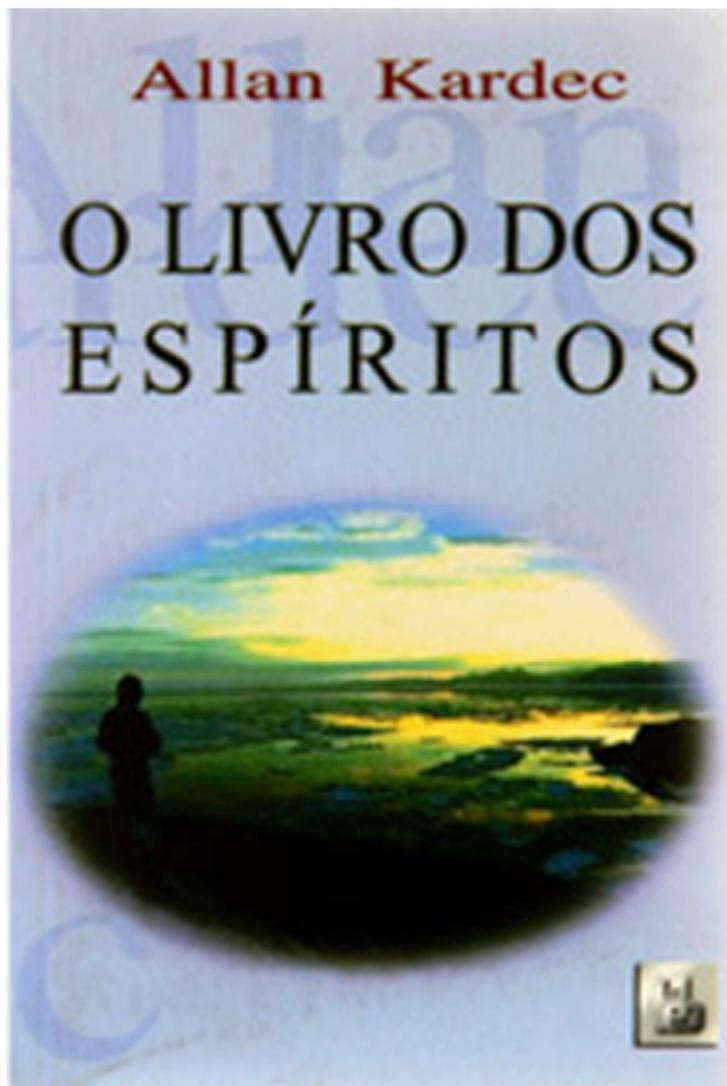




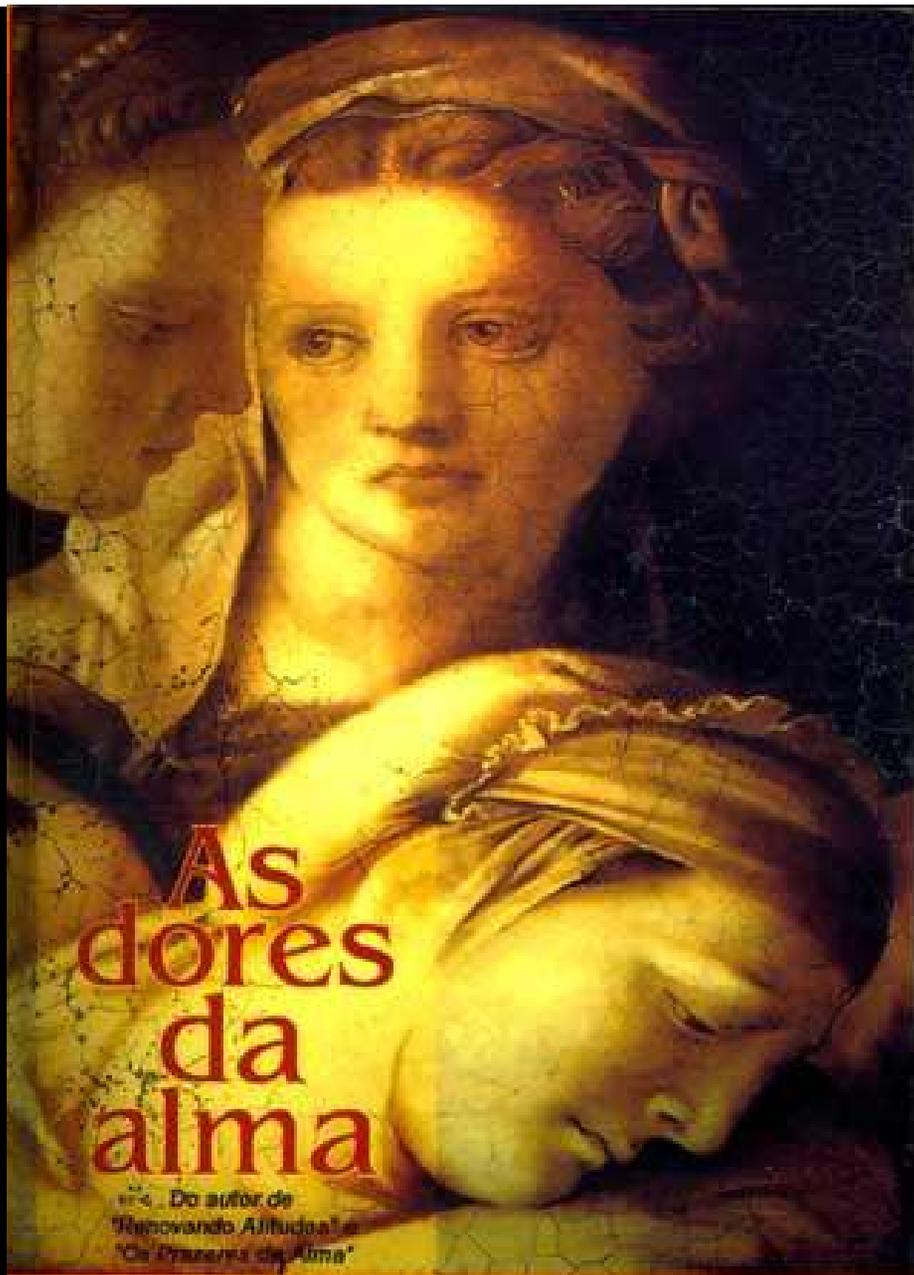
**ESTUDO DO LIVRO  
DORES DA ALMA**

# ESTUDOS E REFLEXÕES SOBRE “O LIVRO DOS ESPÍRITOS” = LIVRO LUZ.



INTRODUÇÃO

ATRAVÉS DO  
LIVRO DORES DA  
ALMA



# As dores da alma

Do autor de  
"Renovando Atitudes" e  
"O Drama da Alma"

FRANCISCO DO ESPIRITO  
SANTO NETO

ditado por RAMMED

A close-up photograph of a human hand, palm up, holding a glowing, golden heart. The heart is the central focus, emitting a bright light. The background is dark, making the hand and the heart stand out. The hand is positioned in the upper right quadrant of the image.

HAMMED  
AFIRMA:

**TODOS NÓS ESTAMOS AQUI PARA APRENDER. INTEGRAMOS A POPULAÇÃO DE ENCARNADOS E DESENCARNADOS NECESSITADOS DE LUZ ESPIRITUAL. SOMOS CARENTES DE COMPREENSÃO DAS LEIS DIVINAS E PRECISAMOS TORNÁ-LAS PARTE DO NOSSO COTIDIANO.**

**EM NOSSOS APONTAMENTOS CHAMAMOS OS SETE PECADOS  
CAPITAIS DE “AS DORES DA ALMA”:**

ORGULHO

PREGUIÇA

RAIVA

INVEJA

GULA

LUXÚRIA

AVAREZA



**Hammed**

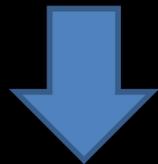
**Com a evolução do pensamento, com o auxílio das ciências psíquicas de modo geral e da psicologia espírita em particular, esses “pecados” são considerados mais como DESAJUSTES, NEUROSES OU DESEQUILÍBRIOS ÍNTIMOS, QUE EXIGEM ESFORÇO PESSOAL PARA CORRIGIR, ATRAVÉS DO AUTOCONHECIMENTO, E PARA ALCANÇAR A PAZ ESPIRITUAL.**



**ESSES PROCESSOS PSICOLÓGICOS EM DESALINHO DA PSIQUE HUMANA RECEBIAM  
UMA ABORDAGEM DISTORCIDA NO PASSADO :**

**ANTES**

**CONDENAÇÃO  
REPRESSÃO  
CASTIGO**



**SACERDOTES (ABSOLVIAM  
ATRAVÉS DE UMA "PENA"  
LIMPAVA A AÇÃO RUIM)**



**SEM ASSUMIR  
RESPONSABILIDADE PELAS  
SUAS AÇÕES.**

## **NOS DIAS ATUAIS**

**AUTO-ANÁLISE**

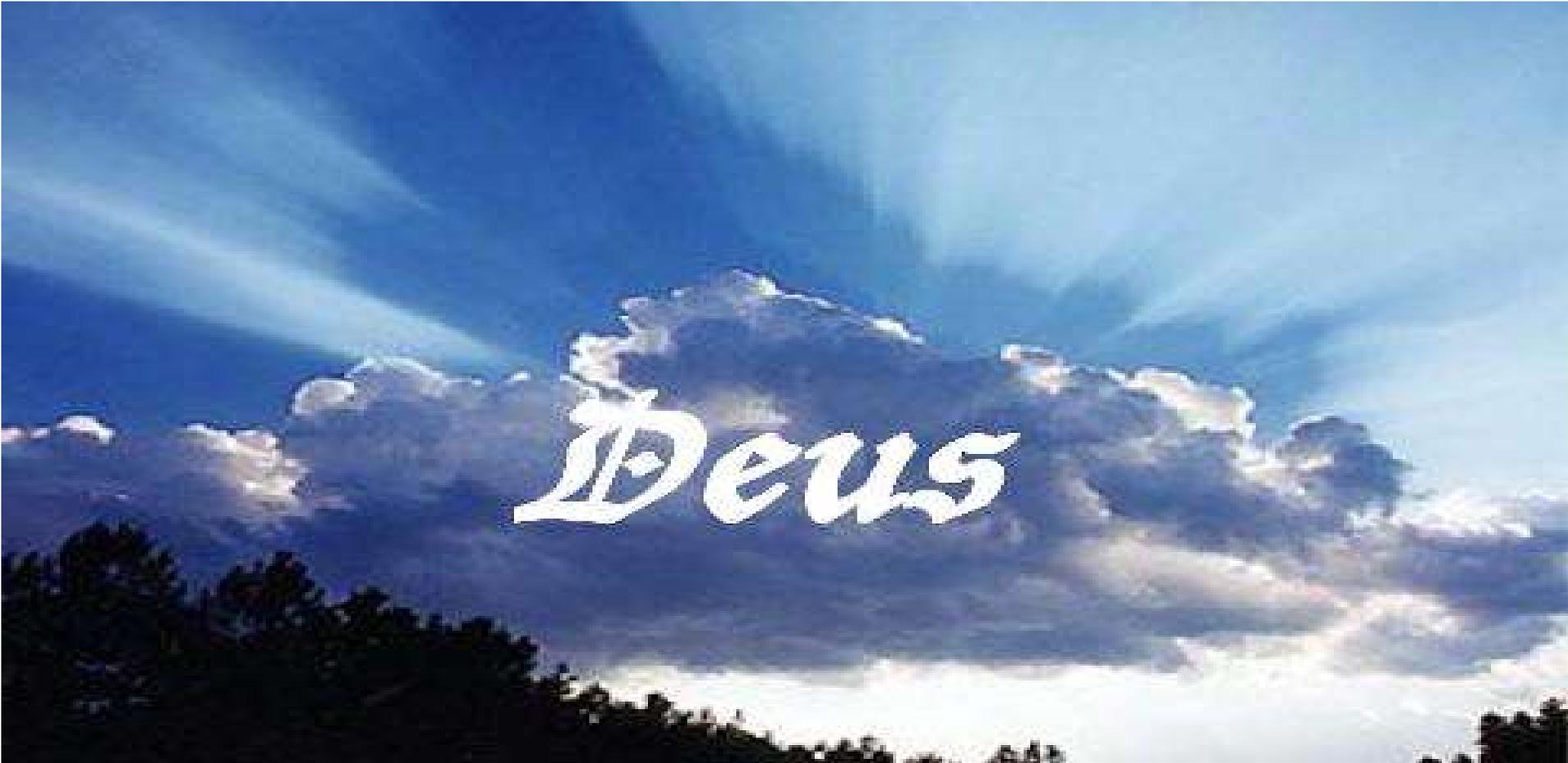
**REPARAÇÃO**

**TRATAMENTO**

**O INDIVÍDUO É ORIENTADO A BUSCAR A MUDANÇA DE SEUS  
COMPORTAMENTOS PARA RETORNAR A CONEXÃO COM AS  
LEIS DIVINAS E CESSAR O SOFRIMENTO.**

**HAMMED FAZ UM ESTUDO SOBRE A DEPRESSÃO,  
O MEDO, A CULPA, A MÁGOA, A RIGIDEZ, A  
REPRESSÃO E CORRELACIONA COM OS,  
ANTERIORMENTE CHAMADOS, DE “SETE  
PECADOS CAPITAIS”**





# Deus

**“Quem compreendeu as divinas intenções do Poder da Vida sabe que, na nossa existência, nada pode estar acontecendo de errado, pois a obra da Natureza tem a maravilhosa capacidade de sempre estar promovendo a todos, mesmo quando tudo nos pareça perda ou destruição.”**



**“Nenhuma pessoa se queixa das pedras por serem duras, nem tampouco da cachoeira por ser úmida”**



**A CARACTERÍSTICA DE UM INDIVÍDUO CONSCIENTE É OLHAR PARA A REALIDADE COMO ELA É...**

**“Cuide de seus pensamentos, porque se tornam palavras;**

**Escolha suas palavras, porque se tornam ações;**

**Entenda suas ações, porque se tornam hábitos;**

**Estude seus hábitos, porque se tornam seu caráter;**

**Desenvolva seu caráter, porque ele se torna seu destino”**

**Provérbio Chinês**



**“Irmãos, quanto ao modo de julgardes, não sejais como crianças, quanto à malícia, sim, sede crianças, mas, quanto ao modo de julgais, sede adultos.”**

A DOR EMOCIONAL,  
DIFERENTEMENTE DA LESÃO  
MATERIAL, IMPLICA UMA  
ANGÚSTIA NO CORPO TODO;

AS DORES DA ALMA  
PROVOCAM UM APERTO NO  
PEITO, UMA DIFICULDADE DE  
RESPIRAR, UMA SENSAÇÃO  
DE QUE O CORAÇÃO VAI SE  
PARTIR.

A IMPRESSÃO FÍSICA PARECE  
REAL.



**“O mau hábito de fixarmo-nos em julgamentos criar-nos-á dores e dificuldades no amanhã, quando tivermos que arrancar essas raízes de inflexibilidade.”**

**Todos somos alunos na escola da vida e, assim sendo, temos que evitar condenações e punições.**



**A DOUTRINA ESPÍRITA RECONHECE A MORAL(RELIGIÃO), A CIÊNCIA E A FILOSOFIA) COMO PROCESSOS DE APRENDIZAGEM**



**SÃO MÉTODOS DE ENSINO IMPORTANTES QUE UTILIZAMOS PARA CONHECER A NÓS MESMOS E O MUNDO QUE NOS CERCA.**

**SOMOS NÓS MESMOS QUE FAZEMOS NOSSOS CAMINHOS E DEPOIS OS DENOMINAMOS DE FATALIDADE.**



QUEM JULGA AS PESSOAS E O MUNDO COMO RESPONSÁVEIS PELA SUA INFELICIDADE É INFANTIL E INEXPERIENTE.

## VERDADE PRÁTICA



QUEM ASSUME SEUS ERROS E SE RESPONSABILIZA POR TUDO O QUE ESTÁ VIVENDO INTERIOR E EXTERIORMENTE, TRAZ CONSIGO A MATURIDADE DA CRIATURA SÁBIA E SENSATA, QUE APRENDEU A ENXERGAR A VIDA COM OS OLHOS DO DISCERNIMENTO.

## VERDADE PRÁTICA



**O PROCEDIMENTO MAIS BENÉFICO QUE PODEMOS ADOTAR PARA FACILITAR NOSSO AMADURECIMENTO ESPIRITUAL, É EXERCITAR O AUTO-JULGAMENTO E ASSUMIR TOTAL RESPONSABILIDADE POR TUDO AQUILO QUE SENTIMOS, PENSAMOS E FAZEMOS, DEIXANDO QUE OS OUTROS APRENDAM TAMBÉM A SE AUTOJULGAR E SE AUTORRESPONSABILIZAR ATRAVÉS DAS PRÓPRIAS EXPERIÊNCIAS.**





*" Há três coisas que nunca voltam atrás:  
a flecha lançada,  
a palavra pronunciada  
e a oportunidade perdida".*

*provérbio chinês*