doença, aquela exaustão em que o corpo diz ‘Basta, não aguento mais’. Os problemas de saúde que os médicos chamam, hoje, escorbuto subclínico e beribéri subclínico é uma maneira hermética e oficiosa de descrever o beribéri que não é suficientemente severo em suas manifestações para alertar o médico médio para a diagnose dos sintomas.” [6]

## 2.13 A alimentação mais saudável é a alimentação natural

**Irmã:** Vocês estão certos. É bem óbvio que os seres vivos em seu habitat natural não cozinham. Seria inusitado ver um orangotango aquecendo o alimento na floresta. Mesmo nossos antepassados supra-humanos, elevadores biológicos do planeta, não cozinham. É visível que o alimento natural da natureza natal de nossos corpos biológicos é cru. Também conheço muitos casos nos quais o ser humano foi indulgente com práticas não naturais e anos depois descobriu seu efeito maléfico para saúde. Os cigarros, as drogas, inclusive as drogas psiquiátricas, os agrotóxicos, o processamento de alimentos e inúmeras outras práticas anti-naturais provocam danos no organismo que se transformam em doenças degenerativas.

**Irmão:** Concordo contigo. No tema da alimentação, foi observado que, 20 anos depois da introdução deste tipo de alimentação anti-natural, começam a aparecer estas *doenças degenerativas causadas pela “alimentação moderna”*<sup>218</sup>. A “moda alimentar” nunca será superior aos bilhões de anos de evolução natural da vida. A moda moderna não é necessariamente o melhor. Esta tese é comprovada pelo trabalho do *Dr. T.L. Cleave*<sup>219</sup> citado pelo cardiologista Robert C. Atkins no seu livro intitulado “*A Revolucionária Dieta Antienvelhecimento*”<sup>220</sup>.

Existem tantas coisas disparatadas sendo ditas sobre alimentação saudável. Quando estou em dúvida eu opto pelo natural. Analiso a alimentação natural dos primatas como o ser humano e o orangotango. Humildemente reverencio o Criador e a criação natural. Verifico como é o alimento natural da natureza natal do nascimento de nosso corpo biológico. Resumo toda esta prática de bom senso, afirmando sinteticamente que a alimentação mais saudável é a alimentação natural.

Na natureza virgem não são utilizados agrotóxicos. Por isso, quando posso, opto pelos alimentos orgânicos, sem substâncias não naturais para os organismos vivos. Muitos adubos, agrotóxicos, conservantes, aromatizantes, remédios e drogas não são substâncias químicas orgânicas. Estas substâncias não foram sintetizadas em um organismo vivo. O alimento natural orgânico contém apenas substâncias orgânicas que surgiram naturalmente em um organismo vivo. Por isso, o alimento natural é orgânico. Orgânico são frutas, legumes, hortaliças, castanhas e cereais cultivadas

<sup>217</sup>**Informativo:** “Citações: *Sugar Blues*”, **Seção 25:** “Açúcar, arroz branco e falta de vitaminas”.

<sup>218</sup>**Informativo:** “Alimentação Para Uma Vida Saudável de 120 Anos”, **Seção 7:** “Doenças degenerativas e alimento moderna”.

<sup>219</sup>**Informativo:** “Citações: *A Revolucionária Dieta Antienvelhecimento*”, **Seção 2:** “A doença da sacarina”.

<sup>220</sup>**Informativo:** “Citações: *A Revolucionária Dieta Antienvelhecimento*”.

sem adubos e venenos não-orgânicos, produzidos artificialmente pelo ser humano. Orgânico é o alimento que comemos pouco tempo depois de ser colhido e que não precisa de ser refinado e adicionado de conservantes para durar mais tempo no comércio.

Já vimos, através dos estudos de anatomia comparada, que a alimentação natural para o corpo humano é vegetariana. Olhando os seres vivos na floresta sabemos que o natural é cru e integral sem refino. Estas ponderações nos levam à conclusão de que o alimento mais saudável é o natural. E que o alimento natural é orgânico, vegetariano, cru, integral e sem organismos modificados geneticamente.

## 2.14 Aprendendo a gostar do que é bom para saúde

**Irmã:** Tudo bem, só que não podemos esquecer do prazer de comer. Eu prefiro comer o que eu gosto. Mesmo que este alimento natural seja mais saudável, eu preciso de gostar do que estou comendo.

**Irmão:** O nosso gosto muda, o que é bom para nossa saúde depende das leis biológicas de nosso corpo. Uma pessoa inteligente que respeita a própria vida, vai estudar o que é bom para sua saúde e aprender a gostar do que lhe faz bem.

### 2.14.1 Biologia e psicologia do prazer de viver

**Irmã:** Aprender a gostar, como?

**Irmão:** É preciso saber um pouco de biologia e psicologia. Nós gostamos do que nos dá prazer. O que nos dá prazer é o que contribui para nossa sobrevivência em um dos sete ciclos de vida. Os sete ciclos vitais são movimentos em nosso corpo de pulsação 1 da mente, 2 do coração, 3 da respiração, 4 da água, 5 da alimentação, 6 do sono e 7 da reprodução. Quando um destes ciclos de vida é satisfeito ele afeta as glândulas de nosso sistema endócrino. Existem sete glândulas importantes associadas à estes ciclos de vida. As sete glândulas e os correspondentes ciclos vitais são: 1 pituitária (mental), 2 timo (cardíaco), 3 tireóide (respiração, metabolismo), 4 adrenal (ciclo da água), 5 pâncreas (alimentação), 6 pineal (sono), 7 gônadas (reprodução).

Quando nos comportamos e satisfazemos um destes ciclos de vida, as glândulas de nosso sistema endócrino secretam substâncias que reforçam as conexões sinápticas ativas nos momentos anteriores. Estes são fatos biológicos sobre a interação de nossos sistemas vitais, endócrino e nervoso.

Seja inteligente, cultive a gratidão e adore a *Única Fonte da Vida*<sup>221</sup> quando estiver tendo prazer de viver. Seja sábio e tenha fé na Pessoa Infinita e Eterna do Pai Universal e no *prazer supremo*<sup>222</sup> de um dia estarmos diante de Sua Presença Divina . . .

### 2.14.2 Elevação espiritual baseada no gosto superior

**Irmã:** Aonde você está indo? Eu só quero saber como posso disciplinar meu gosto e passar a gostar do que é bom para minha saúde. Eu vou ser mais direto como Prabhupada, que escreveu o livro “Gosto Superior” [13] com receitas vegetarianas internacionais. Eu busco este gosto superior.

Talvez, um caminho prazeroso para viver eternamente, seja aprender a gostar do que é bom para vida, tem valor espiritual e contribui para sobrevivência de nossas almas. Por isso, a pergunta sobre como modificar nossos gostos é muito importante. O natural dos animais é buscar o prazer e fugir da

---

<sup>221</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 45**: “A Administração do Sistema Local”, **Item 45.4**: “Os Quatro-e-vinte Conselheiros”, **Parágrafo 9**.

<sup>222</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 1**: “O Pai Universal”, **Item 1.7**: “O Valor Espiritual do Conceito de Pessoaalidade”, **Parágrafo 9**.

dor. Logo, é crucial aprender a sentir prazer com aquilo que contribui para nossa vida eterna. Um drogado gosta de droga mas isto não significa que a droga seja boa para vida. Seja simples, como modificar nosso paladar e nosso gosto?

**Irmão:** Eu estava explicando as leis biológicas e psicológicas que conectam o sistema endócrino e nervoso. Toda vez que satisfazemos um destes ciclos vitais, reforçamos o comportamento e consciência que antecederam a satisfação e o prazer de viver. Nossas glândulas secretam hormônios que reforçam as conexões neurológicas ativas nos momentos que antecedem o prazer. Da mesma forma são enfraquecidas as conexões sinápticas ativas nos momentos anteriores à dor. Isto pode gerar traumas psicológicos, amnésia por dor, engramas da mente reativa que posteriormente pode ser clareada pela dianética ...

### 2.14.3 Psique-terapia, dianética, behaviorismo

**Irmã:** Dianética? Engramas? Mente reativa? Você está falando da ciência da saúde mental elaborada por L. Ron Hubbard? Você está falando da psique-terapia da Dianética? O que isto tem a ver com paladar, com gosto? Me responde por favor, objetivamente. Como modificar os meus gostos alimentares?

**Irmão:** É importante entender estes fatos neurobiológicos que explicam fisiologicamente a teoria comportamental denominada behaviorismo. Resumidamente esta teoria fala que os estímulos prazerosos, positivos para vida, reforçam o comportamento que antecedeu o prazer. Ela explica também que os estímulos dolorosos, negativos para vida, enfraquecem a probabilidade de ocorrência do comportamento que antecedeu a dor. Isso é somente uma explicação do mecanismo psicossomático do corpo material e da mente carnal dos animais.

Na mente humana humana, além dos *espíritos ajudantes da mente*<sup>223</sup>, existem também influências do *Espírito Santo*<sup>224</sup> da Ministra Divina, do *Espírito da Verdade*<sup>225</sup> outorgado por Cristo Michael, e principalmente do nosso eu divino, o *espírito pré-pessoal*<sup>226</sup> de Deus em cada um de nós, chamado no livro de urantia de: *Ajustador dos Pensamentos*<sup>227</sup> ...

### 2.14.4 Aprendendo a gostar de grão de trigo germinado

**Irmã:** Vou te interromper novamente, pela última vez vou te perguntar, como posso aprender a gostar de grão de trigo germinado por exemplo?

**Irmão:** Germina o grão de trigo. Quando você sentir fome, come grão de trigo germinado. No início tu não vais gostar muito. Contudo seu comportamento vai satisfazer o ciclo de vida da alimentação. Tu irás sentir algum prazer. Seu pâncreas vai secretar alguns hormônios. Estas substâncias vão reforçar as conexões neurológicas ativas nos momentos anteriores ao seu comportamento de comer grão de trigo germinado. Cada vez mais você irá repetir o comportamento de germinar e comer o grão de trigo. Aos poucos você irá gostar cada vez mais do pão vivo feito de trigo germinado. As sementes germinadas são ótimas para saúde e tem muito mais vitaminas e nutrientes que a semente não germinada. A água germinadora acorda as sementes de trigo e promove o aumento de nutrientes

---

<sup>223</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 36**: “Os Portadores da Vida”, **Item 36.5**: “Os Sete Espíritos Ajudantes da Mente”.

<sup>224</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 34**: “O Espírito Materno do Universo Local”, **Item 34.4**: “Os Circuitos do Universo Local”.

<sup>225</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 194**: “O Outorgamento do Espírito da Verdade”.

<sup>226</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar**: “Introdução”, **Item 0.5**: “Realidades da Pessoaalidade”, **Parágrafo 9**.

<sup>227</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 107**: “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

vegetais em até 400%. Você irá unir o saudável com o prazeroso. Fazendo assim tu vais sentir prazer em comer comida saudável.

### 2.14.5 Prazer de viver reforçando o amor à Deus e aos familiares

**Irmã:** Simples assim! Quer dizer que para gostar de um alimento basta me habituar a comer dele quando estou com fome?

**Irmão:** Pelo menos na teoria é assim. É uma lei psicológica o fato de que o prazer reforça o comportamento e consciência que antecedem o momento prazeroso. É também um fato que a dor diminui a probabilidade dos comportamentos que antecedem o momento doloroso. A dor pode até causar perda de memória e núcleos de inconsciência referentes ao evento doloroso. Vamos priorizar uma educação que utilize o prazer para engrandecer o que é correto ao invés de utilizar a dor e a punição para inibir o que é errado.

Por exemplo, se tu queres cada vez mais amar, gostar e pensar em Deus e seus familiares, busque agradecer e orar o nosso criador quando estiver junto com sua família, antes das refeições, de dormir e do prazer de satisfazer os ciclos de vida da alimentação, do sono, da reprodução e outros. O prazer de comer e dormir vai reforçar a consciência que antecedeu as refeições e o sono. Se tu pensas em Deus e compartilha com seus familiares estes momentos prazerosos da vida, cada vez mais tu irás psicologicamente associar Deus e a família com o prazer de viver. Conhecendo esta “psicologia do prazer e da dor”, podemos reforçar os bons comportamentos e a consciência elevada em nós mesmos. Desta forma, com sabedoria, iremos cada vez mais gostar do que é bom para nossa vida à curto, médio e longo prazo.

### 2.14.6 O Tao da mudança serena dos hábitos alimentares

**Irmã:** Muito grato por estas explicações sobre a psicologia do aprendizado que utiliza o prazer como reforçador de comportamentos corretos, palavras verdadeiras e pensamentos valorosos. Mesmo sabendo de tudo isso, talvez eu não consiga modificar meus hábitos de vida para melhor. O hábito e a inércia é as vezes mais forte que a vontade de mudar. Tu tens ainda alguma dica para mudarmos nossos hábitos alimentares?

**Irmão:** Observe a importância de modificar os hábitos alimentares aos poucos. O médico e professor Timothy J. Smith nos escreve sobre a importância de fazer pequenas mudanças sucessivas seguindo o fluxo natural de nossa boa vontade de melhorar:

*“A Revolução Antienvelhecimento”, Seção 18.10<sup>228</sup>:*

O Tao da Mudança

**“A Dieta Antienvelhecimento resume-se a dois princípios básicos: aproxime-se de alimentos de origem vegetal - cereais, grãos secos, frutas, legumes e verduras - e afaste-se de alimentos de origem animal. Siga essas diretrizes e você estará a caminho da saúde ideal e da longevidade.”**

“Quero ajudá-lo a **se tornar adepto do veganismo**. Embora talvez você precise de um pouco de persistência, a transição não precisa ser dolorosa. Eu consegui e tenho certeza de que você também conseguirá. Tenho certeza de que, depois de efetuar as **mudanças alimentares que estou sugerindo, você se sentirá melhor e mais saudável**. Ao olhar para trás e analisar a situação em perspectiva, verá que as mudanças foram até fáceis.”

“Em meus 25 anos de prática, de estudo e de ensino da medicina tradicional chinesa, aprendi muito sobre mudança. **A medicina tradicional chinesa baseia-se em idéias taoístas e**

---

<sup>228</sup> **Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 18:** “Alimentos que Renovam: Adotando a Dieta Antienvelhecimento”, **Item 18.10:** “O Tao da Mudança”.

o taoísmo, no fundo, é o estudo da mudança. Yin e yang<sup>229</sup> são as manifestações da mudança (ou, em chinês, ching).”

“A Revolução Antienvelhecimento”, parágrafo 18.10\_9<sup>230</sup>: ... “Comece pelas mudanças mais fáceis. Reduza o tamanho das porções de alimentos de origem animal. Substitua o leite de vaca pelo leite de arroz ou de soja no cereal matinal. Coloque tofu nos sanduíches, no lugar da carne ou do queijo. Aprenda novas receitas - massas, fritadas, caçarolas, pratos à base de feijão - e comece a introduzi-las em suas refeições. No lugar de produtos derivados do leite e doces, opte por frutas na sobremesa.”

“Cabe a você identificar as mudanças para as quais você se considera pronto e está disposto a implementar agora. Com o tempo, o que antes parecia uma grande mudança se reduzirá a diversas pequenas mudanças. Sem se dar conta, você se tornará um adepto do veganismo.”

## 2.14.7 Expressando nossa gratidão ao ensinar o que aprendemos

**Irmã:** Grato. Posso fazer alguma coisa para agradecer este conhecimento importante para vida que tu estais compartilhando comigo?

**Irmão:** Eu também agradeço o seu reconhecimento. Te peço para praticares e ensinares isso para outras duas pessoas. Se tu ensinares tudo que sabes para duas pessoas e elas também ensinarem para outras duas, quatro pessoas irão saber o ensinamento. Se cada grupo de sábios ensina o que sabe para o dobro de pessoas do grupo, quantas “gerações de ensino e aprendizagem” nós precisaremos para iluminar 8 bilhões de seres humanos?

**Irmã:**  $2 \times 2 \times 2 \dots$

**Irmão:**  $2^{33}$  é maior que 8 bilhões. Se cada um ensinar o que aprendeu para duas pessoas, em 33 etapas de ensino e aprendizagem, todos os 7 bilhões de seres humanos da terra saberão o que foi ensinado. Por isso, transmita tudo que aprendestes na escola da vida para pelo menos outras duas pessoas. Fazendo assim iremos contribuir para transformar a terra em uma *Esfera de Luz e Vida*<sup>231</sup>!

## 2.15 Livro: “Alimentação a Terceira Medicina”

**Irmã:** Que interessante. Quer dizer que se cada pessoa ensinar o que sabe para outras duas, rapidamente todos na terra compartilharão o conhecimento da humanidade! Contudo uma questão importante é o que de valor precisa ser ensinado. Por exemplo, nesta área de alimentação saudável muitas vezes recebemos informações conflitantes dos próprios médicos! Creio que é importante termos acesso aos livros verdadeiros e corretos. Além do livro “A Revolução Antienvelhecimento”, sobre medicina nutricional preventiva, vocês conhecem outros que possam contribuir para nossa saúde?

---

<sup>229</sup>Uma interpretação, destes conceitos do Taoísmo, é que Yang é o movimento de expansão e Yin é o movimento de contração. Todos os ciclos de vida são movimentos de pulsação, de expansão e contração. O coração vivo pulsa, expande e contrai. Na respiração o pulmão expande e contrai. No ciclo da água a bexiga pulsa. O estômago pulsa com a alimentação. Nossa consciência se expande na vigília e contrai no sono com o ciclo de vida circadiano. Yang expansão, Yin contração. Este é o Tao, o movimento da vida. A vida se expande como a semente de um pai e por amor à Mãe Universal que nos envolve. A vida se contrai como o ventre de uma mãe e por amor ao Pai Universal que nos pre-enche. Que prazeroso é a consciência de que a totalidade real em nosso interior é como a semente espiritual de Deus Pai. Que prazeroso é a consciência de que a totalidade real em nosso exterior e como ventre espiritual de Deus Mãe. Que prazeroso é sentir a nossa pele como sendo a membrana de um coração vivo de luz. Que prazeroso é vivenciar a Luz Espiritual de Deus Pai e Mãe fluindo através de nossa pele em um Vipassana Teísta. Que a nossa pele possa ser a membrana transparente de um coração vivo de luz. Que nossos Criadores Divinos possam se amar na luz física, intelectual e espiritual que flui através de nossos corpos, mente e alma!

<sup>230</sup>**Livro:** “A Revolução Antienvelhecimento”, **Capítulo 18:** “Alimentos que Renovam: Adotando a Dieta Antienvelhecimento”, **Item 18.10:** “O Tao da Mudança”, **Parágrafo 9.**

<sup>231</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 55:** “As Esferas de Luz e Vida”.

**Irmão:** Sim, tivemos contato com livros importantes como “*O Milagre dos Alimentos Vivos*” [12], “*Lugar de Médico é na Cozinha - Cura e Saúde pela Alimentação Viva*” [7], e também um livro fundamental para todos os médicos amantes da vida: “*L’ Alimentation ou la Troisième Médecine*” [15].

**Irmã:** “*L’ Alimentation ou la Troisième Médecine*” é um título em francês! Creio que em português seria: “*A Alimentação ou a Terceira Medicina*”! Será que já existe tradução?

**Irmão:** Existe uma tradução para o espanhol. De qualquer forma, antevejo o dia que nosso grupo de aprendizes, de medicina nutricional preventiva, estiver organizado. Nesta época podemos planejar a tradução e disponibilização deste livro para os brasileiros!

**Irmã:** Muito grato por estas informações pró-saúde.

**Irmão:** Nós agradecemos também sua atenção. Mas lembre-se da motivação principal. Cuidar da saúde do corpo é cuidar da vida. *Mente sã em corpo são*. E a mente é a interface entre a energia impessoal e os valores espirituais. Assim, o principal é lembrar que para recebermos a santa influência espiritual precisamos de uma mente equilibrada em um corpo saudável. Se nos abirmos assim, como um cálice cristalino florescendo, para o fragmento espiritual de Deus que vive em nossa alma e mente, seremos guiados melhor pela Boa Vontade do Pai Espiritual de todas as pessoas eternas.



# Capítulo 3

## Famílias Unidas em um Sistema Político e Econômico Local (SPEL)

### 3.1 União da família em grupos de estudo e trabalho

**Mãe:** Qual o objetivo deste diálogo?

**Pai:** Expressar de forma interativa uma síntese dos informativos sociais do Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta - *GAIA*<sup>1</sup>.

**Mãe:** Qual o objetivo destes informativos?

**Pai:** A união da família, que é a unidade social fundamental.

**Mãe:** Que propostas este grupo sugere para unir nossas famílias?

**Pai:** As famílias são unidades sociais de convivência. Propomos que elas sejam também *unidades econômicas locais*<sup>2</sup> de estudo e trabalho, e unidades políticas de uma representatividade escalonada da *democracia do futuro*<sup>3</sup>.

**Mãe:** Como uma política e economia familiar local pode contribuir para união da família?

**Pai:** Acreditamos que a convivência, o compartilhar do trabalho e do prazer da vida, fortificam o amor e promovem a união. Percebemos que a falta de diálogo e convivência na família se deve ao fato de que muitos de nós passa mais tempo no trabalho e na escola do que em casa. Se organizarmos em nosso lar grupos de estudo e empresas familiares, nossa convivência em casa aumentará. Além disso se concebermos uma representatividade política com base na família, nossos representantes qualificados precisarão ser bons familiares. Tudo isso aumentará a convivência, incentivará o diálogo, promoverá o trabalho cooperativo, criará uma via familiar política de representatividade. Isto irá contribuir para união das famílias.

#### 3.1.1 Afinidade, realidade e comunicação entre as pessoas

**Mãe:** Achei interessante estas sugestões para união da família. Contudo vocês não acham que a afinidade e o amor é o que une as pessoas?

---

<sup>1</sup>**Informativo:** “Informativos do Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta (GAIA)”.

<sup>2</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”.

<sup>3</sup>**Livro:** “O Que Há de Errado Com a Política?”, **Capítulo 8:** “A Democracia do Futuro”, **Item 8.2:** “Representação em Cascata: a Democracia do Futuro”.

**Pai:** Sim. A *cientologia*<sup>45</sup> explica que a afinidade é um dos vértices de um triângulo. O triângulo **ARC** de **A**finidade, **R**ealidade e **C**omunicação<sup>6</sup>, ou seja, amor, conhecimento mútuo e diálogo. É preciso que duas pessoas tenham afinidade para estarem próximas em sintonia, então elas poderão se comunicar. E esta comunicação possibilitará cada um saber quem o outro realmente é. Afinidade, comunicação e realidade.

Nós existimos pela graça da Pessoa Infinita e Eterna de Deus, e, por esta graça uma pessoa pode *conhecer e ser conhecida, amar e ser amada*<sup>7</sup>. Para isso ocorrer, é fundamental que de alguma forma estejamos nos comunicando. De acordo com a cientologia, o triângulo **ARC** começa com a **C**omunicação, que possibilita a existência da **A**finidade e a **R**ealidade. Estas três qualidades - afinidade, realidade e comunicação - culminam na compreensão. E uma vez que tenhamos compreendido o nosso semelhante, nos tornaremos tolerantes, e tal tolerância *amadurecerá a amizade transformando-a em amor*<sup>8</sup>. Devemos buscar a comunicação, o conhecimento mútuo e o amor fraterno entre as pessoas da nossa *família universal*<sup>9</sup>. Mesmo que existam barreiras exteriores contra este ideal, tenhamos fé que interiormente podemos vivenciar a *unidade espiritual*<sup>10</sup> através do *circuito da pessoalidade*<sup>11</sup> de Deus: *O Pai das pessoas*<sup>12</sup>.

Por outro lado, na vida moderna das cidades, muitas vezes nem nos alimentamos junto de nossos familiares. Passamos a maior parte do tempo no trabalho e nos estudos. Em casa somos inundados por uma avalanche de sons e imagens da televisão e computador. Por isso, muitas vezes não convivemos (afinidade), dialogamos (comunicação) e nem conhecemos (realidade) as pessoas de nossa própria casa. Se incentivarmos grupos de estudo e trabalho nas famílias, isto irá estimular a convivência, o diálogo, o conhecimento mútuo, o amor e a união. Este é nosso plano-esperança para união do lar, união da família.

### 3.1.2 Famílias unidas em um sistema econômico local

**Mãe:** Existe um problema prático. Estão todos muito envolvidos e investidos no estudo e trabalho necessário para conseguir algum dinheiro e sobreviver. Por isso, acredito que nem todos terão o tempo necessário para dispender neste projeto de estudo e trabalho familiar. Acredito que vocês deveriam iniciar alguma coisa com as pessoas mais próximas, então outras pessoas interessadas vão se aproximar devido ao vosso exemplo e realizações.

**Pai:** Pois exatamente com o objetivo de congregar nossa família, nos organizarmos para trabalharmos juntos, sobrevivermos e vivermos mais saudáveis e felizes, que, no pilar temático de *Economia Fraternal*<sup>13</sup> do GAIA, este grupo de aprendizes propõe a união da família em um *sistema político e econômico local*<sup>14</sup>.

---

<sup>4</sup>**Informativo:** “Citações: O que é Cientologia?”.

<sup>5</sup>A cientologia do espírito (Thetan) foi o conhecimento que sucedeu a dianética da alma no trabalho de L. Ron Hubbard

<sup>6</sup>**Informativo:** “Citações: O que é Cientologia?”, **Seção 3:** “Cientologia: um conhecimento da vida”, **Subseção 3.4:** “Afinidade, realidade e comunicação”.

<sup>7</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 1:** “O Pai Universal”, **Item 1.5:** “A Pessoalidade do Pai Universal”, **Parágrafo 8.**

<sup>8</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 100:** “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.4:** “Os Problemas do Crescimento”, **Parágrafo 4.**

<sup>9</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 6:** “O Filho Eterno”, **Item 6.8:** “A Compreensão do Filho Eterno”.

<sup>10</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 141:** “Começando o Trabalho Público”, **Item 141.5:** “A Unidade Espiritual”.

<sup>11</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.6:** “Energia e Modelo Original”.

<sup>12</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 105:** “A Deidade e a Realidade”, **Item 105.3:** “Os Sete Absolutos da Infinitude”, **Parágrafo 2.**

<sup>13</sup>**Índice do GAIA:** “Fraternidade Humana”, **Subíndice:** “Economia Fraternal”.

<sup>14</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”.

**Mãe:** Sistema Político e Econômico Local? Na nossa família?

**Pai:** Sim, cada família é potencialmente um *sistema econômico local*<sup>15</sup> com uma moeda pessoalizada própria, que é chamada *trinheiro*<sup>16</sup>, objetivando organizar sucessivamente *um grupo de estudos, um grupo de trabalho e finalmente um condomínio autosustentável*<sup>17</sup>. Cada família, funcionando no espírito de uma *economia local solidária*<sup>18</sup>, é também potencialmente uma unidade política. Os representantes das várias famílias elegem um representante do condomínio, os representantes de vários condomínios elegem um representante do bairro e assim sucessivamente obtemos uma representação escalonada, também chamado sistema político poliarquico ou *representação em cascata da “democracia do futuro”*<sup>19</sup>. Se fizermos desta forma estaremos pensando globalmente e agindo localmente em nossa empresa familiar. Este tema *social, econômico e político*<sup>20</sup> compõe um dos assuntos fundamentais do *Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta*.<sup>21</sup>

**Mãe:** Parece que vocês pesquisaram bastante para organizar todo este material! Não sei nem por onde começar. Me sinto um pouco perdido em meio a tanta informação aberta.

**Pai:** Certamente podemos começar organizando um grupo de estudos em nossa família. Propomos que estudemos juntos biologia, medicina, nutrição e psicologia com o objetivo prático de melhorar nossa saúde e aumentar a longevidade de todos. Além disso podemos utilizar uma moeda local pessoalizada para intermediar as aulas pessoalizadas entre os diversos participantes. Cada um poderia preparar um pequeno currículo adicionado de uma lista dos livros, habilidades e conhecimentos teóricos e práticos que seria capaz de compartilhar.

### 3.1.3 Criação de uma micro-economia familiar

**Mãe:** Como posso contribuir para esta iniciativa de união da família na convivência, estudo e trabalho?

**Pai:** Na medida de sua vontade, tu podes contribuir com a *política e economia fraterna*<sup>22</sup> e estruturar em sua família um *Sistema Econômico Local Organizado - SELO*<sup>23</sup> fazendo a compensação do *trinheiro*<sup>24</sup> no Banco Local<sup>25</sup> familiar.

**Mãe:** Será que compreendi direito. Creio que preciso de um exemplo prático. Ajudou minha compreensão o breve relato sobre a história do *Sistema Econômico Local Solidário - SELO-Sol*<sup>26</sup>. Entretanto, qual seria o primeiro passo para se criar uma micro-economia familiar?

**Pai:** Para *formar um sistema econômico*<sup>27</sup> na sua família, primeiramente acesse o *trinheiro*<sup>28</sup> pré-elaborado. Depois cadastre as pessoas da família e preencha, com os respectivos nomes, os “cheques pessoalizados” de sua “moeda local familiar”. Então imprima um “papel-moeda nominal” para cada

---

<sup>15</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 3:** “Trilogia econômica dos SELOs”.

<sup>16</sup>**Documento:** “. . . gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

<sup>17</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 5:** “A motivação vital para se criar um SELO”.

<sup>18</sup>**Informativo:** “Sistema Econômico Local Solidário (SELO-Sol)”.

<sup>19</sup>**Livro:** “O Que Há de Errado Com a Política?”, **Capítulo 8:** “A Democracia do Futuro”, **Item 8.2:** “Representação em Cascata: a Democracia do Futuro”.

<sup>20</sup>**Índice do GAIA:** “Fraternidade Humana”.

<sup>21</sup>**Informativo:** “Informativos do Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta (GAIA)”.

<sup>22</sup>**Índice do GAIA:** “Fraternidade Humana”, **Subíndice:** “Economia Fraterna”.

<sup>23</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 3:** “Trilogia econômica dos SELOs”.

<sup>24</sup>**Documento:** “. . . gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

<sup>25</sup>No Brasil o valor do dinheiro é contado em reais e a compensação dos cheques é feita no Banco Central. Nos SELOs o valor do trinheiro é contado em minutos **reais de Trabalho** e a compensação dos cheques é feita no **Banco Local**

<sup>26</sup>**Informativo:** “Sistema Econômico Local Solidário (SELO-Sol)”.

<sup>27</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 4:** “Como formar um SELO”.

<sup>28</sup>**Documento:** “. . . gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

um de seus familiares. Agora as partilhas de saberes, serviços e bens já podem acontecer mediadas por esta “moeda familiar pessoalizada”.

Suponha por exemplo que você dê uma aula de 60 minutos para um aprendiz da família. Uma aula explicando como ele pode organizar um sistema econômico local com os colegas da escola. Após a aula, o aprendiz preenche o documento trino, aqui chamado de trinheiro, com um memorando para ele, um recibo de trabalho para você e um cheque para o Banco Local. Você ficará com um crédito de 60 Reais minutos de trabalho. A pessoa que usufruiu do seu serviço ficará com um débito correspondente no banco do grupo de participantes do *SELO*<sup>29</sup>.

Desta forma, qualquer relação econômica pode ser intermediada e organizada pelo trinheiro, este papel-moeda pessoalizado válido localmente em nossa família de convivência humana. Para fazer *funcionar o SELO*<sup>30</sup>, periodicamente os usuários, deste sistema econômico familiar, entregam os cheques para pessoa responsável pelo Banco Local. Cada minuto de trabalho vale 1 Real. A pessoa que trabalhou à serviço do outro, ficará com um crédito correspondente, e a pessoa que foi servida ficará com um débito na conta do Banco Local.

Perceba que o valor monetário em reais minutos de trabalho do trinheiro, é criado no momento da troca econômica. Trata-se realmente de um meio de troca pessoalizado e local. Este micro sistema econômico organiza as trocas de conhecimentos, serviços e bens e valoriza o trabalho e a pessoa humana.

### 3.1.4 Os exemplares sacerdotes, curadores e professores setistas

**Mãe:** Vocês conhecem algum exemplo histórico que expresse estes objetivos sociais e familiares do GAIA?

**Pai:** Desde o início do milênio, temos trabalhado com o plano de que nossas famílias, além de estarem unidas no amor da convivência, estejam também unidas na sabedoria do estudo conjunto e na boa vontade do trabalho em grupo.

O GAIA, que floresceu em um Laboratório da UniverCidade, objetiva a união da *família*<sup>31</sup>, a saúde do *corpo*<sup>32</sup>, a espiritualização da *mente*<sup>33</sup> e o conseqüente engrandecimento da *alma*<sup>34</sup>. Este grupo de aprendizes elaborou um planejamento de *três fases*<sup>35</sup> que deverão ocorrer em três gerações sucessivas. Estamos na fase editorial. Quando esta fase estiver concluída iniciaremos uma fase educativa e então uma fase de trabalho. No longo prazo pretendemos edificar as bases educacionais, junto com os nossos filhos, para que nossos netos possam crescer em famílias ideais.

Visualizamos a possibilidade de reavivarmos a cultura dos setistas, descendentes de *Set, o primeiro filho de Adão e Eva no segundo jardim*<sup>36</sup>. Os setistas eram simultaneamente sacerdotes, curadores e professores. Veja como isto é revelado no livro de urantia:

“Livro de Urantia”, parágrafo 76.3.5: . . . **“O sacerdócio setita foi uma missão tríplice, abrangendo religião, saúde e educação.** Os sacerdotes dessa ordem eram treinados para

<sup>29</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 3:** “Trilogia econômica dos SELOs”.

<sup>30</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 4:** “Como formar um SELO”, **Subseção 4.3:** “Funcionamento de um SELO”.

<sup>31</sup>**Índice do GAIA:** “Família Unida”.

<sup>32</sup>**Índice do GAIA:** “Corpo Saudável”.

<sup>33</sup>**Índice do GAIA:** “Mente Espiritualizada”.

<sup>34</sup>**Índice do GAIA:** “Alma Engrandecida”.

<sup>35</sup>**Informativo:** “Informativos do Grupo de Aprendizes da Informação Aberta (GAIA)”, **Seção 6:** “As três fases e gerações do GAIA”.

<sup>36</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 76:** “O Segundo Jardim”, **Item 76.3:** “A Vida na Mesopotâmia”, **Parágrafo 4.**

oficiar em cerimônias religiosas, para servir como médicos, inspetores sanitários e professores nas escolas do jardim.” ...

“Livro de Urantia”, parágrafo 76.3\_9: ... “A vida no lar dos povos violetas era a ideal, para a sua época e idade. As crianças eram submetidas a cursos de aperfeiçoamento na agricultura, no artesanato e na criação de animais, ou então eram educadas para desempenharem os deveres tríplices de um setita: ser um sacerdote, um médico e um professor.”

“E, ao pensardes no sacerdócio setita, não deveis confundir esses mestres da saúde e da religião, de mente elevada e nobre, de verdadeiros educadores, com os sacerdócios adulterados e comercializados das tribos posteriores e das nações vizinhas. Os conceitos religiosos de Deidade e do universo que eles possuíam eram avançados e razoavelmente precisos, as suas regras de saúde eram excelentes para a sua época e os seus métodos de educação jamais foram superados.”

### 3.1.5 SELO - Sistema Econômico Local Organizado

**Mãe:** Este diálogo contém muito de espiritualidade e amor familiar. O assunto em pauta não deveria ser economia e política local? Será que nós não estamos desviando do foco?

**Pai:** Bem, não devemos ensinar o que não praticamos. Precisamos estruturar ao menos um *Sistema Econômico Local Organizado - SELO*<sup>37</sup> em nossa própria família.

**Mãe:** Mas como fazer isso? Em termos práticos, quais os detalhes para organizarmos estes sistemas econômicos familiares que vocês chamam de SELO?

**Pai:** Para responder sua pergunta, reproduzimos a seguir o estudo da Trilogia dos SELOs e do *trinheiro*<sup>38</sup>. O trinheiro é o papel moeda **pessoalizado** dos SELOs, com **recibo do trabalhador** e valor expresso em **reais minutos de trabalho**:

“Sistema Político e Econômico Local”

*Trilogia Econômica dos SELOs*<sup>39</sup>:

Os SELOs são Sistemas Econômicos Locais Organizados, com um *papel moeda próprio*<sup>40</sup> do SELO, chamado de **trinheiro** porque é um documento com **três** aspectos:

1. O *trinheiro*<sup>41</sup> possui **três partes**:
  - (a) Um **recibo** para pessoa que ofertou o saber, serviço ou bem.
  - (b) Um **memorando** para pessoa que recebeu o saber, serviço ou bem.
  - (c) Um **cheque** para contabilidade do “Banco Local” do SELO.
2. O *trinheiro*<sup>42</sup> é pessoal com o **nome** do receptor do saber, serviço ou bem e também o local de convivência do grupo.
3. A unidade de valor do *trinheiro*<sup>43</sup> é o **Real** que equivale à 1 minuto de trabalho. Uma hora de trabalho valem **60 Reais** do trinheiro.

#### Três partes do Trinheiro

<sup>37</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”.

<sup>38</sup>**Documento:** “... gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

<sup>39</sup>**Informativo:** “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 3:** “Trilogia econômica dos SELOs”.

<sup>40</sup>**Documento:** “... gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

<sup>41</sup>**Documento:** “... gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

<sup>42</sup>**Documento:** “... gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

<sup>43</sup>**Documento:** “... gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

§ SELO Urantia (Terra) 2021
Sistema Econômico Local Organizado
Memorando de
<i>José Filho</i>
por _____
Data: ___ / ___ / 2021
Saldo Anterior: ____ Reais <b>MT</b>
Trinheiro de _____ Reais <b>MT</b>
Saldo Atual: _____ Reais <b>MT</b>

§ SELO Urantia (Terra) 2021
Sistema Econômico Local Organizado
Recebi de
<i>José Filho</i>
em troca de _____
____ Reais <b>Minutos de Trabalho</b>
Data: ___ / ___ / 2021
Assinatura:

§ SELO Urantia (Terra) 2021
Sistema Econômico Local Organizado
Cheque de
<i>José Filho</i>
para _____
valendo ____ Reais <b>MT</b>
Data: ___ / ___ / 2021
Assinatura:
Enviar para Banco Local

Cada Sistema Econômico Local Organizado (SELO) é um grupo de amigos que possui um papel moeda próprio chamado **trinheiro** válido no Banco Local, que funciona como o **dinheiro** do Banco Central, com a diferença que é controlado pelos próprios participantes do SELO, de forma economicamente auto-sustentada. Para fazer funcionar um Sistema Econômico Local Organizado (SELO), são preciso três trabalhos, que podem ser executados por três pessoas, enumerados a seguir:

1. Dialogar, integrar e **cadastrar** os novos participantes do SELO
2. **Imprimir** o trinheiro: papel moeda personalizado válido no SELO
3. Fazer a **compensação** dos cheques do SELO no **Banco Local**.

Sequencialmente um Sistema Econômico Local Organizado (SELO) é um grupo de estudos, de trabalho e de convívio constituído por amigos, colaboradores e familiares localizado no colégio, na cidade e no condomínio.

O amadurecimento de um SELO passa por três etapas enumeradas a seguir:

1. Compartilhamento de **saberes** em aulas personalizadas entre os membros do SELO.

2. Realização de **serviços** mútuos buscando a auto-suficiência econômica do SELO.
3. Formação da ecovila da grande **família** que o SELO se transformou.

Lembremos que na economia, a *motivação do lucro*<sup>44</sup> está para a motivação do serviço, como o medo está para o amor, na religião. Existem distorções na economia convencional motivada pelo lucro. As pessoas do corpo social perdem o contato e se enclausuram no anonimato. Não é possível haver fraternidade, se nem ao menos sabemos o nome do irmão anônimo. O trabalho deixa de ser o principal valor e muitos ganham dinheiro porque tem dinheiro e não por trabalharem. Finalmente, quando o banco central emite mais papel moeda, o dinheiro de todos é desvalorizado. Um Sistema Econômico Local Organizado (SELO), com papel moeda próprio válido localmente, é uma alternativa humilde para o problema do trabalho motivado pelo lucro egoísta. O trabalho deveria ser motivado pelo desejo de servir à irmandade humana, filha de Deus único. Por isso, as três principais vantagens de um SELO são:

1. As relações econômicas são mais **humanas**, pessoais e vivas em um SELO.
2. O principal valor em um SELO é **a pessoa e o trabalho** e não o dinheiro e o lucro.
3. O dinheiro do Banco Local de um SELO **não é desvalorizado** como dinheiro produzido pelo banco central.

**Mãe:** Esta proposta é uma **re-volução**. Talvez estejamos sendo sub-versivos.

**Pai:** Nós estamos propondo uma **e-volução** e nos consideramos sobre-versivos. Pois esta sobre-versão de economia motivada pelo serviço e amor é superior a sub-versão de uma economia motivada pelo lucro egoísta. Em outras palavras a atual estrutura econômica e política é uma **versão** inferior, uma sub-**versão** da proposta superior de uma economia motivada pelo serviço altruísta e o amor fraternal. Com sabedoria, sem desregrar a sociedade, buscamos o *progresso por meio da evolução*<sup>45</sup>, e não a revolução por meio da revelação. A revelação é evolucionária, mas é sempre progressiva. Os *Documentos de Urantia*<sup>46</sup> são a quinta revelação epocal da verdade. A economia fraterna é um aspecto do ideal mais amplo de nos fundamentar no livro de urantia para lapidar o *caráter estatal*<sup>47</sup> da nação aonde querem viver os buscadores da verdade do *Senhor que é o nosso redentor*<sup>48</sup>.

### 3.1.6 SPEL - Sistema Político e Econômico Local

**Mãe:** Tudo bem, eu concordo que esta é uma boa idéia, a de unir as famílias em sistemas econômicos locais. Mas não basta saber para aonde estamos indo, é preciso caminhar da forma correta. Lembro das palavras do papa *João Paulo II*<sup>49</sup> quando visitou Cuba. Ele disse: “A verdadeira revolução é a revolução do amor”.

**Pai:** Pois é justamente por isso, para estimular o amor e os laços familiares, que concebemos a possibilidade de organizar no lar um empreendimento familiar com uma moeda pessoalizada válida localmente.

**Mãe:** OK. Você me convenceu que a convivência no lar será estimulada se além de células sociais, as famílias forem também unidades econômicas de estudo e trabalho. E quanto a política local? O que

<sup>44</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 71**: “O Desenvolvimento do Estado”, **Item 71.6**: “A Motivação do Lucro”, **Parágrafo 2**.

<sup>45</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 66**: “O Príncipe Planetário de Urantia”, **Item 66.6**: “O Reinado do Príncipe”, **Parágrafo 6**.

<sup>46</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 92**: “A Evolução Posterior da Religião”, **Item 92.4**: “A Dádiva da Revelação”, **Parágrafo 9**.

<sup>47</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 71**: “O Desenvolvimento do Estado”, **Item 71.8**: “O Caráter Estatal”.

<sup>48</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 131**: “As Religiões do Mundo”, **Item 131.2**: “O Judaísmo”, **Parágrafo 7**.

<sup>49</sup> **Internet**: “[http://pt.wikipedia.org/wiki/Papa\\_João\\_Paulo\\_II](http://pt.wikipedia.org/wiki/Papa_João_Paulo_II)”.

significa a família compor os núcleos de base de uma democracia do futuro? Como eleger pessoas que ouvem e sabem *trabalhar em equipe*<sup>50</sup>?

**Pai:** Reproduzo à seguir a parte introdutória da definição de um SPEL - Sistema Político e Econômico Local. Podemos organizar um SPEL em nossa própria família:

*Sistema Político e Econômico Local, Seção 1*<sup>51</sup>:

Introdução

Um SPEL é um Sistema Político e Econômico Local formado por um grupo de pessoas que se conhecem e convivem, com um papel moeda próprio, pessoalizado e válido localmente, chamado de *trinheiro*<sup>52</sup>. Cada SPEL é uma pequena célula de uma nova e *evolucionada economia*<sup>53</sup> com valores mais humanos baseados na *fraternidade e espiritualidade*<sup>54</sup> ...

... Cada Sistema Político e Econômico Local, possuirá um representante político. Estes representantes dos vários SPELs locais, também elegem seu “porta-voz”. Um sistema escalonado de *representação em cascata da “democracia do futuro”*<sup>55</sup>, possibilitaria por exemplo, que os representantes dos SPELs familiares elegam um representante de um SPEL do condomínio, estes elegam escalonadamente representantes do bairro, e da cidade, do estado, do país e finalmente deste planeta *urantia*<sup>56</sup> (terra) ...

“*Sistema Político e Econômico Local*”, *parágrafo 2.1-2*<sup>57</sup>: ... Esta é uma proposta para se formar SPELs com 7 ordens de grandeza cada um com seu representante político. Resumidamente podemos organizar grupos com um número de pessoas correspondentes a um dos 49 primeiros itens da série matemática de Fibonacci que gera a transcendental razão de ouro:

Item da Série	Número de Pessoas	Representatividade
7	13	Família
14	377	Condomínio
21	10.946	Bairro
28	317.811	Cidade
35	9.227.465	Estado
42	267.914.296	Nação
49	7.778.742.049	Planeta

## 3.2 Família e os três pilares da felicidade humana

**Mãe:** Uau! Isto é um projeto de união planetária que principia no espírito divino em cada ser humano e floresce na irmandade do corpo social da humanidade. Porém, eu diria que nós não podemos esquecer da felicidade. Talvez, individualmente, mais importante do que uma vida com grandes realizações seja uma vida feliz! Se todos que viverem com boa fé irão, pela graça de Deus, ressuscitar nos mundos celestiais, talvez o mais sábio seja desestressar e viver com felicidade.

**Pai:** É verdade. Contudo uma família unida é o berço ideal para felicidade humana. Por isso, ressalto a importância desta proposta de união da família em um *Sistema Político e Econômico Local - SPEL*<sup>58</sup>.

<sup>50</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 28**: “Os Espíritos Ministradores dos Superuniversos”, **Item 28.5**: “Os Seconafins Secundários”, **Parágrafo 14**.

<sup>51</sup> **Informativo**: “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 1**: “Introdução”.

<sup>52</sup> **Documento**: “... gaia/gaia/cartaz/trinheiro.pdf”.

<sup>53</sup> **Informativo**: “Trocas Solidárias, Moeda e Espiritualidade”.

<sup>54</sup> **Informativo**: “Citações: Após o Capitalismo”.

<sup>55</sup> **Livro**: “O Que Há de Errado Com a Política?”, **Capítulo 8**: “A Democracia do Futuro”, **Item 8.2**: “Representação em Cascata: a Democracia do Futuro”.

<sup>56</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar**: “Introdução”.

<sup>57</sup> **Informativo**: “Sistema Político e Econômico Local”, **Seção 2**: “Trilogia política dos SPELs”, **Subseção 2.1**: “Número de pessoas de um SPEL”, **Parágrafo 2**.

<sup>58</sup> **Informativo**: “Sistema Político e Econômico Local”.

Todos nós queremos amar e ser amados, ser felizes, e viver eternamente. A nossa sociedade e as instituições humanas objetivam três coisas: *automanutenção*, *autoperpetuação* e *autogratificação*<sup>59</sup>. Nós primeiramente precisamos viver e garantir nossa **manutenção**, então podemos nos dedicar à nossa **perpetuação** através dos filhos e família, e nesta base familiar, buscamos o prazer, a diversão e a própria **gratificação**. Estes três fatores constituem a base da **felicidade humana** sobre a qual estamos falando. Observe como o livro de urantia revela estas ponderações:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 70.9\_17<sup>60</sup>: ... É assunto e dever da sociedade prover, ao filho da natureza, uma oportunidade justa e pacífica de buscar a **automanutenção**, de participar da **autoperpetuação** e, ao mesmo tempo, de desfrutar, em alguma medida, da **autogratificação**; e a soma de todas essas três constitui a **felicidade humana**.

Em seu livro [9], Linus Torvalds, o iniciador do sistema operacional aberto chamado Linux, expõe sua “teoria” sobre o sentido da vida e as motivações humanas. Com um pouco de discernimento podemos perceber que a **automanutenção**, a **autoperpetuação** e a **autogratificação** contêm o que Linus chamou de **sobrevivência**, **ordem social** e **entretenimento**. Nas palavras deste “geek”<sup>61</sup> no caminho da felicidade:

**LINUS:** Tenho uma teoria sobre o sentido da vida ... Ela não dará nenhum sentido à sua vida, mas lhe diz o que vai acontecer. Assim, há três coisas que dão sentido à vida. Elas são os fatores de motivação para tudo na vida - para tudo o que você faz ou qualquer ser vivo faz: a primeira é a **sobrevivência**, a segunda é a **ordem social** e a terceira é o **entretenimento**. Tudo na vida avança nesta ordem ...

**Mãe:** Linus Torvalds é um defensor do software com código-fonte *aberto*. O *GAIA*<sup>62</sup> usufrui da informação *aberta* na Internet. Meu filho se interessa por engenharia da informação e interessada eu te pergunto: Você acha que na família unida poderemos vivenciar estes três pilares da felicidade humana?

**Pai:** Sim, as famílias são a base da civilização e um grande contribuinte da **felicidade humana**. Veja como a revelação epocal considera o *matrimônio*<sup>63</sup>, e expressa o que estou tentando verbalizar:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 83.8\_6<sup>64</sup>: ... O **matrimônio** sempre tem sido e ainda é o sonho supremo na idealidade temporal do humano. Embora esse belo sonho raramente seja realizado integralmente, permanece como um ideal glorioso, levando sempre a humanidade em progresso a esforços maiores na direção da **felicidade humana**. ...

### 3.2.1 O matrimônio e a vida familiar

**Mãe:** Eu tenho a impressão que este diálogo é mais sobre espiritualidade e família do que sobre política e economia!

**Pai:** Sua impressão está certa. Este trabalho informativo do *Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta - GAIA*<sup>65</sup>, objetiva à longo prazo, a vida ideal, felicidade e elevação da alma das futuras

---

<sup>59</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 69: “As Instituições Humanas Primitivas”, Item 69.1: “As Instituições Humanas Fundamentais”, Parágrafo 2.

<sup>60</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 70: “A Evolução do Governo Humano”, Item 70.9: “Os Direitos Humanos”, Parágrafo 17.

<sup>61</sup> Geek significa gênio em informática.

<sup>62</sup> Informativo: “Informativos do Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta (GAIA)”.

<sup>63</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 82: “A Evolução do Matrimônio”.

<sup>64</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 83: “A Instituição do Matrimônio”, Item 83.8: “A Idealização do Matrimônio”, Parágrafo 6.

<sup>65</sup> Informativo: “Informativos do Grupo de Aprendizizes da Informação Aberta (GAIA)”.

gerações da cidade. A família unida e feliz, é a base, o cálice, o ventre humano para o florescimento de tudo de bom que concebemos para todos nós. Te pedimos com esperança, vamos trabalhar juntos por nossas famílias. Se tu és um leitor voraz, leia com carinho o livro de urantia. Considere especialmente o seguinte capítulo:

“*Livro de Urantia*”, *Capítulo 84*<sup>66</sup>:

#### O Matrimônio e a Vida Familiar

A NECESSIDADE material fundou o matrimônio, o apetite sexual embelezou-o, a religião sancionou-o e exaltou-o, o estado exigiu-o e regulamentou-o; e em tempos mais recentes o amor evoluiu e começou até a justificar e glorificar o matrimônio como sendo o ancestral e o criador da instituição mais útil e sublime da civilização: o lar. **A edificação do lar deveria, então, ser o centro e a essência de todo esforço educacional.**

O acasalamento é, sobretudo, um ato de autoperpetuação associado a vários graus de autogratisação; o matrimônio, com a edificação do lar em grande parte existe para automanutenção da espécie e implica a evolução da sociedade. A sociedade é, em si mesma, a estrutura que agrega as unidades familiares. Os indivíduos são muito temporários, como fatores planetários - são as famílias que promovem a continuidade da evolução social. **A família é o canal através do qual flui o rio da cultura e do conhecimento, de uma geração a outra.**

O lar é, basicamente, uma instituição sociológica. O matrimônio cresceu da cooperação para a automanutenção e da associação para a autoperpetuação; nele, o elemento da autogratisação é bastante incidental. Entretanto, o lar abrange todas as três funções essenciais da existência humana; enquanto a propagação da vida faz dele a instituição humana fundamental, e o sexo torna-o distinto de todas as outras atividades sociais.

**Mãe:** Isto na teoria parece bom, contudo, como chegar a felicidade no lar e implementar uma representatividade política com base no indivíduo e na família, se hoje em dia existem tantos lares desfeitos e tantos indivíduos imaturos e inconscientes dos valores espirituais e eternos?

**Pai:** Repare que esta é uma proposta de união da família com consequências sociais, econômicas e políticas. Não se trata de uma proposta política para união da família. Toda esta proposta, das famílias unidas numa economia fraterna, valoriza primeiramente as pessoas integrais, com *corpo, mente, alma e espírito*<sup>67</sup>. Valorizando o espírito divino na mente de cada ser humano, a lealdade e fidelidade dos casais e a responsabilidade em relação aos filhos adivirá. O engrandecimento do espírito de Deus, em cada um, frutificará nas virtudes do altruísmo, fidelidade, lealdade e responsabilidade entre os familiares. Isto promoverá a união das famílias. As famílias unidas e felizes edificarão uma comunidade melhor, do ponto de vista social, econômico e político.

### 3.2.2 Religiosidade, altruísmo e serviço social

**Mãe:** Se eu entendi bem, esta proposta social do GAIA, é em síntese um berço de oportunidades para que cada indivíduo possa engrandecer a própria alma, filha do *espírito Ajustador*<sup>68</sup> dos Pensamentos, residente na mente humana. E como consequência, cada pessoa centrada no espírito, irá se tornar um familiar e cidadão melhor. Parece que existe nesta proposta uma valoração da *verdadeira religião*<sup>69</sup>, a religião entre o *Criador Divino*<sup>70</sup> e a criatura humana.

<sup>66</sup> “*Livro de Urantia*”, **Documento 84**: “O Matrimônio e a Vida Familiar”.

<sup>67</sup> “*Livro de Urantia*”, **Documento Preliminar**: “Introdução”, **Item 0.5**: “Realidades da Pessoaalidade”, **Parágrafo 7**.

<sup>68</sup> “*Livro de Urantia*”, **Documento 5**: “A Relação de Deus com o Indivíduo”, **Item 5.6**: “O Deus da Pessoaalidade”, **Parágrafo 7**.

<sup>69</sup> “*Livro de Urantia*”, **Documento 101**: “A Verdadeira Natureza da Religião”, **Item 101.1**: “A Verdadeira Religião”.

<sup>70</sup> “*Livro de Urantia*”, **Documento 2**: “A Natureza de Deus”, **Item 2.1**: “A Infinitude de Deus”, **Parágrafo 2**.

**Pai:** É exatamente isso. O amor, a fraternidade, o altruísmo genuíno, a união da família e o progresso social são consequências das realizações de perfeccionamento da personalidade e espiritualização da mente de cada ser humano. Esta proposta é uma sugestão prática de manifestar o que nos foi revelado no:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 16.9\_7<sup>71</sup>: ... O altruísmo, exceto no instinto paternal, não é de todo natural; ao próximo não se ama naturalmente, nem se serve socialmente. São necessários o esclarecimento da razão, a moralidade e o estímulo da religião e a consciência de Deus para gerar uma ordem social não-egotista e altruísta. ...*

**A consciência social não egotista deve ser, na sua base, uma consciência religiosa;** isto é, se quiser ser objetiva; se assim não for, será uma abstração filosófica puramente subjetiva e, conseqüentemente, desprovida de amor. **Apenas um indivíduo consciente de Deus pode amar uma outra pessoa, como ama a si próprio.**

*“Livro de Urantia”, parágrafo 102.3\_3<sup>72</sup>: ... Os sentimentos materiais, as emoções humanas levam diretamente a ações materiais, a atos egoístas. O discernimento da visão religiosa, de motivação espiritual, conduz a ações religiosas e atos não-egoístas de serviço social e de benevolência altruísta.*

O desejo religioso é a busca sedenta da realidade divina. A experiência religiosa é a realização da consciência de haver encontrado Deus. E, quando um ser humano encontra Deus, o triunfo dessa descoberta fica experienciado dentro da alma desse ser de um modo tão indescritivelmente efervescente, que ele é levado a buscar o serviço amoroso do contato com os seus semelhantes menos iluminados, não para revelar que ele encontrou Deus, mas para consentir que o transbordamento da bondade eterna que inunda a sua própria alma refresque e enobreça os seus semelhantes. **A religião real conduz a um serviço social maior.**

### 3.2.3 Equilibrando o egoísmo humano e o altruísmo Divino

**Mãe:** Uau! Vocês estão dizendo que o amor ao próximo, o altruísmo e o serviço social fraterno são consequências do espírito divino que vive na mente humana?

**Pai:** Sim. É do espírito supra-humano que procedem as inspirações altruístas que nos permite atribuir igual valor à todas as criaturas humanas que vivem pela graça do Criador Divino. Contudo devemos equilibrar o cuidado conosco e com o próximo. Sem uma personalidade unificada podemos nos tornar sobre-altruístas como é revelado no livro de urantia:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 103.2\_10<sup>73</sup>: ... O homem tende a identificar o impulso de atender às próprias necessidades do seu ego, com o seu eu - consigo próprio. E, ao mesmo tempo, inclina-se a identificar a vontade de ser altruísta com alguma influência exterior a ele próprio - Deus. E esse julgamento de fato está certo, pois todos os desejos altruístas têm a sua origem nos guamentos do *Ajustador do Pensamento*<sup>74</sup> residente, e esse Ajustador é um fragmento de Deus. A consciência humana correlaciona o impulso do Monitor espiritual com a tendência de ser altruísta, de pensar fraternalmente. Ao menos, essa é a experiência primeira e fundamental na mente da criança. Quando a criança em crescimento não tem êxito em unificar a sua personalidade, a tendência altruísta pode tornar-se tão superdesenvolvida a ponto de causar um prejuízo sério ao bem-estar do eu. Uma consciência mal orientada pode tornar-se responsável por muitos conflitos, preocupações, tristezas e um sem-fim de infelicidades humanas.*

<sup>71</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 16:** “Os Sete Espíritos Mestres”, **Item 16.9:** “A Realidade da Consciência Humana”, **Parágrafo 7.**

<sup>72</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 102:** “Os Fundamentos da Fé Religiosa”, **Item 102.3:** “Conhecimento, Sabedoria e Discernimento Interior”, **Parágrafo 3.**

<sup>73</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 103:** “A Realidade da Experiência Religiosa”, **Item 103.2:** “A Religião e o Indivíduo”, **Parágrafo 10.**

<sup>74</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 107:** “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

### 3.2.4 O alto valor das pessoas

**Mãe:** Este livro de urantia é extasiante para os buscadores da verdade! Estive lendo nele que a personalidade é a principal dádiva de Deus, O Pai Universal. Gostaria de entender melhor o seguinte parágrafo da revelação:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5-5<sup>75</sup>: ... O Pai Universal<sup>76</sup> é o segredo, tanto da realidade da personalidade quanto da outorga e destino da personalidade. O Filho Eterno<sup>77</sup> é a personalidade absoluta, é o segredo da energia espiritual, dos espíritos moronciais e dos espíritos perfeccionados. O Agente Conjunto<sup>78</sup> é a personalidade mente-espírito, a fonte da inteligência, da razão e da mente universal. A Ilha do Paraíso<sup>79</sup>, porém, é não-pessoal e extra-espiritual, sendo a essência do corpo universal, fonte e centro da matéria física e arquétipo mestre absoluto da realidade material universal.*

Embora não compreenda totalmente o parágrafo supra-citado, percebo uma valoração significativa das personalidades e pessoas. O que vocês acham?

**Pai:** Nós concordamos. Seja o que fizermos, devemos fazer por amor às pessoas. As **pessoas** tem grande valor, valor não-finito, valor sem fim. Pois as pessoas podem, pela graça de Deus, viver eternamente em uma vida sem fim, ou seja, uma vida não-finita, infinita. Daqui a mil anos, muitos de nós estaremos vivendo em mundos celestiais, depois de experimentarmos a ressurreição de nossas almas.

Observe também que a diferença principal entre o trinheiro da economia fraterna e o dinheiro da economia global, é que o trinheiro valoriza as **pessoas**. O trinheiro sempre tem o nome da **pessoa** que usufruiu do trabalho, tem um recibo para **pessoa** que trabalhou, e o valor do trinheiro é dado em reais minutos de trabalho de uma **pessoa**.

### 3.2.5 Deus ama o pecador e odeia o pecado

**Mãe:** Isto é teoria. Nem sempre teremos uma relação de amizade genuína com todos aqueles com os quais interagimos economicamente. Por exemplo, é muito difícil amar alguém que está fazendo mal para você e outras pessoas. Além disso o *mal, o pecado e a iniquidade*<sup>80</sup> existem porque alguns transgridem consciente, consabida e deliberadamente a lei divina.

**Pai:** Calma lá. Não se esqueça que nossa personalidade é capaz de unificar o espírito divino, a alma imortal, a mente e o corpo humano. Como em Jesus, um fragmento espiritual de Deus habita em todos os seres humanos. Somos criaturas aprendizes em perfeccionamento. Por isso, não devemos esquecer que vive em nossas almas um fragmento do Criador Divino Perfeito. Não devemos julgar ou condenar ninguém à partir de nosso ponto de vista externo e parcial. Somente o que vive no íntimo de todos sabe tudo que importa na eternidade.

É oportuno citar o livro de urantia quando revela que “Deus ama os pecadores e odeia o pecado”. Amigo, para nosso consolo, leia atentamente no livro de urantia, o 8<sup>o</sup> parágrafo do item 6 sobre “**A Bondade de Deus**”, no documento 2 intitulado “**A Natureza de Deus**”:

---

<sup>75</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar**: “Introdução”, **Item 0.5**: “Realidades da Personalidade”, **Parágrafo 5**.

<sup>76</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 1**: “O Pai Universal”.

<sup>77</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 6**: “O Filho Eterno”.

<sup>78</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 8**: “O Espírito Infinito”, **Item 8.2**: “A Natureza do Espírito Infinito”.

<sup>79</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 11**: “A Ilha Eterna do Paraíso”.

<sup>80</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 148**: “Preparando os Evangelistas em Betsaida”, **Item 148.4**: “O Mal, o Pecado e a Iniquidade”.

*“Livro de Urantia”, parágrafo 2.6\_8<sup>81</sup>: ... Deus ama o pecador e odeia o pecado: tal afirmação é verdadeira filosoficamente; contudo, Deus é uma personalidade transcendental, e as pessoas apenas amam e odeiam às outras pessoas. O pecado não é uma pessoa. Deus ama o pecador porque ele é uma realidade de personalidade (potencialmente eterna), enquanto, em relação ao pecado, Deus não assume nenhuma atitude pessoal; pois o pecado não é uma realidade espiritual, não é pessoal; portanto, apenas a justiça de Deus toma conhecimento da existência dele. O amor de Deus salva o pecador; a lei de Deus destrói o pecado.* Essa atitude da natureza divina mudaria, aparentemente, se o pecador afinal se identificasse completamente com o pecado, da mesma forma que a mente mortal pode também se identificar totalmente com o espírito Ajustador residente. Um mortal, assim identificado com o pecado, tornar-se-ia então inteiramente não-espiritual, na sua natureza (e, portanto, pessoalmente irreal), e por fim experimentaria a extinção do seu ser. A irrealidade, e mesmo a incompletude da natureza da criatura, não pode existir para sempre, em um universo progressivamente mais real e crescentemente mais espiritual.

### 3.2.6 Desenvolvimento espiritual harmônico do ser humano

**Mãe:** Estou convencido. Eu concordo convosco que a política e economia ideal é aquela que valoriza e engrandece o espírito de Deus na pessoa humana e na família.

**Pai:** Sim, todos os assuntos fundamentais deste Grupo de Aprendizes da Informação Aberta, objetivam a salvação da alma e a manifestação harmônica da perfeição de Deus na personalidade de cada ser humano. A união da família, a saúde do corpo e a integridade da mente, aumentam as chances de uma manifestação segura de Deus no ser humano.

*“Livro de Urantia”, parágrafo 110.6\_4<sup>82</sup>: ... Quando o desenvolvimento da natureza intelectual se dá de modo mais rápido do que o da natureza espiritual, tal situação torna a comunicação com o Ajustador<sup>83</sup> tão difícil quanto perigosa. Da mesma forma, um superdesenvolvimento espiritual tende a produzir uma interpretação fanática e desvirtuada das orientações espirituais do residente divino. A falta de capacidade espiritual dificulta grandemente a transmissão, para um intelecto material, das verdades espirituais que residem na supraconsciência mais elevada. É na mente perfeitamente ponderada, abrigada por um corpo de hábitos limpos e de energias neurais estabilizadas e com as suas funções químicas em harmonia - quando os poderes físicos, mentais e espirituais estão na harmonia trina do desenvolvimento - , que um máximo de luz e de verdade podem ser induzidos, com um mínimo de perigo, ou de risco temporal, ao bem-estar real de um ser. Por meio de um crescimento assim equilibrado o homem ascende nos círculos da progressão planetária, um a um, do sétimo até o primeiro.*

## 3.3 Fundamentos da fraternidade humana e do humanitarismo

**Mãe:** Grato, realmente creio que esta visão espiritualizada do ser humano pode contribuir muito como premissa de uma sociedade melhor, com base em famílias unidas e indivíduos mais felizes. Uma visão mais elevada do ser humano são também premissas do humanitarismo:

*O Que Há de Errado Com a Política? Seção 1.3<sup>84</sup>:*

---

<sup>81</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 2: “A Natureza de Deus”, Item 2.6: “A Bondade de Deus”, Parágrafo 8.**

<sup>82</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 110: “A Relação dos Ajustadores com os Indivíduos Mortais”, Item 110.6: “Os Sete Círculos Psíquicos”, Parágrafo 4.**

<sup>83</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 110: “A Relação dos Ajustadores com os Indivíduos Mortais”, Item 110.1: “Residindo na Mente Mortal”.**

<sup>84</sup> **Livro: “O Que Há de Errado Com a Política?”, Capítulo 1: “Introdução”, Item 1.3: “O Humanitarismo”.**

1. Todos os seres humanos constituem uma FRATERNIDADE;
2. Todos os seres humanos possuem uma mesma origem e uma mesma natureza essencial e, portanto, IGUAL VALOR;
3. Não obstante a sua unidade e igualdade essenciais, os seres humanos apresentam CAPACIDADES DIFERENCIADAS;
4. Em vista destes princípios, a norma que deve presidir a justiça e a harmonia possíveis entre os seres humanos é a da IGUALDADE DE OPORTUNIDADES para o desenvolvimento de suas capacidades individuais diferenciadas.

### 3.3.1 Paternidade de Deus e fraternidade dos seres humanos

**Pai:** É pertinente tu citar estes princípios neste contexto. Eu adicionaria ainda, um princípio ao humanitarismo, que antecede a fraternidade, a irmandade dos seres humanos: **nós somos irmãos na eternidade porque Deus, O Pai Universal<sup>85</sup>, é O Pai espiritual de nossa alma imortal.** O evangelho de Jesus é sinteticamente a consciência da **paternidade de Deus** e vivência na fraternidade dos seres humanos. Destes princípios procedem todas as consequências sociais que estamos buscando. A revelação sugere principiarmos em nosso amor à Deus para em consequência despertar em nós o amor fraterno por nossa **irmandade humana**:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 52.6-7<sup>86</sup>: ... O discernimento espiritual. A irmandade dos humanos é, afinal, baseada no reconhecimento da **paternidade de Deus**. O modo mais rápido de se alcançar a irmandade dos humanos em Urantia<sup>87</sup> é efetuar a transformação espiritual da humanidade nos dias presentes. A única técnica para acelerar a tendência natural de evolução social seria aplicar a pressão espiritual vinda de cima, elevando, assim, o discernimento moral e, ao mesmo tempo, aumentando a capacidade da alma de cada mortal de compreender e amar a todos os outros mortais. O entendimento mútuo e o amor fraterno são fatores civilizadores transcendentais e poderosos na realização mundial da **irmandade humana**.*

### 3.3.2 A religião de Jesus e a fraternidade na terra

**Mãe:** Bem, contudo, embora esta visão espiritual do ser humano talvez não seja muito mencionada entre os cientistas políticos e sociais, certamente isto é a base e a busca da maioria das religiões. Por isso, gostaria de te perguntar o que o livro de urantia revela sobre as contribuições de Jesus para religião<sup>88</sup> com Deus e a fraternidade entre os seres humanos?

**Pai:** Jesus em sua vida revelou Deus como um *Pai Amoroso*<sup>89</sup> e expressou o amor ao próximo como à um irmão. Cristo elevou o mandamento de *temor a ‘Deus - o Rei Todo-Poderoso’*<sup>90</sup>, e nos ensinou o **amor a ‘Deus - o Pai todo-misericordioso’**. E deste amor à Deus sobre todas as coisas, brota o amor fraterno ao próximo. Do amor provém a **fraternidade fascinante** que um dia se manifestará

---

<sup>85</sup> “Livro de Urantia”, Documento 1: “O Pai Universal”.

<sup>86</sup> “Livro de Urantia”, Documento 52: “As Épocas Planetárias dos Mortais”, Item 52.6: “A Era depois da Auto-outorga em Urantia”, Parágrafo 7.

<sup>87</sup> Urantia é o nome da terra no grande universo.

<sup>88</sup> A palavra religião vem de religare que significa religação. A verdadeira religião estimula a religação, sintonia, união e fusão da alma com o espírito de Deus individualizado em cada um de nós.

<sup>89</sup> “Livro de Urantia”, Documento 5: “A Relação de Deus com o Indivíduo”, Item 5.4: “Deus na Religião”, Parágrafo 10.

<sup>90</sup> “Livro de Urantia”, Documento 149: “A Segunda Campanha de Pregação”, Item 149.6: “O ‘Temor do Senhor’”, Parágrafo 7.

na terra. Esta é a sequência natural das coisas. Citando o “Livro da Verdade”, the “Truth Book” - [www.truthbook.org](http://www.truthbook.org)<sup>91</sup>:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 180.5\_12<sup>92</sup>: ... E tudo isso indica claramente a diferença entre a velha religião e a nova. A velha religião ensinava o auto-sacrifício; a nova religião ensina apenas o auto-esquecimento, uma auto-realização maior conjugada a um serviço social de compreensão do universo. A velha religião era motivada pela consciência-medo; o novo evangelho do Reino é dominado pela convicção da verdade, pelo Espírito da Verdade eterna e universal. E nenhuma quantidade de piedade, nem de fidelidade a um credo, pode compensar a ausência, na experiência de vida dos crentes do Reino, daquela amizade espontânea, generosa e sincera que caracteriza os filhos, nascidos pelo espírito, do Deus vivo. Nem a tradição, nem um sistema cerimonial de adoração formal podem reparar a falta da compaixão genuína pelos nossos semelhantes.

### 3.3.3 A motivação do serviço e a fraternidade na economia

**Mãe:** Vocês me convenceram que a união da família e manifestação de uma sociedade fraterna ocorrerá se cada ser humano for *guiado pelo espírito de Deus*<sup>93</sup> que vive na sua mente, no centro causal de sua própria alma. Mas vamos voltar à economia, qual a conexão que vocês visualizam entre a espiritualidade e a economia?

**Pai:** Seguindo o exemplo de Jesus, devemos cuidar das **necessidades econômicas** e observar a *sacralidade de todas as lealdades humanas*<sup>94</sup>. Contudo, excetuando iniciativas como a do *movimento dos focolares*<sup>95</sup>, hoje em dia muitas pessoas vão trabalhar pelo dinheiro e não pelo serviço ao próximo. A maioria não faria o trabalho que faz, se não recebesse dinheiro, salário ou lucro em troca.

É preciso a motivação correta. A gratidão pela vida e o amor ao próximo, gera a correta motivação. Assim, mais do que *operários francos, nos tornamos trabalhadores felizes*<sup>96</sup>. Olha como isto é colocado no instrutivo *livro de urantia*<sup>97</sup>:

“*Livro de Urantia*”, Item 71.6<sup>98</sup>:

#### A Motivação do Lucro

A economia atual, motivada pelos lucros, está condenada, a menos que a motivação do lucro possa ser acrescida da motivação de servir. A competição impiedosa, baseada em interesses egoístas e de horizontes estreitos, é terminantemente destrutiva, até mesmo daquelas coisas que busca manter. A motivação exclusiva do lucro individualista é incompatível com os ideais cristãos - e mais incompatível ainda com os ensinamentos de Jesus.

**Na economia, a motivação do lucro está para a motivação do serviço, como o medo está para o amor, na religião.** Mas a motivação do lucro não deve ser destruída, nem removida, subitamente; ela mantém muitos mortais no trabalho duro, os quais, de outro modo, ficariam indolentes. Não é necessário, contudo, que esse estimulador das energias sociais, para sempre, tenha objetivos puramente egoístas.

O motivo do lucro nas atividades econômicas é de todo vil e totalmente indigno de uma ordem avançada de sociedade; contudo, é um fator indispensável no decorrer das primeiras fases da civilização. A motivação do lucro não deve ser afastada dos homens, até que eles estejam

<sup>91</sup>Internet: “<http://www.truthbook.com/>”.

<sup>92</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 180: “O Discurso de Despedida”, Item 180.5: “O Espírito da Verdade”, Parágrafo 12.

<sup>93</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 34: “O Espírito Materno do Universo Local”, Item 34.6: “O Espírito no Homem”, Parágrafo 10.

<sup>94</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 196: “A Fé de Jesus”, Parágrafo 7.

<sup>95</sup>Internet: “<http://www.focolare.org/pt/>”.

<sup>96</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 136: “O Batismo e os Quarenta Dias”, Parágrafo 1.

<sup>97</sup>“*Livro de Urantia*”.

<sup>98</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 71: “O Desenvolvimento do Estado”, Item 71.6: “A Motivação do Lucro”.

imbuídos de tipos superiores de motivações não lucrativas, para os seus esforços econômicos e para os seus serviços sociais - os anseios transcendentais de uma sabedoria superlativa, de uma **fraternidade fascinante**, e da excelência, na realização espiritual.

### 3.3.4 O triunfo do amor

**Mãe:** **Fraternidade fascinante!** Parece um sonho, um dia chegamos lá. Podia haver um “efeito manada” do amor!

**Pai:** Efeito manada? Você está falando da tendência do ser humano de seguir na direção da maioria? Como em uma manada de animais! Sabe, alguns não acreditam em “efeito manada” do amor. Mesmo que a maioria da humanidade realmente vivenciasse o amor à Deus sobre todas as coisas e o amor ao próximo como a si mesmo, ainda assim, cada novo cristão teria que realizar isto internamente. Primeiro precisamos amar Deus em nós mesmos para depois amá-Lo no próximo. Não é possível amar no outro o que não amamos em nós mesmos.

Contudo, se não existe “efeito manada” do amor, o contrário também é verdadeiro. Não existe “efeito manada” do desamor. Mesmo que a maioria dos seres humanos deste início de milênio não esteja vivenciando ainda a verdadeira *religião de Jesus*<sup>99</sup>, nada impede que individualmente nós adoremos o *espírito pré-pessoal de Deus em nós*<sup>100</sup> até ascendermos e sermos *transladados diretamente da vida na carne*<sup>101</sup> para os mundos celestiais.

**Mãe:** Vocês estão dizendo que o livro de urantia revela que nosso desenvolvimento espiritual é até certo ponto independente do ambiente exterior?

**Pai:** Sim, a revelação explana sobre uma religião pessoal que depende principalmente da relação interna entre a mente da criatura humana e o espírito do Criador divino. Saber disso é um conforto diante das mazelas da vida moderna.

Creio que todo bom cristão fica um pouco perplexo com a maldade no mundo. Prosseguiremos corajosamente na exposição desta proposta de união da família em uma economia e política local. Contudo, existe um item confortador no livro de urantia sobre o amor na nossa *família universal*<sup>102</sup>. Este item se chama: **“O Triunfo do Amor”**. Basicamente é explicado que fazemos parte de uma grande família universal e sofremos com os erros de nossos irmãos e irmãs ignorantes. Contudo, a nossa ascensão ao Paraíso pode ser retardada, mas jamais impedida. Nosso encontro com Deus, o Pai Universal, depende fundamentalmente de nossa fé e boa vontade. Observe como são confortadores os seguintes parágrafos sobre o triunfo do amor:

#### **“O Triunfo do Amor”**

*“Livro de Urantia”, parágrafo 54.6.3<sup>103</sup>: ... Se um pai afeiçoado de uma grande família, escolhe demonstrar misericórdia a um dos seus filhos, culpado por graves erros, pode muito bem acontecer que essa extensão da misericórdia, ao filho mal-comportado, resulte em provações temporárias para todos os outros filhos bem-comportados. Essas eventualidades são inevitáveis; e tal risco se faz inseparável da situação da realidade de se ter um pai cheio de amor e ser um membro de um grupo familiar. Cada membro de uma família beneficia-se da conduta justa de todos os outros membros; do mesmo modo, cada membro deve sofrer a consequência imediata, no tempo, da má conduta de todos os outros membros. Famílias, grupos, nações, raças, mundos, sistemas, constelações e universos são relacionamentos de associação que possuem*

<sup>99</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 196: “A Fé de Jesus”, Item 196.2: “A Religião de Jesus”.**

<sup>100</sup> **“Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 9.**

<sup>101</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 55: “As Esferas de Luz e Vida”, Item 55.2: “A Morte e o Translado”.**

<sup>102</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 6: “O Filho Eterno”, Item 6.8: “A Compreensão do Filho Eterno”.**

<sup>103</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 54: “Os Problemas da Rebelião de Lúcifer”, Item 54.6: “O Triunfo do Amor”, Parágrafo 3.**

individualidade; portanto, cada membro de todo o grupo, grande ou pequeno, colhe os benefícios e sofre as consequências das boas ações e dos erros de todos os outros membros do grupo envolvido.

Entretanto, uma coisa deve ficar clara: caso sejais levados a sofrer as consequências más, por causa do pecado de algum membro da vossa família, de um compatriota ou companheiro mortal, ou mesmo por causa da rebelião no sistema, ou em outra parte - não importa o que vós possais ter de suportar, por causa do erro de conduta dos vossos parceiros, companheiros ou superiores - , podeis ficar seguros na certeza eterna de que tais atribulações serão aflições passageiras. Nenhuma dessas consequências do erro dos seres fraternos, do mau comportamento grupal, pode jamais colocar em perigo as vossas perspectivas eternas, nem vos privar, no mínimo grau que seja, do vosso direito divino de ascensão ao Paraíso e de alcançar a Deus.

### 3.3.5 Felicidade interior e as futuras gerações

**Mãe:** Isto me faz pensar que, embora a fraternidade dos seres humanos não esteja presentemente factualizada e exteriorizada, internamente e nos níveis espirituais nós podemos viver a bem-aventurança e conforto de sermos filhos do *Criador do Paraíso*<sup>104</sup> e fazermos parte de uma família universal!

**Pai:** É verdade. Jesus lembrou como a felicidade interior frequentemente advém da comunhão com o espírito divino, que cria nossa alma no coração vivo de nossa mente espiritualizada.

“*Livro de Urantia*”, Item 149.5<sup>105</sup>:

A Lição Sobre o Contentamento

Certo dia, quando Jesus estava dando palestra ao grupo de evangelistas, trabalhando sob a supervisão de Simão zelote, durante a conferência da tarde, Simão perguntou ao Mestre: “Por que algumas pessoas são muito mais contentes e felizes do que as outras? O contentamento é uma questão ligada à experiência religiosa?” Entre outras coisas, em resposta à pergunta dele, Jesus disse:

“Simão, algumas pessoas são naturalmente mais felizes do que outras. E tudo depende muito, bastante mesmo, da disposição do homem de ser conduzido e dirigido pelo espírito do Pai, residente dentro dele. Acaso não lestes nas escrituras as palavras do homem sábio: ‘O espírito do homem é a luz da vela do Senhor, perscrutando todas partes internas’? E, também, o que esses mortais guiados pelo espírito dizem: ‘Os desígnios caíram dentro de mim em lugares convenientes; sim, eu herdei uma boa coisa’. ‘O pouco que um homem reto tenha é melhor do que as riquezas de muitos homens maus’, pois ‘um bom homem tirará a satisfação de dentro de si’. ‘Um coração feliz faz uma fisionomia alegre e é uma festa contínua. Melhor é ter só um pouco, fazendo reverência ao Senhor, do que ter um grande tesouro e complicações junto a Deus. Mais vale uma refeição de legumes e amor, do que um boi gordo e com ele o ódio. Melhor é o pouco, com justiça, do que grandes rendimentos, sem retidão’. ‘Um coração contente causa o bem, tanto quanto um medicamento.’ ‘Melhor é o pouco cheio de serenidade do que a superabundância repleta de tristeza e vexação de espírito’.”

**Mãe:** Eu sempre pensei assim. Porém, as vezes, a espiritualidade não é suficiente para nos fazer felizes.

**Pai:** Você tem razão, contudo se nós não conseguirmos humanamente viver a alegria de uma família humana unida, poderemos ao menos preparar o caminho para que nossos descendentes creçam em um lar unido, com um corpo saudável, paz na mente e ambiente propício para salvação da própria alma. Estes são os objetivos deste *Grupo de Aprendizes da Informação Aberta - GAIA*<sup>106</sup>.

<sup>104</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 2: “A Natureza de Deus”, Parágrafo 1.

<sup>105</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 149: “A Segunda Campanha de Pregação”, Item 149.5: “A Lição sobre o Contentamento”.

<sup>106</sup> **Informativo:** “Informativos do Grupo de Aprendizes da Informação Aberta (GAIA)”.

### 3.3.6 Princípios da fraternidade humana

*Cartaz com os princípios da fraternidade humana*<sup>107</sup>

**1** - A finalidade maior desta fraternidade é vivenciar o evangelho da **paternidade de Deus e da irmandade dos seres humanos** pois:

*“Livro de Urantia”, parágrafos 147.4-3 e 7*<sup>108</sup>: ... Jesus continuou falando: ... “No nível do amor fraterno. Ainda mais elevado descobrimos ser o nível da devoção não-egoísta ao bem-estar do nosso semelhante. Nesse plano mais elevado, do serviço social sincero, que nasce da **consciência da paternidade de Deus e do reconhecimento consequente da irmandade entre os seres humanos**, é descoberta uma interpretação nova e muito mais bela dessa regra básica para viver.”

**2** - O princípio e o fundamento desta fraternidade é a Pessoa Infinita de **Deus - O Pai** da nossa família **Universal**. É fundamental que nós, seres humanos, tenhamos fé no espírito d**O Criador** de nossas almas imortais, e o entendimento de que em todas as situações o melhor que podemos fazer é a **Vontade do nosso Pai Universal**, pois:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 1.1-2*<sup>109</sup>: **O Pai Universal** nunca impõe qualquer forma de reconhecimento arbitrário, de adoração formal, ou de serviço escravizador às criaturas inteligentes e dotadas de vontade dos universos. Os habitantes evolucionários dos mundos do tempo e do espaço, por si mesmos, devem - nos seus corações - reconhecer, amar e voluntariamente adorá-Lo. **O Criador recusa-Se a exercer coação de submissão sobre os livres-arbítrios espirituais das suas criaturas materiais. A dedicação afetuosa da vontade humana, de fazer a vontade do Pai, é a dádiva mais bem escolhida que o homem pode oferecer a Deus; ...**

**3** - O objetivo prático desta fraternidade é o engrandecimento da **alma**, a **espiritualização da mente**, a **saúde do corpo** e a **edificação do lar**, pois:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5-10*<sup>110</sup>: A **alma** do ser humano é uma aquisição experiencial. À medida que uma criatura mortal escolhe “cumprir a vontade do *Pai dos céus*<sup>111</sup>”, assim o espírito que reside no ser humano torna-se o pai de uma nova realidade na experiência humana. A mente mortal e material é a mãe dessa mesma realidade emergente. A substância dessa nova realidade não é nem material, nem espiritual - é moroncial. Essa é a alma emergente e imortal que está destinada a *sobreviver*<sup>112</sup> à morte física e iniciar a ascensão ao *Paraíso*<sup>113</sup>.

*“Livro de Urantia”, parágrafos 91.7-5 à 12*<sup>114</sup>: O teste prático de todas essas estranhas experiências religiosas de misticismo, de êxtase e de inspiração, é o de observar se esses fenômenos levam um indivíduo:

1. A gozar de uma **saúde física** melhor e mais completa.
2. A funcionar mais eficiente e praticamente na sua **vida mental**.

<sup>107</sup>**Documento:** “... gaia/gaia/cartaz/principios\_fraternidade.pdf”.

<sup>108</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 147:** “O Interlúdio da Visita a Jerusalém”, **Item 147.4:** “A Regra de Viver”, **Parágrafo 7.**

<sup>109</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 1:** “O Pai Universal”, **Item 1.1:** “O Nome do Pai”, **Parágrafo 2.**

<sup>110</sup>**“Livro de Urantia”, Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.5:** “Realidades da Pessoaalidade”, **Parágrafo 10.**

<sup>111</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 1:** “O Pai Universal”.

<sup>112</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 112:** “A Sobrevivência da Pessoaalidade”.

<sup>113</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 11:** “A Ilha Eterna do Paraíso”.

<sup>114</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 91:** “A Evolução da Prece”, **Item 91.7:** “O Misticismo, o Êxtase e a Inspiração”, **Parágrafo 5.**

3. A socializar mais plena e alegremente a sua experiência religiosa.
4. A **espiritualizar** mais completamente a sua vida no cotidiano e a desempenhar-se fielmente dos deveres comuns da existência mortal rotineira.
5. A aumentar o seu amor e a sua apreciação da verdade, da beleza e da bondade.
6. A conservar os valores sociais, morais, éticos e espirituais normalmente reconhecidos.
7. A ter mais discernimento espiritual interior - a consciência de Deus.

*“Livro de Urantia”, parágrafo 196\_7<sup>115</sup>: ... O Mestre (Jesus) sempre coordenava a fé da alma com o juízo da sabedoria da experiência amadurecida. A fé pessoal, a esperança espiritual e a devoção moral foram sempre correlacionadas em uma unidade religiosa, sem par, de associação harmoniosa com a compreensão profunda da realidade e da sacralidade de todas as lealdades humanas - **a honra pessoal, o amor familiar, a obrigação religiosa, o dever social e a necessidade econômica.***

*“Livro de Urantia”, capítulo 84<sup>116</sup>: ... A **edificação do lar** deveria, então, ser o centro e a essência de todo esforço educacional.*

---

<sup>115</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 196: “A Fé de Jesus”, Parágrafo 7.**

<sup>116</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 84: “O Matrimônio e a Vida Familiar”.**



# Capítulo 4

## Ciência Experimental e Religião

Estes são os primeiros de uma série de diálogos imaginários entre pessoas diversas unidas em espírito e que, com fé, buscam a vida eterna pela graça de Deus. Os diálogos objetivam engrandecer a amizade entre os seres humanos e harmonizar filosoficamente os pontos de vista da ciência e da religião. É nossa esperança que cada vez mais, em unidade e harmonia, possamos estar nos dedicando à vida, iluminação e felicidade de nossa família humana, nossa família em urantia (terra) e nossa *família universal*<sup>1</sup>.

### 4.1 Vida eterna: a motivação deste diálogo

**Pai:** Qual o motivo deste diálogo?

**Filho:** Compartilhar contigo o que for possível da verdade espiritual que tenho experimentado no íntimo de minha própria alma nos momentos em que minha mente está tranquila e minha pessoa está carregada de amor, devoção e gratidão ao espírito divino, que vive e cresce em nós na proporção de nossa receptividade.

**Pai:** E qual o objetivo desta partilha de suas experiências espirituais?

**Filho:** Contribuir para maximização das chances de sobrevivência da nossa personalidade humana, através da ressurreição de nossas almas, quando nossos corpos mortais falecerem.

**Pai:** Ressurreição da alma, vida eterna! Que bom, ficarei muito feliz se você me convencer que este é nosso destino e que re-encontraremos as pessoas que amamos nos mundos celestiais.

### 4.2 As três etapas da aprendizagem do conhecimento: instrução, lógica e experiência

**Filho:** Eu posso contribuir com o primeiro passo do seu convencimento. Contudo é a sua *experiência pessoal*<sup>2</sup> com Deus, nosso Pai Espiritual, que irá te convencer da possibilidade real e verdadeira de sobrevivência de nossas pessoas e ressurreição de nossas almas.

**Pai:** Experiência! Esta é a base do método científico. O conhecimento é aprendido em três fases: instrução, lógica e experiência. Primeiramente somos instruídos, ouvimos ou lemos a respeito de

---

<sup>1</sup>“Livro de Urantia”, Documento 6: “O Filho Eterno”, Item 6.8: “A Compreensão do Filho Eterno”.

<sup>2</sup>“Livro de Urantia”, Documento 145: “Os Quatro Memoráveis Dias em Cafarnaum”, Item 145.2: “À Tarde na Sinagoga”, Parágrafo 3.

um conhecimento. Então analisamos a lógica e coerência do que ouvimos. Porém, somente quando experimentamos é que comprovamos a veracidade de um ensinamento ouvido e analisado.

Contudo, creio que temos que fazer uma distinção da experiência objetiva com os objetos materiais do mundo exterior e a experiência subjetiva com os sujeitos espirituais da realidade interior. Você acha que é razoável discernir entre a **ciência** dos fatos materiais exteriores e a ciência e **consciência** das experiências subjetivas interiores?

### 4.3 Experiência interior, mente, alma e espírito

**Filho:** Existem três pensadores importantes que fizeram esta distinção entre a ciência das experiências exteriores e das experiências interiores.

**Pai:** Quem são estes pensadores? E qual a relação disto com a sobrevivência da alma e a vida eterna que motivaram este diálogo inicialmente?

**Filho:** Os pensadores são Segismund Freud, Rudolf Steiner e Ken Wilber. A relação disto com a sobrevivência da alma, é que a experiência interior motivada pela fé é o “ventre amoroso” que engrandece nossa própria alma imortal. De acordo com o que foi revelado no livro de urantia, a nossa alma é filha do espírito divino e de nossa mente humana:

“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5\_10: ... **A alma** do homem é uma aquisição experiencial. À medida que uma criatura mortal escolhe “cumprir a vontade do Pai dos céus”, assim o *espírito*<sup>3</sup> que reside no homem torna-se o pai de uma nova realidade na experiência humana. A *mente*<sup>4</sup> mortal e material é a mãe dessa mesma realidade emergente. A substância dessa nova realidade não é nem material, nem espiritual - é moroncial. Essa é a alma emergente e imortal que está destinada a sobreviver à morte física e iniciar a ascensão ao Paraíso.

**Pai:** Meu amigo, quer dizer então que a vida é uma oportunidade!? Em cada momento, podemos estar decidindo, pensando, falando e fazendo o que é da vontade de nosso “eu divino”, o “espírito de Deus” em nós. E ao procedermos assim, o que é decidido, pensado, dito e falado será uma criação conjunta da criatura humana e do espírito divino. E esta criação conjunta é exatamente o que tu estais chamando de alma, com a qual nossa pessoa sobreviverá quando nosso corpo falecer. Então a vida é uma oportunidade de engrandecer nossa própria alma moroncial. Se pensarmos, falarmos e fizermos coisas divinas, mais experiências reais serão tecidas na memória eterna de nossa alma imortal e do espírito divino em nós!

**Filho:** Sim. Além disso, é a mente que faz a interface entre o espírito e a matéria. A alma nasce entre a mente e o espírito. Os fatores da individualidade unificados pela nossa personalidade são: corpo, mente, alma e espírito. Nosso principal objetivo é que todas as pessoas de nossa família sobrevivam. Deus, a Pessoaalidade Infinita, é o nosso Pai Espiritual. Sua principal dádiva é o espírito divino e a **personalidade**. Como revelado no:

“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5\_11<sup>5</sup>: ... **A personalidade** do homem mortal não é corpo, nem mente, nem espírito; e também não é a alma. A personalidade é a única realidade invariável em meio a uma experiência constantemente mutável da criatura; e ela unifica todos os outros fatores associados da individualidade. A personalidade é o único dom que o *Pai Universal*<sup>6</sup>

---

<sup>3</sup>“Livro de Urantia”, Documento 2: “A Natureza de Deus”, Item 2.5: “O Amor de Deus”, Parágrafo 5.

<sup>4</sup>“Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 8.

<sup>5</sup>“Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 11.

<sup>6</sup>“Livro de Urantia”, Documento 1: “O Pai Universal”.

confere às energias vivas e associadas de matéria, mente e espírito, e que sobrevive junto com a sobrevivência da alma moroncial.

### 4.3.1 Visão da ciência de Freud, Steiner e Ken Wilber

**Pai:** Creio que entendi os objetivos deste diálogo: contribuir para sobrevivência de nossa personalidade. Talvez demore um pouco até eu me convencer à buscar, em minha própria mente, um contato com “meu Deus”: Deus único em mim. Creio que seria mais simples aprender mais sobre as experiências interiores de acordo com a visão elaborada dos três pensadores que você citou anteriormente: Freud, Steiner e *Ken Wilber*<sup>7</sup>. Você poderia resumir, e dar referências, a respeito do que estes três pensadores falam sobre a **ciência** dos fatos não pessoais e sobre a **consciência** das experiências subjetivas interiores?

**Filho:** Sim, vou tentar resumir o pensamento destes três ilustres seres humanos. Existe um livro chamado “*Freud e a alma humana*”. Nele, é explicado que Sigmund Freud utilizava duas palavras para ciência: “*naturwissenschaft*” e “*geisteswissenschaft*”. Poderíamos traduzi-las respectivamente como “*ciência da natureza*” e “*ciência do espírito*”. Freud dizia que a psicanálise era uma “*ciência do espírito*”, uma “*geisteswissenschaft*”! É esclarecedor lembrar que a palavra alemã “*geist*” é algumas vezes traduzida como espírito e outras como mente.

*Rudolf Steiner*<sup>8</sup> escreveu uma tese de doutorado intitulada “*Truth and Knowledge [Verdade e Conhecimento]*” e elaborou uma *ciência espiritual*<sup>9</sup>. Basicamente ele argumentou que o ser humano tem contato com uma realidade interior e uma realidade exterior. Ele observou que estamos sempre tentando harmonizar estas duas faces da realidade. Steiner afirmou que é o ato de pensar que vai harmonizando nossas experiências interiores e exteriores e frutificando em um conhecimento experimental cada vez maior sobre a realidade total dos sujeitos humanos.

O filósofo *Ken Wilber*<sup>10</sup> elaborou uma *teoria integral*<sup>11</sup> que contém um *quadro conceitual*<sup>12</sup> da realidade organizada em quatro quadrantes: interior individual, interior coletivo, exterior individual e exterior coletivo. Ken Wilber afirma que o que normalmente chamamos de ciência natural é uma “*ciência superficial*” do exterior objetivo dos objetos não pessoais da *realidade não-deificada*<sup>13</sup>. Definiu também uma “*ciência profunda*” que inclui o interior subjetivo dos sujeitos pessoais da “*realidade deificada*”<sup>14</sup>. Ken Wilber explicita que o que caracteriza a ciência é o método experimental. O conhecimento científico advindo do método experimental pressupõe uma 1 - descrição do experimento, 2 - a realização do experimento e 3 - a comparação dos resultados do experimento realizado com outros pesquisadores.

Nós podemos utilizar o *método da experiência*<sup>15</sup> na religião. Através desta prática almejamos al-

---

<sup>7</sup>**Informativo:** “Religião, Filosofia e Ciência Integradas no Livro de Urantia”, **Seção 2:** “Religião, filosofia e ciência”, **Subseção 2.4:** “A filosofia integral de Ken Wilber”.

<sup>8</sup>**Internet:** “[http://en.wikipedia.org/wiki/Rudolf\\_Steiner](http://en.wikipedia.org/wiki/Rudolf_Steiner)”.

<sup>9</sup>**Informativo:** “Religião, Filosofia e Ciência Integradas no Livro de Urantia”, **Seção 2:** “Religião, filosofia e ciência”, **Subseção 2.5:** “A ciência espiritual de Rudolf Steiner”.

<sup>10</sup>**Informativo:** “A Prática da Vida Integral, segundo Ken Wilber”.

<sup>11</sup>**Internet:** “[http://en.wikipedia.org/wiki/Integral\\_Theory](http://en.wikipedia.org/wiki/Integral_Theory)”.

<sup>12</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 115:** “O Ser Supremo”, **Item 115.1:** “A Relatividade do Quadro Conceitual”.

<sup>13</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.4:** “Realidade do Universo”.

<sup>14</sup>O livro de urantia discerne três fases primordiais da *realidade do universo*: 1 - Realidade não-deificada; 2 - **Realidade deificada**; 3 - Realidade interassociada. A **realidade deificada** abrange todos os potenciais infinitos da Deidade, indo de baixo para cima, por todos os domínios da personalidade, do finito menos elevado ao mais alto infinito, abrangendo, assim, o domínio de tudo o que é pessoalizável, e mais, indo até mesmo à presença do *Absoluto da Deidade*.

<sup>15</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 195:** “Depois de Pentecostes”, **Item 195.5:** “Os Problemas Modernos”, **Parágrafo 14.**

cançar a *união da atitude científica e do discernimento religioso, pela intermediação da filosofia experiencial*<sup>16</sup>.

**Pai:** Entendi, então Freud, Steiner e Ken Wilber falam das experiências interiores dos seres humanos. Concebem a análise da psique, a psicanálise, mencionam a ciência do espírito e da mente, e falam numa ciência profunda que abarca a realidade total, interior e exterior dos sujeitos humanos. Estes são conhecimentos evolucionário concebidos por seres humanos, mas o que você sabe sobre isso de acordo com o conhecimento revelado no livro de urantia?

**Filho:** De acordo com a revelação, há um espírito que reside em nossa mente, o *Ajustador dos Pensamentos*<sup>17</sup>, o Pai de nossas almas:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5\_9*<sup>18</sup>: ... **O espírito** divino que reside na mente do humano - o Ajustador do Pensamento. Este espírito imortal é pré-pessoal - não é uma personalidade, se bem que esteja destinado a transformar-se em uma parte da personalidade da criatura mortal, quando da sua sobrevivência.

## 4.4 Conciliando a experiência interior e a exterior

**Pai:** Do meu ponto de vista as experiências interiores são muito subjetivas e pessoais para chamarmos de ciência. O que você acha?

**Filho:** Você tem razão, normalmente podemos falar de uma ciência dos fatos materiais, uma filosofia dos significados intelectuais e uma religião dos valores espirituais. E quiçá possamos falar de uma busca da verdade baseada na experiência. Eu pessoalmente vivencio a possibilidade da experiência de comunhão com a Verdade do Ser que nos criou. Contudo esta *experiência humana*<sup>19</sup>, com a Pessoa Suprema, Última, Absoluta e Infinita de Deus, será sempre pessoal. É também importante lembrar com humildade, que a Verdade Infinita do Criador não cabe na mente finita da criatura, muito menos nas palavras de nossa linguagem humana limitada. Assim a experiência e a *consciência de Deus*<sup>20</sup> é em grande parte inexplicável embora seja o fato mais real que um ser humano possa experimentar. Como revelado no coerente:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 103.7\_14*<sup>21</sup>: Há uma prova factual da realidade espiritual, na presença do Ajustador do Pensamento, mas a validade dessa presença não é demonstrável para o mundo externo, apenas o é para aquele que tem essa experiência da presença da residência de Deus. A consciência da presença do Ajustador é baseada na recepção intelectual da verdade, na percepção supramental da bondade e na motivação da personalidade para amar.

**Pai:** Talvez então o que *unifique a ciência e a religião*<sup>22</sup> seja a busca da Verdade baseada nas experiências exteriores e interiores, impessoais e pessoais, materiais e espirituais.

---

<sup>16</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 103:** “A Realidade da Experiência Religiosa”, **Item 103.7:** “Ciência e Religião”, **Parágrafo 4.**

<sup>17</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 107:** “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

<sup>18</sup> **“Livro de Urantia”, Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.5:** “Realidades da Pessoaalidade”, **Parágrafo 9.**

<sup>19</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 100:** “A Religião na Experiência Humana”.

<sup>20</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 5:** “A Relação de Deus com o Indivíduo”, **Item 5.5:** “A Consciência que Se Tem de Deus”.

<sup>21</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 103:** “A Realidade da Experiência Religiosa”, **Item 103.7:** “Ciência e Religião”, **Parágrafo 14.**

<sup>22</sup> **Informativo:** “Religião, Filosofia e Ciência Integradas no Livro de Urantia”.

**Filho:** Eu concordo. Tanto o cientista quanto o religioso buscam a verdade. É importante discernir os fatores de individualidade unificados pela nossa personalidade: *corpo, mente, espírito e alma*<sup>23</sup>. Alguns filósofos falam do olho da carne, o olho da mente e o *olho do espírito*<sup>24</sup>. É preciso entender a busca da verdade na ciência, na filosofia e na religião. É preciso discernir os conhecimentos científicos dos fatos materiais, os significados mentais da filosofia e os valores espirituais da religião. Matéria, mente e espírito são níveis diferentes da realidade. Contudo podemos experimentar e aprender em todos estes níveis.

**Pai:** Puxa, muito grato por esta visão unificadora da realidade. Eu sempre admirei a ciência e a busca da verdade. Mas a ciência sempre me pareceu fria e impessoal. Embora não entenda ainda plenamente o que queres dizer, tenho o “feeling” em suas palavras de um conhecimento, uma sabedoria capaz de unificar nossa experiência humana pessoal com o conhecimento científico sobre as coisas. Grato.

**Filho:** Agradeça à revelação do livro de urantia. Veja que texto incrível sobre a coordenação filosófica entre ciência e religião:

*“Livro de Urantia”, parágrafos 103.6\_2-6*<sup>25</sup>: Quando o homem aborda o estudo e o exame do seu universo, pelo lado de fora, ele traz à existência as várias ciências físicas; quando ele aborda a pesquisa dele próprio e do universo, do seu interior, ele dá origem à teologia e à metafísica. A arte mais recente da filosofia desdobra-se em um esforço de harmonizar as muitas discrepâncias que estão destinadas a aparecer, a princípio, entre as descobertas e os ensinamentos dessas duas vias diametralmente opostas de abordagem das coisas e seres do universo.

A religião tem a ver com o ponto de vista espiritual, a consciência do lado interno da experiência humana. A natureza espiritual do homem proporciona-lhe a oportunidade de virar o universo de fora para dentro. E, conseqüentemente, é verdade que, vista exclusivamente do lado interno da experiência da personalidade, toda a criação parece ser espiritual na sua natureza.

Quando o homem inspeciona analiticamente o universo, por meio dos dons materiais dos seus sentidos físicos e da percepção mental a eles associada, o cosmo parece ser mecânico e composto de energias materiais. Tal técnica de estudar a realidade consiste em virar o universo de dentro para fora.

Um conceito filosoficamente lógico e consistente do universo não pode ser elaborado sobre os postulados, quer sejam do materialismo quer sejam do espiritualismo; pois esses dois sistemas de pensamento, quando aplicados universalmente, são ambos compelidos a ver o cosmo com distorção; o primeiro, contatando um universo virado de dentro para fora, e o último, compreendendo a natureza de um universo virado de fora para dentro. Nunca, então, nem a ciência nem a religião, em si e por si próprias, permanecendo sozinhas, podem esperar conquistar uma compreensão adequada das verdades universais e das relações, sem a orientação da filosofia humana e sem a iluminação da revelação divina.

O espírito interior do homem dependerá sempre, para a sua expressão e auto-realização, do mecanismo e da técnica da mente. Do mesmo modo, a experiência externa do homem com a realidade material, deve basear-se na consciência mental da personalidade que está experimentando. Portanto, as experiências humanas, a espiritual e a material, a interior e a exterior, estão sempre correlacionadas com a função da mente, e condicionadas, quanto à sua realização consciente, pela atividade da mente. O homem experimenta a matéria na sua mente; ele experimenta a realidade espiritual na alma, mas torna-se consciente dessa experiência na sua mente. O intelecto é o harmonizador, é o condicionador e o qualificador, sempre presentes, da soma total da experiência mortal. Ambos, as coisas da energia e os valores do espírito, quando passam ao âmbito da consciência mental, por meio da interpretação, são coloridos por esta.

---

<sup>23</sup> “Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 7.

<sup>24</sup> “Livro de Urantia”, Documento 176: “Terça-Feira à Noite no Monte das Oliveiras”, Item 176.2: “A Segunda Vinda do Mestre”, Parágrafo 4.

<sup>25</sup> “Livro de Urantia”, Documento 103: “A Realidade da Experiência Religiosa”, Item 103.6: “A Coordenação Filosófica”, Parágrafo 2.

## 4.5 Desenvolvendo nossa amizade aqui e agora

**Pai:** Me perdoe, parceiro de diálogo, é muita informação. Estou mais preocupado com os problemas práticos da vida. Realmente eu ficarei feliz se a vida for eterna, se uma parte nossa ressuscitar e nossa personalidade sobreviver. Contudo, creio que devo cuidar de resolver os problemas práticos aqui e agora.

**Filho:** Está escrito na revelação que: *a maneira mais rápida de um girino tornar-se uma rã é vivendo lealmente cada momento como um girino*<sup>26</sup>. Por isso, acredito na praticidade e na nossa sabedoria de olhar nossa vida como um todo e agir de acordo com as prioridades. Lembremos que o ser *humano primeiro vive e depois pensa sobre o seu viver*<sup>27</sup>. Veja este texto com a intenção de melhorar nosso diálogo, continuar uma nova etapa de nossa amizade, e engrandecer nosso respeito, compreensão e amor mútuo. Eu sei que tu gostas da ciência e da busca da verdade, tu sabes como eu me importo com as pessoas e a vida eterna de todos de nossa família. É fácil perceber que estamos tentando unificar e fortificar nossas visões complementares da realidade.

Para engrandecer nosso amor, enfatizo que as coisas humanas devem ser conhecidas, para serem amadas, mas *as coisas divinas devem ser amadas, para que sejam conhecidas*<sup>28</sup>. Ao longo de sua vida ponderada e de bom senso, tu desenvolvestes a capacidade de ouvir, compreender e amar as pessoas humanas, eu, diante de muito sofrimento me voltei para meu próprio interior buscando amar e conhecer cada vez mais nosso Criador Espiritual. Por isso, acredito que desenvolvemos visões complementares da realidade. Os opostos se atraem porque unidos formam um todo mais completo e íntegro. Mas é preciso um mínimo de disposição para o diálogo.

**Pai:** Amor, conhecimento mútuo e diálogo. *Afinidade, realidade e comunicação*<sup>29</sup>. Precisamos deste trinômio para melhorar nossa relação de amizade. Realmente creio que ainda não nos compreendemos como deveríamos. Eu acredito que este texto pode ser o início do re-estabelecimento de nosso diálogo.

**Filho:** Sim eu também tenho esta esperança. Gostaria de adicionar à nossa vivência que até mesmo os conflitos podem gerar crescimento e amadurecimento.

## 4.6 Conflito advindo do crescimento

**Pai:** Tudo bem, lembremos que Rudolf Steiner enfatizou o importância do **pensar** para harmonizar a percepção interior e exterior da realidade total. Precisamos de um tempo para **pensar** estas coisas e harmonizar nossos pontos de vista complementares. Vamos “digerir” este diálogo e nosso esforço reconciliador será recompensado.

**Filho:** Gostaria de fazer uma última citação antes de concluir este capítulo do diálogo. Esta citação explica que as perplexidades religiosas são inevitáveis, e que **não pode haver nenhum crescimento sem conflito psíquico e sem agitação espiritual**. E para estimular nosso diálogo enfatizo também que uma vez que tenhamos compreendido um ao outro, nos tornaremos tolerantes, e **tal tolerância amadurecerá a amizade transformando-a em amor**.

A próxima citação é de um documento muito significativo do “*Livro de Urantia*”<sup>30</sup>. Trata-se do

---

<sup>26</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 100**: “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.1**: “O Crescimento Religioso”, **Parágrafo 4**.

<sup>27</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 112**: “A Sobrevivência da Pessoaalidade”, **Item 112.2**: “O Eu”, **Parágrafo 6**.

<sup>28</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 102**: “Os Fundamentos da Fé Religiosa”, **Item 102.1**: “As Garantias Dadas pela Fé”.

<sup>29</sup> **Informativo**: “Citações: O que é Cientologia?”, **Seção 3**: “Cientologia: um conhecimento da vida”, **Subseção 3.4**: “Afinidade, realidade e comunicação”.

<sup>30</sup> “**Livro de Urantia**”.

documento 100, intitulado “*A Religião na Experiência Humana*”<sup>31</sup>. Nesta citação se fala como o amor genuíno pode se disseminar na humanidade ao ponto de realizarmos a irmandade dos seres humanos.

**Pai:** Qual é a citação conclusiva desta etapa do nosso diálogo?

**Filho:** Leia com atenção!

“*Livro de Urantia*”, *Item 100.4*<sup>32</sup>:

#### Os Problemas do Crescimento

O viver na religiosidade é o viver devotado, e o viver devotado é o viver criativo, original e espontâneo. Novas percepções religiosas surgem de conflitos que dão início à escolha de novos e melhores hábitos de reação, no lugar de formas antigas e inferiores de reação. Novos significados emergem apenas em meio a conflitos; e o conflito persiste apenas em face da recusa de espousar os valores mais elevados, portadores dos significados superiores.

As perplexidades religiosas são inevitáveis; **não pode haver nenhum crescimento sem conflito psíquico e sem agitação espiritual**. A organização de um modelo filosófico de vida requer uma perturbação considerável nos domínios filosóficos da mente. A lealdade não é exercida em nome daquilo que é grande, bom, verdadeiro e nobre, sem uma batalha. O esforço é seguido do esclarecimento da visão espiritual e da ampliação do discernimento de visão cósmica. E o intelecto humano reluta contra ser desmamado da alimentação das energias não espirituais da existência temporal. A mente animal indolente rebela-se contra exercer o esforço exigido pela luta na solução dos problemas cósmicos.

Entretanto, o grande problema do viver religioso consiste na tarefa de unificar os poderes da alma da pessoa, por meio da predominância do AMOR. A saúde, a eficiência mental e a felicidade surgem da unificação dos sistemas físicos, mentais e espirituais. De saúde e sanidade o homem entende bastante, mas de felicidade ele só entendeu de fato pouquíssimo. A felicidade mais elevada está indissolúvelmente ligada ao progresso espiritual. O crescimento espiritual gera um júbilo duradouro, uma paz que ultrapassa qualquer entendimento.

Na vida física, os sentidos dizem sobre a existência das coisas; a mente descobre a realidade das significações; mas a experiência espiritual revela ao indivíduo os verdadeiros valores da vida. Esses altos níveis de vida humana são alcançados no supremo amor a Deus e no amor não-egoísta pelo homem. Se amais o vosso semelhante, deveis ter descoberto os seus valores. Jesus amou tanto os homens porque atribuía a eles um valor muito elevado. Vós podeis melhor descobrir os valores dos vossos companheiros, descobrindo a sua motivação. Se alguém vos irrita, causando a sensação do ressentimento, deveríeis buscar discernir compassivamente o seu ponto de vista e as suas razões para uma conduta de tal modo censurável. **Uma vez que tendes compreendido o vosso semelhante, vos tornareis tolerantes; e tal tolerância amadurecerá a amizade transformando-a em amor.**

Com os olhos da vossa mente, trazei à vossa lembrança o quadro de um dos vossos ancestrais primitivos dos tempos das cavernas - um pequeno rosnador, disforme e sujo; um homem pesado, de pernas arqueadas, de porrete levantado, respirando ódio e animosidade, enquanto olha ferozmente para frente. Esse quadro dificilmente retrata a dignidade divina do homem. Contudo, ele nos permite ampliar o retrato. Em frente a esse ser humano, animado, um tigre dente-de-sabre encontra-se em posição de ataque. Atrás dele, uma mulher e duas crianças. Imediatamente, vós reconheceréis que esse quadro representa o começo de muito daquilo que é bom e nobre na raça humana, mas o homem é o mesmo nos dois quadros. Apenas, no segundo arranjo, fostes favorecidos com um horizonte amplo. E, nele, podeis discernir a motivação desse mortal em evolução. A sua atitude torna-se louvável, porque o compreendeis. Se apenas pudésseis penetrar os motivos dos vossos semelhantes, quão melhor os entenderíeis! Se vós pudésseis apenas conhecer os vossos semelhantes, iríeis finalmente encher-vos de amor por eles.

<sup>31</sup> “*Livro de Urantia*”, **Documento 100**: “*A Religião na Experiência Humana*”.

<sup>32</sup> “*Livro de Urantia*”, **Documento 100**: “*A Religião na Experiência Humana*”, **Item 100.4**: “*Os Problemas do Crescimento*”.

De fato, não podeis amar os vossos semelhantes por um mero ato de vontade. O amor nasce apenas de uma compreensão enérgica dos motivos e sentimentos do vosso próximo. Não é tão importante amar a todos os homens hoje quanto é importante que aprendais, a cada dia, a amar um ser humano a mais. Se a cada dia ou a cada semana alcançardes a compreensão de mais um dos vossos irmãos, e se for esse o limite da vossa capacidade, então certamente estareis socializando e verdadeiramente espiritualizando a vossa personalidade. O amor é contagiante e, quando a devoção humana é inteligente e sábia, o amor é mais cativante que o ódio. Todavia, apenas o amor genuíno e não-egoísta é verdadeiramente contagioso. Se cada mortal pudesse apenas tornar-se o foco de uma afeição dinâmica, tal vírus benigno do amor penetraria logo a corrente da emoção sentimental da humanidade, numa extensão tal que toda a civilização seria abraçada pelo amor, e isso seria a **realização da irmandade dos homens**.

# Capítulo 5

## Psicologia, Mente e Religião

**Filho:** Meu amigo, fiquei muito feliz com seu esforço em tentar verbalizar, da melhor forma possível, seu entendimento do que é necessário para ressurreição de nossas almas e sobrevivência de nossa personalidade. Contudo, tu não achas que temos problemas práticos para resolver antes de ousar discorrer sobre questões filosóficas tão profundas?

### 5.1 Compreensão da personalidade unificada

**Pai:** Sim, você tem razão. Estes textos buscam melhorar nosso diálogo e amizade. Acredito na importância da nossa compreensão mútua, como explicado na revelação: *Uma vez que tendes compreendido o vosso semelhante, vos tornareis tolerantes;*<sup>1</sup> e tal tolerância amadurecerá a amizade transformando-a em amor.

**Filho:** O que você acha importante de se compreender?

**Pai:** Seria importante que os espiritualistas compreendessem como o excesso desequilibrado de espiritualidade e os traumas psicológicos, levam ao fanatismo e comportamentos aberrados.

Também é importante que os materialistas compreendam como a falta de contato com nosso espírito eterno, levam à busca imatura de prazeres efêmeros, com uma prioridade maior dada aos ganhos temporais do que à fidelidade e lealdade às pessoas de grande valor da nossa própria família.

Devemos todos buscar desenvolver uma personalidade unificada e equilibrada como a do Mestre Jesus. O objetivo, da verdadeira religião religadora, é que o Criador Divino e a criatura humana estejam religados e unidos na nossa personalidade manifestada e centrada em Deus: O Pai Espiritual de nossas almas. É revelado no:

*“Livro de Urantia”, Item 100.7<sup>2</sup>: ... é totalmente possível a todo mortal crente **desenvolver uma personalidade forte e unificada**, pautando-se pelas linhas perfeccionadas da personalidade de Jesus. O aspecto singular da personalidade do Mestre não era tanto a sua perfeição, quanto a sua simetria, a sua unificação extraordinária e equilibrada ...*

*“Livro de Urantia”, parágrafo 110.6\_3<sup>3</sup>: Os círculos psíquicos não são exclusivamente intelectuais, nem inteiramente moronciais; eles têm a ver com o status da personalidade, com o*

---

<sup>1</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 100**: “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.4**: “Os Problemas do Crescimento”, **Parágrafo 4**.

<sup>2</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 100**: “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.7**: “O Apogeu da Vida Religiosa”.

<sup>3</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 110**: “A Relação dos Ajustadores com os Indivíduos Mortais”, **Item 110.6**: “Os Sete Círculos Psíquicos”, **Parágrafo 3**.

alcance mental, com o crescimento da alma e com a sintonização com o Ajustador. O êxito na travessia desses níveis demanda um funcionamento harmonioso de toda a personalidade e não, meramente, de uma parte dela. **O crescimento das partes não se iguala ao amadurecimento verdadeiro do todo; as partes realmente crescem, na proporção da expansão inteira do eu - do eu total - material, intelectual e espiritualmente.**

Quando o desenvolvimento da natureza intelectual se dá de modo mais rápido do que o da natureza espiritual, tal situação torna a comunicação com o Ajustador tão difícil quanto perigosa. Da mesma forma, um superdesenvolvimento espiritual tende a produzir uma interpretação fanática e desvirtuada das orientações espirituais do residente divino. A falta de capacidade espiritual dificulta grandemente a transmissão, para um intelecto material, das verdades espirituais que residem na supraconsciência mais elevada. **É na mente perfeitamente ponderada, abrigada por um corpo de hábitos limpos e de energias neurais estabilizadas e com as suas funções químicas em harmonia - quando os poderes físicos, mentais e espirituais estão na harmonia trina do desenvolvimento - , que um máximo de luz e de verdade podem ser induzidos, com um mínimo de perigo, ou de risco temporal, ao bem-estar real de um ser.** Por meio de um crescimento assim equilibrado o homem ascende nos círculos da progressão planetária, um a um, do sétimo até o primeiro.

*“Livro de Urantia”, parágrafo 196-6<sup>4</sup>: Em um gênio religioso, uma fé espiritual muito forte, com frequência, leva diretamente ao fanatismo desastroso, ao exagero do ego religioso, mas não aconteceu assim com Jesus.* Ele não foi afetado desfavoravelmente, na sua vida prática, pela sua extraordinária fé e pela realização espiritual, porque essa exaltação espiritual era uma expressão totalmente inconsciente e espontânea, na sua alma, da sua experiência pessoal com Deus.

A fé espiritual ardente e indomável de Jesus nunca se tornou fanática, pois nunca chegou a afetar os seus julgamentos intelectuais equilibrados a respeito dos valores correspondentes das situações sociais, econômicas e morais, práticas e comuns da vida. O Filho do Homem foi uma personalidade humana esplendidamente unificada; foi um ser divino perfeitamente dotado; e era também magnificamente coordenado, como combinação de ser humano e divino, funcionando na Terra como uma personalidade única. **O Mestre sempre coordenava a fé da alma com o juízo da sabedoria da experiência amadurecida. A fé pessoal, a esperança espiritual e a devoção moral foram sempre correlacionadas em uma unidade religiosa, sem par, de associação harmoniosa com a compreensão profunda da realidade e da sacralidade de todas as lealdades humanas - a honra pessoal, o amor familiar, a obrigação religiosa, o dever social e a necessidade econômica.**

## 5.2 Desenvolvimento espiritual natural

**Filho:** Eu creio que começo a compreender como o desenvolvimento desequilibrado dos fatores de individualidade unificados pela nossa personalidade humana, pode nos conduzir aos extremos do materialismo e do espiritualismo exagerado. A partir deste diálogo, cada vez mais entendo a importância de desenvolver equilibradamente nosso espírito divino, alma moroncial, nossa mente e corpo material em uma personalidade unificada.

**Pai:** Amigo, se pela tua vontade e graça de Deus, tu resolveres buscar nosso Pai Espiritual no centro causal de sua alma, peço apenas que vá devagar e naturalmente. Por favor, lembre-se que conflitos existenciais, filosóficos e psicológicos advirão dos que como nós, somente tardiamente, buscam à Deus. Vá devagar e naturalmente. Defenderei, com todas as minhas forças, a liberdade de todas as pessoas da nossa família humana, terem uma experiência espiritual sem serem taxadas de loucas e olhadas de lado e **soslaio**. Considere a seguinte revelação:

---

<sup>4</sup>“Livro de Urantia”, Documento 196: “A Fé de Jesus”, Parágrafo 6.

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 103.2\_2<sup>5</sup>: No entanto, essas pessoas que foram criadas de tal modo pelos seus pais, que cresceram na consciência de serem filhos de um Pai celeste amoroso, não deveriam olhar de **soslaio** para os seus semelhantes mortais que só puderam atingir essa consciência de amizade com Deus por intermédio de uma crise psicológica, de um abalo emocional.

### 5.3 Equilíbrio entre egoísmo e altruísmo

**Filho:** Seu esforço não será em vão. Mesmo que eu não me interesse agora por esta busca de minha própria alma e espírito. Tenha certeza que esta sua verbalização lapidada da sua experiência espiritual, poderá ajudar os buscadores sinceros das próximas gerações.

**Pai:** Trabalhem para que os nossos familiares desenvolvam uma personalidade unificada e equilibrem o cuidado consigo mesmo e com os outros. Que todos do nosso círculo de amor familiar aprendam à equilibrar o egoísmo com o altruísmo. Percebo também que podemos **não ter êxito em unificar plenamente a personalidade, por isso a tendência altruísta pode torna-se superdesenvolvida** em alguns casos. Novamente, cito a mais recente das *revelações da verdade*<sup>6</sup> para nosso planeta:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 103.2\_10<sup>7</sup>: O homem tende a identificar o impulso de atender às próprias necessidades do seu ego, com o seu eu - consigo próprio. E, ao mesmo tempo, inclina-se a identificar a vontade de ser altruísta com alguma influência exterior a ele próprio - Deus. E esse julgamento de fato está certo, pois todos os desejos altruístas têm a sua origem nos guiamentos do Ajustador do Pensamento residente, e esse Ajustador é um fragmento de Deus. A consciência humana correlaciona o impulso do Monitor espiritual com a tendência de ser altruísta, de pensar fraternalmente. Ao menos, essa é a experiência primeira e fundamental na mente da criança. Quando a criança em crescimento **não tem êxito em unificar a sua personalidade, a tendência altruísta pode tornar-se tão superdesenvolvida** a ponto de causar um prejuízo sério ao bem-estar do eu. Uma consciência mal orientada pode tornar-se responsável por muitos conflitos, preocupações, tristezas e um sem-fim de infelicidades humanas.

### 5.4 A personalidade equilibrada de Jesus

**Filho:** Amigo, é importante que você se perdoe e seja paciente consigo mesmo. Neste mundo imperfeito é muito difícil vivermos à altura de nossos ideais mais elevados. Contudo, mais importante do que seu estado presente, é o seu propósito de se tornar cada dia mais perfeito e equilibrado como nosso Pai no Céu. Lendo a descrição da personalidade de Jesus no “*Livro de Urantia*”, eu afirmo que, se conseguirmos nos tornar cada vez mais como o Mestre, será algo maravilhoso para todos nós. Quero ressaltar a seguinte citação que emociona à todos os amantes do bom, do verdadeiro e do belo:

“*Livro de Urantia*”, parágrafos 100.7.1-4<sup>8</sup>:  
O Apogeu da Vida Religiosa

---

<sup>5</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 103: “A Realidade da Experiência Religiosa”, Item 103.2: “A Religião e o Indivíduo”, Parágrafo 2.

<sup>6</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 92: “A Evolução Posterior da Religião”, Item 92.4: “A Dádiva da Revelação”, Parágrafo 9.

<sup>7</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 103: “A Realidade da Experiência Religiosa”, Item 103.2: “A Religião e o Indivíduo”, Parágrafo 10.

<sup>8</sup>“*Livro de Urantia*”, Documento 100: “A Religião na Experiência Humana”, Item 100.7: “O Apogeu da Vida Religiosa”.

Embora o mortal comum de Urantia não possa esperar atingir a alta perfeição de caráter adquirida por Jesus de Nazaré, enquanto permaneceu na carne, é totalmente possível a todo mortal crente **desenvolver uma personalidade forte e unificada, pautando-se pelas linhas perfeccionadas da personalidade de Jesus**. O aspecto singular da personalidade do Mestre não era tanto a sua perfeição, quanto a sua simetria, a sua unificação extraordinária e equilibrada. ...

A bondade infalível de Jesus tocava os corações dos homens, mas a sua inflexível força de caráter maravilhava os seus seguidores. Era verdadeiramente sincero; nada havia de hipócrita nele. Não tinha afetação; era sempre autenticamente reanimador. Nunca condescendia em pretensões, e jamais recorria à trapaça. Viveu a verdade, do mesmo modo que a ensinou. Ele foi a verdade. Foi forçado a proclamar a verdade salvadora à sua geração, ainda que tanta sinceridade haja algumas vezes causado dor. Ele foi inquestionavelmente leal a toda verdade.

O Mestre, porém, era tão razoável, tão acessível. Era tão prático em todas as suas ministrações e, ao mesmo tempo, todos os seus planos eram caracterizados por um senso comum tão santificado. Era tão liberto de qualquer tendência à extravagância, à irregularidade e excêntrica. Nunca era caprichoso, esquisito ou histérico. Em todos os seus ensinamentos e em tudo o que fazia, havia uma discriminação depurada, ligada a um senso extraordinário do que é apropriado.

O Filho do Homem foi sempre uma personalidade bem equilibrada. Mesmo os seus inimigos mantinham um respeito salutar por ele; e chegavam mesmo a temer a sua presença. Jesus não conhecia o medo. Ele transbordava de entusiasmo divino, mas nunca se tornou um fanático. Era emocionalmente ativo, mas nunca inconstante. Era imaginativo, mas sempre prático. Ele enfrentava as realidades da vida com franqueza, sem nunca chegar a tornar-se embotado ou prosaico. Era corajoso, sem jamais ser descuidado; prudente, mas nunca covardemente. Era compassivo, mas não era sentimental; único, sem ser excêntrico. Ele era pio, mas não era santarrão. E era assim tão bem equilibrado, porque era perfeitamente unificado.

## 5.5 A maior realização possível de um ser humano

**Pai:** Com este diálogo, creio que conseguimos verbalizar a causa das minhas dificuldades e desequilíbrios e a solução para estes problemas. Considerando o que aprendi no “*Livro de Urantia*”, visualizo os mais elevados ideais e propósitos da vida humana em uma sequência de cinco realizações:

1. Cultivar uma *fé como a de Jesus*<sup>9</sup>, sublime e equilibrada, evitando o fanatismo.
2. “*Livro de Urantia: 100.7*” - **Desenvolver uma personalidade forte e unificada, pautando-se pelas linhas perfeccionadas da personalidade de Jesus**.
3. “*Livro de Urantia: 110.6*”<sup>10</sup> - Conquistar sucessivamente os sete círculos psíquicos da potencialidade mortal.
4. Chegar ao status de fusão com o Ajustador divino, o que possibilita o traslado para os mundos celestiais. A possibilidade, pela graça de Deus, de ascender aos céus diretamente, sem experimentar a morte. De acordo com o “*Livro de Urantia*”, *Item 55.2*<sup>11</sup>: ser trasladado diretamente da vida na carne para a existência moroncial celeste.
5. “*Livro de Urantia: 55.3\_18*”<sup>12</sup> - Chegando ao status de fusão com o espírito divino,

---

<sup>9</sup>“*Livro de Urantia*”, **Documento 196**: “A Fé de Jesus”.

<sup>10</sup>“*Livro de Urantia*”, **Documento 110**: “A Relação dos Ajustadores com os Indivíduos Mortais”, **Item 110.6**: “Os Sete Círculos Psíquicos”.

<sup>11</sup>“*Livro de Urantia*”, **Documento 55**: “As Esferas de Luz e Vida”, **Item 55.2**: “A Morte e o Traslado”.

<sup>12</sup>“*Livro de Urantia*”, **Documento 55**: “As Esferas de Luz e Vida”, **Item 55.3**: “As Idades de Ouro”, **Parágrafo 18**.

fazer uma petição, ao Ajustador Pessoalizado no comando universal, para permanecer servindo na terra, temporariamente isento do traslado aos mundos celestiais.

## 5.6 Traduzindo dois livros do psiquiatra Peter R. Breggin

**Filho:** “Aterrissa”, estas metas de longo prazo só serão atingidas se você der um passo de cada vez e se concentrar nos seus afazeres do momento. Como você mesmo citou: *a maneira mais rápida de um girino tornar-se uma rã é vivendo lealmente cada momento como um girino*<sup>13</sup>. Tenha a sabedoria de definir prioridades e a disciplina de realizá-las. Eu lhe pergunto, no momento quais são seus objetivos práticos de curto prazo?

**Pai:** O meu objetivo prático no momento, é contribuir com o GAIA para terminar a tradução dos dois livros do psiquiatra “Peter R. Breggin”. O doutor Breggin é conhecido como a “consciência da psiquiatria”. Um de seus livros se chama: “*A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema*”<sup>14</sup>. Nele, Dr. Breggin explica como e por que parar de tomar medicamentos psiquiátricos. O outro livro se chama: “*Brain-Disabling Treatments in Psychiatry*”<sup>15</sup> (Deficiência Mental Causada por Tratamentos Psiquiátricos). Este livro, mais direcionado para aos profissionais de saúde mental, possui 1384 *referências bibliográficas*<sup>16</sup> acumuladas em 25 anos de trabalho deste médico ético, corajoso e benfeitor chamado Peter R. Breggin.

### 5.6.1 Livro: “Desabilitação Cerebral Causada por Tratamentos Psiquiátricos”

**Filho:** Caramba, só o título destes livros é preocupante. Será que estes medicamentos psiquiátricos são realmente drogas iatrogênicas que provocam *intoxicação cerebral*<sup>17</sup>?

**Pai:** Sim, estas drogas psiquiátricas provocam uma lobotomia química. Algumas delas, como o Haldol e o Zyprexa, podem matar as células glias do cérebro com uma velocidade aterradora, causando uma diminuição do peso cerebral de 8% à 11% em 17 à 27 meses de administração em doses clínicas. Na verdade, inúmeros problemas mentais surgem na vida das vítimas destas substâncias neurotóxicas. Veja a tradução do seguinte parágrafo do livro:

*“Brain-Disabling Treatments in Psychiatry”, Item 5.1<sup>18</sup>:*

Demonstrating Neuroleptic-Induced Brain Damage And Cell Death

Demonstrando Danos Cerebrais e Morte Celular Induzidos por Neurolépticos

A recent study involving primates has demonstrated that both the older and the atypical neuroleptics shrink brain tissue during routine clinical exposure. Dorph-Petersen et al. (2005) [374], from the Department of Psychiatry at the University of Pittsburgh, subjected three groups of six macaque monkeys each to oral haloperidol (Haldol), olanzapine (Zyprexa), or sham for a 17-27 month period. The doses of Haldol and Zyprexa produced plasma concentrations similar to those used in clinical practice with human beings. After exposure, the researchers found an 8% to 11% reduction in brain weight in both drug groups but not in the sham group. Shrinkage

---

<sup>13</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 100**: “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.1**: “O Crescimento Religioso”, **Parágrafo 4**.

<sup>14</sup> **Livro**: “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”.

<sup>15</sup> **Livro**: “Brain-Disabling Treatments in Psychiatry”.

<sup>16</sup> **Livro**: “Brain-Disabling Treatments in Psychiatry”, **Capítulo 17**: “Appendix”, **Item 17.2**: “Author’s Note about the Bibliography”.

<sup>17</sup> **Índice do GAIA**: “Mente Espiritualizada”, **Subíndice**: “Intoxicação Cerebral”.

<sup>18</sup> **Livro**: “Brain-Disabling Treatments in Psychiatry”, **Capítulo 5**: “Neuroleptic-Induced Neurotoxicity, Brain Damage, Persistent Cognitive Deficits, Dementia, and Psychosis”, **Item 5.1**: “Demonstrating Neuroleptic-Induced Brain Damage And Cell Death”.

of the brain was observed “across all major brain regions (frontal, parietal, temporal, occipital, and cerebellum), but appeared most robust in frontal and parietal regions” (p. 1649). The frontal region is the most critical in producing lobotomy-like brain-disabling effects (*chapter 1*<sup>19</sup>).

Um estudo recente envolvendo primatas demonstrou que ambos neurolépticos, os antigos e os atípicos, diminuem o tecido cerebral durante exposição clínica rotineira. Dorph-Petersen et al. (2005)<sup>20</sup>, do Departamento de Psiquiatria da Universidade de Pittsburgh, submetem três grupos de seis macacos cada, à administração oral de haloperidol (Haldol), olanzapina (Zyprexa) e placebo, por um período de 17-27 meses. As doses do Haldol e do Zyprexa produziram concentrações no plasma sanguíneo similares às usadas na prática clínica com seres humanos. Após a exposição, os pesquisadores descobriram uma redução do peso cerebral de 8% à 11% em ambos os grupos psiquiatricamente drogados, mas não observaram isto no grupo ao qual foi dado placebo. A diminuição do cérebro foi observada “ao longo de todas as regiões cerebrais majoritárias (frontal, parietal, temporal, occipital e cerebelo), mas aparentou ser mais robusta nas regiões frontal e parietal” (p. 1649). A região frontal é a mais crítica na produção de efeitos de desabilitação cerebral do tipo lobotomia (capítulo 1).

## 5.6.2 Livro: “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”

**Filho:** Que horror. Fico imaginando uma pessoa, que sabe destas coisas, presenciando a si própria, ou uma pessoa amada, ingerindo estas drogas psiquiátricas, que matam as células do cérebro, sufocam a pessoa humana e promovem uma “paz de cemitério”, uma “paz sem vida”.

Estou quase convencido da importância de terminar rapidamente a tradução destes dois livros. Será que existem outros médicos e psiquiatras que apoiam o doutor Peter R. Breggin? Isto seria um argumento significativo para os tradutores voluntários e altruístas da comunidade.

**Pai:** Vários cientistas, médicos e psiquiatras aclamaram antecipadamente o livro que traduzimos. Veja este prefácio estimulador dos corajosos defensores do cérebro dos seres humanos:

*Aclamação antecipada de*<sup>21</sup>  
*“A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”*<sup>22</sup>  
*“Steven Rose, Ph.D.”*<sup>23</sup>

Professor de Biologia e Diretor,  
Brain and Behavior Research Group,  
(Grupo de Pesquisa do Cérebro e do Comportamento)  
Universidade Aberta, Milton Keynes, Inglaterra

*“A abordagem médica moderna para qualquer problema humano é encontrar uma droga - uma espécie de bala mágica - para corrigi-lo. Mas muitas drogas fazem mais mal do que bem, e algumas até mesmo causam os problemas que elas supostamente deveriam corrigir. E uma vez na droga, sair fora também pode ser perigoso. Neste livro claro e importante, Peter Breggin e David Cohen delinearão os problemas e forneceram uma explicação passo-a-passo de como sair fora da droga que pode estar prejudicando você”.*

---

<sup>19</sup>**Livro:** “Brain-Disabling Treatments in Psychiatry”, **Capítulo 1:** “The Brain-Disabling, Spellbinding Effects of Psychiatric Drugs”.

<sup>20</sup>Dorph-Petersen, K.-A., Pierri, J., Perel, J., Sun, Z., Sampson, A., & Lewis, D. (2005). The influence of chronic exposure to antipsychotic medications on brain size before and after tissue fixation: A comparison of haloperidol and olanzapine in macaque monkeys. *Neuropsychopharmacology*, 30, 1649-1661.

<sup>21</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.2:** “Aclamação antecipada de ‘A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema’”.

<sup>22</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”.

<sup>23</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.2.4:** “Steven Rose, Ph.D.”.

“Douglas C. Smith, M.D.”<sup>24</sup>

Psiquiatra, Juneau, Alaska

“Cem anos a partir de agora, as pessoas vão ler os atuais livros de psiquiatria com a mesma incredulidade que temos agora acerca do derramamento de sangue e óleo de cobra. ‘A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema’ será lembrado como o ponto da virada, e como o farol que mostrou o caminho para sair desses dias sombrios de utilização generalizada destas drogas. Breggin e Cohen, como amigos de confiança, nos fornecem informações críticas que precisamos saber, a fim de estarmos bem informados e tomarmos decisões sobre as drogas psiquiátricas, incluindo quando e como parar de tomá-las. Eles apresentam tudo isso dentro de uma filosofia coerente de vida e de saúde que torna obsoleto o uso rotineiro de drogas psiquiátricas. Se você chegou a esse ponto inevitável de estar desiludido com a sua droga psiquiátrica, este livro vai ser seu melhor amigo e guia.”

“William Glasser, M.D.”<sup>25</sup>

Psiquiatra, autor de Reality Therapy  
(Terapia da Realidade)  
e a vindoura Reality Therapy in Action  
(Terapia da Realidade em Ação)  
Chatsworth, Califórnia

“Atualmente o pensamento médico falso, que há uma droga curadora para quase todas as doenças comuns, faz mais mal dentro do argumento psiquiátrico moderno que a doença mental é facilmente diagnosticada e curada por uma droga livre de efeitos colaterais. Atualmente o pensamento psiquiátrico correto é mais evidente nos livros de Peter Breggin. Neles, ele explica claramente que os pacientes com doenças mentais estão em quase todas as instâncias sofrendo de sua incapacidade de se conectar com as pessoas importantes em suas vidas e precisam de ajuda para fazer essas conexões vitais. Ele sustenta que as consultas seguras e livres de drogas são um caminho mais efetivo para ajudar as pessoas, e eu concordo entusiasticamente com esta premissa.”

## 5.7 Plano editorial em saúde mental

**Filho:** Está bom. Mesmo sem ter lido o livro “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”<sup>26</sup>, estou convencido da importância de traduzi-lo e estar bem informado sobre este assunto.

Agora te pergunto: qual a relação deste tópico de drogas psiquiátricas e os informativos da comunidade dedicados ao desenvolvimento integral da pessoa humana?

**Pai:** A mente, juntamente com o corpo, a alma e o espírito são unificados pela nossa personalidade. Os *informativos dos aprendizes da informação aberta*<sup>27</sup>, objetivam fomentar as condições ideais para

---

<sup>24</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.2.12:** “Douglas C. Smith, M.D.”.

<sup>25</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.2.23:** “William Glasser, M.D.”.

<sup>26</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”.

<sup>27</sup>**Informativo:** “Informativos do Grupo de Aprendizes da Informação Aberta (GAIA)”.

que nossos descendentes cresçam em famílias unidas, com um corpo saudável, uma mente integrada, uma alma engrandecida e uma personalidade unificada, forte e centrada em nosso espírito.

Para terminar a fase editorial do grupo de aprendizes e iniciar a fase educacional, precisamos terminar os informativos básicos no assunto de saúde mental. Estes dois livros fazem parte deste plano editorial. Veja à seguir nossa proposta de trabalho:

### Proposta editorial do grupo de aprendizes em saúde mental Terapeutas da mente, psique e alma,

Esta carta é uma proposta de editoração, estudo e trabalho curativo da mente, psique e alma. A mente é um dos sete pilares temáticos do Grupo de Aprendizes da Informação Aberta.

A mente está em uma esfera de (2) símbolos, signos e significados entre a (1) base dos fatos materiais e os (3) elevados valores do espírito. Por isso, esta proposta de estudo e trabalho terapêutico abrange (1) a base material do corpo, sistema nervoso e cérebro, (2) a sanidade psicológica e estrutura informacional da mente e (3) o conhecimento e sabedoria necessários para receber com devoção e engrandecer equilibradamente o *espírito pré-pessoal*<sup>28</sup> residente, nosso eu divino eterno.

Na fase editorial deste grupo de aprendizes, planejamos digitalizar, traduzir e disponibilizar na Internet e para impressão o seguinte material:

1. Para defender das drogas, a integridade física do cérebro:

#### *Intoxicação Cerebral*<sup>29</sup>

- (a) *Brain-Disabling Treatments in Psychiatry*<sup>30</sup> - Peter R. Breggin
- (b) *A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema*<sup>31</sup> - Peter R. Breggin
- (c) *Comissão dos Cidadãos para os Direitos Humanos - CCHR*<sup>32</sup>
- (d) *Psiquiatria (Materialista) uma Indústria de Morte (Mental)*<sup>33</sup> - CCHR

2. Para a psique-terapia e cura psicológica:

#### *Psique-Terapia pela Alma*<sup>34</sup>

- (a) *Dianética: compreendendo a mente*<sup>35</sup>
- (b) *Dianética: A Ciência da Saúde Mental*<sup>36</sup> - L. Ron Hubbard

3. Para compreender a mente e equilibradamente sintonizar com o espírito:

#### *Psicologia Espiritual*<sup>37</sup>

---

<sup>28</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar**: “Introdução”, **Item 0.5**: “Realidades da Pessoaalidade”, **Parágrafo 9**.

<sup>29</sup> **Índice do GAIA**: “Mente Espiritualizada”, **Subíndice**: “Intoxicação Cerebral”.

<sup>30</sup> **Livro**: “Brain-Disabling Treatments in Psychiatry”.

<sup>31</sup> **Livro**: “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”.

<sup>32</sup> **Informativo**: “Citações: O que é Cientologia?”, **Seção 5**: “Comissão dos Cidadãos para os Direitos Humanos - CCHR”.

<sup>33</sup> **Livro**: “Psiquiatria (Materialista) uma Indústria de Morte (Mental)”.

<sup>34</sup> **Índice do GAIA**: “Mente Espiritualizada”, **Subíndice**: “Psique-Terapia pela Alma”.

<sup>35</sup> **Informativo**: “Citações: O que é Cientologia?”, **Seção 2**: “Dianética: compreendendo a mente”.

<sup>36</sup> **Livro**: “Dianética: A Ciência da Saúde Mental”.

<sup>37</sup> **Índice do GAIA**: “Mente Espiritualizada”, **Subíndice**: “Psicologia Espiritual”.

(a) *Mind at Mischief*<sup>38</sup> - William S. Sadler

(b) *A Ciência Revelada e Evolucionária sobre a Mente Humana*<sup>39</sup>

Será muito bem vinda toda ajuda para este trabalho editorial, informativo, educacional e terapêutico.

## 5.8 Mente: a interface entre o espírito e a matéria

**Filho:** Uau! Parabéns. Percebo então que a parte das drogas psiquiátricas e os dois livros que estão sendo traduzidos, referem-se apenas à parte básica da mente, qual seja, o cérebro material.

**Pai:** Sim.

**Filho:** Parece também que vocês vêem a mente como a interface entre o corpo material e o espírito divino. Sendo assim, é importante para o crescimento da alma moroncial centrada no espírito, que *a mente esteja perfeitamente ponderada, com as energias neurais estabilizadas*<sup>40</sup>.

**Pai:** Perfeito. De acordo com a revelação, é a mente humana que faz a interface entre o corpo material e o espírito divino. Observe esta passagem revelada na “Bíblia da Terra”:

“*Livro de Urantia*”, *Item 111.1*<sup>41</sup>:

A Mente, Arena da Escolha

Embora o trabalho dos Ajustadores seja espiritual, na sua natureza, devem eles, forçosamente, efetuar todo o seu trabalho com base no intelecto. A mente é o solo humano a partir do qual o Monitor espiritual deve fazer a alma moroncial evoluir, em cooperação com a personalidade residida por ele.

Além disso estas realidades do “micro-cosmos humano” são reflexos das realidades universais. No Grande Universo é a mente que faz a intermediação entre o espírito e a matéria. Na criatura evoluída *a matéria, a mente e o espírito estão unificados pela personalidade*<sup>42</sup>. A revelação explica que existem *quatro circuitos*<sup>43</sup> universais: 1 - **personalidade**, 2 - **espírito**, 3 - **mente** e 4 - **matéria-energia**. A personalidade unifica os outros três níveis da realidade. A revelação fornece uma técnica para alcançar a unidade na compreensão da realidade e *relações entre a matéria e o espírito, pela mediação da mente*<sup>44</sup>.

Deus, O *Pai Universal*<sup>45</sup>, é a primeira pessoa da trindade. Ele é o outorgador da **personalidade** e o Pai do Filho Eterno, a personalidade absoluta, a segunda pessoa da trindade. O *Filho Eterno*<sup>46</sup> é o outorgador do **espírito** e junto com o Pai conceberam o *Espírito Infinito*<sup>47</sup> (Agente Conjunto), a terceira pessoa da trindade e o outorgador da **mente**. Assim o 1 - Pai, o 2 - Filho e o 3 - Espírito, são respectivamente outorgadores da 1 - personalidade, do 2 - espírito e da 3 - mente. Contudo, Deus,

---

<sup>38</sup>**Livro:** “The Mind at Mischief”.

<sup>39</sup>**Informativo:** “A Ciência Revelada e Evolucionária sobre a Mente Humana”.

<sup>40</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 110:** “A Relação dos Ajustadores com os Indivíduos Mortais”, **Item 110.6:** “Os Sete Círculos Psíquicos”, **Parágrafo 4.**

<sup>41</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 111:** “O Ajustador e a Alma”, **Item 111.1:** “A Mente, Arena da Escolha”.

<sup>42</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 12:** “O Universo dos Universos”, **Item 12.6:** “O Supercontrole Universal”, **Parágrafo 5.**

<sup>43</sup>**Informativo:** “Religião, Filosofia e Ciência Integradas no Livro de Urantia”, **Seção 2:** “Religião, filosofia e ciência”.

<sup>44</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 101:** “A Verdadeira Natureza da Religião”, **Item 101.2:** “A Religião como Um Fato”, **Parágrafo 2.**

<sup>45</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 1:** “O Pai Universal”.

<sup>46</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 6:** “O Filho Eterno”.

<sup>47</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 8:** “O Espírito Infinito”.

O Pai Universal, também criou a *Ilha do Paraíso*<sup>48</sup>, a fonte de toda **matéria-energia**, que é uma realidade não-pessoal.

Aprendi isto no *item 0.5*<sup>49</sup> da introdução do livro de urantia que fala a respeito das realidades da personalidade. Tudo isto está sintetizado no seguinte parágrafo da quinta revelação supra-humana para nosso planeta:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5\_5*<sup>50</sup>: O Pai Universal é o segredo, tanto da realidade da **personalidade** quanto da outorga e destino da personalidade. O Filho Eterno é a personalidade absoluta, é o segredo da energia **espiritual**, dos espíritos moronciais e dos espíritos perfeccionados. O Agente Conjunto é a personalidade mente-espírito, a fonte da inteligência, da razão e da **mente** universal. A Ilha do Paraíso, porém, é não-pessoal e extra-espiritual, sendo a essência do corpo universal, fonte e centro da **matéria** física e arquétipo mestre absoluto da realidade material universal.

### 5.8.1 Defendendo a mente e a experiência espiritual

**Filho:** Entendi. Na explicação unificadora do “Livro de Urantia”, a mente é a interface entre o espírito e a matéria. Mas porque isto é tão importante para este trabalho informativo?

**Pai:** A mente é a plataforma fundamental da experiência humana com o espírito divino. Por isso, precisamos de um *corpo saudável*<sup>51</sup> e uma *mente espiritualizada*<sup>52</sup> para sintonizar com nosso próprio espírito guia e edificar uma *alma engrandecida*<sup>53</sup>. Vivemos com a fé de que, pela graça de Deus, nossa pessoa e alma irão ressuscitar em um corpo moroncial<sup>54</sup> nos mundos celestiais, quando nosso corpo material falecer.

**Filho:** Você está dizendo que a mente é fundamental para nossa experiência espiritual pessoal?

**Pai:** Exatamente. Como buscamos a orientação do espírito divino que vive em nós, dedicamo-nos a ter um corpo saudável e uma mente integrada, para adorar nosso espírito e junto com ele engrandecer nossa alma, no seio de uma personalidade unificada.

## 5.9 Protegendo e respeitando a experiência espiritual de cada um

**Filho:** Você está dizendo que nossa mente é crucial na experiência religiosa assim como na ciência material. Mas talvez existam pessoas que não estejam interessadas nestas coisas.

**Pai:** Tudo bem, temos que respeitar a liberdade das pessoas de tomar suas próprias decisões, não devemos ser educadores autoritários. Vemos este trabalho do grupo de aprendizes, como um “abraço educativo” objetivando proteger a experiência espiritual individual interior dos seres humanos, especialmente das futuras gerações.

---

<sup>48</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 11**: “A Ilha Eterna do Paraíso”.

<sup>49</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar**: “Introdução”, **Item 0.5**: “Realidades da Personalidade”.

<sup>50</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar**: “Introdução”, **Item 0.5**: “Realidades da Personalidade”, **Parágrafo 5**.

<sup>51</sup> **Índice do GAIA**: “Corpo Saudável”.

<sup>52</sup> **Índice do GAIA**: “Mente Espiritualizada”.

<sup>53</sup> **Índice do GAIA**: “Alma Engrandecida”.

<sup>54</sup> *Livro de Urantia - 0.5\_12*: Morôncia é um termo que designa um vasto nível que se interpola entre o material e o espiritual. Pode designar realidades pessoais ou impessoais, energias vivas ou não viventes. Os elos do tecido moroncial são espirituais, a sua trama é física.

A família é a “casa” do corpo. O corpo é a “casa” da mente. A mente é a “casa” da alma. A alma é a “casa” do espírito. Por isso, buscamos uma família unida e feliz, um corpo saudável, uma mente integrada e uma alma engrandecida. Assim, como um cálice em flor, iremos cada vez mais com carinho e amor devocional, recebermos em nossa alma, o espírito pré-pessoal de Deus, que com amor misericordioso, nos eleva de nossa origem material, animal e mortal para nosso destino espiritual, divino e eterno.

Buscamos amar à Deus sobre todas as coisas, e ao próximo como a nós mesmos. Desejamos viver com fé na *Paternidade de Deus e na conseqüente irmandade dos seres humanos*<sup>55</sup>. Esta experiência vital é pessoal e interior de cada um. As realidades espirituais não estão exteriorizadas neste mundo material. Nosso contato com a Verdade do espírito divino ocorre no interior de nossa própria alma e mente.

Por isso, nosso trabalho educativo pode ser visto como o de um regador da vida. Regamos a semente de nossas crianças e aprendizes, recebemo-os em uma família unida, zelamos pela saúde do corpo e o equilíbrio da mente. Mas sabemos que o crescimento vem de dentro para fora, do espírito divino para alma, mente e corpo de nossa personalidade unificada.

Fazendo assim, respeitando o fórum íntimo de cada um, é lícito edificar um ambiente o melhor possível, para o florescer do espírito divino no seio da pessoa humana de nós mesmos e dos que confiam em nós. Faremos o que for possível para evitar a morte física, mental e espiritual de todas as pessoas humanas.

## 5.10 Três tipos de morte: física, mental e espiritual

**Filho:** Morte mental!? Morte espiritual!?

**Pai:** Sim, de acordo com a revelação do “Livro de Urantia”, além da morte física que todos conhecemos, existe também a morte mental e a morte espiritual.

“Livro de Urantia”, Item 112.3<sup>56</sup>:

### O Fenômeno da Morte

Em geral, os urantianos reconhecem apenas uma espécie de morte: a cessação física das energias da vida. No entanto, no que concerne à sobrevivência da personalidade, há realmente três tipos de morte:

1. **A morte espiritual (da alma).** Se e quando o homem mortal finalmente rejeitar a sobrevivência, quando ele houver sido pronunciado espiritualmente insolvente, moroncialmente em bancarrota, na opinião conjunta do Ajustador e do serafim sobrevivente, quando esse conselho coordenado houver sido registrado em Uversa e após os Censores e os seus colaboradores reflectivos haverem verificado essas conclusões, então os governantes de Orvonton ordenam a imediata liberação do Monitor residente. Todavia, essa liberação do Ajustador de nenhum modo afeta os deveres do serafim pessoal, ou grupal, ligado àquele indivíduo abandonado pelo Ajustador. Essa espécie de morte é final no seu significado, a despeito de uma temporária continuação das energias de vida dos mecanismos físicos e mentais. Do ponto de vista cósmico, o mortal já está morto; a vida em continuação indica meramente a persistência do impulso material das energias cósmicas.
2. **A morte mental (ou intelectual, ou da mente).** Quando os circuitos vitais da ministração ajudante mais elevada são interrompidos, por meio de aberrações do intelecto ou por causa de uma destruição parcial do mecanismo do cérebro; e, se essas condições ultrapassarem certo ponto crítico de irreparabilidade, o Ajustador residente é imediatamente

<sup>55</sup> “Livro de Urantia”, Documento 196: “A Fé de Jesus”, Item 196.2: “A Religião de Jesus”, Parágrafo 11.

<sup>56</sup> “Livro de Urantia”, Documento 112: “A Sobrevivência da Personalidade”, Item 112.3: “O Fenômeno da Morte”.

liberado para partir para Divínington. Nos registros do universo, uma personalidade mortal é considerada como tendo encontrado a morte quando os circuitos mentais essenciais da vontade-ação humana tiverem sido destruídos. E, novamente, isso é morte, a despeito da continuação de funções do mecanismo vivo do corpo físico. O corpo, sem a mente volitiva, não mais é humano; no entanto, de acordo com a escolha anterior dessa vontade humana, a alma de tal indivíduo pode sobreviver.

3. **A morte física (do corpo e da mente).** Quando a morte colhe um ser humano, o Ajustador permanece na cidadela da mente até que cesse a sua função como mecanismo inteligente; mais ou menos no momento em que as energias mensuráveis do cérebro cessam as suas pulsações vitais rítmicas. Em seguida a essa dissolução, o Ajustador deixa a mente em desvanecimento, de um modo tão pouco cerimonioso quanto, anos antes, dera entrada nela; seguindo logo para Divínington passando por Uversa.

Após a morte, o corpo material retorna ao mundo elementar do qual ele proveio, mas perduram dois fatores não-materiais da personalidade sobrevivente: o Ajustador do Pensamento preexistente, levando consigo a transcrição da memória da carreira mortal, e que se dirige para Divínington; e, perdura também, sob a custódia do guardião do destino, a alma imortal moroncial do humano falecido. Esses componentes, fases e formas da alma, esses que foram fórmulas cinéticas e que agora são fórmulas estáticas da identidade, são essenciais à repossalização nos mundos moronciais. E é a reunião do Ajustador e da alma o que reconstitui a personalidade sobrevivente; e que vos reconscientiza no momento do despertar moroncial.

## 5.11 Defendendo os direitos humanos das vítimas de drogas psiquiátricas

**Filho:** Então as drogas psiquiátricas são uma questão de vida ou morte ... mental. A desabilitação do cérebro, a falta de vontade e a apatia gerada por estas drogas, podem causar uma inviabilização da capacidade de decisão moral e o rompimento temporário do contato com o espírito divino?

**Pai:** Sim. E esta é minha maior preocupação. Com este entendimento, podemos afirmar que a proteção da integridade mental das pessoas é uma questão espiritual, pois a mente é ventre no qual recebemos o espírito divino e junto com ele engrandecemos nossa própria alma.

L. Ron Hubbard foi o elaborador da psique-terapia da dianética e o fundador da religião da cienciologia. Ele verbalizou muitas coisas sobre saúde mental e sobre manifestação do espírito. Conhecendo a mente, a alma e o espírito, os cientologistas fundaram a *Comissão dos Cidadãos para os Direitos Humanos (CCHR)*<sup>57</sup>. Esta organização tem sido uma grande **defensora dos direitos humanos das vítimas das drogas psiquiátricas**.

**Filho:** Agora estou entendendo a urgência da tradução dos dois livros do psiquiatra Peter R. Breggin.

**Pai:** Doutor, vamos defender as gerações futuras de nossa família. Vivemos em uma época de grandes oportunidades. Podemos unir nossos esforços na busca dos valores eternos e da verdade. Todos queremos paz, felicidade, saúde, equilíbrio e vida eterna. Existem muitos profissionais de saúde na família. Aproveitemos este consenso para trabalhar juntos e positivamente a favor da vida.

## 5.12 Resolvendo os desequilíbrios e ofensas desnecessárias

**Filho:** Em teoria nós concordamos. Mas o que fazer se falta o diálogo, o equilíbrio e o controle? E como lidar com as ofensas desnecessárias que frequentemente presenciamos?

---

<sup>57</sup>**Índice do GAIA:** "Citizens Commission on Human Rights (CCHR)".

**Pai:** Temos que reconhecer as causas destes ressentimentos e desentendimentos. Precisamos engrandecer o que é bom. Tenho fé na essência boa<sup>58</sup> de todos da nossa fraternidade. Creio que cada um está fazendo o seu melhor dentro de seu próprio entendimento.

Reconheço falhas nos desequilíbrios. Alguns são muito materialistas, em outros houve um *superdesenvolvimento espiritual*<sup>59</sup>. E todos precisamos de uma integridade mental que harmonize o ponto de vista material exterior com o ponto de vista espiritual interior.

**Filho:** As vezes nosso ego se ofende quando outros indicam nossos erros. Uma boa estratégia, para sem ofender, nos permitirmos falar de coisas mal resolvidas, é que cada um reconheça seus próprios erros e elogie os acertos do outro.

**Pai:** Esta é uma boa sugestão. Para segui-la, começo reconhecendo meus desequilíbrios e a falta de simetria na minha personalidade. Minha meta atual é que cada vez mais meu espírito, alma, mente e corpo estejam unificados na minha personalidade manifestada e centrada em Deus.

Além disso, muitas das minhas aberrações e re-estimulações de meus traumas psicológicos, vem nos momentos que me falta o discernimento interior. Creio que frequentemente confundi a voz dos meus próprios desejos com a voz de Deus. Em minha carência emocional e minha ânsia de ser amado, frequentemente me apego a voz de minha consciência querendo que seja a voz do Pai Universal de todos nós. Assim, devido à minha carência, devido a minha falta de coragem de enfrentar os problemas com honestidade, fico enganando a mim mesmo na nuvem dos meus pensamentos.

Contudo sinto-me cada vez mais curado com a revelação da verdadeira religião do espírito, aflorada no “Livro de Urantia”. Este livro, sensato e coerente, nos possibilita entender a verdadeira experiência religiosa e discernir-la dos misticismos, transes, fanatismos e auto-enganações de nossa mente imatura e nossa consciência mal orientada.

## 5.13 Sinais do verdadeiro viver religioso

**Filho:** Quais são os sinais das experiências religiosas verdadeiras e equilibradas que você mencionou?

**Pai:** Meu generoso benfeitor, olhando estes sinais do verdadeiro viver religioso, concluo que talvez você esteja mais próximo do divino do que eu. Leia com atenção esta passagem curativa dos desequilíbrios e fanatismos:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 91.7\_4<sup>60</sup>:* A mente humana pode atuar em resposta à chamada inspiração, quando é sensível, seja às exaltações do subconsciente, seja aos estímulos do supraconsciente. Nos dois casos, parece ao indivíduo que tais ampliações do conteúdo do consciente são mais ou menos alheias ao próprio controle. O entusiasmo místico incontido e o êxtase religioso desenfreado não são as credenciais de nenhuma inspiração, nem credenciais supostamente divinas.

O teste prático de todas essas estranhas experiências religiosas de misticismo, de êxtase e de inspiração, é o de observar se esses fenômenos levam um indivíduo:

1. A gozar de uma saúde física melhor e mais completa.
2. A funcionar mais eficiente e praticamente na sua vida mental.
3. A socializar mais plena e alegremente a sua experiência religiosa.

---

<sup>58</sup>Eu significa bom em grego. Ser é a raiz da palavra essência. “Essência boa” é uma forma de se referir ao “Eu Sou”, o “eu divino”, o “Ajustador de Pensamentos” em cada um de nós.

<sup>59</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 110**: “A Relação dos Ajustadores com os Indivíduos Mortais”, **Item 110.6**: “Os Sete Círculos Psíquicos”, **Parágrafo 4**.

<sup>60</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 91**: “A Evolução da Prece”, **Item 91.7**: “O Misticismo, o Êxtase e a Inspiração”, **Parágrafo 4**.

4. A espiritualizar mais completamente a sua vida no cotidiano e a desempenhar-se fielmente dos deveres comuns da existência mortal rotineira.
5. A aumentar o seu amor e a sua apreciação da verdade, da beleza e da bondade.
6. A conservar os valores sociais, morais, éticos e espirituais normalmente reconhecidos.
7. A ter mais discernimento espiritual interior - a consciência de Deus.

## 5.14 Jesus e O Amor de Deus dissolvendo nossos temores

**Filho:** Concordo contigo, e percebo alguns destes sinais na minha vida, contudo nunca busquei à Deus de forma consciente e tão intensamente como você. Eu não entendo porque você sofre tanto, não entendo porque tu cuidas tão pouco de ti mesmo.

**Pai:** Creio que estive excessivamente altruísta. Sei contudo que isso não foi totalmente natural e espontâneo. Certamente um pouco do meu exagero religioso é baseado no meu temor de desagradar à Deus.

**Filho:** Conheço uma passagem do “Livro de Urantia” que pode curar estes seus temores. Jesus tinha apenas 12 anos quando argumentou que o Pai Divino não poderia amar menos que o pai humano, portanto se você é sincero no seu amor e gratidão por todos da nossa família e pelo nosso Pai Espiritual, isto lhe dará uma segurança de que estais fazendo o seu melhor e não serão necessários temores. Observe esta passagem que aqui transcrevo:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 125\_6<sup>61</sup>: Embora muitos dos rituais do templo hajam tocado o seu senso do belo e do simbólico, ele ficou decepcionado sempre com a explicação dos sentidos reais dessas cerimônias, que os seus pais ofereceram em resposta às suas muitas perguntas perspicazes. Jesus simplesmente não aceitava as explicações para a adoração e a devoção religiosa envolvendo a crença na ira de Deus ou na braveza atribuída ao Todo-Poderoso. Numa discussão posterior dessas questões, depois de concluírem a visita ao templo, quando o seu pai insistiu com suavidade para que ele declarasse aceitar as crenças ortodoxas judaicas, Jesus voltou-se subitamente para os seus pais e, olhando com apelo dentro dos olhos do seu pai, disse: “Meu pai, não pode ser verdade - o Pai nos céus não pode tratar assim os seus filhos que erram pela Terra. O Pai celeste não pode amar os seus filhos menos do que tu me amas. E eu sei bem, não importa quão pouco sábio seja o que eu possa chegar a fazer, tu não irias jamais derramar a tua ira sobre mim, nem expandir a tua raiva em mim. Se tu, meu pai terreno, possuis esses reflexos humanos do divino, quão mais pleno de bondade não deve ser o Pai celeste e transbordante de misericórdia. Eu me recuso a acreditar que o meu Pai nos céus me ame menos do que o meu pai na Terra”.*

**Pai:** Muito grato.

## 5.15 Unidade e comunhão espiritual entre seres humanos

**Filho:** Certo garoto. Agora preste atenção, embora minha mente humana ainda não tenha despertado para grandeza do meu eu divino, tu sabes o *valor absoluto*<sup>62</sup> do espírito divino que vive na alma dos seres humanos. Pois bem, embora exteriormente ainda estejamos distantes da manifestação de nosso eu real, creio que podemos internamente comungar com o espírito de todos os seres através do espírito divino em nós, no centro causal de nossa própria alma, no coração vivo de nossa mente

<sup>61</sup> “Livro de Urantia”, Documento 125: “Jesus em Jerusalém”, Parágrafo 6.

<sup>62</sup> “Livro de Urantia”, Documento 111: “O Ajustador e a Alma”, Item 111.1: “A Mente, Arena da Escolha”, Parágrafo 2.

iluminada. Tu podes amar e comungar com Deus em ti e através Dele entrar em contato com Seu espírito em todos os seres humanos, mesmo aqueles que declaradamente te maldizem e exteriormente te desrespeitam.

**Pai:** Grato pelo bom conselho, saiba que esta experiência interior constantemente acontece. As vezes exatamente as pessoas que mais amo e para as quais mais me dedico, me tratam com desdém e desconsideram meu valor. Tu não imaginas como isso dói. Hoje em dia eu entendo o sofrimento de muitas pessoas de famílias desfeitas. Contudo estas dores profundas podem ser minoradas por nossa fé e comunhão com o Pai Espiritual de todos nós. Muitas vezes depois de anos de lealdade, bem querer e dedicação sincera às pessoas de nossa família, sinto que não somos reconhecidos. Nestes momentos, ao invés de me revoltar e cultivar ressentimentos, busco, no centro de minha alma, um contato com o espírito divino em mim e em todos, especialmente os que me ofendem.

Gostaria de dizer quantas coisas bonitas eu ouço no relicário de meu coração. Como eu anseio que todos de nossa família se fundam ao próprio eu divino e manifestem toda beleza que as vezes misericordiosamente me conforta do centro de minha própria alma. Realmente acredito que experimentei algum contato real com nosso Pai Espiritual e com gratidão recebi do Amor de *Sua Pessoa Suprema, Última, Absoluta e Infinita*<sup>63</sup>.

## 5.16 Manifestações da divindade potencial da alma emergente

**Filho:** Existe alguma passagem do “Livro de Urantia” que fale destas *coisas imponderáveis da vida humana e realidades espirituais vivas*<sup>64</sup>?

**Pai:** Sim, meu generoso amigo, mas antes de falar sobre isso, oremos para o Pai no Céu que nos criou a todos:

Oramos à Ti Senhor, para que quando a nossa carreira acabar, Tu faças dela *uma honra ao Vosso nome, um prazer para o Vosso espírito de bondade*<sup>65</sup>, e uma satisfação Para aqueles que ajudam a nossa alma.

**Filho:** Tudo bem, creio que você encontrou algo grandioso dentro de ti mesmo. Mas como você pode ter certeza da presença de Deus na sua vida?

**Pai:** Leia com carinho, humildade, gratidão e reconhecimento. Leia sobre os fenômenos que comprovam a presença de um espírito divino residindo dentro do ser humano.

*“Livro de Urantia”, parágrafo 101.3.4*<sup>66</sup>: Por meio da fé religiosa, é que a alma do homem revela a si própria e, do modo característico pelo qual ela induz a personalidade mortal a reagir a certas situações de provação e testes intelectuais e sociais, é que **tal alma demonstra a divindade potencial da sua natureza emergente**. A fé espiritual genuína (a consciência moral autêntica) é revelada por aquilo que:

1. Faz a ética e a moral progredirem, a despeito de tendências animais inerentes e adversas.
2. Produz uma sublime confiança na bondade de Deus, mesmo em face do desapontamento amargo ou derrotas esmagadoras.

<sup>63</sup> “Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.2: “Deus”, Parágrafo 10.

<sup>64</sup> “Livro de Urantia”, Documento 132: “A Permanência em Roma”, Item 132.3: “A Verdade e a Fé”, Parágrafo 2.

<sup>65</sup> “Livro de Urantia”, Documento 144: “Em Gilboa e na Decápolis”, Item 144.5: “Outras Formas de Prece”, Parágrafo 65.

<sup>66</sup> “Livro de Urantia”, Documento 101: “A Verdadeira Natureza da Religião”, Item 101.3: “As Características da Religião”, Parágrafo 4.

3. Gera profunda coragem e confiança, a despeito de adversidades naturais e de calamidades físicas.
4. Demonstra equilíbrio e compostura inexplicáveis, a despeito mesmo de doenças desconcertantes e de um sofrimento físico agudo.
5. Mantém um misterioso equilíbrio e a integridade da personalidade, em face de maus-tratos e da mais flagrante injustiça.
6. Mantém uma confiança divina na vitória última, a despeito das crueldades de um destino aparentemente cego e da indiferença aparentemente total das forças naturais para com o bem-estar humano.
7. Persiste inquebrantável na crença em Deus, apesar de todas as demonstrações em contrário da lógica, e resiste com êxito a todos os outros sofismas intelectuais.
8. Continua a demonstrar uma fé destemida na sobrevivência da alma, apesar dos ensinamentos enganosos da falsa ciência e da ilusão persuasiva das filosofias insanas.
9. Vive e triunfa independentemente da sobrecarga esmagadora de civilizações tornadas complexas e tendenciosas nos tempos modernos.
10. Contribui para a sobrevivência contínua do altruísmo, a despeito do egoísmo humano, dos antagonismos sociais, da ganância da indústria e dos desajustes políticos.
11. Adere com firmeza a uma crença sublime na unidade do universo e no guiamento divino, sem preocupações quanto à presença perturbadora do mal e do pecado.
12. Continua adorando a Deus a despeito de tudo e todos. Ousa declarar: “Ainda que Ele me mate, ainda assim servirei a Ele”.

Sabemos, pois, por intermédio de três fenômenos, que o homem tem um espírito divino, ou espíritos, residindo dentro dele: primeiro, pela experiência pessoal - a fé religiosa - ; segundo, pela revelação - pessoal e racial - ; e terceiro, pela demonstração surpreendente das reações extraordinárias, e não inatas, ao meio ambiente material, conforme ilustram as doze atuações de cunho espiritual, em face das situações de provação na vida real, as quais acabamos de citar. E ainda há outras.

# Capítulo 6

## Família Espiritualizada e Feliz

### 6.1 O matrimônio e a vida familiar segundo o livro de urantia

**Mãe:** Qual o objetivo deste diálogo?

**Pai:** Falar sobre a família de acordo com os pontos de vista de pais e mães dedicados, na luz da revelação do “*livro de urantia*”<sup>1</sup>.

**Mãe:** O que este livro fala sobre a família?

**Pai:** No livro de urantia existem três capítulos sobre o matrimônio e a família:

- “*Capítulo 82 - A Evolução do Matrimônio*”<sup>2</sup>
- “*Capítulo 83 - A Instituição do Matrimônio*”<sup>3</sup>
- “*Capítulo 84 - O Matrimônio e a Vida Familiar*”<sup>4</sup>

**Mãe:** Mas o que dizem estes capítulos sobre a família?

**Pai:** Veja como é inspirador o início do capítulo 84 deste livro revelado:

“Livro de Urantia”, Capítulo 84:  
O Matrimônio e a Vida Familiar

A NECESSIDADE material fundou o matrimônio, o apetite sexual embelezou-o, a religião sancionou-o e exaltou-o, o estado exigiu-o e regulamentou-o; e em tempos mais recentes o amor evoluiu e começou até a justificar e glorificar o matrimônio como sendo o ancestral e o criador da instituição mais útil e sublime da civilização: o lar. A edificação do lar deveria, então, ser o centro e a essência de todo esforço educacional.

O acasalamento é, sobretudo, um ato de *autopetuação*<sup>5</sup> associado a vários graus de autogratificação; o matrimônio, com a edificação do lar em grande parte existe para automanutenção da espécie e implica a evolução da sociedade. A sociedade é, em si mesma, a estrutura que agrega as unidades familiares. Os indivíduos são muito temporários, como fatores planetários - são as

---

<sup>1</sup>“Livro de Urantia”.

<sup>2</sup>“Livro de Urantia”, Documento 82: “A Evolução do Matrimônio”.

<sup>3</sup>“Livro de Urantia”, Documento 83: “A Instituição do Matrimônio”.

<sup>4</sup>“Livro de Urantia”, Documento 84: “O Matrimônio e a Vida Familiar”.

<sup>5</sup>“Livro de Urantia”, Documento 69: “As Instituições Humanas Primitivas”, Item 69.1: “As Instituições Humanas Fundamentais”, Parágrafo 4.

famílias que promovem a continuidade da evolução social. A família é o canal através do qual flui o rio da cultura e do conhecimento, de uma geração a outra.

O lar é, basicamente, uma instituição sociológica. O matrimônio cresceu da cooperação para a automanutenção e da associação para a autopropetuação; nele, o elemento da autogratificação é bastante incidental. Entretanto, o lar abrange todas as três funções essenciais da existência humana; enquanto a propagação da vida faz dele a instituição humana fundamental, e o sexo torna-o distinto de todas as outras atividades sociais.

## 6.2 Trabalhando pelo amor, união e felicidade de nosso lar

**Mãe:** Pelo que entendi, a família é a instituição humana fundamental da civilização. Se isto for verdade, é muito importante que trabalhemos juntos pelo amor, união e felicidade no seio da família ...

**Pai:** Sim. E mesmo que não consigamos realizar isto na família presente, podemos colaborar para que os filhos, netos e descendentes, cresçam e formem famílias ideais. Tu és dedicada e trabalhadora, vamos colaborar para que as crianças desenvolvam um caráter leal e verdadeiro e se qualifiquem para formar famílias unidas e felizes. Desta forma, quando ressuscitarmos para vida eterna, pela graça de Deus, estaremos imbuídos de alegrias e de uma grande vontade de ascender até o Paraíso ao encontro de nosso Criador, O Pai de nossa Família Universal.

### 6.2.1 Vivendo felizes aqui e agora, no caminho ideal

**Mãe:** Pois é na felicidade aqui e agora que eu penso. Creio que se cada um dos nossos passos for o melhor possível, nosso caminho será o ideal. De que adianta olharmos lá na frente se nossa casa está ardendo nas chamas do egoísmo, da desunião, da mentira e da deslealdade? Eu concordo com a fé em Deus bondoso, pleno de Amor por nossas almas, e capaz de nos conduzir ao Paraíso e a vida eterna. Mas sabemos que no momento isso é uma fé e esperança, destas coisas teremos certeza depois da ressurreição, ou antes, caso nossa alma imortal tenha sido suficientemente engrandecida, por nossas decisões humanas orientadas pelo espírito divino residente na mente de cada um de nós.

Mas isso é apenas o preâmbulo do que eu quero dizer. Talvez o objetivo desta nossa vida humana seja desenvolver um amor pela vida em si, desenvolver a vontade de viver, de ser, de existir. Se esta vontade pró-vida crescer e se além disso conseguirmos viver colaborativamente, com harmonia e respeito por nossos companheiros humanos, eu sei que a maioria de nós quando diante da opção pela vida eterna e ascensão até o Paraíso, irá dizer sim para nosso Criador, o Pai Espiritual de todas as pessoas eternas.

**Pai:** Muito sábia e simples esta sua filosofia de vida. Realmente se vivermos o melhor possível aqui e agora, cada vez mais nos qualificaremos para um maior serviço e uma maior receptividade à vida mais plena do espírito. Vivamos lealmente ao nosso presente estado em cada momento, assim leais à nossa vida e todas as pessoas da família, cresceremos em harmonia e seremos bons pais e mães para as crianças. É muito pertinente a seguinte citação neste momento de nosso diálogo:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 100.1-4<sup>6</sup>: ... As crianças impressionam-se permanentemente apenas pela lealdade dos seus companheiros adultos; os preceitos, ou o exemplo mesmo, não exercem influência duradoura. As pessoas leais são pessoas em crescimento, e o crescimento é uma realidade que causa forte impressão e que inspira. Vivei lealmente hoje - cresci - , e o amanhã responderá por si. **A maneira mais rápida de um girino tornar-se uma rã é vivendo lealmente cada momento como um girino.***

---

<sup>6</sup>“Livro de Urantia”, Documento 100: “A Religião na Experiência Humana”, Item 100.1: “O Crescimento Religioso”, Parágrafo 4.

## 6.2.2 O ser humano primeiro vive e depois pensa sobre o seu viver

**Mãe:** Então sigamos **vivendo lealmente cada momento**, leais ao estado presente de *posição, significado e valor*<sup>7</sup> da nossa personalidade.

**Pai:** Exatamente. Afinal, *o ser humano primeiro vive e depois pensa sobre o seu viver*<sup>8</sup>. Não é sábio perder tempo com especulações infrutífera e conflitos desnecessários. Temos tantas coisas práticas para realizar de forma a conseguirmos *espiritualizar mais completamente a nossa vida*<sup>9</sup> no cotidiano e desempenhar fielmente nossos deveres comuns da existência mortal rotineira.

## 6.2.3 Cuidando da vida e buscando a felicidade integral

**Mãe:** Sim, então chegamos à um consenso: vamos cuidar da vida e buscar nossa felicidade aqui e agora. Agora eu lhe pergunto: como chegar à felicidade integral?

**Pai:** Eu creio que a felicidade integral é a consciência de estarmos sendo e agindo da melhor forma possível. Esta plenitude acontece toda vez que nosso eu inteiro e unificado está de acordo em uma decisão, pensamento, palavra e ação. Quando nosso *espírito, alma, mente e corpo*<sup>10</sup> vivo estão unificados harmonicamente na nossa personalidade, nos sentimos íntegros e plenos. Vivenciamos a felicidade de estarmos caminhando harmonicamente em direção ao nosso destino. Se não existe esta unificação e integridade, estaremos em conflito interior.

## 6.2.4 Conflitos naturais da nossa vida que se move de nossa origem animal-material para nosso destino divino-espiritual

**Mãe:** Eu discordo que o conflito em si seja um mensurador da infelicidade. Um animal não tem conflitos interiores, embora não tenha um potencial espiritual como o ser humano. Talvez o conflito entre a carne e o espírito seja algo natural dos seres humanos, que caminham de uma origem animal, material e mortal para um destino divino, espiritual e eterno.

**Pai:** Você tem razão. As vezes os conflitos são necessários para se elevar do estado dos prazeres mais imaturos e temporários até a maturidade de uma felicidade mais plena e eterna. Não temos conflitos quando vivemos uma vida totalmente na carne ou uma vida plena no reino do espírito. É na transição entre nossa origem animal-material e destino divino-espiritual, que surgem conflitos e indecisões naturais. Quando Jesus estava ensinando os instrutores e crentes ele mencionou estes conflitos naturais do amadurecimento, nas palavras do Mestre:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 159.3-7<sup>11</sup>: ... Preveni a todos os crentes a respeito do nível de conflito que deve ser enfrentado por todos aqueles que passam da vida, como é vivida na carne, para a vida mais elevada, como é vivida no espírito. Para aqueles que vivem inteiramente dentro de qualquer dos reinos, há um pequeno conflito ou confusão, mas todos estão fadados a experimentar uma incerteza, maior ou menor, durante os tempos de transição entre os dois níveis de vida. ...*

---

<sup>7</sup> “Livro de Urantia”, Documento 112: “A Sobrevivência da Pessoaalidade”, Item 112.1: “A Pessoaalidade e a Realidade”.

<sup>8</sup> “Livro de Urantia”, Documento 112: “A Sobrevivência da Pessoaalidade”, Item 112.2: “O Eu”, Parágrafo 6.

<sup>9</sup> “Livro de Urantia”, Documento 91: “A Evolução da Prece”, Item 91.7: “O Misticismo, o Êxtase e a Inspiração”, Parágrafo 9.

<sup>10</sup> “Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 7.

<sup>11</sup> “Livro de Urantia”, Documento 159: “A Campanha na Decápolis”, Item 159.3: “O Ensino para os Instrutores e para os Crentes”, Parágrafo 7.

## 6.2.5 Vivendo na terra, guiados pelo espírito

**Mãe:** Não seria mais normal viver nossa vida na terra mais conectados com nosso corpo carnal e se dedicar à vida no espírito depois da ressurreição de nossas almas?

**Pai:** É preciso lembrar que a alma é edificada toda vez que agimos guiados pelo espírito. A alma é uma co-criação do espírito divino e da mente humana. Se nós vivermos totalmente voltados para os impulsos da carne, estaremos vivendo como animais. Perderemos a oportunidade de junto com o espírito divino edificar nossa própria alma. *De que vale a um ser humano ganhar o mundo inteiro e perder a sua própria alma?*<sup>12</sup>. Isto significa que se rejeitarmos o espírito divino doador da vida em nós, não edificaremos nossa alma imortal, e não sobreviveremos para vida eterna. É fundamental para nossa sobrevivência eterna, entender a origem e natureza de nossa própria alma. A seguinte citação é importantíssima para todo buscador sincero do Doador da Vida e da vida eterna:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5\_10*<sup>13</sup>: ... **A alma** do homem é uma aquisição experiencial. À medida que uma criatura mortal escolhe “cumprir a vontade do Pai dos céus”, assim o espírito que reside no homem torna-se o pai de uma nova realidade na experiência humana. A mente mortal e material é a mãe dessa mesma realidade emergente. A substância dessa nova realidade não é nem material, nem espiritual - é moroncial. Essa é a alma emergente e imortal que está destinada a sobreviver à morte física e iniciar a ascensão ao Paraíso.

## 6.2.6 Conflitos psíquicos naturais do crescimento

**Mãe:** Então viver uma vida cada vez mais espiritualizada é uma questão de sobrevivência de nossa pessoa na ressurreição de nossa alma, filha do espírito divino em nossa mente. Neste caso devemos entender os conflitos naturais que surgirão na vida de todos os buscadores da vida eterna no espírito.

**Pai:** Sim. Existe naturalmente um conflito advindo do crescimento e do desenvolvimento de nossa personalidade. De acordo com a revelação, a bíblia da terra, re-enfatizamos que:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 100.4\_2*<sup>14</sup>: ... As perplexidades religiosas são inevitáveis; não pode haver nenhum crescimento sem conflito psíquico e sem agitação espiritual. A organização de um modelo filosófico de vida requer uma perturbação considerável nos domínios filosóficos da mente. A lealdade não é exercida em nome daquilo que é grande, bom, verdadeiro e nobre, sem uma batalha. O esforço é seguido do esclarecimento da visão espiritual e da ampliação do discernimento de visão cósmica. E o intelecto humano reluta contra ser desmamado da alimentação das energias não espirituais da existência temporal. A mente animal indolente rebelde-se contra exercer o esforço exigido pela luta na solução dos problemas cósmicos.

## 6.2.7 Conflitos da natureza humana

**Mãe:** Mas como poderemos ser felizes se vivemos com conflitos interiores?

**Pai:** Na verdade os conflitos existem na transição entre a vida na carne e a vida no reino do espírito. A revelação apresenta o testemunho de um anjo serafim do destino sobre a natureza conflituosa do sujeito humano de sua ministração:

---

<sup>12</sup>“Livro de Urantia”, Documento 158: “O Monte da Transfiguração”, Item 158.7: “O Protesto de Pedro”, Parágrafo 5.

<sup>13</sup>“Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 10.

<sup>14</sup>“Livro de Urantia”, Documento 100: “A Religião na Experiência Humana”, Item 100.4: “Os Problemas do Crescimento”, Parágrafo 2.

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 111.7\_5<sup>15</sup>: ... “Muito da minha dificuldade deveu-se ao conflito interminável entre as duas naturezas do meu sujeito: a urgência da ambição, em oposição à indolência animal; os ideais de um povo superior, trespassados pelos instintos de uma raça inferior; os altos propósitos de uma grande mente, antagonizados pelo impulso de uma hereditariedade primitiva; a visão ampla de um Monitor perspicaz, contrafeita pela visão estreita de uma criatura do tempo; os planos progressivos de um ser em ascensão, modificados pelos desejos e aspirações de uma natureza material; os lampejos da inteligência universal, cancelados pelos comandos da energia química da raça em evolução; o impulso angélico, em oposição às emoções de um animal; o aperfeiçoamento de um intelecto, anulado pelas tendências do instinto; a experiência do indivíduo, em oposição às propensões acumuladas da raça; as aspirações ao que há de melhor, sendo obliteradas pela inconstância do pior; o vôo do gênio, neutralizado pelo peso da mediocridade; o progresso do bom, retardado pela inércia do mau; a arte da beleza, manchada pela presença do mal; a pujança da saúde, neutralizada pela debilidade da doença; a fonte da fé, poluída pelos venenos do medo; o manancial da alegria, amargurado pelas águas da dor; a felicidade da antecipação, desiludida pela amargura da realização; as alegrias da vida, sempre ameaçadas pelas dores da morte. Tal é a vida neste planeta! E ainda assim, por causa da ajuda e do impulso sempre presente do Ajustador do Pensamento, essa alma alcançou um nível razoável de felicidade e êxito e ainda agora ascendeu aos salões de julgamento de mansônia”.

### 6.2.8 Jesus, vida eterna e felicidade

**Mãe:** Eu não sei o que dizer, eu queria simplesmente ser feliz. Gosto das coisas simples.

**Pai:** Eu respeito a sua determinação em alcançar seus objetivos de valor. Nosso objetivo é a vida eterna e a felicidade de toda família. Podemos aprender muito sobre a felicidade interior entendendo a esclarecedora *lição sobre o contentamento*<sup>16</sup> ministrada pelo Mestre. Esta lição é concluída mencionando-se a forma positiva como Jesus via a nossa vida neste mundo:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 149.5\_5: ... Jesus dificilmente considerava este mundo um “vale de lágrimas”. Ele o via mais como “**o vale da edificação das almas**”, a esfera do nascimento dos espíritos eternos e imortais de ascensão ao Paraíso.

### 6.2.9 Espiritualidade, bondade e felicidade

**Mãe:** Eu estou confusa, quero simplesmente ser feliz. O que faço?

**Pai:** Busque à Deus em espírito. E lembre-se:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 149.5\_5: ... “um bom ser humano tirará a satisfação de dentro de si”. ‘Um coração feliz faz uma fisionomia alegre e é uma festa contínua. Melhor é ter só um pouco, fazendo reverência ao Senhor, do que ter um grande tesouro e complicações junto a Deus”.

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 39.4\_13<sup>17</sup>: ... “Não há nenhuma recompensa material para a vida na retidão, mas há a satisfação profunda - a consciência da realização - e isso transcende qualquer recompensa material concebível.”

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 131.3\_3: ... A felicidade e a paz da mente seguem o pensamento puro e a vida virtuosa, como a sombra segue a substância das coisas materiais.

---

<sup>15</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 111: “O Ajustador e a Alma”, Item 111.7: “O Problema do Ajustador”, Parágrafo 5.

<sup>16</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 149: “A Segunda Campanha de Pregação”, Item 149.5: “A Lição sobre o Contentamento”.

<sup>17</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 39: “As Hostes Seráficas”, Item 39.4: “Os Serafins Administradores”, Parágrafo 13.

## 6.2.10 O budismo na época de Jesus

**Mãe:** Creio que esta última citação sobre a felicidade, pertence aos ensinamentos budistas!?

**Pai:** Sim, de acordo com o livro de urantia, com ajuda de Jesus, o indiano Ganid elaborou uma coleção dos ensinamentos das religiões do mundo sobre Deus e as suas relações com o homem mortal, inclusive da religião *budista*<sup>18</sup>. E o budismo contemporâneo se apresenta como um remédio para cessar o sofrimento.

### 6.2.10.1 Felicidade integral sem sofrimentos

**Mãe:** E cessar o sofrimento é a mesma coisa que felicidade?

**Pai:** Talvez não. Creio que a felicidade integral da qual falamos é inalienável da espiritualidade. A felicidade de nossa pessoa inteira se refere, no meu entendimento, a uma harmonia de toda nossa personalidade, principalmente *o espírito e a alma*<sup>19</sup>. Muitos sofrimentos cessam com a saúde do corpo e uma mente ponderada e sábia, contudo a felicidade da alma é possível se estivermos sendo conduzidos pelo Pai de nossa própria alma, o espírito divino em cada um de nós, chamado de *Ajustador de Pensamentos*<sup>20</sup>.

**Mãe:** Você está dizendo que a cessação do sofrimento talvez seja algo mais no nível corpóreo e mental, e a felicidade integral advém destes níveis básicos satisfeitos, mas também depende da alma e do espírito. Eu me interesso pela meditação, e sei de sua importância na filosofia budista.

**Pai:** Sim. Gautama Buda ensinou quatro verdades nobres que buscam um remédio para cessação dos sofrimentos. Ele entendeu que grande parte dos sofrimentos se devem aos desejos não realizados, e que a solução para isso é o Nirvana, a ausência de desejos efêmeros e desnecessários. Nas palavras da Bíblia (Livro) da Terra (Urantia):

“Livro de Urantia”, parágrafo 94.8.3 ... O evangelho original de Gautama baseava-se nas quatro verdades nobres:

1. As nobres verdades do sofrimento.
2. As origens do sofrimento.
3. A destruição do sofrimento.
4. O caminho da destruição do sofrimento.

Estreitamente ligada à doutrina sobre o sofrimento, e ao modo de escapar dele, estava a filosofia da Senda Óctupla: as visões certas, as aspirações justas, as palavras, as condutas, as vivências, o esforço, o raciocínio e a contemplação certos. A intenção de Gautama não foi tentar destruir todo esforço, o desejo e o afeto para escapar do sofrimento; o seu ensinamento era mais destinado a traçar, para o homem mortal, um quadro da futilidade que é colocar todas as esperanças e aspirações inteiramente em metas temporais e em objetivos materiais. Não se tratava tanto de evitar o amor do semelhante, mas de que o verdadeiro crente devesse também ver as realidades, para além das ligações desse mundo material, no futuro eterno.

Eu adiciono à este ensinamento a seguinte ponderação: se a ausência de sofrimentos advém quando estamos vivendo com todos os nossos desejos realizados, nós teremos sempre duas soluções para evitar o sofrimento, a primeira é batalhar para realizar nossos desejos e a segunda é desejarmos o que temos. Esta segunda solução é interior, e a meditação pode ajudar muito.

<sup>18</sup> “Livro de Urantia”, Documento 131: “As Religiões do Mundo”, Item 131.3: “O Budismo”.

<sup>19</sup> “Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 9.

<sup>20</sup> “Livro de Urantia”, Documento 107: “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

## 6.2.11 A felicidade das crianças guiadas pela Vontade de Deus

**Mãe:** Bem, corremos o risco de ficarmos parados e passivos se não desejarmos nada além do presente.

**Pai:** Você tem razão. Os seguidores de Gautama negligenciaram o fato de que *a mais alta felicidade está ligada à busca inteligente e entusiasta de metas dignas*<sup>21</sup>. Observe que:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 100.3\_1<sup>22</sup>: ... A religião não é a técnica para alcançar uma paz mental estática e abençoada; é um impulso para organizar a alma para o serviço dinâmico. ...*

Mas é possível você viver a bem-aventurança de ter tudo o que deseja aqui e agora e não estar parado.

**Mãe:** Como é isso? Uma meditação dinâmica? Uma ação não-fruitiva que não busque ganhos futuros? Um fluir junto com o “rio da vida”, no qual estamos parados dentro do movimento do todo, sem nadar contra correnteza?

**Pai:** Também, mas é em resumo, fazer a Vontade de Deus com a devoção e felicidade de uma criança. Na Pessoa Infinita de nosso Criador, temos tudo que nossa alma deseja. Mas ao mesmo tempo ele irá, se quisermos, expressar sua Vontade de Boa Ação para todos. E por amor a Ele sobre todas as coisas, iremos nos ver servindo nossa *família universal*<sup>23</sup> e amando à todos. Estaremos nos movendo por amor ao próximo, e nos perfeccionaremos com o espírito divino nos guiando a partir do íntimo de nossa alma.

## 6.3 A inefável experiência espiritual

**Mãe:** Talvez isto seja de difícil compreensão para alguns. Acredito que temos que buscar a experiência destas realidades espirituais. Para quem experimentou, não precisamos dizer muito para comunicar estas coisas, contudo quem não experimentou a realidade do próprio espírito e alma, não compreenderá estas coisas, mesmo com um número infundável de palavras. Afinal, o conhecimento você prova, a sabedoria você adquire, mas a Verdade do Ser da Pessoa Eterna, temos que experimentar no Centro Espiritual de nosso próprio Eu Divino.

No curso de meditação budista chamada Vipassana, ouvimos a respeito das etapas do aprendizado: 1 - audição; 2 - lógica; 3 - experiência.

Primeiro ouvimos ou lemos sobre um assunto, depois analisamos a lógica e coerência do que foi dito, contudo é somente depois da experiência que podemos dizer que comprovamos, sabemos e vivenciamos a verdade.

**Pai:** Eu concordo. A importância da experiência se aplica na espiritualidade e também na manutenção da nossa família humana, bem como da nossa família universal. Da minha experiência, afirmo que a orientação do espírito divino, no íntimo de cada um, é o fundamento de uma família eternamente unida no amor de alma.

Contudo, embora espiritualidade e família estejam relacionados, talvez não consigamos convencer verbalmente o outro, sobre a importância do amor da família e do amor à Deus. No Livro da Verdade - *“Truth Book”*<sup>24</sup> - aprendemos que:

---

<sup>21</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 94:** “Os Ensinamentos de Melquisedeque no Oriente”, **Item 94.8:** “A Fé Budista”, **Parágrafo 17.**

<sup>22</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 100:** “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.3:** “Conceitos de Valor Supremo”, **Parágrafo 1.**

<sup>23</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 6:** “O Filho Eterno”, **Item 6.8:** “A Compreensão do Filho Eterno”.

<sup>24</sup> **Internet:** “<http://www.truthbook.com>”.

“*Livro de Urantia*”, 103.8 *Filosofia e Religião*, parágrafo 103.8-3<sup>25</sup>: ... Um homem bom e nobre pode amar de um modo consumado à sua esposa, mas pode ser totalmente incapaz de passar satisfatoriamente em um exame escrito sobre a psicologia do amor marital. Outro homem, tendo pouco ou nenhum amor pela sua esposa, poderia passar nesse exame de um modo bastante aceitável. A imperfeição do discernimento daquele que ama sobre a verdadeira natureza do ser amado em nada invalida, seja a realidade, seja a sinceridade do seu amor.

Se vós realmente acreditais em Deus - se o amais e se o conheceis pela fé - , não permitais que a realidade dessa experiência seja, de nenhum modo, depreciada ou prejudicada pelas insinuações de dúvida vindas da ciência, da objeção capciosa da lógica, dos postulados da filosofia, ou das sugestões espertas de almas que, ainda que bem-intencionadas, querem criar uma religião sem Deus.

A certeza que tem o religioso conhecedor de Deus não deveria ser perturbada pela incerteza do materialista que duvida; antes, a fé profunda e a certeza inabalável nas experiências do crente é que deveriam lançar um profundo desafio à incerteza dos descrentes.

## 6.4 Síntese parcial deste diálogo

**Mãe:** Nós dialogamos sobre a importância da família, sobre a felicidade e sobre os conflitos filosóficos advindos do desenvolvimento da personalidade humana. Dialogamos sobre engrandecimento da alma e sobre os valores eternos. Dialogamos sobre o remédio do sofrimento, sobre o budismo e meditação, sobre o cristianismo e a ação social motivada pelo amor. Dialogamos sobre o fundamento experimental do conhecimento científico, da sabedoria filosófica e da verdade espiritual. Finalmente mencionamos o fato de que uma chuva de palavras exteriores não é suficiente para convencer um descrente da realidade de seu próprio espírito e alma. Contudo, qual o assunto central deste diálogo?

**Pai:** O assunto central deste diálogo é a família. Vimos como a família, unida no amor, é o fundamento da civilização e o berço da felicidade humana. Aprendemos sobre os conflitos naturais que surgem à medida que o centro causal de nossa mente se desloca de nosso ego carnal para nosso Eu Divino. Ficou claro que a espiritualidade é uma questão de sobrevivência, pois quando nosso corpo falecer é nossa alma imortal que, pela graça de Deus, poderá ressuscitar nos mundos celestiais, culminando com a sobrevivência de nossa pessoa unificada em nosso espírito eterno. Esta é nossa fé e esperança!

Contudo, paralelamente à isso, revimos as ponderações budistas sobre o sofrimento causado pelos desejos desregrados. E iríamos começar a falar sobre o fato de que a maioria dos desejos imaturos se baseiam no nosso corpo de origem animal, que busca o prazer e foge da dor. Contudo neste ponto do diálogo, chegamos à um consenso de que as palavras não são suficiente para convencer as pessoas, que ainda não viveram a experiência destas realidades espirituais do amor e da bondade.

## 6.5 Vida → lar → felicidade → prazer

**Mãe:** Vamos ser práticos. Buscamos a vida e a felicidade. O que fazer?

**Pai:** Em um lar unido teremos os três elementos básicos da felicidade humana: 1 - a manutenção da vida; 2 - a perpetuação dos pais nos filhos e 3 - a autogratificação e prazer.

---

<sup>25</sup> “*Livro de Urantia*”, Documento 103: “A Realidade da Experiência Religiosa”, Item 103.8: “Filosofia e Religião”, Parágrafo 3.

### 6.5.1 A diferença entre o amor de alma e a paixão carnal

**Mãe:** Talvez seja o momento de discernir entre o gostar e o amar. Roberto Carlos, após uma vida de amor e arte, após sua convivência marital com Maria Rita, após a composição do disco “*Amor Infinito*”, disse conclusivamente:

Eu descobri a diferença entre a paixão e o amor. A paixão é humana e temporária, o amor é da alma e eterno.

Roberto Carlos

**Pai:** Perfeito. A paixão e o gostar se referem mais aos prazeres de nosso corpo. Podemos gostar de objetos, contudo creio que amamos as pessoas. E o amor verdadeiro e eterno conecta todas as partes das pessoas que se amam. Principalmente a alma eterna de cada um. Não acredito que seja correto chamar o desejo sexual de amor. O amor de alma existe entre pai e mãe, entre irmãos e irmãs, entre idosos e crianças.

### 6.5.2 A alma eterna é o verdadeiro amor cristalizado

**Mãe:** Certa vez li a seguinte interpretação da palavra amor. **A-mor** é não-morte que é sinônimo de vida. Repare que associamos o **a-** de **a-mor** com a palavra não. É como na palavra **a-pagar**. **A-pagar** a luz significa não-pagar a luz.

**Pai:** Sim. De acordo com esta interpretação amor significa vida. É um fato que a nossa vida começa no amor de nossos pais. Mas nem toda a intimidade entre homem e mulher gera vida. E nem toda vida das crianças gerada na comunhão sexual, é recebida no amor responsável, leal e fiel de uma família unida. Nesta linha de raciocínio podemos dizer que o verdadeiro amor é tudo aquilo que gera e mantém a vida. Uma mãe que alimenta um filho, possibilita a vida, isto é amor vivificador.

Considerando que a alma é a nossa parte viva imortal, o amor entre o espírito eterno e a criatura humana se cristaliza na alma, que é tecida pelo espírito residente na mente humana. A alma é a realização da religião, da religião entre o espírito de Deus e o ser humano. A alma é o mandamento cristalizado de amar à Deus. E o verdadeiro amor entre as pessoas humanas é o amor entre as almas destas pessoas.

A verdade não é de um jeito hoje e outro jeito amanhã. A verdade é sempre a mesma, ontem, hoje e sempre. Por isso, o que é verdadeiro é eterno, como a Verdade. Sabendo que nosso espírito e nossa alma são, respectivamente, a parte eterna e imortal de nossa pessoa, concluímos que o amor verdadeiro e eterno entre os seres humanos é o amor entre suas almas e espíritos eternos. Concordo com Roberto Carlos em afirmar que: **o verdadeiro amor é da alma eterna.**

### 6.5.3 Amando e conhecendo a alma em nós e no outro

**Mãe:** Mas como podemos amar a **alma** do outro se não conhecemos nossa própria alma? Observo ainda que: *as coisas humanas devem ser conhecidas, para serem amadas, mas as coisas divinas devem ser amadas, para que sejam conhecidas*<sup>26</sup>. Considerando isso, eu pergunto, o que vem primeiro o amor ou o conhecimento da **alma**? Lembrando que a **alma** é filha do espírito divino e da mente humana.

**Pai:** Vamos com **c-alma**, vamos com-**a**alma. Não podemos amar no outro o que não amamos em nós mesmos. Primeiro temos que amar o espírito vivo no *núcleo absoluto do Ajustador da personalidade*

---

<sup>26</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 102**: “Os Fundamentos da Fé Religiosa”, **Item 102.1**: “As Garantias Dadas pela Fé”.

*humana*<sup>27</sup>. Desta forma, cada vez mais conhecemos o espírito pré-pessoal em nós. Então com fé e amor à Deus, co-criamos com este espírito divino, a nossa própria alma. Na medida que nossa alma é engrandecida, na nossa experiência de vida, orientada pelo espírito eterno em nós, cada vez mais discernimos algo vivo, imortal, de valor eterno e sem fim, crescendo dentro de nós. Já não sofremos com os medos animais de morrer, pois cada vez mais descobrimos em nós algo que nunca morre: nosso espírito e alma. Então experimentamos em nós mesmos a realidade de nosso espírito eterno e nossa alma imortal.

Descobrimos, o valor de todos os seres humanos, ao descobrir o valor de nossa própria alma. *Jesus amou tanto os homens porque atribuía a eles um valor muito elevado*<sup>28</sup>. Assim, amando e conhecendo a pessoa divina em nosso próprio interior, vamos com fé e esperança conhecendo e amando a pessoa divina no outro. Amamos e conhecemos à Deus e conhecemos e amamos às outras pessoas.

#### 6.5.4 O problema da dissolução da família

**Mãe:** Sinto-me iluminada com estes diálogos sobre o amor de alma. Mas gostaria de entender melhor os desejos e prazeres do corpo. Gostaria de uma solução para os conflitos que surgem quando as ações inspiradas pelo nosso espírito e alma são diferentes dos impulsos de nosso corpo biológico de origem animal. Antevejo a importância da amplitude de assuntos deste nosso diálogo sobre a família. Afinal, o desejo de prazer sexual e o individualismo egocêntrico, levam muitos pais e mães de família, à optarem pela dissolução do lar, e uma formação precária dos filhos. As escrituras védicas alertam que:

Da irreligiosidade vem a promiscuidade, da promiscuidade vem a prole indesejada, da prole indesejada vem a má educação e da má educação vem a ruína do mundo.

**Pai:** Realmente este é um enorme problema da civilização moderna. Do ponto de vista jurídico eu observo que a lei avançou na equalização dos direitos e deveres dos homens e das mulheres. Contudo as decisões judiciais das varas de família, frequentemente desrespeitam os direitos fundamentais das crianças. O direito fundamental natural de todo ser humano que nasce é o direito de ter pai e mãe. Atualmente os juízes as vezes demoram anos para decidir sobre os bens materiais nos divórcios e heranças, por outro lado com impetuosas medidas cautelares eles separam as crianças do pai ou da mãe.

#### 6.5.5 Família e psicologia do prazer

**Mãe:** Depois de analisar o amor de alma e os aspectos espirituais do lar, antes de nos aprofundarmos no aspecto jurídico das famílias, creio que é importante entendermos um pouco de psicologia e da mente humana. Afinal, as famílias são formadas por pessoas humanas, indivíduos íntegros são capazes de formar famílias unidas. Em uma personalidade unificada a alma e o espírito divino estão unidos à mente e ao corpo humano. Pessoas equilibradas e centradas no seu Eu Divino, certamente agirão de uma forma mais madura, que honre o trabalho de criar os filhos em uma família movida pelo amor de alma. Entendendo o alto valor das pessoas humanas, os pais e as mães tomarão decisões mais acertadas quando isto afetar a formação da personalidade de seus filhos e filhas. O que você tem à dizer sobre o aspecto psicológico, sobre a psique e a mente dos seres humanos?

---

<sup>27</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 5**: “A Relação de Deus com o Indivíduo”, **Item 5.6**: “O Deus da Pessoaalidade”, **Parágrafo 4**.

<sup>28</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 100**: “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.4**: “Os Problemas do Crescimento”, **Parágrafo 4**.

**Pai:** Nosso corpo humano possui um conjunto de necessidades vitais. Quando satisfazemos um ciclo de vida, fisiologicamente secretamos em nosso sangue substâncias que reforçam e enfraquecem as conexões sinápticas entre os neurônios. A mente material aprende e se modifica no sentido de tornar mais provável aqueles comportamentos que antecedem o prazer. De forma oposta, quando sofremos traumas, a aprendizagem faz diminuir as probabilidades de pensar, falar e agir da mesma forma que fizemos antes de eventos traumáticos de dor física e emocional. O corpo busca a vida biológica e foge da morte física.

Isso significa, que as substâncias neuro-moduladoras secretadas em nosso sangue à medida que temos experiências vitais, alteram nosso cérebro. Existe uma sabedoria psicológica em anteceder com uma oração, e pensamentos elevados, os ciclos de vida da alimentação, do sono e da reprodução. Afinal, se o prazer de satisfazer os ciclos de vida irá reforçar os comportamentos e consciência anterior, nada mais sábio que pensar em Deus antes dos momentos agradáveis e prazerosos da vida. É sábio elevar os pensamentos à Fonte da Vida, adorar, agradecer e orar, antes das refeições, de dormir e da comunhão de pai e mãe no leito humanamente sagrado da família. Assim, na nossa mente humana, iremos associar o prazer, a felicidade e a vida com o espírito divino em cada um de nós.

De forma oposta, se uma pessoa mente, engana e trai para ter prazer sexual, o prazer irá reforçar este comportamento iníquo e esta dessacralização do ser humano. Devemos ficar atentos aos pensamentos que acalentamos durante os momentos de prazer sexual. Caso contrário, poderemos nos habituar à cometer erros e até maldades contra as pessoas mais importantes de nossa vida e família eterna. É preciso ter sabedoria, é preciso saber viver.

### 6.5.6 Conselho prático para desenvolvimento integral da personalidade

**Mãe:** Puxa, talvez eu não entenda tão profundamente destas coisas psicológicas e neurológicas. Mas eu pergunto: O que devemos fazer em termos práticos para cada vez mais agirmos corretamente, adquirirmos hábitos limpos, desenvolvermos um bom caráter e nos tornarmos uma pessoa íntegra e equilibrada?

**Pai:** Certamente devemos decidir, pensar, falar e agir de acordo com a Vontade do espírito divino que vive no centro de nossa alma. Se fizermos isso cada vez mais seremos orientados à decisões de bom caráter, assim nos habituaremos à fazer tudo corretamente. Desta forma todos os prazeres de viver reforçarão nossas boas ações guiadas pelo *Ajustador de Pensamentos*<sup>29</sup>, o espírito imortal em cada um de nós.

### 6.5.7 Ensinaamentos de Jesus sobre os conflitos entre a carne e o espírito

**Mãe:** Espero que este diálogo possa se reverter em uma vida melhor e mais feliz. Será que o livro de urantia revela algum ensinamento de Jesus sobre este assunto dos conflitos humanos entre nossa origem animal-material e nosso destino divino-espiritual?

**Pai:** Sim. Veja a mestria de Jesus e a simplicidade e correção de seu ensinamento:

*“Livro de Urantia”, Item 156.5<sup>30</sup>:  
O Ensino de Jesus em Tiro*

Nessa quarta-feira à tarde, durante o seu sermão, Jesus antes contou aos seus seguidores a história do lírio branco que levanta a sua cabeça, pura como a neve, à luz do sol, enquanto as suas raízes estão enterradas no lodo e no esterco do solo escuro. Disse ele: “Conquanto o

<sup>29</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 107**: “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

<sup>30</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 156**: “A Estada em Tiro e Sidom”, **Item 156.5**: “O Ensino de Jesus em Tiro”.

homem mortal tenha as suas raízes de origem e de ser no solo animal da natureza humana, ele pode, ainda assim, pela fé, elevar a sua natureza espiritual até a luz do sol da verdade celeste e conceber, mesmo, os frutos nobres do espírito”.

“Parágrafo 156.5\_2”: ... “A vossa natureza espiritual - a alma, conjuntamente criada - é um desenvolvimento vivo, mas a mente e a moral do indivíduo são o solo a partir do qual essas manifestações mais elevadas, do desenvolvimento humano e do destino divino, devem florescer. O solo da alma em evolução é humano e material, mas o destino dessa criatura combinada, de mente e de espírito, é espiritual e divino”.

“Parágrafos 156.5\_4-5”: ... “Sabeis que os homens, muito frequentemente, são levados à tentação pelos desejos do seu próprio egoísmo e os impulsos da sua natureza animal. Quando sois tentados desse modo, eu vos recomendo que, ao mesmo tempo em que reconheçais a tentação, honesta e sinceramente, exatamente pelo que ela é, que redirijais inteligentemente as energias do espírito, da mente e do corpo, que estão buscando expressão, para canais mais elevados e para metas mais idealistas. Desse modo vós podeis transformar as vossas tentações nos tipos mais elevados de ministração mortal edificante, ao mesmo tempo em que evitais quase inteiramente esses conflitos desgastantes e enfraquecedores entre a natureza animal e a natureza espiritual.”

“Quero prevenir-vos, todavia, contra a loucura que é o afã de superar a tentação por meio do esforço de suplantar um desejo, adotando um outro desejo supostamente superior, e fazendo uso da mera força da vontade humana. Se quiserdes ser verdadeiramente triunfantes sobre as tentações da natureza inferior, deveis alcançar aquela posição de vantagem espiritual por meio da qual, real e verdadeiramente, desenvolvestes um interesse e um amor real pelas formas mais elevadas e idealistas, na conduta que a vossa mente deseja colocar no lugar daqueles hábitos inferiores e menos idealistas de comportamento e que reconheceis como sendo tentações. Desse modo, sereis libertados por meio da transformação espiritual, mais do que sobrecarregados cada vez mais com a supressão enganosa dos desejos mortais. O que é velho e inferior será esquecido no amor do novo e superior. A beleza sempre triunfa sobre a fealdade, nos corações de todos aqueles que são iluminados pelo amor da verdade. Há um forte poder de eliminação na energia de uma afeição espiritual nova e sincera. E de novo eu vos digo, não vos deixeis vencer pelo mal, mas antes triunfai junto com o bem, sobre o mal”.

### 6.5.8 Diferença entre imaturidade e pecado

**Mãe:** Olhando tudo isso me sinto um pouco envergonhada dos meus erros passados para com a família.

**Pai:** Como você olharia uma criança que come doces com compulsão, mesmo sabendo que o excesso faz mal para saúde? Talvez tudo isso seja mais uma imaturidade do que um pecado. A medida que amadurecemos vamos enxergando cada vez mais longe as consequências de nossas decisões e atos. Uma criança as vezes só antevê os acontecimentos de um dia. Ela basicamente se preocupa com o que vai comer e onde vai dormir. No período escolar começamos a planejar os meses e anos, passamos a estudar para as provas e agimos para passar de ano na escola. No ensino superior e no início da vida profissional enxergamos anos adiante e planejamos a aquisição de imóveis e a constituição de um patrimônio. Quando amadurecemos mais ainda podemos fazer um plano de uma vida humana inteira e planejamos edificar um lar para receber as crianças. E todos sabemos o que é necessário para um lar unido. Finalmente, se nossa fé e decisões nos conduziu para uma espiritualização de nossa mente e um conseqüente engrandecimento da alma, começamos a olhar as pessoas na eternidade e passamos a ver com mais leveza todas as tribulações da vida humana, nos levamos menos a sério e vivemos aqui e agora com uma paz e uma certeza cada vez maior na vida eterna!

**Mãe:** O que será, que a mais *recente apresentação da verdade*<sup>31</sup> para os mortais da terra, fala sobre esta imaturidade dos seres humanos, que leva à busca irresponsável do prazer?

---

<sup>31</sup> “Livro de Urantia”, Documento 92: “A Evolução Posterior da Religião”, Item 92.4: “A Dádiva da Revelação”, Parágrafo 9.

**Pai:** Além da citação anterior com os ensinamentos de Jesus, eu considero muito útil a seguinte passagem da revelação:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 100.1-1<sup>32</sup>: ... Uma criança avalia uma experiência de acordo com o seu conteúdo de prazer; a maturidade é proporcional à substituição do prazer pessoal pelos significados mais elevados, e mesmo pela lealdade aos conceitos mais elevados das situações diversificadas da vida e das relações cósmicas.*

**Mãe:** Como você entende isso?

**Pai:** Percebo que o amadurecimento do ser humano ocorre pelo crescimento do eu espiritual e *moroncial*<sup>33</sup>, no ventre do eu intelectual e material. O espírito descende e se expande a partir do centro causal da alma, no centro da mente, no seio do corpo. Quando somos crianças nosso corpo de origem animal e nossa mente em desenvolvimento estão mais aparentes. Por isso, na infância, nos voltamos mais para o prazer de satisfazer as necessidades vitais básicas. A medida que espiritualizamos nossa vida, nosso eu espiritual reina mais e mais. A visão mais ampla do espírito divino passa a preponderar. Observe que:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 107\_7<sup>34</sup>: ... Nos mundos evolucionários, as criaturas volitivas passam por três estágios de desenvolvimento do ser: em Urantia, desde a chegada do Ajustador até um crescimento relativamente completo, perto dos vinte anos de idade, quando os Monitores são algumas vezes designados Mutadores do Pensamento. Dessa idade, até atingir a idade do discernimento, que se dá aos quarenta anos, os Monitores Misteriosos são chamados de Ajustador dos Pensamentos. Depois de atingir a idade do discernimento até a libertação da carne, eles são, muitas vezes, chamados de Controladores do Pensamento. ...*

### 6.5.9 Os perigos da autogratificação

**Mãe:** Estou cansada. Gostaria de concluir esta etapa deste diálogo e conversar mais em outras oportunidades. Você gostaria de fazer mais alguma colocação antes de concluirmos?

**Pai:** Ao admitirmos que a família unida no amor é o ideal humano de felicidade, é muito importante a compreensão dos motivos que levam a dissolução da família.

**Mãe:** E qual você crê que é o maior perigo contra a família?

**Pai:** A busca pouco sábia do prazer e da autogratificação em detrimento da manutenção do lar e da boa educação dos filhos. De acordo com a revelação:

*“Livro de Urantia”, Item 84.8<sup>35</sup>:  
Os Perigos da Autogratificação*

A grande ameaça contra a vida familiar é a inquietante maré montante de autogratificação, a mania moderna do prazer. O incentivo primordial ao matrimônio costumava ser econômico; a atração sexual era secundária. O matrimônio, baseado na automanutenção, conduziu à autopreservação e, concomitantemente, trouxe uma das formas mais desejáveis de autogratificação. É a única instituição da sociedade humana que engloba todos os três grandes incentivos da vida.

---

<sup>32</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 100:** “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.1:** “O Crescimento Religioso”.

<sup>33</sup> **“Livro de Urantia”, Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.5:** “Realidades da Pessoalidade”, **Parágrafo 12.**

<sup>34</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 107:** “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”, **Parágrafo 7.**

<sup>35</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 84:** “O Matrimônio e a Vida Familiar”, **Item 84.8:** “Os Perigos da Autogratificação”.

Originalmente, a propriedade era a instituição básica da automanutenção, enquanto o matrimônio funcionava como a singular instituição de autoperpetuação. Apesar de a satisfação trazida pela comida, jogos e humor, e o deleite do sexo periódico, serem todos meios de autogratificação, continua sendo um fato que os costumes em evolução hajam fracassado em edificar qualquer outra instituição de autogratificação. E é devido a tal fracasso, de fazer evoluir **técnicas especializadas de desfrutes agradáveis**, que todas as instituições humanas estão completamente impregnadas dessa busca do prazer. A acumulação de propriedades está-se tornando um instrumento para aumentar todas as formas de autogratificação e, ao mesmo tempo, o matrimônio muitas vezes é visto apenas como um meio para o prazer. E essa indulgência excessiva, essa mania de prazer, tão amplamente disseminada, constitui hoje a maior ameaça jamais dirigida à instituição evolucionária social da vida familiar: o lar.

...

“Parágrafos 84.8\_4-6”: ... Há um perigo real na combinação da inquietação, da curiosidade, da aventura e do abandono ao prazer, característicos das raças pós-anditas. A fome da alma não pode ser satisfeita por meio dos prazeres físicos; o amor do lar e das crianças não aumenta com uma busca pouco sábia do prazer. Embora possais exaurir os recursos da arte, da cor, do som, do ritmo, da música e dos adornos pessoais; não podeis, com isso, esperar elevar a alma ou nutrir o espírito. A vaidade e a moda nada podem conferir à edificação do lar e à educação dos filhos; o orgulho e a rivalidade são impotentes para elevar as qualidades de sobrevivência das gerações que se sucedem.

Todos os seres celestes em avanço desfrutam do repouso e da ministração dos diretores da reversão. Todos os esforços para obter diversões sadias e praticar jogos que elevam são saudáveis; o sono restaurador, o repouso, a recreação e todos os passatempos que evitam o enfado da monotonia valem a pena. Os jogos competitivos, as narrativas de histórias e mesmo o gosto da boa comida podem-se constituir em formas de autogratificação. ...

Que o ser humano goze a vida; que a raça humana encontre o prazer de mil e uma maneiras; que a humanidade evolucionária explore todas as formas de legítima autogratificação, fruto da longa luta biológica de elevação. O ser humano fez por onde ganhar alguns dos seus júbilos e prazeres atuais. Prestai, porém, muita atenção à meta do destino! Os prazeres são suicidas, de fato, se tiverem êxito em destruir a propriedade que se tornou a instituição da automanutenção; e as autogratificações terão de fato custado um preço fatal, se acarretarem o colapso do matrimônio, a decadência da vida familiar e a destruição do **lar - a aquisição evolucionária suprema do ser humano, e a única esperança de sobrevivência da civilização.**

## 6.6 Passeio no parque e aniversário feliz

**Mãe:** Puxa, qualquer um que ler e entender isso ficará preocupado com o estado atual do mundo.

**Pai:** Bom, talvez o importante seja a solução para o problema da separação da família. Repare que a ausência de **técnicas especializadas de desfrutes agradáveis** é uma das causas da busca de prazer pouco sábia que em alguns casos provoca a dissolução do lar.

**Mãe:** Que atitudes você sugere para termos momentos de prazer agradáveis que unifiquem a família.

**Pai:** Passeio aos domingos no parque da cidade e feliz aniversário!

**Mãe:** Boa idéia! Grata.

# Capítulo 7

## Diálogo, Psicologia e Espiritualidade

### 7.1 Afinidade, Realidade e Comunicação

**Pai:** O que você está achando destes diálogos?

**Filho:** Eu estou gostando destes textos de “fique são (ficção)”. Um material escrito nos dá tempo de organizarmos as idéias e pensar melhor no que vamos comunicar.

**Pai:** Eu também fico imensamente feliz com sua pré-disposição ao diálogo, mesmo que escrito e pautado por intervalos de ponderação. Proponho que periodicamente seja escrito um diálogo como este. Aí surgirão questões, conversamos pessoalmente e escrevemos um novo diálogo. Desta forma perfeccionaremos nossa comunicação e o triângulo **ARC** da nossa relação se fortalecerá.

**Filho:** Triângulo **ARC**! Você deve estar falando do conceito de **Afinidade, Realidade e Comunicação**<sup>1</sup>. Os três fatores presentes em todas as relações humanas genuínas.

**Pai:** Exatamente. Todas as relações entre as pessoas são baseadas no amor ou **Afinidade**, no conhecimento mútuo ou **Realidade**, e no diálogo ou **Comunicação**. O originador da dianética e da ciëntologia concebeu estes três pilares nas relações humanas. Chamou este conceito de triângulo **ARC**. Com **A** de **Afinidade**, **R** de **Realidade** e **C** de **Comunicação**.

Primeiro precisamos de um mínimo de **Afinidade** para que estejamos juntos e nos associemos. Com este contato mínimo podemos iniciar uma **Comunicação**. Nos comunicando e dialogando cada vez mais iremos nos conhecer e nos compreender mutuamente. Assim aos poucos iremos compartilhar a **Realidade** de nossas pessoas um com o outro. Sabendo disso, eu fico muito feliz quando nos encontramos, dialogamos e nos conhecemos melhor.

### 7.2 Amor, Conhecimento mútuo e Diálogo

**Filho:** Eu também fico feliz quando estamos bem. Só depende de nós. Lembro de uma passagem do livro que ganhei de presente no meu aniversário. Esta passagem fala sobre como amamos mais as pessoas quando às conhecemos de verdade:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 100.4-5<sup>2</sup>: ... Se apenas pudésseis penetrar os motivos dos vossos semelhantes, quão melhor os entenderíeis! Se vós pudésseis apenas conhecer os vossos semelhantes, iríeis finalmente encher-vos de amor por eles.*

---

<sup>1</sup>**Informativo:** “Citações: O que é Ciëntologia?”, **Seção 3:** “Ciëntologia: um conhecimento da vida”, **Subseção 3.4:** “Afinidade, realidade e comunicação”.

<sup>2</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 100:** “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.4:** “Os Problemas do Crescimento”, **Parágrafo 5.**

**Pai:** Observe, que nos conhecendo iremos nos amar, nos amando iremos dialogar, e ao dialogar nos conheceremos ainda melhor. Visualizo em nosso futuro uma espiral crescente de amor, diálogo e conhecimento, nas palavras de L. Ron Hubbard<sup>3</sup>: afinidade, comunicação e realidade pessoal conhecida.

## 7.3 O espírito divino que reside na mente humana

**Filho:** Eu entendi a importância do diálogo. Vamos aproveitar as oportunidades nas quais estamos nos comunicando. Eu te pergunto: o que você considera mais importante de compartilharmos?

**Pai:** O auto conhecimento é muito importante. Muita sabedoria advém quando buscamos compreender a *origem, natureza e destino*<sup>4</sup> da pessoa humana. A verdade eterna e absoluta do nosso espírito divino vindo do seio de Deus, se revela quanto mais amamos e conhecemos Ele, que é *O Pai Universal*<sup>5</sup>, a Primeira Fonte e Centro de todas as coisas e todos os seres. O mais importante é *o espírito do Pai Universal que vive dentro da nossa própria mente*<sup>6</sup>. Este **espírito imortal pré-pessoal** se tornará uma parte de nossa personalidade eterna quando nossa alma se religar, se unir, se fundir com este **espírito divino** em nós. De acordo com a revelação:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5\_9<sup>7</sup>: ... O espírito divino que reside na mente do homem - o Ajustador do Pensamento<sup>8</sup>. Este espírito imortal é pré-pessoal - não é uma personalidade, se bem que esteja destinado a transformar-se em uma parte da personalidade da criatura mortal, quando da sua sobrevivência.*

## 7.4 Pessoaalidade ou personalidade

**Filho:** O que você está chamando de pessoaalidade?

**Pai:** A pessoaalidade é um dom de Deus que **unifica** todos os quatro fatores da nossa individualidade: corpo, mente, espírito e alma. Na *introdução do livro de urantia*<sup>9</sup> é revelado que:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 0.5\_11: ... A pessoaalidade do homem mortal não é corpo, nem mente, nem espírito; e também não é a alma. A pessoaalidade é a única realidade invariável em meio a uma experiência constantemente mutável da criatura; e ela **unifica** todos os outros fatores associados da individualidade. A pessoaalidade é o único dom que o Pai Universal confere às energias vivas e associadas de matéria, mente e espírito, e que sobrevive junto com a sobrevivência da alma moroncial.*

### 7.4.1 Pessoa e pessoaalidade

**Filho:** Será que você chama de pessoaalidade o que eu chamo de personalidade?

---

<sup>3</sup>L. Ron Hubbard foi o valoroso ser humano que concebeu a dianética da alma e a cientologia do espírito. Também concebeu o triângulo ARC de Afinidade, Realidade e Comunicação.

<sup>4</sup>“Livro de Urantia”, Documento 30: “As Pessoaalidades do Grande Universo”, Item 30.4: “Os Mortais Ascendentes”, Parágrafo 10.

<sup>5</sup>“Livro de Urantia”, Documento 1: “O Pai Universal”.

<sup>6</sup>“Livro de Urantia”, Documento 5: “A Relação de Deus com o Indivíduo”, Item 5.2: “A Presença de Deus”, Parágrafo 3.

<sup>7</sup>“Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.5: “Realidades da Pessoaalidade”, Parágrafo 9.

<sup>8</sup>“Livro de Urantia”, Documento 107: “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

<sup>9</sup>“Livro de Urantia”, Documento Preliminar: “Introdução”.

**Pai:** Personalidade e pessoalidade são sinônimos em português. Contudo a palavra **pessoalidade** contém a palavra **pessoa**.

**Filho:** Eu havia aprendido que a palavra **personalidade** deriva-se da palavra **persona**. Estou agora aprendendo que a palavra **pessoalidade** deriva-se da palavra **pessoa**. Mas qual a diferença entre as palavras **persona** e **pessoa**?

**Pai:** No meu entendimento do “*livro de urantia*”<sup>10</sup>, a palavra **pessoa** se refere à totalidade do nosso ser, o dom unificador de nosso espírito, alma, mente e corpo. É revelado que o Criador Divino e a criatura humana *podem coexistir em uma pessoalidade unificada*<sup>11</sup>. Em nossa pessoalidade, manifestada e centrada em Deus, podem coexistir a alma e o espírito divino unificados com a mente e o corpo humano.

## 7.4.2 Persona e personalidade

**Filho:** E a palavra **persona**?

**Pai:** Certa vez eu li que a palavra **persona** vem do grego. Nesta língua **sona** significa **som**, **per-sona** é por onde passa o **som**. É uma referência ao instrumento dos antigos atores gregos por onde passava o **som** dos personagens que eles representavam.

**Filho:** Qual a relação deste significado de **persona** e **personalidade** com as realidades da **pessoalidade** reveladas no livro de **urantia**?

**Pai:** Tenho uma interpretação pessoal sobre este assunto. Assim como o “**sona**”, o “**som**” da fala dos atores passava pela “**persona**”, o “**instrumento**” que eles usavam no rosto enquanto representavam no teatro, também o “**som**”, a fala do nosso ser passa através de nosso corpo vivo. Nosso corpo é como uma roupagem, um veículo, um “**instrumento**”, é a camada exterior da “**persona**” por onde passa o som de nossa fala, e as expressões de nosso ser, quando nos relacionamos com outras pessoas humanas.

**Filho:** Você está associando a palavra **persona** com o interior do corpo vivo através do qual se expressa nossas pessoas?

**Pai:** De certa forma sim. Vejo o corpo como uma roupa da mente. Percebo a mente como um ventre da alma. Busco a alma envolvendo o espírito. Assim o logos divino do espírito flui através da alma. A alma é engrandecida na mente receptiva. E o som das palavras e expressões da mente passam pelo corpo. O corpo, a mente, a alma e o espírito são como envoltórias concêntricas de nossa **pessoalidade unificada**. As energias associadas, de natureza material, mental e espiritual, constituem o *veículo do organismo para a manifestação da pessoalidade*<sup>12</sup>.

## 7.4.3 Conheça primeiro sua própria pessoa integral

**Filho:** Evitemos divagações. Sábios aconselharam: “conheça primeiro a ti mesmo”. Por isto estou interessado em saber quem sou eu. Busco conhecer a origem, natureza e destino de minha própria pessoa. Este é o motivo de lhe fazer perguntas sobre o significado das palavras **pessoa** e **persona**, e das palavras derivadas **pessoalidade** e **personalidade**. Por favor, de forma sintética, qual o significado destas palavras de acordo com sua interpretação?

**Pai:** Creio que a palavra **pessoalidade** diz respeito à um ponto de vista mais espiritual de nossas

---

<sup>10</sup> “**Livro de Urantia**”.

<sup>11</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar**: “Introdução”, **Item 0.5**: “Realidades da Pessoalidade”, **Parágrafo 3**.

<sup>12</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 16**: “Os Sete Espíritos Mestres”, **Item 16.8**: “A Pessoalidade em Urantia”, **Parágrafo 3**.

pessoas, à uma *consciência do lado interno da experiência humana*<sup>13</sup>, à uma introvisão do espírito no centro da alma, no centro da mente, envolvida pelo corpo. Por sua vez a palavra personalidade pode ser usada em um exame do lado de fora das criaturas humanas, em um ponto de vista do corpo envolvendo a mente, envolvendo a alma, envolvendo o espírito e todos unificados pela nossa *personalidade integradora*<sup>14</sup>.

No meu entendimento, ser uma pessoa significa também reconhecer e se associar com outras pessoas. Assim, podemos falar em pessoalidade quando quisermos nos referir à nossa associação com as pessoas *supra-humanas*<sup>15</sup> e divinas da nossa família universal pela graça de Deus. E talvez, possamos utilizar a palavra personalidade para nos referir à nossa associação com outras pessoas humanas.

Ao buscar o auto-conhecimento, buscamos conhecer o nosso *eu, pessoalidade e personalidade*<sup>16</sup>. Li que na antiga grécia, “**persona**” era um instrumento de **comunicação** por onde passava o “**sona**”, o “som” da fala dos atores humanos. Ser uma pessoa implica na potencialidade de auto-expressão e **comunicação** com outras pessoas. Uma característica importante das pessoas são as relações que ela cultiva com outras pessoas. Isso me faz lembrar de um ditado popular: “*me diga com quem andas e eu te direi quem você é*”. O **Pai Universal** é o único *eu auto-existente em si*<sup>17</sup>. Assim, todas as criaturas pessoais existem pela graça deste Pai do Céu. Por isso, antes mesmo de ser um “eu”, somos uma “pessoa” aos olhos de Deus. Concluo com uma citação da revelação de que:

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 5.6-4<sup>18</sup>: A **outorga da pessoalidade** é função exclusiva do **Pai Universal**, é a pessoalização dos sistemas vivos de energia, aos quais Ele dota com os atributos de relativa consciência criadora e com o correspondente controle de livre-arbítrio. Não há pessoalidade fora de Deus, o Pai, e nenhuma pessoalidade existe senão para Deus, o Pai. **Os atributos fundamentais do eu humano, bem como o núcleo absoluto do Ajustador da pessoalidade humana, são outorgas feitas pelo Pai Universal**, atuando em Seu domínio exclusivamente pessoal de ministração cósmica.

**Filho:** Então, **os atributos fundamentais do eu humano, bem como o núcleo absoluto do Ajustador da pessoalidade humana, são outorgas feitas pelo Pai Universal!** Talvez, isto signifique que o auto-conhecimento genuíno necessita de uma *autoconsciência*<sup>19</sup> da identidade da pessoa que somos pela graça do *Pai de todos*<sup>20</sup>.

**Pai:** Sim. Para nos conhecer totalmente, precisamos compreender a pessoa que somos para Deus. O Pai divino nos **outorga a pessoalidade**. Quando alguém é uma pessoa para a *Primeira Pessoa da Deidade*<sup>21</sup>, este alguém é uma pessoa na família universal. Foi revelado que nossa pessoalidade possui uma potencialidade de *sete dimensões de auto-expressão*<sup>22</sup>, sendo que uma delas permite uma penetração subinfinita do absoluto. Esta dimensão é a da totalidade, e é experienciável como fato

<sup>13</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento 103: “A Realidade da Experiência Religiosa”, Item 103.6: “A Coordenação Filosófica”, Parágrafo 3.

<sup>14</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento 103: “A Realidade da Experiência Religiosa”, Item 103.5: “A Origem dos Ideais”, Parágrafo 5.

<sup>15</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento 1: “O Pai Universal”, Item 1.5: “A Pessoalidade do Pai Universal”, Parágrafo 12.

<sup>16</sup> **Informativo:** “Religião, Filosofia e Ciência Integradas no Livro de Urantia”, Seção 1: “O Deus da pessoalidade”, Subseção 1.2: “Eu, pessoalidade e personalidade”.

<sup>17</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento 118: “O Supremo e o Último - o Tempo e o Espaço”, Parágrafo 1.

<sup>18</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento 5: “A Relação de Deus com o Indivíduo”, Item 5.6: “O Deus da Pessoalidade”, Parágrafo 4.

<sup>19</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento 1: “O Pai Universal”, Item 1.7: “O Valor Espiritual do Conceito de Pessoalidade”, Parágrafo 6.

<sup>20</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento 194: “O Outorgamento do Espírito da Verdade”, Item 194.3: “O que Ocorreu em Pentecostes”, Parágrafo 11.

<sup>21</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento Preliminar: “Introdução”, Item 0.2: “Deus”, Parágrafo 11.

<sup>22</sup> “**Livro de Urantia**”, Documento 112: “A Sobrevivência da Pessoalidade”, Item 112.1: “A Pessoalidade e a Realidade”, Parágrafo 9.

da personalidade. Acredito que o **núcleo absoluto do Ajustador da personalidade humana** é uma *porta aberta*<sup>23</sup> de comunhão com o Pai *infinito e eterno*<sup>24</sup>. Creio que o auto-conhecimento pleno implica no contato com este centro totalizador da pessoa que somos, e através do qual podemos *amar e ser amados*<sup>25</sup>, conhecer e ser conhecidos pela *Primeira Fonte e Centro*<sup>26</sup>.

É importante lembrar que as coisas humanas devem ser conhecidas, para serem amadas, mas as coisas *divinas devem ser amadas, para que sejam conhecidas*<sup>27</sup>. Talvez, conhecer pelo amor signifique se unir pelo amor, e através da união de mente e espírito, poder saber quem o outro é. As realidades espirituais antecedem a mente, mas o espírito Ajustador do Pensamento, que vive em nós, têm alguma forma de *pré-mente*<sup>28</sup>, ele conhece, e é conhecido e desfruta de um equivalente do pensamento humano. A comunicação é importante para que os seres possam se conhecer. Podemos nos comunicar com seres espirituais unindo, pelo fé e amor, as nossas mentes e espíritos. Existe um grande abismo cósmico entre a matéria e o pensamento, e esse abismo é incomensuravelmente maior entre a *mente material e o amor espiritual*<sup>29</sup>. O conhecimento das realidades espirituais pelo amor transcende os símbolos de comunicação. Assim, o auto-conhecimento pleno significa também amar, se unir e conhecer diretamente o *espírito Ajustador pré-pessoal*<sup>30</sup>, o pai da nossa alma. Esta vivência de boa fé e amor é coroada com os *frutos do espírito*<sup>31</sup> em nossa vida. Assim, o espírito Ajustador que vive em nossa mente se regozija, quando pode descartar os símbolos e outros métodos indiretos, e passa a poder *comunicar as suas mensagens diretamente ao nosso intelecto*<sup>32</sup>!

## 7.5 A mente finita não compreende o espírito infinito

**Filho:** Eu estudo psicologia, e o enfoque que tenho aprendido dentro do meu curso praticamente não menciona nem a alma nem o espírito.

**Pai:** Eu também percebo isso e entendo o motivo. O Espírito de Deus é infinito. Ele não cabe na nossa mente material finita, muito menos nas palavras de nossa linguagem humana limitada. Assim, o mais alto que conseguimos ir é na nossa boa fé de que o universo é amigável e que o Criador de todas as coisas é também o Pai de todas as criaturas. É um paradoxo o fato experienciável de que um fragmento espiritual absoluto da Pessoa Infinita de Deus possa residir na alma e na mente da criatura humana finita. Nas palavras da revelação:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 5.5\_6*<sup>33</sup>: A experiência do ato religioso, sendo essencialmente espiritual, não pode nunca ser entendida completamente pela mente material; daí a função da

---

<sup>23</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 138:** “A Formação Dos Mensageiros do Reino”, **Item 138.8:** “O Primeiro Trabalho dos Doze”, **Parágrafo 8.**

<sup>24</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 161:** “Novas Discussões com Rodam”, **Item 161.1:** “A Personalidade de Deus”, **Parágrafo 3.**

<sup>25</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 1:** “O Pai Universal”, **Item 1.5:** “A Personalidade do Pai Universal”, **Parágrafo 8.**

<sup>26</sup> **“Livro de Urantia”, Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.3:** “A Primeira Fonte e Centro”.

<sup>27</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 102:** “Os Fundamentos da Fé Religiosa”, **Item 102.1:** “As Garantias Dadas pela Fé”.

<sup>28</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 6:** “O Filho Eterno”, **Item 6.6:** “A Mente Espiritual”, **Parágrafo 3.**

<sup>29</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 112:** “A Sobrevivência da Personalidade”, **Item 112.2:** “O Eu”, **Parágrafo 10.**

<sup>30</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 5:** “A Relação de Deus com o Indivíduo”, **Item 5.6:** “O Deus da Personalidade”, **Parágrafo 7.**

<sup>31</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 34:** “O Espírito Materno do Universo Local”, **Item 34.6:** “O Espírito no Homem”, **Parágrafo 13.**

<sup>32</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 108:** “A Missão e o Ministério dos Ajustadores do Pensamento”, **Item 108.6:** “Deus no Homem”, **Parágrafo 7.**

<sup>33</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 5:** “A Relação de Deus com o Indivíduo”, **Item 5.5:** “A Consciência que Se Tem de Deus”, **Parágrafo 6.**

teologia, a psicologia da religião. A doutrina essencial da compreensão humana, de Deus, cria um paradoxo no entendimento finito. É quase impossível, para a lógica humana e a razão finita, harmonizar o conceito da imanência divina, um Deus no interior e como uma parte de cada indivíduo, com a idéia da transcendência de Deus, a dominação divina do universo dos universos. Esses dois conceitos essenciais de Deidade devem ser unificados, no entendimento-fé do conceito da transcendência de um Deus pessoal e na compreensão da presença residente do fragmento desse Deus, para justificar a adoração inteligente e para validar a esperança de sobrevivência da pessoalidade. As dificuldades e os paradoxos da religião são inerentes ao fato de as realidades da religião estarem extremamente além da capacidade da compreensão intelectual dos mortais.

## 7.6 Limitações da psicologia e imaturidade dos materialistas descrentes

**Filho:** Concordo. As realidades da religião, da religião com o espírito divino, estão extremamente além da nossa capacidade de compreensão intelectual. Como O Criador Infinito poderia ser compreendido pela criatura finita? Mas isso não é falado nos cursos de psicologia, embora a psicologia seja definida como o estudo da psique, e psique seja sinônimo de alma. Como eu concilio a experiência interior da minha própria mente, alma e espírito com inúmeras criaturas humanas imaturas e por isso centradas no seu própria ego carnal? Como eu faço se no próprio curso de psicologia a alma e o espírito são constantemente negligenciados?

**Pai:** Nem todos os estudantes da mente são materialistas imaturos que ainda não vivenciaram a experiência interior com o espírito divino no centro de sua própria alma. Três exemplos são o psiquiatra William Sadler, o psicólogo Carl Jung e o pensador L. Ron Hubbard. Mas antes de falar sobre eles, é importante uma atitude prática para conviver harmonicamente com as pessoas espiritualmente imaturas.

É importante enfatizar que a experiência espiritual é interior. Podemos experimentar uma comunhão com o espírito divino no centro da nossa própria alma e mente. E devemos ser pacientes e tolerantes com aqueles que ainda não vivenciaram o suficiente dessa experiência com o Pai Universal que se revela em espírito e verdade a partir da fonte e centro de nossa própria pessoalidade. Mas também não devemos diminuir nosso amor e fé em Deus devido as dúvidas dos indivíduos materialistas. Note o seguinte parágrafo do livro de urantia no item sobre *Filosofia e Religião*<sup>34</sup> no capítulo intitulado *A Realidade da Experiência Religiosa*<sup>35</sup>:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 103.8\_5*<sup>36</sup>: A certeza que tem o religioso conhecedor de Deus não deveria ser perturbada pela incerteza do materialista que duvida; antes, a fé profunda e a certeza inabalável nas experiências do crente é que deveriam lançar um profundo desafio à incerteza dos descrentes.

## 7.7 Biografia do psiquiatra William S. Sadler

**Filho:** Eu sei que o livro de urantia revela que a mente é a mediadora entre o espírito e o corpo material. Contudo, antes de dialogarmos sobre isso, gostaria de saber mais sobre William Sadler, Carl Jung e L. Ron Hubbard.

---

<sup>34</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 103**: “A Realidade da Experiência Religiosa”, **Item 103.8**: “Filosofia e Religião”.

<sup>35</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 103**: “A Realidade da Experiência Religiosa”.

<sup>36</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 103**: “A Realidade da Experiência Religiosa”, **Item 103.8**: “Filosofia e Religião”, **Parágrafo 5**.

**Pai:** O.K. Vamos começar com William S. Sadler, organizador do “*Fórum*”<sup>37</sup> em Chicago e o principal dentre seis membros da *comissão de contato*<sup>38</sup> com os reveladores do “*Livro de Urantia*”<sup>39</sup>. Eis uma nota no “*Who’s Who*” sobre este proeminente psiquiatra:

“*História dos Documentos de Urantia*”, *Item 2.3*<sup>40</sup>:

Nota do Who’s Who sobre William Samuel Sadler

**Sadler, William Samuel:**

Psiquiatra, nascido em Spencer, Indiana, EUA, a 14 de junho de 1875, filho de Samuel Calvin e Sarah Isabel (Wilson) Sadler. Casou com Lena C. Kellogg, M.D. de Paris, Illinois, a 3 de dezembro de 1897. Teve dois filhos, Willus Kellogg (falecido) e William Samuel Sadler, Jr. Conferencista sobre psiquiatria e outros assuntos. Consultório particular: 533 Diversey Parkway, Chicago, Illinois, EUA.

**Educação:**

- Battle Creek (MI) College: Cooper Medical College (Colégio de Medicina Cooper)
- University of Chicago (Universidade de Chicago), M.D.
- American Medical Missionary College (Colégio Missionário Médico da América)
- University of Illinois (Universidade de Illinois), 1906
- Estudou na Europa com Freud, 1911

**Experiência Profissional:**

- Praticou medicina em Chicago desde 1906. Primeiramente Professor Pós-Graduado, Medical School of Chicago (Escola Médica de Chicago).
- Professor conferencista, psicologia pastoral, Presbyterian Theological Seminary (Seminário Teológico Presbiteriano).
- Diretor e presidente do Psychiatrist Chicago Institute of Research and Diagnosis (Instituto Psiquiátrico de Chicago de Pesquisa e Diagnóstico), 1906
- Atendimento psiquiátrico, Columbus Hospital North Side Rest Home
- Consultor Psiquiátrico da W. K. Kellogg Foundation (Fundação Kellogg), Battle Creek, MI.
- **Associado ou Membro:**
  - American College of Surgeons (Colégio Americano de Cirurgias)
  - A.M.A., A.A.A.S., American Psychiatric Association (Associação de Psiquiatria Americana)
  - American Psychopathological Association (Associação de Psicopatologia Americana)
  - Illinois State Medical Society (Sociedade Médica do Estado de Illinois)
  - Chicago Medical Society of Mental Hygiene (Sociedade Médica de Chicago de Higiene Mental)
  - Chicago Society for Personal Study (Sociedade de Chicago de Estudo Pessoal)

**Autor de:**

- The Psychology of Faith and Fear (Psicologia da Fé e do Medo), 1912, 9ª Edição, 1925
- Worry and Nervousness (Preocupação e Nervosismo), 1913

---

<sup>37</sup>**Livro:** “*História dos Documentos de Urantia*”, **Capítulo 3:** “A Comissão de Contato com os Reveladores do Livro de Urantia”, **Item 3.3:** “O fórum”.

<sup>38</sup>**Livro:** “*História dos Documentos de Urantia*”, **Capítulo 3:** “A Comissão de Contato com os Reveladores do Livro de Urantia”, **Item 3.4:** “A comissão de contato”.

<sup>39</sup>“**Livro de Urantia**”.

<sup>40</sup>**Livro:** “*História dos Documentos de Urantia*”, **Capítulo 2:** “O Encontro dos Dois Urantianos”, **Item 2.3:** “Nota do Who’s Who sobre William Samuel Sadler”.

- Quest for Happiness (A Busca da Felicidade), 1926
- The Truth About Heredity (A Verdade Sobre a Hereditariedade), 1927
- The Truth About Mind Cure (A Verdade Sobre a Cura da Mente), 1928
- The Mind at Mischief (Mente em Erro), 1929
- Piloting Modern Youth (Orientando a Juventude Moderna), escrito com a esposa, 1931
- Theory and Practice of Psychology (Teoria e Prática de Psicologia), 1936
- Psychiatric Nursing (Cuidados Psiquiátricos), escrito com a esposa, 1937
- Living a Sane Sex Life (Vivendo uma Vida Sexual Sadia), escrito com a esposa, 1938
- Problems with the Pre-School Child (Problemas com Crianças Pré-Escolares), escrito com a esposa, 1940
- 15 outros livros sobre psicologia e higiene mental
- além de artigos sobre saúde em revistas e artigos sobre higiene mental e psiquiatria

## 7.8 Urantia → supraconsciente; Sadler → consciência central; Freud → superego; Jung → inconsciente coletivo; Hubbard → Thetan; Assagioli → inconsciente superior; Frankl → inconsciente espiritual

**Filho:** Legal! Me parece que ao estudar a biografia de William Sadler aprenderemos muito sobre a espiritualidade revelada no livro de urantia e também sobre a mente humana e psicologia. Percebi que ele estudou com Freud, considerado o pai da psicanálise. Nos meus estudos de psicologia compreendi que muitas coisas que fazemos tem origem no que Freud chamou de inconsciente. Ou seja, muitas vezes fazemos coisas devido a motivos pouco elevados que estão escondidos no nosso próprio inconsciente. Aonde está o espírito divino nestas teorias psicológicas?

**Pai:** Esta é uma pergunta importante. Lembre-se que inconsciente não significa necessariamente inferior. Inconsciente significa não consciente. O elaborador da psicossíntese, Roberto Assagioli, em sua “cartografia”<sup>41</sup> do ser humano, especifica o inconsciente inferior, médio e superior. Viktor Frankl, que escreveu “*Em Busca de Sentido*”<sup>42</sup>, afirmou que toda pessoa tem um inconsciente espiritual<sup>43</sup>. Podemos discernir distintas origens dos eventos psicológicos não conscientes. Chama-se ao inconsciente inferior de subconsciente, e o inconsciente superior é chamado de *supraconsciente*<sup>44</sup>. William Sadler concebeu o termo consciência central para se referir ao centro de nossa consciência, em contra-distinção ao que ele chamou de consciência marginal [*dual nature of mind*<sup>45</sup>]. Freud chamou de superego a parte de nosso eu mais social e altruísta. O livro de urantia revela que *todos os*

---

<sup>41</sup>**Livro:** “O Ato da Vontade, Psicossíntese (Roberto Assagioli)”, **Capítulo 1:** “Psicossíntese - Roberto Assagioli”, **Item 1.1:** “Assagioli e sua cartografia”.

<sup>42</sup>**Livro:** “Em Busca de Sentido - Um Psicólogo no Campo de Concentração”.

<sup>43</sup>Pesquisando na wikipedia , sobre a Logoterapia de Viktor Frankl e sua religiosidade [*religiousness*], podemos traduzir:

...Frankl abertamente falou e escreveu sobre religião e psicologia, durante toda sua vida, e especificamente em seu último livro, *Man's Search for Ultimate Meaning [A Procura do Ser Humano de Significado Último]* (1997). Ele afirmou que toda pessoa tem um **inconsciente espiritual**, independentemente de suas visões e crenças religiosas . . .

<sup>44</sup>**“Livro de Urantia”, Documento 100:** “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.1:** “O Crescimento Religioso”, **Parágrafo 9.**

<sup>45</sup>**Livro:** “The Mind at Mischief”, **Capítulo 2:** “What is the Subconscious?”, **Item 2.3:** “The Dual Nature of Mind”.

*desejos altruístas têm a sua origem nos guaiamentos*<sup>46</sup> espirituais do *Ajustador do Pensamento*<sup>47</sup>, e esse *Ajustador* é um fragmento de Deus. Carl Jung chamou este inconsciente superior, altruísta e social de inconsciente coletivo. Ron Hubbard chamou de *Thetan*<sup>48</sup> ao “eu espiritual” que reside na mente humana, e, chamou de *Thetan Operante* aos seres humanos que são guiados por este espírito. Assim o espírito divino, que co-cria a alma com a mente humana, está implícito nos conceitos de supraconsciente, consciência central, superego, inconsciente coletivo, Thetan, inconsciente superior e inconsciente espiritual. O conceito de supraconsciente aparece no livro de urantia. Os conceitos de consciência central, superego, inconsciente coletivo, Thetan, inconsciente superior e inconsciente espiritual foram elaborados por Sadler, Freud, Jung, Hubbard, Assagioli e Frankl respectivamente.

## 7.9 Supraconsciente: o inconsciente superior

**Filho:** O livro de urantia fala no **supraconsciente** como sendo o inconsciente superior?

**Pai:** Exatamente. Veja que o seguinte parágrafo da revelação. Observe como ele é bem vindo para os cientistas-religiosos da mente que já experimentaram a grandeza do espírito divino no centro da alma no coração vivo da própria mente iluminada:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 100.1\_9*<sup>49</sup>: A natureza inconsciente do crescimento religioso não significa, contudo, que seja uma atividade a operar nos domínios supostos do subconsciente do intelecto humano; significa, antes, atividades criativas nos níveis **supraconscientes** da mente mortal. A experiência da compreensão da realidade inconsciente do crescimento religioso é a comprovação mais positiva da existência funcional da **supraconsciência**.

## 7.10 Mente equilibrada entre o materialismo e espiritualismo

**Filho:** Puxa vida, estas idéias de um eu espiritual superior no supraconsciente são o antídoto para muitas teorias psicológicas que “olham” para o ser humano como uma espécie de animal falante inteligente, uma espécie de máquina robótica super complexa.

**Pai:** Eu concordo contigo, mas também não podemos ir para o outro extremo. Lembre-se que *o universo não é nem meramente mecânico, nem mágico*<sup>50</sup>. Lembre-se do conceito filosófico de que a mente posiciona-se entre os fatos materiais mecânicos estudados pela ciência e as potencialidades infinitas do espírito divino adorado na religião. Devemos manter uma filosofia de vida ponderada e uma mente equilibrada entre os extremos do materialismo e do espiritualismo. Eu mesmo muitas vezes confundi influências inferiores subscientes com as muito almejadas influências superiores **supraconscientes**. Hoje em dia, graças a revelação supra-humana no livro de urantia, cada vez mais meu caráter e personalidade é lapidado pela aplicação de ensinamentos como o seguinte:

---

<sup>46</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 103:** “A Realidade da Experiência Religiosa”, **Item 103.2:** “A Religião e o Indivíduo”, **Parágrafo 10.**

<sup>47</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 107:** “A Origem e a Natureza dos Ajustadores do Pensamento”.

<sup>48</sup> **Informativo:** “Citações: O que é Cientologia?”, **Seção 3:** “Cientologia: um conhecimento da vida”, **Subseção 3.1:** “As partes do ser humano”.

<sup>49</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 100:** “A Religião na Experiência Humana”, **Item 100.1:** “O Crescimento Religioso”, **Parágrafo 9.**

<sup>50</sup> **“Livro de Urantia”, Documento 42:** “A Energia - a Mente e a Matéria”, **Item 42.11:** “Os Mecanismos do Universo”, **Parágrafo 1.**

“*Livro de Urantia*”, parágrafo 91.7-3<sup>51</sup>: O êxtase religioso é permissível quando resulta de antecedentes sadios, mas essa experiência é, mais frequentemente, o produto de influências mais puramente emocionais do que de uma manifestação de caráter espiritual profundo. As pessoas religiosas não devem considerar todos os pressentimentos psicológicos vívidos, nem todas as experiências emocionais intensas, como revelações divinas nem como comunicações espirituais. O êxtase espiritual genuíno vem associado, em geral, a uma grande calma externa e a um controle emocional quase perfeito. E a verdadeira visão profética é um pressentimento supra psicológico. Essas graças não são pseudo-alucinações, nem êxtases em forma de transe.

A mente humana pode atuar em resposta à chamada inspiração, quando é sensível, seja às exaltações do subconsciente, seja aos estímulos do **supraconsciente**. Nos dois casos, parece ao indivíduo que tais ampliações do conteúdo do consciente são mais ou menos alheias ao próprio controle. O entusiasmo místico incontido e o êxtase religioso desenfreado não são as credenciais de nenhuma inspiração, nem credenciais supostamente divinas.

## 7.11 Sadler e a “*História dos Documentos de Urantia*”

**Filho:** Você me convenceu. Busquemos um desenvolvimento do nosso *eu total: material, intelectual e espiritual*<sup>52</sup>. Vamos evitar os extremos. Provavelmente o psiquiatra William S. Sadler ponderou bastante sobre a questão da mente e a espiritualidade. Fale mais sobre ele.

**Pai:** Sadler era conhecido por ser um desmistificador de fenômenos psíquicos. Ele escreveu um livro, que estamos traduzindo, chamado “*The Mind at Mischief (Mente em Desordem)*”<sup>53</sup>. Basicamente ele verificou, em muitos casos, que alguns fenômenos psicológicos, ditos espirituais, possuem na verdade uma origem no que ele denominou de consciência marginal. Menciona neste livro também uma exceção à esta regra. Trata-se do sujeito adormecido: uma pessoa anônima que foi um contato entre os seres humanos do Fórum em Chicago e as personalidades supra-humanas reveladoras do livro de urantia. Parte desta história pode ser vista na seguinte citação da:

“*História dos Documentos de Urantia*”, Item 1.1<sup>54</sup>:

Livro intitulado “A Mente em Desordem”

Dentre todos os seus volumosos escritos principais, o Dr. Sadler menciona o processo que eventualmente levaria à materialização dos Documentos de Urantia em apenas um livro simples, com um ano de publicação. Ao tempo em que escreveu “*A Mente em Desordem*”, o Dr. Sadler era conhecido por ser um influente desmistificador de fenômenos psíquicos. O próprio livro é uma poderosa refutação de todos os processos conhecidos envolvendo consciência humana marginal que produz “Mensagens” do “mundo dos espíritos”. ...

Este livro intitulado “*História dos Documentos de Urantia*”<sup>55</sup> conta como durante 50 anos, entre 1906 e 1955, foram revelados os documentos do livro de urantia. Cerca de 486 pessoas participaram em algum momento do Fórum organizado por Sadler.

**Filho:** Espera aí. Deixe-me ver se entendi. Existe o livro de urantia, e um outro que conta a história sobre como os documentos do livro de urantia foram revelados. E o psiquiatra William Sadler foi uma pessoa chave nesta revelação.

---

<sup>51</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 91**: “A Evolução da Prece”, **Item 91.7**: “O Misticismo, o Êxtase e a Inspiração”, **Parágrafo 3**.

<sup>52</sup> “**Livro de Urantia**”, **Documento 110**: “A Relação dos Ajustadores com os Indivíduos Mortais”, **Item 110.6**: “Os Sete Círculos Psíquicos”, **Parágrafo 3**.

<sup>53</sup> **Livro**: “*The Mind at Mischief*”.

<sup>54</sup> **Livro**: “*História dos Documentos de Urantia*”, **Capítulo 1**: “Dr. William S. Sadler e Dr. Meredith Sprunger”, **Item 1.1**: “Livro intitulado ‘A Mente em Desordem’”.

<sup>55</sup> **Livro**: “*História dos Documentos de Urantia*”.

**Pai:** Exatamente.

**Filho:** Mas também na citação acima se menciona um livro sobre a mente escrito pelo Dr. Sadler.

**Pai:** Isso.

## 7.12 Consciência marginal e central

**Filho:** Bom. Por hora estou mais interessado em psicologia. Você citou um conceito novo para mim: **consciência marginal**. O que significa?

**Pai:** Falamos da origem dual do inconsciente, qual seja, o subconsciente e o supraconsciente. O Dr. Sadler fala ainda da **consciência marginal** como sendo o estado em que estamos agindo a partir de áreas periféricas subconscientes da mente. Em suas palavras:

*“The Mind at Mischief (Mente em Desordem)”, Item 2.3<sup>56</sup>*

The Dual Nature of Mind (A Natureza Dual da Mente)

In the mind, when the consciousness becomes diffused to a certain point, when the concentration of the mental powers becomes scattered to a certain degree, when we get so far out from the center of thinking that we fail properly to hold the various elements and factors of thought in the eye of the attention, or when we are merely acting from force of habit, we find that our actions arise largely from impulses originating in the unconscious areas of the mind. At such a time, one may be said to be acting in obedience to the voice of memory or instinct speaking through the subconscious or unconscious mind - the marginal consciousness, in contradistinction to the central consciousness.

Na mente, quando a consciência se torna difusa até certo ponto, quando a concentração dos poderes mentais se tornam espalhados até certo grau, quando nós chegamos tão distantes do centro de nosso pensamento que falhamos em apropriadamente manter os vários elementos e fatores do pensamento no olho da atenção, ou quando estamos meramente agindo a partir da força do hábito, nós descobrimos que nossas ações vem largamente de impulsos originados de áreas inconscientes da mente. Neste momento, pode-se dizer que o indivíduo está agindo em obediência a voz da memória ou instinto falando através da mente subconsciente ou inconsciente - a **consciência marginal**, em contra-distinção da **consciência central**.

### 7.12.1 Traumas subconscientes e consciência marginal imatura

**Filho:** Eu não vou ter tempo de estudar todas estas coisas. Seja mais preciso em discernir consciência marginal e subconsciente. O que esta distinção pode ajudar na prática da psico-terapia?

**Pai:** Não sou psicólogo, mas concluo de meus estudos que existe uma distinção entre uma vivência traumática sufocada no subconsciente, e o estado desatento no qual agimos à partir da periferia da mente, à margem da consciência.

Em termos práticos quando você estiver atuando como psicólogo diante de uma pessoa sofrida com vivências traumáticas passadas, talvez seja o momento de auxiliar o paciente que confia na sua ajuda à analisar e clarear estas memórias subconscientes de dor. A técnica da livre associação concebida por Freud, e a audição na dianética praticada por Hubbard, são algumas alternativas de análise e clareamento que podem ajudar seus pacientes à analisar e iluminar essas memórias subconscientes de traumas passados.

---

<sup>56</sup>**Livro:** “The Mind at Mischief”, **Capítulo 2:** “What is the Subconscious?”, **Item 2.3:** “The Dual Nature of Mind”.

Por outro lado, a consciência marginal é o estado típico das crianças. Algumas pessoas imaturos que ainda não vivenciaram uma centralização no próprio Ser, o seu Self<sup>57</sup>, agem à margem do centro do seu próprio eu, não necessariamente devido à traumas mas por uma imaturidade do indivíduo que ainda não se centralizou no centro de sua própria pessoa, espírito, alma e mente.

Assim no processo de auto-realização as pessoas mais sofridas primeiro clareiam os núcleos subconscientes de dor, e depois à medida que amadurecem cada vez mais se centralizam no seu próprio espírito divino, da margem para o centro cada vez mais experimentamos o que Jesus chamou de a consciência da consciência.

## 7.13 O espírito e a consciência da consciência

**Filho: Consciência da consciência?**

**Pai:** Sim. Um animal possui uma mente material capaz de processar informações do mundo objetivo. Contudo é necessário conceber um centro supra-consciente, com capacidade informacional capaz de abranger toda consciência, para podermos falar de **consciência da consciência**. Exatamente esta é a amplidão do espírito divino em cada um de nós. O espírito de Deus no ser humano é de passado e futuro eterno. Ele é o centro espiritual da totalidade de nossa pessoa, ser e consciência. Na medida que amadurecemos vamos discernindo este centro espiritual primordial como sendo a fonte da qual emana a esfera da nossa própria mente. Na imaturidade, anterior à um certo grau de experiência espiritual, vivemos como que na consciência marginal da nossa mente carnal de origem animal. Então na medida do nosso amor e fé em Deus, cada vez mais nossa mente humana permite o engrandecimento de nossa própria alma pelo espírito divino que vive em nós. Este espírito pré-pessoal é o pai espiritual de nossa pessoa eterna. Com ele vamos nos religando pela religião pessoal do espírito. Ele é a fonte da **consciência da consciência**, ele antecede a mente e procede do seio de Deus, o Pai Universal.

Na ciência dos fatos materiais provamos o conhecimento. Na filosofia dos significados intelectuais adquirimos a sabedoria. Na religião dos valores espirituais experimentamos a verdade. Adorando em espírito e verdade o **Pai** Espiritual de nossa *família universal*<sup>58</sup>, cada vez mais experimentamos uma unidade com **Ele**, que abarca a totalidade de nossa pessoa, vida, mente e consciência. Unidos ao espírito divino somos **conscientes de nossa consciência** e uma sabedoria unificadora flui unificando toda nossa experiência humana de vida.

Perdoe se estou sendo muito complicado. Tento imitar o Mestre Jesus quando ele explica sobre a realidade para o indiano Ganid:

*“Livro de Urantia”, parágrafo 130.4.9<sup>59</sup>: Apenas em grau o homem possui mente acima do nível animal, à parte as ministrações mais elevadas e quase espirituais de intelecto. Portanto os animais (não sabendo adorar nem possuindo sabedoria) não podem experimentar a supraconsciência, ou a **consciência da consciência**. A mente animal é consciente apenas do universo objetivo.*

O conhecimento é a esfera da mente material, ou discernidora dos fatos. A verdade é o domínio do intelecto espiritualmente dotado, que é cômico de poder conhecer a Deus. O conhecimento é demonstrável; a verdade é experimentável. O conhecimento é uma posse da mente; a verdade uma experiência da alma, o eu em progresso. O conhecimento é uma função de nível

---

<sup>57</sup>Self é um conceito de Carl Jung, um psicólogo espiritualizado. Jung descreve um processo que chamou de individuação, no qual o sujeito inteiro cada vez mais se une ao centro essencial de sua própria pessoa, o Self, o Ser, uma palavra acadêmica para o espírito divino que vive no ser humano.

<sup>58</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 6**: “O Filho Eterno”, **Item 6.8**: “A Compreensão do Filho Eterno”.

<sup>59</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 130**: “A Caminho de Roma”, **Item 130.4**: “O Discurso sobre a Realidade”, **Parágrafo 9**.

não-espiritual; a verdade é uma fase do nível da mente-espírito dos universos. O olho da mente material percebe um mundo de conhecimento factual; o olho do intelecto espiritualizado discerne um mundo de valores verdadeiros. Esses dois pontos de vista, sincronizados e harmonizados, revelam o mundo da realidade, no qual a sabedoria interpreta os fenômenos do universo, nos termos da experiência pessoal progressiva.

## 7.14 O espírito divino e a sabedoria unificadora

**Filho:** Se entendi bem o espírito divino em nós é consciente da totalidade de nossa pessoa, vida e consciência. O espírito pré-pessoal de Deus no ser humano é a realidade supra-material com a qual nos fusionaremos e que é anterior à nossa própria mente. Esta realidade absoluta da Deidade no ser humano nos permite acessar uma sabedoria unificadora da mente, da vida e da pessoa humana que transcende a mera consciência animal dos objetos materiais.

**Pai:** Sim. Por isso uma mente centrada e unificada está centralizada no seu próprio Self, na sua própria alma e espírito. Talvez este seja o motivo de L. Ron Hubbard chamar a psique-terapia que ele elaborou de Dianética.

## 7.15 Dianética: a psique-terapia da alma

**Filho:** O que significa literalmente Dianética?

**Pai:** *Dianética*<sup>60</sup> significa através da alma. Se a mente sã é uma mente centrada na própria alma e espírito, o que realmente cura definitivamente uma pessoa traumatizada com muitas memórias doloridas subconscientes é a sua própria alma e espírito. Por isso, antes da experiência genuína, com O “*Doador do Alento*”, com “*O Grande Espírito*”<sup>61</sup>, somos ainda imaturos. Ainda não experimentamos o processo que Carl Jung chamou de individuação, de união com nosso próprio Self, nosso Ser. Podemos estar vivendo na periferia do nosso ser essencial. Nossa consciência marginal nos coloca à margem de nosso centro unificador: o espírito divino em nós. Concluo que para nossa sanidade mental, devemos buscar um estado e desenvolvimento do nosso eu total: material, intelectual, espiritual e moroncial. Nossa personalidade deve unificar a totalidade de nosso *corpo, mente, espírito e alma*<sup>62</sup>.

É muito perigosa a visão materialista do ser humano que nega a psique, a alma e o espírito. Por achar que o ser humano é somente material muitos procuram soluções materiais para todos os problemas humanos. A mais aterrorizante das soluções materiais para nossos problemas são as drogas psiquiátricas.

## 7.16 O malefício das drogas psiquiátricas anti-crísticas

**Filho:** Agora entendo, é por isso que você frequentemente enfatiza a importância de informar as pessoas sobre a verdade a respeito da saúde do corpo e da integridade da mente?

**Pai:** Sim. A mente, o corpo humano, a alma e o espírito divino devem ser unificados na nossa personalidade. Todas as soluções reais e eternas para as vicissitudes humanas devem proceder do espírito eterno e da alma imortal que vive na mente do ser humano. Contudo é a mente que realiza a

---

<sup>60</sup>**Livro:** “Dianética: A Ciência da Saúde Mental”.

<sup>61</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 45:** “A Administração do Sistema Local”, **Item 45.4:** “Os Quatro-e-vinte Conselheiros”, **Parágrafo 2.**

<sup>62</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.5:** “Realidades da Personalidade”, **Parágrafo 7.**

intermediação entre o espírito e o corpo. Ao destruir a mente com drogas psiquiátricas iatrogênicas, os seres humanos materialistas, ego-frênicos e ignorantes estão destruindo a possibilidade da experiência espiritual. Este problema é gravíssimo. Recentemente uma professora e amiga comentou que quase 5 crianças em cada turma da escola aonde leciona estão tomando Ritalina para o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Sabendo disso, considere o seguinte parágrafo do livro, que traduzimos, escrito pelo psiquiatra Peter Breggin:

*“A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”, Item 0.6.1.7<sup>63</sup>*

Novas descobertas da FDA sobre drogas estimulantes para tratamento de TDAH em crianças

A primeira edição de *“A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”* também enfatizou os perigos associados com as drogas estimulantes usadas para tratar o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH). Como Brian Kean (2005 e 2006<sup>64</sup>) tem amplamente documentado, uma campanha de marketing em todo o mundo continua a aumentar o número de crianças cujos direitos humanos básicos estão sendo pisoteados por diagnósticos não científicos e tratamentos tóxicos. Enquanto isso, a FDA admitiu que estes medicamentos são muito mais perigosos do que anteriormente admitido. As inocentes bulas aprovadas pela FDA para drogas estimulantes como Adderall, Dexedrine, Ritalina e Concerta têm iludido os médicos e o público no sentido de subestimar seus perigos. Poucos profissionais ou consumidores percebem o quão viciante estas drogas podem ser e menos ainda percebem que elas frequentemente causam graves efeitos colaterais psiquiátricos, tais como psicose, mania, agressividade e suicídio.

## 7.17 “Efeito rebote” das drogas psiquiátricas

**Filho:** Nossa, isto é grave. Como posso ajudar?

**Pai:** Por hora, peço sua ajuda para estudar, disseminar e aplicar os conhecimentos do livro *“A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”*<sup>65</sup>. Esta informação é vital. Preocupo-me que existam profissionais que saibam orientar as pessoas que queiram parar de consumir medicamentos psiquiátricos de forma segura, evitando o “efeito rebote”.

**Filho:** O que é o “efeito rebote”?

**Pai:** “Efeito rebote” é um nome genérico dado a crise de abstinência das drogas psiquiátricas. Toda droga que altera o funcionamento normal do cérebro provoca um desequilíbrio bioquímico. O cérebro se ajusta à substância não-orgânica de drogaria de forma que quando a droga é retirada ocorre uma crise de abstinência. Por exemplo, uma droga antidepressiva geralmente provoca um estímulo artificial do cérebro. Quando a droga é retirada, o cérebro que se desequilibrou para compensar a excitação excessiva do antidepressivo, leva a pessoa a ficar em um estado mais depressivo do que antes de consumir a droga. Isto é chamado efeito **rebote**. É como o **bote** de uma cobra venenosa que vem em **resposta** a droga iatrogênica que afetou o organismo. A depressão pode vir maior que antes, durante a crise de abstinência da droga antidepressiva. Por isso, é necessário psicólogos, psiquiatras e profissionais que ajudem a planejar bem a *redução da droga psiquiátrica*<sup>66</sup>.

**Filho:** Isto é muito importante. Conheço casos de pessoas que ao tomarem conhecimento dos malefícios das drogas psiquiátricas pararam abruptamente de consumi-las e sofreram crises violentas.

---

<sup>63</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”, **Capítulo Preliminar:** “Preliminares”, **Item 0.6.1.7:** “Novas descobertas da FDA sobre drogas estimulantes para tratamento da DADA em crianças”.

<sup>64</sup>Kean, B. (2005). The risk society and Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) [A sociedade de risco e o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH)]; A critical social research analysis concerning the development and social impact of the ADHD diagnosis [Uma análise e pesquisa social crítica sobre o impacto social, e no desenvolvimento, do diagnóstico de TDAH]. *Ethical Human Psychology and Psychiatry [Psiquiatria e Psicologia Humana Ética]*, 7, 131-142.

<sup>65</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”.

<sup>66</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”, **Capítulo 7:** “Planeje a Redução da Droga Psiquiátrica”.

É preciso que os profissionais e terapeutas estejam informados dos *perigos de parar abruptamente qualquer medicação deste tipo*<sup>67</sup>.

**Pai:** Vamos então trabalhar nisto. Depois, quando entrarmos na *fase educacional*<sup>68</sup> do GAIA, ficarei muito feliz se você e seu avô ajudarem na finalização dos textos sobre a mente humana.

**Filho:** Combinado. Luz, Amor e Vida<sup>69</sup> (Gesto da mão direita levantada indicando o número três com os dedos).

## 7.18 Referências bibliográficas

Na maioria dos casos esta lista de livros está em ordem alfabética com exceção do *livro de urantia*<sup>70</sup>, o qual fizemos questão de colocar em primeiro lugar com muita gratidão aos *reveladores*<sup>71</sup>, à *Cristo Michael*<sup>72</sup> e à *Deus*<sup>73</sup>, o *Pai Universal*<sup>74</sup>.

---

<sup>67</sup>**Livro:** “A Droga Psiquiátrica pode ser o Problema”, **Capítulo 12:** “Diretrizes para Terapeutas que Não Defendem o Uso de Drogas Psiquiátricas”, **Item 12.1.6:** “A menos que os clientes tenham estado consumindo drogas psiquiátricas por um tempo muito curto, sempre alerte-os sobre os perigos de parar abruptamente qualquer medicação deste tipo”.

<sup>68</sup>**Informativo:** “Educação Integral (Urantia-GAIA e Sri Aurobindo), Steiner, Montessori, Escola da Ponte, Gaia Education e Doman (IAHP)”, **Seção 1:** “Educação integral (Urantia-GAIA)”, **Subseção 1.1:** “Fase educacional”.

<sup>69</sup>Referência à uma cantiga familiar que começa assim: família **LAR** de **Luz, Amor e (o aR da) vida . . .**

<sup>70</sup>“**Livro de Urantia**”.

<sup>71</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar:** “Introdução”, **Parágrafo 1.**

<sup>72</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 92:** “A Evolução Posterior da Religião”, **Item 92.4:** “A Dádiva da Revelação”, **Parágrafo 8.**

<sup>73</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento Preliminar:** “Introdução”, **Item 0.2:** “Deus”.

<sup>74</sup>“**Livro de Urantia**”, **Documento 1:** “O Pai Universal”.



# Referências Bibliográficas

- [1] A revelação no “*Livro de Urantia*”<sup>75</sup>.
- [2] ATKINS, Robert C. - “*Citações: A Revolucionária Dieta Antienvelhecimento*”<sup>76</sup>.
- [3] BALBACH, Alfons & Boarim, Daniel S.F. - “*Citações: As Frutas na Medicina Natural*”<sup>77</sup>.
- [4] BALBACH, Alfons & Boarim, Daniel S.F. - “*Citações: As Hortaliças na Medicina Natural*”<sup>78</sup>.
- [5] CASTANHO, Dieno - “*Citações: Alimentação Naturista - Saúde e Longevidade*”<sup>79</sup>. Alvorada Editora. 6<sup>a</sup> edição.
- [6] DUFTY, William - “*Citações: Sugar Blues*”<sup>80</sup>.
- [7] GONZALEZ, Alberto Peribanez - “*Lugar de Médico é na Cozinha*”<sup>81</sup> - Cura e Saúde pela Alimentação Viva.
- [8] KRUIF, P. - *Hunger Fighters [Lutadores Famintos]*. pág. 40-44.
- [9] Linus Torvalds e David Diamond, 2001. “*Só por prazer*”. Editora Campus Ltda.
- [10] LUCA, Márcia & Barros, Lúcia - “*Citações: Ayurveda - Cultura de bem-viver*”<sup>82</sup>.
- [11] E.V. - *A History of Nutrition [Uma História da Nutrição]*, pág 216-217.
- [12] NOLFI, Kirstine - “*O Milagre dos Alimentos Vivos*”<sup>83</sup>.
- [13] PRABHUPADA. *Gosto Superior*.
- [14] REDFIELD, James - “*Citações: O Segredo de Shambhala*”<sup>84</sup>.
- [15] SEIGNALET, Jean. *L'Alimentation ou la Troisième Médecine*<sup>85</sup>.
- [16] SHINYA, Hiromi - “*A Saúde Depende do Estado do Intestino*”<sup>86</sup>.
- [17] WARBURG, O. H., Burk, D. “The Prime Cause and Prevention of Cancer [A Causa Primária e Prevenção do Câncer]”, (English Translation), National Cancer Institute, Bethesda Maryland.

---

<sup>75</sup> “**Livro de Urantia**”.

<sup>76</sup> **Informativo:** “*Citações: A Revolucionária Dieta Antienvelhecimento*”.

<sup>77</sup> **Informativo:** “*Citações: As Frutas na Medicina Natural*”.

<sup>78</sup> **Informativo:** “*Citações: As Hortaliças na Medicina Natural*”.

<sup>79</sup> **Informativo:** “*Citações: Alimentação Naturista*”.

<sup>80</sup> **Informativo:** “*Citações: Sugar Blues*”.

<sup>81</sup> **Informativo:** “*Citações: Lugar de Médico é na Cozinha*”.

<sup>82</sup> **Informativo:** “*Citações: Ayurveda - Cultura de bem-viver*”.

<sup>83</sup> **Informativo:** “*O Milagre dos Alimentos Vivos*”.

<sup>84</sup> **Informativo:** “*Citações: O Segredo de Shambhala*”.

<sup>85</sup> **Documento:** “. . . gaia/fr/vital/seignalet/alimentation\_troisieme\_medecine.pdf”.

<sup>86</sup> **Informativo:** “*A Saúde Depende do Estado do Intestino*”.