

## **Parte terceira – Das Leis Morais**

### **Capítulo V – Lei de Conservação**

#### **Item 2. Meios de conservação**

710. Nos mundos de mais apurada organização, têm os seres vivos necessidade de alimentar-se?

R. “Têm, mas seus alimentos estão em relação com a sua natureza. Tais alimentos não seriam bastante substanciosos para os vossos estômagos grosseiros; assim como os deles não poderiam digerir os vossos alimentos.”

**Kardec Allan**, O Livro dos Espíritos, (questão 0710).

---

#### **Livro 14**

#### **Capítulo 710 – Alimentação**

**0710/ LE**

A necessidade de alimentar-se existe em todos os mundos, no entanto, cada mundo habitado tem a sua alimentação específica; tudo é de acordo com a evolução já alcançada.

A Terra é um mundo de provas e expiações, onde se misturam Espíritos encarnados de várias classes. A alimentação desses Espíritos é grosseira, e das mais grosseiras, mas, depois da seleção que há de vir, pela força do progresso, o planeta passará, a ser um mundo melhor. Melhorando, tudo muda, e necessariamente a alimentação haverá de ser mais leve, visto que o organismo modificará o seu sistema de assimilação.

Em mundos superiores, o organismo já obedece a um sistema de assimilação mais espiritualizada, de modo que o corpo ingere uma comida mais fluídica, o que não acontece na Terra, onde se enche o estômago de vísceras de animais, peles torradas, e mesmo o sangue dos seus irmãos menores. A alimentação perdeu a sua naturalidade, a lei foi violada e as consequências expressas em duros sofrimentos.

A inteligência nos mostra as mudanças que se processam na alimentação dos homens, como está surgindo interesse maior pelas frutas, pelas sementes e pelo verde. E são mudanças rápidas! Isso é o progresso. Matar o animal nos dias atuais já se encontra no plano do condicionamento e não mais por necessidade insuperável de se alimentar. Hoje o homem já pode viver sem as vísceras dos animais à mesa, porque o milho e a soja as substituem, havendo também a abundância de vegetais comestíveis em toda a Terra. Ainda existe o veneno dos tóxicos nas lavouras, utilizado por ganância ou ignorância; no entanto, o tempo vai conscientizando os filhos da Terra, mostrando-lhes que somente a natureza pode alegrar ao homem, pela sua pureza, na maturidade da sua vida.

Lucas, no capítulo doze, versículo doze, nos fala o seguinte, para compreendermos melhor o que devemos falar e buscar para a nossa paz:

Porque o Espírito Santo vos ensinará naquela hora as coisas que deveis dizer.

O Espírito Santo são os Espíritos de luz, que movimentam as bocas dos homens para ensinar-lhes a dizer as coisas certas; e ensinar-lhes a buscar essas coisas, como no caso da alimentação, das vestes etc., como estão fazendo agora. A alimentação está mudando; alguns missionários de Jesus até mesmo sem religião definida empregam seu tempo para ensinar os homens a comer, a beber, enfim, as regras do princípio único do

**Podemos destacar-nos pelo que sabemos, mas valemos pelo que fazemos.**

universo, de modo que traga harmonia a todas as criaturas que tiverem ouvidos para ouvir.

O homem vive fisicamente porque come, e se comer bem, viverá bem. O pecado, no dizer dos próprios homens, entra igualmente pela boca, contrariando a natureza. A Terra está caminhando para a harmonia, porque as criaturas estão modificando seus próprios conceitos de vida.

O médico de amanhã, primeiramente irá, perguntar ao doente de que ele se alimenta depois o que ele pensa e o que ele faz. Por último, é que virá o remédio, para ajudar a reação reformadora.

A felicidade está na harmonia mental.

A Doutrina dos Espíritos foi uma bênção de Deus, para ensinar as pessoas a conhecerem a si mesmas e vencerem suas próprias deficiências. A luta é difícil, mas nunca impossível, e é passo a passo que se pode ganhar a estabilidade espiritual.

**Miramez, Filosofia Espírita**, (Livro XIV, Cap. 710 – Alimentação

– questão 0710, (João Nunes Maia)).

(Comentários sobre as perguntas e respostas de O Livro dos Espíritos, mostrando a amplitude dos ensinamentos da codificação).

**Podemos destacar-nos pelo que sabemos, mas valemos pelo que fazemos.**