

---

# Palestra Virtual

---

Promovida pelo IRC-Espiritismo  
<http://www.irc-espirtismo.org.br>

**Tema:** *Depressão*

**Palestrante:** *Mário Coelho*

**Rio de Janeiro**  
**03/08/2001**

**Organizadores da palestra:**

**Moderador:** "Soutinho" (nick: |moderador|)  
**"Médium digitador":** "M\_Alves" (nick: Mario\_Coelho)

**Oração Inicial:**

<|moderador|> Senhor Jesus, Mestre querido, que suas bênçãos se derramem sobre nós, permitindo que sejamos capazes de conduzir os trabalhos de hoje com harmonia, e que tenhamos a felicidade de nos

esclarecermos, para que prossigamos em nossa jornada cada vez mais confiantes de que estamos indo de encontro a Ti. Que assim seja!

### **Apresentação do Palestrante:**

<Mario\_Coelho> Meu nome é Mário Coelho, sou colaborador do Centro Espírita Léon Denis, onde atuo como médium e palestrante.

### **Considerações Iniciais do Palestrante:**

<Mario\_Coelho> A depressão foi chamada no final do séc. XX de doença da década, de vez que foi a doença de cunho psiquiátrico mais diagnosticada e tratada na última década, atingindo crianças, jovens, adultos e idosos. Por ser uma doença que muitas vezes chega a causar incapacitação para as tarefas do dia a dia tornou-se fator preocupante em termos de saúde pública. Atinge atualmente cerca de 20% a 30% da população mundial. (t)

### **Perguntas/Respostas:**

<|moderador|> 1 - <Soutinho> - **A depressão tem sempre um "fundo" espiritual, ou pode ser causada por um mero desequilíbrio químico do organismo?**

<Mario\_Coelho> É sempre um estado da alma, mas que tem reflexos no corpo físico. As teorias bioquímicas aí estão mostrando o substrato bioquímico da depressão, há hoje no mercado os antidepressivos que agem na recaptção da serotonina, por exemplo, e esta mantendo um nível de ação mais prolongado sobre os neurônios em determinada área cerebral, equilibra o depressivo.

Mas e aqueles casos em que o indivíduo recebe um socorro não medicamentoso e consegue sair por esforços próprios da depressão? Este, como espírito imortal, começou pela mudança mental a agir sobre os próprios núcleos neuronais, sintetizando novamente os neurotransmissores que lhes faltava como dopamina, serotonina e outros. (t)

<|moderador|> 2 - <Marcio\_Alves> - **Existe alguma explicação sobre a depressão, segundo a Doutrina Espírita?**

<Mario\_Coelho> Sabemos que a depressão do ponto de vista médico é uma doença bioquímica, em que alguns neuro-hormônios estão diminuídos ou não conseguem manter uma atuação a nível da estimulação neuronal.

Daí nestes casos o indivíduo melhorar com antidepressivos, que estimulam a produção destes neurotransmissores ou dificultam a sua recaptção, fazendo com que eles estimulem os neurônios por mais tempo, aumentando assim o seu grau de excitabilidade. Mas no fundo, o estado bioquímico do indivíduo, é apenas reflexo da alma, reflexo de ações desta vida, ou de outra, por causas diversas, como por exemplo, sentimento de culpa, sentimento de menos valia, covardia perante as lutas, suicídios passados, orgulho ferido, medo de enfrentar as provas, etc.

Diz-nos "O Livro dos Espíritos", na resposta da questão 196-a: "Teu Espírito é tudo; teu corpo é simples veste que apodrece: eis tudo."

Se há alteração neuro-bioquímica, necessita de medicação ou de dose de grande esforço, ou de ambos, para a alma voltar ao equilíbrio.

Com a medicação, a ação do medicamento sobre o EFEITO no corpo, e com a perseverança, com o estudo, com a fé em Deus, com o trabalho no bem, a ação sobre a causa, que é a alma, e esta equilibrada atuará sobre determinados genes "reprimidos", que voltarão a produzir o necessário para o perfeito equilíbrio físico/psíquico. (t)

**<|moderador|> 3 - <leirston> - A depressão pode ser proveniente, ou agravado por processos obsessivos?**

<Mario\_Coelho> Sim. Os processos obsessivos podem ser fatores agravantes que acordem na alma culpada processos de menos valia, fazendo com que a mesma crie uma imagem deturpada de si mesmo criando assim, condicionamentos depressivos que somente com dose de muito esforço conseguirá sair, aliado também ao socorro espiritual e ao uso quase sempre de medicamentos. (t)

**<|moderador|> 4 - <dindafoz> - a depressão pode, como sabemos, levar o indivíduo a morte, tanto por fatores físicos, como psíquicos (suicídios). Frente a isso, o uso de medicamentos, juntamente com auxílio para o reequilíbrio espiritual se fazem necessários. Como fazer para que o indivíduo aceite o tratamento, quando sabemos que pré-conceitua-se o indivíduo depressivo como louco perante a sociedade?**

<Mario\_Coelho> A queda do preconceito deve iniciar-se primeiro naqueles que convivem com o depressivo, pois muitas das vezes os chamamos de pessoas sem vontade, fracas, sem vergonha, como se não existisse os fatores bioquímicos reduzindo as reações do indivíduo. Deve-se mostrar ao depressivo que o remédio psiquiátrico não é um mal, e sim um socorro de Deus, como fator de auxílio ao reequilíbrio, da mesma maneira que o míope usa óculos para ter a visão normal, o depressivo necessitará da medicação que o estabilize juntamente com os outros esforços da alma, conduzindo-o ao equilíbrio. (t)

**<|moderador|> 5 - <leirston> - Uma pessoa que sofre de depressão, e trabalha na mediunidade, deve se ausentar dos trabalhos mediúnicos?**

<Mario\_Coelho> O Trabalho no bem sempre é fator de auxílio ao nosso equilíbrio. No caso do depressivo, não há alteração da razão, não há loucura, desse modo nada o impede de trabalhar mediúnicamente. Ele poderá não render tudo que poderia, mas com certeza se estiver trabalhando com sinceridade e desejo de acertar, estará nesses momentos, esquecendo de si mesmo para ir em busca do socorro ao próximo e desse modo estará trabalhando para o próprio equilíbrio. (t)

<|moderador|> 6 - <kkatia> - Pode acontecer que o individuo venha a nascer com depressão devido a acontecimentos passados?

<Mario\_Coelho> Pode. Hoje em dia, a psiquiatria infantil tem detectado e tratado crianças que antes eram tidas como "esquisitas" e que hoje com os novos parâmetros que norteiam os diagnósticos, são tratados como depressivos. Em geral, trazem já de outras vidas essas tendências ou matrizes que passam para o corpo físico tais dificuldades. (t)

**Oração Final:**

<|moderador|> Mestre, mais uma vez lhe agradecemos a oportunidade oferecida a nós de esclarecimento, e esperamos tê-la aproveitado plenamente. Pedimos que Vossa luz permaneça nos iluminando e guiando, e que Vossa Divina paz inunde nossos corações. Que assim seja!

IRC-Espiritismo