

O poder do pensamento

André Luiz alerta que tudo que pensamos é matéria mental, atrai afins e pode causar doenças no corpo e na alma. Neste início de ano, aproveite para mudar a sintonia, educar a mente e pensar apenas em coisas boas e de forma positiva!

P. 2

Cartilha contra relacionamentos abusivos	P. 10
Evangelização sim. Desde o berço	P. 11
A caridade e a prática do amor	P. 12
Liberdade com responsabilidade	P. 14

A crença em reencarnação no Brasil	P. 4
Campos organizadores biológicos. O que são?	P. 6

ESTUDO



Eduardo Lacerda
é médico oftalmologista e membro da Associação Médico-Espírita do Mato Grosso do Sul



Marcelo Cury
é médico gastroenterologista e endoscopista com residência e doutorado pela Unifesp e pós-doutorado na BIDMC/ Harvard. Também é tesoureiro da AME-MS

Larvas mentais e a importân

Quantas mensagens você recebeu ou enviou hoje no seu celular ou computador? Destas, quantas tiveram caráter construtivo? E os comentários e compartilhamentos que postou nas redes sociais? Já parou para refletir que somos responsáveis pelo que pensamos, falamos ou difundimos? A facilidade de comunicação é um grande avanço para a humanidade, mas também pode ser muito nociva, dependendo do seu conteúdo.

Recentemente, em nosso grupo de estudos da Associação Médico-Espírita do Mato Grosso do Sul (AME-MS), examinando as obras do Espírito André Luiz, chamou-nos a atenção a análise das “formas-pensamento” e seus aspectos negativos, as chamadas “larvas mentais”, e a possibilidade terapêutica que esse conhecimento pode nos trazer.

André Luiz, em suas excursões de aprendizado pela crosta, junto de seus instrutores, surpreende-se, por diversas vezes, com a observação daquilo que ele descreve como “corpúsculos negros com mobilidade, feras microscópicas, seres escuros, bacilos psíquicos”, dentre outras denominações das quais se utiliza referindo-se a essas manifestações.

A primeira descrição aparece em *Nosso lar*, no capítulo 33, em que André Luiz narra a presença de animais fazendo parte de um grupo de socorristas, os Samaritanos, em caravana de resgate às regiões do umbral. Dentre cães e muares, destaca-se a presença de aves chamadas “íbis viajores”, responsáveis por devorarem “formas mentais odiosas e perversas” presentes na atmosfera.

Mais tarde, em *Os mensageiros*, o autor espiritual avista sobre

as vias públicas do Rio de Janeiro “nuvens de sombras e grandes núcleos pardacentos ou completamente obscuros”. Aniceto, seu mentor, esclarece: “São zonas de matéria mental inferior, matéria que é expelida incessantemente por certa classe de pessoas”. Ele explica que tal matéria mental, depois de expelida, passa a ter vida própria, atingindo os homens que têm afinidade com tais vibrações. No capítulo 18 da mesma obra, o trabalhador Alfredo se refere ao assunto: “Reduzido número de homens e mulheres continua cultivando a espiritualidade superior. É natural, portanto, que se intensifiquem, ao longo da crosta, espessas nuvens de resíduos mentais dos encarnados invigilantes, multiplicando as tormentas destruidoras”.

Em seu terceiro livro, *Missionários da luz*, encontramos mais detalhes sobre tais observações. No capítulo 3, intitulado “Desenvolvimento mediúnico”, André Luiz descreve a condição de três médiuns atacados por larvas mentais criados por eles próprios devido ao desvio do pensamento e da conduta moral. O primeiro caso trata de um rapaz com condutas deprimentes no campo sexual. O autor observa aluviões de corpúsculos negros invadindo seus órgãos sexuais, destruindo e se alimentando de suas células reprodutoras. O segundo, envolvido em viciações do álcool, abrigava ao longo das veias do fígado “pequenas figuras horripilantes”, que lutavam com os elementos sanguíneos, e “larvas destruidoras”, que exterminavam suas células hepáticas. Já o último caso descreve uma senhora afeita à glotonaria. André Luiz descreve em seu sistema

digestivo corpúsculos semelhantes a “lesmas ferocíssimas” que se agrupavam em grandes colônias e atacavam os sucos nutritivos do seu aparelho intestinal. Adiante, o autor esclarece como somos responsáveis por tais criações: “A cólera, a intemperança, os desvios do sexo, as viciações de vários matizes formam criações inferiores que afetam profundamente a vida íntima. Quase sempre o corpo doente

assinala a mente enfermeira”.

Ainda em *Missionários da luz*, André Luiz esclarece: “As ações produzem efeitos, os sentimentos geram criações, os pensamentos dão origem a formas e consequências de infinitas expressões. E, em virtude de cada Espírito representar um universo por si, cada um de nós é responsável pela emissão das forças que lançamos em circulação nas correntes da vida. A cólera, a desesperação, o

ódio e o vício oferecem campo a perigosos germes psíquicos na esfera da alma. E, qual acontece no terreno das enfermidades do corpo, o contágio aqui é fato consumado, desde que a imprevidência ou a necessidade de luta estabeleçam ambiente propício, entre companheiros do mesmo nível”.

No livro *Obreiros da vida eterna*, no capítulo 12, Irene, jovem colaboradora da Casa Transitória Fabiano de Cristo, informa-nos:



cia do “orai e vigiai”



Sentindo, mentalizando, falando ou agindo, sintonizamo-nos com as emoções e ideias de todas as pessoas, encarnadas ou desencarnadas, da nossa faixa de simpatia. Estamos invariavelmente atraindo ou repelindo recursos mentais que se agregam aos nossos, fortificando-nos para o bem ou para o mal, segundo a direção que escolhemos



(Emmanuel).

Pensamento é matéria que atrai afins

Para que possamos compreender melhor a influência do pensamento no mecanismo da vida, é necessário entendermos que ele é uma manifestação dos sentimentos e das emoções do Espírito. Considerando que a trindade universal é composta por Deus, Espírito e Matéria, não podendo o pensamento ser o próprio Deus ou o Espírito, obrigatoriamente o pensamento é matéria. Matéria mental. Uma matéria ainda imponderável aos nossos sentidos e à atual tecnologia. Ou se preferirem, energia mental, pois Einstein provou que o que difere a energia da matéria é apenas sua velocidade de vibração. O pensamento, portanto, se assemelha a uma energia eletromagnética que, após emitida, impregna o ambiente e a psicofera ou aura do emissor. Essa energia (forma mental) será atraída ou repelida por aqueles que se identificam em sintonia vibracional com ela.

No livro *Pensamento e vida*, capítulo 8, o benfeitor Emmanuel enfatiza: “Assim também na vida comum, a alma entra em ressonância com as correntes mentais em que respiram as almas que se lhe assemelham. Assimilamos os pensamentos daqueles que pensamos. É que sentindo, mentalizando, falando ou agindo, sintonizamo-nos com as emoções e ideias de todas as pessoas, encarnadas ou desencarnadas, da nossa faixa de simpatia. Estamos invariavelmente atraindo ou repelindo recursos mentais que se agregam aos nossos, fortificando-nos para o

bem ou para o mal, segundo a direção que escolhemos”.

As formas mentais que produzimos não são necessariamente deletérias, podem, entretanto, ser muito benéficas, dependendo do sentimento ou ato que as geram. Sentimentos elevados, padrões morais retos e atitudes de amor e caridade emitem energias construtivas, bem como quando se procede a uma oração sincera.

Daí a importância devida ao *orai e vigiai*. Somos responsáveis pelas correntes mentais que criamos e que nos associamos. Somos criadores da saúde ou doença. Tudo depende do que sintonizamos. As formas mentais inferiores (larvas mentais) provocam desordens no corpo perispiritual num primeiro momento e se manifestam mais tardiamente no corpo físico, provocando o que chamamos de doenças.

Luzes solar e divina

André Luiz, curiosamente, informa-nos que grande parte das emissões mentais inferiores que são geradas diariamente pela humanidade são desintegradas pela luz solar, assim como que a oração é um dos melhores remédios contra elas. No entanto, pouco adianta eliminá-las num instante e num outro produzi-las novamente. O remédio é a reforma íntima sincera e duradoura, o equilíbrio do reto agir e pensar e o cultivo das boas obras. Deixemos as portas e janelas de nossas casas abertas diariamente à luz solar e nossos corações abertos à luz divina, para que nos ilumine os senti-

mentos e pensamentos e assim façamos a nossa parte, emitindo e recebendo a energia mais pura do Universo, que é o amor.

Com essas informações, passamos a entender a energia mento-eletromagnética como parte da matéria e passível de nossa interferência. Nossos impulsos mais profundos gerados no nosso ser essencial podem não ser controlados pela maioria de nós, mas temos condições de escolher o rumo dos nossos pensamentos. Podemos escolher o direcionamento que daremos a esses pensamentos, podemos direcioná-los para o bem, podemos escolher as conversações saudáveis e os programas de televisão ou mensagens de Internet que alimentarão nossas formas-pensamento positivas. Podemos inclusive evitar o contágio com pensamentos tóxicos que nos envolvem e evitá-los.

Devemos lembrar que o processo de adoecimento do corpo físico pode frequentemente estar associado às larvas mentais, assim, num futuro próximo, poderemos intervir erradicando esse tipo de matéria. Futuras terapias deverão incluir a eliminação dessas larvas e o tratamento da obsessão em grande parte dos pacientes portadores de moléstias atualmente denominadas “doenças físicas”. Por hora, podemos prestar atenção na qualidade e no foco de nossos pensamentos, educar a mente, participar de palestras educativas, assim como fazer uso da terapia espírita, com passes, água fluidificada e oração, com vistas a prevenir e curar moléstias do corpo físico e da alma.

“[...] os pensamentos exercem vigoroso contágio [...]”.

Por fim, André Luiz acrescenta que os desvios morais, responsáveis pela criação desses corpúsculos inferiores, atraem companheiros desencarnados afins com os comportamentos impróprios dos encarnados e alimentam-se das energias vitais presentes nessas larvas, dando origem a dolorosos quadros de obsessão.

EDITORIAL

Aceitar para renovar em 2020!

Estamos às portas de mais uma década, que se inicia certamente com uma grande quantidade de desafios para toda a humanidade. As nossas reflexões mais íntimas nos convidam a elaborarmos uma lista de desejos para o ano que se inicia, em sua maioria composta de conquistas pessoais, mudanças profissionais, prosperidade material, um novo relacionamento afetivo, perder peso, vencer um vício e por aí vai.

O novo ciclo chega como se fôssemos capazes de em um novo ano sermos totalmente diferentes, e com isso até mesmo abandonarmos o nosso "eu" do ano anterior, como se um ciclo terrestre em torno do Sol fosse capaz de uma transformação sem precedentes. É importante que se tenha em mente que as mudanças são possíveis, sim, mas elas devem ser o resultado de uma reflexão, uma aceitação.

A nossa querida Marlene Nobre, que por tantos anos esteve à frente da Folha Espírita, costumava repetir sempre: "Tudo aquilo que conquistamos no campo do Bem já faz parte de nós e carregamos para a eternidade, e o Mal que ainda temos, esse é passageiro". Então, não temos dúvidas que tudo aquilo que desejamos vencer é possível, bem como que um novo ciclo, um novo ano, representa esse momento de renovação, de realmente nos comprometermos com os avanços e as conquistas que desejamos. Entretanto, cabe-nos aqui reforçar a importância do aprendizado e da aceitação das situações que vivemos para que, por meio da compreensão e da aceitação, possamos promover a renovação e o crescimento.

Lembre-mos de que o exercício da aceitação diante dos desafios do ano por-vindouro será um grande suporte para que nossos dias se tornem mais harmoniosos e produtivos. Assim, dividimos com os nossos leitores esta bela mensagem de Emmanuel, por intermédio da psicografia de Chico Xa-

vier, no livro Busca e acharás:

Aceitarás a dificuldade, não por fardo de aflição que te arrase as energias, mas por ensinamento que te habilite à mais ampla aquisição de experiência.

Não te rebelarás contra a enfermidade...

Saberás, no entanto, afastá-la com os recursos curativos de que disponhas, imitando o devotamento do lavrador que protege a enxada em cuja cooperação encontra o pão de cada dia.

Entenderás os seres amados que te apresentam lamentáveis quadros de provação, tolerando-lhe, com serenidade, até mesmo as injúrias...

Ainda que seja a distância, porém, não só farás o possível para desculpá-los, como também te empenharás a auxiliá-los na melhoria do Espírito.

Suportarás a preterição e o menosprezo nas áreas da atividade profissional...

Não renunciarás, contudo, ao dever de aprimorar-te, a fim de ser mais útil à comunidade à qual te vinculas.

Até mesmo em nós próprios, admitiremos certas falhas de extinção difícil, chegando a medir com sinceridade, a extensão de nossas deficiências... Mas prosseguiremos, fazendo o melhor de nós, até que nos sintamos curados das imperfeições que nos caracterizam, com o esmeril do trabalho, ao calor da responsabilidade constante.

Paciência é compreensão.

Compreensão é luz de amor.

Aceitemos os obstáculos por testes de resistência, e as provas por lições...

Entretanto, saibamos acolhê-los, agindo sempre por superá-los na expansão do bem, de vez que estamos todos na forja da luta evolutiva, com a certeza de que degraus para cima é que configuram a estrada de elevação.

Emmanuel"

Feliz 2020!

ATUALIDADE



Mário Peres

é médico neurologista, com doutorado pela Unifesp e pós-doutorado pela Thomas Jefferson University, no Jefferson Headache Center, nos EUA. Em 2007, foi eleito Fellow do American College of Physicians. É membro da Associação Médico-Espírita de São Paulo (AME-São Paulo)

A crença em re

Neste sétimo artigo sobre a religião no Brasil, fruto de estudo epidemiológico realizado com 1.196 pessoas em todo o país, em 2016, o tema é o da crença em reencarnação no Brasil. No estudo de crenças, práticas e experiências espirituais e religiosas na população brasileira, pudemos destacar esses dados perguntando para todos os entrevistados a respeito de suas crenças como um todo, mas, em especial, interessou-nos saber o que os brasileiros pensam em relação à vida após a morte e reencarnação.

As possibilidades de resposta eram 5, em que as pessoas poderiam responder se a reencarnação para elas era: 1. Impossível, 2. Pouco provável, 3. Não sei, 4. Muito provavelmente e 5. Certamente. A Figura 1, a seguir, mostra, de acordo com cada afiliação religiosa, como foi a distribuição das respostas. Ressalta-se que foram mais de 1.000 respondedores em todo o Brasil, amostra que foi representativa da população geral.

Observa-se que quase metade (47%) da população considera a reencarnação como sendo muito provável ou que certamente existe. As pessoas de religiões sabidamente reencarnacionistas, em sua grande maioria, acreditam na reencarnação, mas, interessantemente, há um contingente que duvida ou não acredita: no caso do Budismo, isso ocorreu em 30%; da Umbanda, 5%; de espíritas kardecistas, 5%; de espiritualistas, 12%.

Outro dado que se destaca é o fato de 49% dos que se declaram católicos acreditarem em reencarnação, apesar de esta não ser reconhecida pela Igreja Católica. Em evangélicos/protestantes, esse número é de 20%; em ateus, 10%; agnósticos, 25%; e em judeus chega a 50%.

A reencarnação é um conceito inserido no repertório dos brasileiros de diversas afiliações religiosas, o que pode ser uma manifestação resultante da miscigenação e da múltipla pertença religiosa que ocorre no país. Pode ser também um conceito inerente ao ser humano, que pode ter a sua consciência de imortalidade e que, naturalmente, pode se inclinar a acreditar na

reencarnação, mesmo que sua religião não postule dessa forma.

Aos nos depararmos com situações de perda de entes queridos, enfermidades graves ou incuráveis ou quando nos aproximamos dos estágios do fim da vida, ocasiões em que somos colocados diante da morte, passamos a buscar com maior intensidade o sentido e o significado da vida. A crença na reencarnação pode ser elemento facilitador para o enfrentamento de situações traumáticas de vida.

Um estudo recente realizado por Curcio e Moreira-Almeida (2019) investigou os efeitos da crença na vida pós-morte com 651 participantes. Os resultados apontaram que 88% acreditam na existência de algo além da matéria, como alma, espíritos, anjos, demônios e Deus, enquanto 78% revelaram acreditar que após a morte do corpo físico permanece algo similar a uma alma. Que papel teria o acreditar na vida pós-morte e em algo além da matéria?

A ideia de continuidade da vida geraria uma proteção, mas a possível culpa advinda da crença que males feitos em outras vidas estariam causando os problemas atuais podem agravar a autoestima e piorar o estado de humor do indivíduo.

O estudo de Parente (2017) investigou como as crenças religiosas-espirituais podem servir como recurso de apoio para pais e mães que perderam um(a) filho(a) por violência. Os resultados demonstraram que a maior parte da amostra buscou a Doutrina Espírita, assim como a psicografia como suporte de acolhimento, redução da dor da perda e prática de fé para darem continuidade em suas vidas.

Relatos de mães e pais de encontros com filhos falecidos por meio de vivências e sonhos despertaram nossa atenção devido a sua grande frequência e repetição, independentemente da religião e crença deles. Em nosso estudo, observamos a importância da crença na vida após a morte como consolo e recurso de apoio no luto parental (Parente, 2017).

Folha Espírita

FUNDADORES: Freitas Nobre, Marlene Nobre e Paulo Rossi Severino (1974)
DIRETOR RESPONSÁVEL: Fábio Gandolfo Severino | **JORNALISTA RESPONSÁVEL:** Cláudia Santos MTb - 21.177 |
CRIAÇÃO - PROJETO GRÁFICO E SITE: MaçãV Comunicação www.macav.com.br | **DIAGRAMAÇÃO:** Sidney João de Oliveira | **SITE - PROGRAMAÇÃO:** www.aboutdesign.com.br | **REVISÃO:** Gaia Revisão Textual | **ASSINATURAS:** Ana Carolina G. Severino carol@folhaespirita.com.br | **EXPEDIÇÃO:** Sílvia do Espírito Santo e Silvana De Oliveira

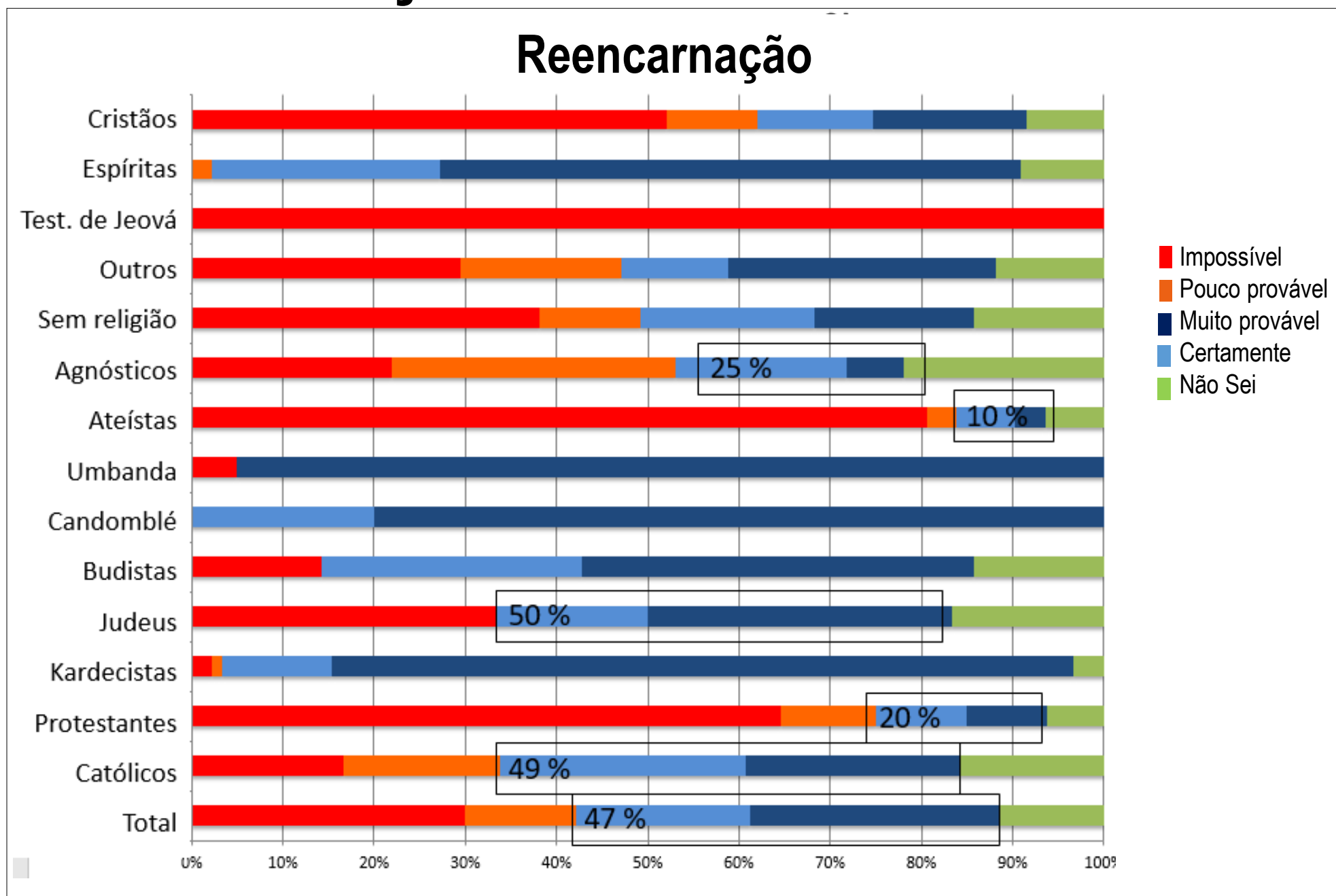
Folha Espírita é uma publicação de FE - Editora Jornalística Ltda. - Av. Pedro Severino Jr., 325 - São Paulo - SP - CEP 04310-060 - Telefax: (11) 5585-1977 - CNPJ: 44.065.399/0001-64 - Insc. Mun. 8.113.8970 - Insc. Est. 109.282.551-110. Periodicidade: Mensal - www.folhaespirita.com.br - e-mail: folhaespirita@folhaespirita.com.br



Natasha Torlay

é doutoranda do ProSER (Programa de Saúde, Espiritualidade e Religiosidade) do Instituto de Psiquiatria do HCFMUSP, com a orientação do Dr. Mário Peres, e psicóloga clínica junguiana. Tem se dedicado a pesquisar crenças brasileiras e suas implicações na saúde

encarnação no Brasil



“ A reencarnação é um conceito inserido no repertório dos brasileiros de diversas afiliações religiosas, o que pode ser uma manifestação resultante da miscigenação e da múltipla pertença religiosa que ocorre no país. Pode ser também um conceito inerente ao ser humano, que pode ter a sua consciência de imortalidade e que, naturalmente, pode se inclinar a acreditar na reencarnação, mesmo que sua religião não postule dessa forma ”

Referências:

CURCIO, C. S. S.; MOREIRA-ALMEIDA, A. Who Does Believe in life After Death? Brazilian Data from Clinical and Non-Clinical Samples. *Journal of Religion Health*, v. 58, n. 4, p. 1217-1234, 2019.
 PARENTE, N. T. *A influência do coping religioso-espiritual na qualidade de vida de pais e mães, após a perda de um(a) filho(a) por causas externas*. 2017. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2017.

HERNANI GUIMARÃES ANDRADE



Ney Prieto Peres

é engenheiro, pós-graduado em Administração de Empresas e Engenharia de Segurança do Trabalho. Autor do livro *Manual prático do espírita* (Editora Pensamento), é o segundo vice-presidente, diretor de Departamento e Conselheiro da Federação Espírita do Estado de São Paulo (FEESP). Cofundador do IBPP e da Aliança Espírita Evangélica

Campos organizadores

Nesta seção, daremos continuidade aos comentários sobre o livro *Morte, renascimento, evolução: uma biologia transcendental*, do Dr. Hernani Guimarães Andrade.

O Capítulo IV, “Campos organizadores biológicos”, inicia-se com um verso de Augusto dos Anjos, na condição de Espírito, do livro *Parnaso do além-túmulo*, com o título “Evolução”: “Nós já fomos os germes doutras eras, enjaulados no cárcere das lutas: viemos do princípio das moneras, buscando as perfeições absolutas”.

Em Biologia, o termo “monera” significa organismo celular. Surgem, no caldo das águas tépidas do período cenozoico, os seres vivos unicelulares, os protozoários, as amebas, onde, como germes, demos início à nossa jornada na condição de princípios inteligentes, mônadas celestes, embriões do Espírito, que, relativamente desenvolvido, somos hoje.

A figura, no artigo anterior, das “linhas de força” em volta de dois imãs, num experimento simples, ensina-nos a importante manifestação de um semelhante fenômeno relacionado à própria vida e ao seu histórico desenvolvimento. Como comentado anteriormente, só conseguimos identificar o “campo magnético” quando espalhamos, numa cartolina sobre os polos dos imãs, limalhas de ferro, que atraídas pelo “campo” se formam, materializando o “espectro” desse campo irradiado.

Se transferirmos esse fenô-

meno, comparando-o à “embriogênese”, podemos intuir que de modo semelhante o nosso organismo, composto por células diferenciadas, se formou sob a ação de “campos organizadores biológicos”. O autor comenta o trabalho do soviético Inyushin sobre a hipótese do “bioplasma”, como um “quarto estado da matéria existente nos seres vivos”. Inyushin enfatiza que, “fora de qualquer dúvida, cada organismo vivo é um sistema que está irradiando energia e criando um campo ao seu redor”.

Voltando à experiência do imã com um cartão coberto de limalha de ferro, questiona Dr. Hernani: “Será que, nos processos biológicos, não estaria também presente a ação ordenadora de campos de forças organizadoras”? “Não seriam, tais campos, produzidos por um princípio que se formou concomitantemente com a própria vida, desde os seus primórdios”?

Segue o autor: “Neste caso esse princípio poderia, graças a uma constituição estrutural espaço-tempo, armazenar toda a sua experiência pregressa, convertendo-se em um domínio informacional histórico”. E conclui: “O princípio a que nos reportamos funciona como um modelo organizador biológico”, identificado como *Espírito*.

O nosso mestre Andrade leva em consideração a contribuição do Dr. Edmund W. Sinnott no seu livro *The Biology of The Spirit*, de 1966, em que este sugere que: “Alguma coi-



Alguma coisa existe na substância viva do organismo à qual o crescimento obedece – alguma coisa, por assim dizer, que representa a história do desenvolvimento do todo individual



(Edmund W. Sinnott)

sa existe na substância viva do organismo à qual o crescimento obedece – alguma coisa, por assim dizer, que representa a história do desenvolvimento do todo individual”.

Diz-nos Dr. Hernani que esse “quid”, entendido como conteúdo, essa “alguma coisa”, esse “modelo organizador biológico”, parece ter acompanhado a evolução do indivíduo através dos milênios que o precederam em sua *filogênese*. Ele conclui: “O fenômeno da recapitulação durante a embriogênese sugere que aquele programa poderia ser, na realidade, um resumo da sua história *filogenética*”.

Como esse “espectro”, na

sua estrutura organizadora biológica, traz em si o conteúdo informacional histórico de sua espécie, assim documentado nas fases da embriogênese, o que nos leva a concluir que sobrevive continuamente a cada experiência de vida biológica sucessiva.

Daremos sequência à mencionada obra nos próximos artigos.

Referência:
ANDRADE, Hernani Guimarães. *Morte, renascimento, evolução: uma biologia transcendental*. Votuporanga, SP: Editora Didier, 2003.

A ontogênese



peixe



boi

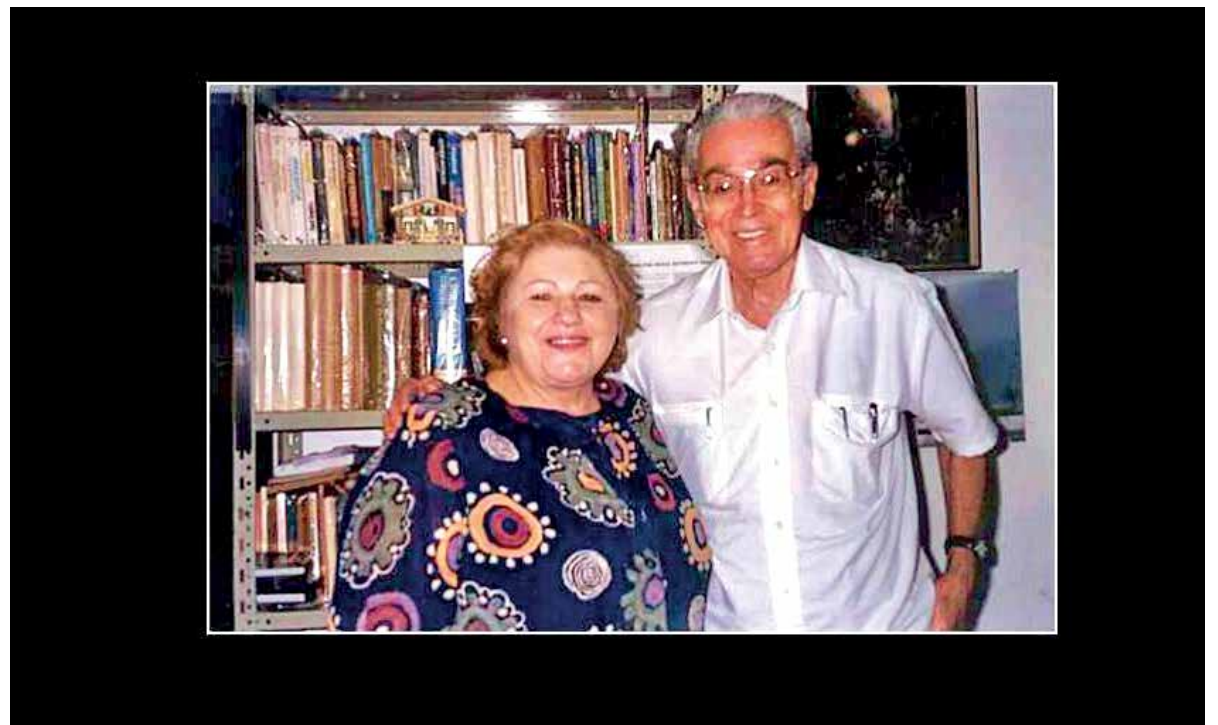
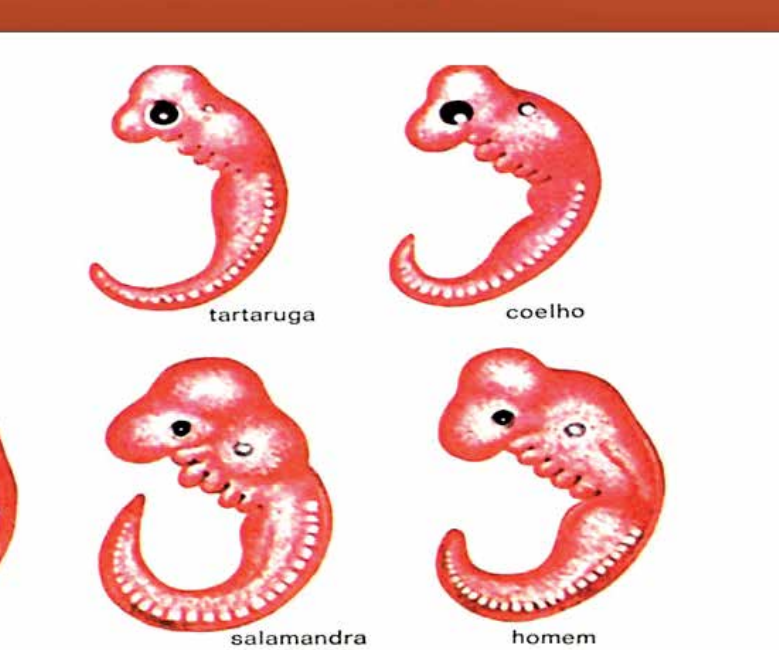
A ontogênese recapitula a filogênese

MODELO GEOMÉTRICO

Diferencia

biológicos

esse recapitula a filogênese



Dra. Marlene S. Nobre em visita ao IBPP com o dr. Hernani Guimarães Andrade

DO ESPÍRITO | Hernani Guimarães Andrade

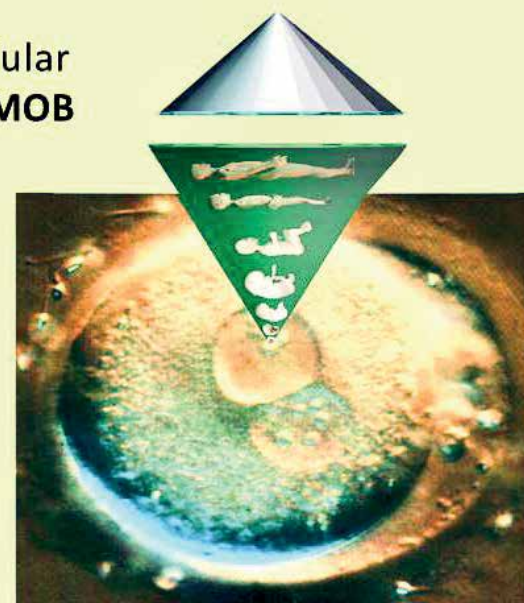
ção celular sob influência do **MOB**



Feto com 10 semanas de desenvolvimento sob ação do modelo organizador biológico

MODELO GEOMÉTRICO DO ESPÍRITO | Hernani Guimarães Andrade

Diferenciação celular sob influência do **MOB**



Momento em que o modelo organizador biológico miniaturizado é acoplado à união dos dois gametos masculino e feminino, dando início ao processo da embriogênese

ATUALIDADE

Giovana Campos

“A família representa os primeiros ensaios na vivê

Etapas da vida em família, necessidades infantis, relações amorosas e acolhimento à vida adulta intermediária e tardia saudável foram alguns dos temas tratados no II Seminário do Departamento de Família da Associação Médico-Espírita do Brasil, em novembro de 2019, em Maceió (AL).

Folha Espírita – Como foram elaborados os temas?

Márcia Léon – Os temas do seminário foram elaborados a partir do tema principal: “reconectando almas”. Sabemos que a família é a célula-mãe da construção da sociedade. Assim, partimos do princípio de que uma família estruturada, sabedora

ARQUIVO



do seu papel de construção de valores individuais para se inteirar do todo social, consegue na sua coletividade familiar superar os desafios, já considerados na programação reencarnatória de cada um de seus membros. Quando

cientes dessa abordagem, tendo as Leis Morais, trazidas por Jesus, como base dessa formação, a superação das dificuldades naturais que cada um enfrenta se torna mais fortalecida e mais ajustada à colaboração de cada um de seus pares no avanço do conjunto familiar. Porém, sabemos também que essa consciência não é rotina comum, pois, enquanto mergulhados na vestimenta carnal, nem sempre conseguimos visualizar essa problemática de uma forma racional ou clara. As emoções falam alto, e os reajustes interpessoais a serem considerados muitas vezes se fazem distantes.

Mas é importante lembrar-nos de que a semente evangelizadora de Jesus foi semeada em cada um de nós. Portanto, a floração dos talentos de cada um é eminente e pode acontecer a qualquer momento, sendo o agente facilitador da reconexão das almas em família.

FE – Por que a atenção volta para a família?

Márcia – Estamos vivendo um momento crucial na trajetória planetária, em que os valores morais se encontram dispersos e lateralizados por muitos que congregam a família humana. Focar na família é focar na construção coletiva, com base na valorização da vida em seu *continuum*, como sempre nos lembraram a fundadora da AME-Brasil, Marlene Nobre, Bezerra de Menezes e tantos outros ícones da Doutrina Espírita. A partir do núcleo familiar é que temos a oportunidade de crescer e avançar em nossa trajetória coletiva, por isso a necessidade de voltar a nossa atenção

a esse tema, que sempre foi muito caro ao Departamento de Família da AME-Brasil. Dessa forma, tendo a família como o cadinho de reconstrução de ideais morais, tivemos a oportunidade de florescer esse tema no coração de cada um que esteve no Seminário da Família em Maceió, e, por sua vez, cada um poderá replicar em seus locais de origem.

FE – Qual a importância dos laços familiares para a saúde e para o Espiritismo?

Márcia – Importância crucial, pois a saúde da família reflete a saúde mental de cada um de seus membros, por intermédio dos vínculos dos laços familiares. Allan Kardec, em *O Evangelho segundo o Espiritismo*, no capítulo IV, “Ninguém poderá ver o reino de Deus se não nascer de novo”, e no capítulo XIV, “Honrai vosso pai e vossa mãe”, nos traz argumentos extremamente fortalecidos na coerência do raciocínio e na amorosidade do coração de que apenas os

laços de família são capazes de reerguer o Espírito decaído em suas dificuldades ascensionais da estrada evolutiva. Quando temos a oportunidade do bom convívio, temos a sanidade mental, condição *sine qua non* para o bem viver do ser humano integrado à sociedade. Os laços consanguíneos oportunizam o reajuste de ideias, reformulando conceitos e permitindo novos hábitos e ações individuais que influenciem na harmonia coletiva e no bem conviver, reintegrando cada um dos membros da família ao todo social. Apesar da sua fragilidade, quando esses laços consanguíneos são bem sentidos e vivenciados, se fortalecem gradualmente. Assim, consequentemente, se forem direcionados para os laços espirituais, serão mais fortalecidos e inquebrantáveis.

FE – Como tem sido a recepção do público quanto ao tema?

Márcia – A nosso ver, de maneira excelente tem sido a receptividade. Estamos todos

Amores DA ETERNIDADE

Paulo Sérgio Teixeira Diniz

Espírito Clara

16x23cm / 224 páginas

“...Somente o conhecimento da Doutrina Espírita será capaz de explicar que, muitas vezes, a renúncia é a maior prova de fidelidade que podemos oferecer a quem amamos de verdade...”

Tel.: 2105-2600

www.editoraalianca.com.br

distribuidora@editoraalianca.com.br

Aliança

...ncia do amor universal em direção ao Criador”

DIVULGAÇÃO



O II Seminário do Departamento de Família da AME-Brasil foi realizado em Maceió

ansiosos pela melhoria social, visto que sem a estruturação familiar adequada dificilmente alcançaremos esse intento. Joanna de Ângelis, em seu livro *Constelação familiar*, pela psicografia de Divaldo Franco, nos diz: “A família é a base fundamental sobre a qual se ergue o imenso edifício da sociedade. No pequeno grupo doméstico inicia-se a experiência da fraternidade universal, ensaiando-se os passos para os nobres cometimentos em favor da sociedade equilibrada. Em razão

disso, toda vez que a família se enfraquece a sociedade experimenta conflitos, abalada nas suas estruturas”.

FE – As especialidades médicas e psicológicas têm benefício com a inserção do olhar espiritual sobre a família?

Márcia – Sempre esse benefício será alcançado quando observarmos o ser que está à nossa frente como um todo. Quando um paciente adentra o nosso consultório, é importante saber que, além da ves-

timenta física, existe um Espírito caminhando e buscando a sua melhoria enquanto ser imortal, através do tempo, a partir de suas vidas sucessivas. É sabido que nem todos apresentam essa consciência da caminhada evolutiva, mas quando o profissional é imbuído desse olhar, aos poucos ele consegue direcionar o paciente para sua busca interior, atravessando os seus “desertos” em busca da descoberta de sua Espiritualidade. Jesus dizia que a caminhada com Ele é mais

leve, e isso é confortador. Dessa forma, as especialidades de saúde podem contribuir e muito como agentes facilitadores dessa busca pessoal e, conseqüentemente, a busca de saúde física, mental e espiritual.

FE – Quais são as necessidades urgentes da família contemporânea?

Márcia – São inúmeras as necessidades, mas poderíamos focar em duas em especial, que são agentes deflagradores de reparação de todas as outras: a busca do amor fraternal verdadeiro e a descoberta do Evangelho de Jesus. Uma vez Chico Xavier, quando interpelado por um confrade espírita, durante o lançamento de alguns livros da Coleção André Luiz, de qual seria a maior novidade naqueles dias, o querido médium respondeu: “A maior novidade? O Evangelho de Jesus, meu filho!” Ao pensar sobre essa resposta, sabemos nos dias atuais, em pleno século XXI, que é ainda uma novidade e uma descoberta para muitos, um consolo para outros tantos e o sedimento de vida para todos. Sem a fala do Cristo em

nossas mentes, as dificuldades parecem ser maiores do que realmente são, as dores são intermináveis, e a falta de perspectiva se estabelece, não se tendo a certeza da vida futura e da transitoriedade de nossa trajetória como viajores na materialidade. Sendo assim, na busca do Evangelho, encontramos o verdadeiro amor que Ele nos oferece. Acima de tudo, encontramos a lição maior que Ele nos trouxe sobre a prática desse amor, na revelação do entendimento de Jesus a respeito da caridade, respondida a Allan Kardec na questão 886 de *O livro dos Espíritos*: benevolência para com todos, indulgência para as imperfeições dos outros, perdão das ofensas. Aí se encerra a necessidade maior de todos nós. A família representa o cadinho e o laboratório da caridade, nossos primeiros ensaios dentro da vivência do amor universal em direção ao criador.

*O próximo seminário do Departamento de Família da AME-Brasil será em Brasília (DF), em 2020, em data ainda a ser definida.

Folha Espírita

ASSINE

IMPRESSA	MISTA	ON LINE
1 ANO – R\$ 55,00 <input type="checkbox"/>	1 ANO – R\$ 72,00 <input type="checkbox"/>	1 ANO – 45,00 <input type="checkbox"/>
2 ANOS – R\$ 100,00 <input type="checkbox"/>	2 ANOS – R\$ 131,00 <input type="checkbox"/>	2 ANOS – 81,00 <input type="checkbox"/>

FORMA DE PAGAMENTO: Dinheiro Cheque Cartão de crédito

CPF: _____ TELEFONE: _____

NOME: _____

ENDEREÇO: _____

CEP: _____

E-MAIL: _____

www.folhaespirita.com.br

Nos Passos do Mestre

EGITO & ISRAEL

10 ANOS

NOVEMBRO 2019 - 19 DIAS

RW - Viagens e Turismo e Eventos
 +55 11 3667-3506 | 3664-9600
 Site: www.rwturismo.com.br



Walther Graciano Júnior
é pedagogo

MPSP lança cartilha contra relacionamentos abusivos

Condutas de dominação sobre o outro que podem causar danos, tanto psicológicos quanto físicos, são caracterizadas por relacionamentos abusivos ou doentios. Com o objetivo de orientar jovens a perceberem atitudes abusivas do companheiro, a promotora de Justiça do Ministério Público do Estado de São Paulo (MPSP) Valéria Scarance produziu a cartilha *Namoro legal*, que contém dicas práticas de como perceber se uma relação está se tornando tóxica. Explica a promotora: “Nós, que trabalhamos com a luta pela igualdade de gênero, percebemos a necessidade de conversar com as jovens de um jeito diferente. E a cartilha surgiu dessa forma”.

Segundo a pesquisa “Visível e invisível 2019”, do Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 42% das mulheres de 16 a 24 anos sofreram violência em 2018 no Brasil. Na opinião da promotora, isso acontece devido à inexperiência dessas jovens mulheres: “Se as mulheres já estão sujeitas ao controle e à dominação, o perigo é ainda maior para as jovens e adolescentes porque elas estão iniciando essa fase da vida e não sabem como identificar as condutas abusivas”. Valéria complementa: “Elas cedem mais rapidamente a um relacionamento abusivo por conta da idade e inexperiência”.

Sem usar as palavras “violência”, “vítima” e “agressor”, a cartilha é didática e fornece sete dicas sobre namoro. A ideia é que meninas que este-

jam passando por relacionamentos abusivos, mas ainda não perceberam a situação, se interessem pelo assunto e passem a reconhecer condutas dominadoras do parceiro. Segundo Valéria: “Essas dicas, embora sejam leves e práticas, trazem uma mensagem muito poderosa e importante. [...] O objetivo é que ela [cartilha] seja um importante instrumento de prevenção a relacionamentos abusivos e ajude a jovem mulher a refletir sobre suas relações e a impor limites para que os abusos não evoluam para um caso mais grave como a violência física”.

Onde encontrar a publicação

A cartilha *Namoro legal* está disponível no site do Ministério Público (www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/Cartilhas/NamoroLegal.pdf) e pode ser acessada por qualquer pessoa. A promotora explica que “A ideia é compartilhá-la em grupos, nas redes sociais, para que elas cheguem ao conhecimento das jovens e sirva como um instrumento de prevenção ao relacionamento abusivo”.

Além do material, o projeto, que foi feito em parceria com a Microsoft, contará com o lançamento da MAIA (Minha Amiga Inteligência Artificial), que é uma robô virtual que conversa com jovens e adolescentes, pelo Messenger, com base nas dicas da cartilha. Assim, ajuda as jovens a identificar comportamentos abusivos.

Ao lado colocamos alguns trechos que constam na cartilha.



Dicas para um #namorolegal

Confie na atitude. Não nas palavras	“Antes de mergulhar de cabeça em uma relação é importante descobrir com quem você está. Muitos garotos fazem declarações de amor e colocam apelidos fofinhos nas namoradas, mas, ao mesmo tempo, têm atitudes explosivas, são autoritários, insensíveis, criticam tudo o que a namorada fala, seu corpo, sua postura, seus amigos, sua família... Opa! Fique atenta!”
Seu espaço é só seu	“Não abandone o que te faz feliz! Valorize o seu espaço, o seu território físico e mental, o lugar onde você se sente segura e conectada com sua essência. Esse espaço compreende sua família, amigos, estudo, trabalho e lazer, seu modo de ser. E você não deve abrir mão desse espaço por ninguém!”
O “código da boa namorada”	“Você já ouviu falar do ‘Código da Boa Namorada’? Nunca? É porque ele não existe. Não existe essa de ‘namorada ideal’. No namoro, você não é obrigada a seguir uma lista de comportamentos permitidos ou proibidos para garotas. Muito menos, impostos pelo namorado. Respeite seus próprios limites e aprenda a dizer ‘não’ quando a resposta em seu coração for ‘não’.”
A chave da sua vida	“Vamos falar sobre algo muito importante? Em um namoro legal, cada um mantém a chave da sua vida em seu próprio bolso. Isso quer dizer que você não deve deixar as decisões da SUA vida nas mãos dele.”
Não vá morar na lua	“Sabe aquele momento em que você está apaixonada? O crush conta uma piada e você se mata de rir, olha o celular um milhão de vezes esperando um simples ‘oi, linda’, sai pela rua espalhando bom dia pra todo mundo como se tivesse ganhado na loteria... Que delícia se sentir assim no mundo da lua, né? Curte mesmo, garota! Mas mantenha sua base na terra! No seu território seguro, lembra dele?”
Saia dessa montanha russa de emoções	“Um dia você está feliz lá nas estrelas e, no outro, está triste jogada na cama. Você percebe que o crush mudou. Ele explode de ciúmes e depois pede desculpas. Vira especialista em críticas que te deixam arrasada e diz que elas são para te ajudar a melhorar, para seu próprio bem. Ou ele parece contorcionista para olhar outras garotas bem debaixo do seu nariz e ainda te acusa de ser ciumenta ou louca. Xinga num dia, porque estava nervoso, e te agrada no outro. E lá vem outra crise, seguida de mais desculpas. Para tudo! Altos e baixos só são divertidos no parque de diversões.”
A dica de ouro: Sorry, fera não vira príncipe com “seu amor”	“Garota inteligente, linda e poderosa, existe um segredo de ouro muito importante: nós, garotas, fomos enganadas por séculos, sabia? Ensinararam que cabe às garotas transformar, com seu amor, qualquer um em príncipe encantado. Desculpe dizer, mas esta é a maior FAKE NEWS da história. Não acredite na ilusão de que o seu amor irá mudá-lo.”

Ano novo, vida nova e nada de relacionamentos abusivos!

Referência: Ministério Público do Estado de São Paulo (MPSP). Cartilha #namorolegal. Disponível em: <http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/Cartilhas/NamoroLegal.pdf>. Acesso em: 20 dez. 2019.



Se as mulheres já estão sujeitas ao controle e à dominação, o perigo é ainda maior para as jovens e adolescentes porque elas estão iniciando essa fase da vida e não sabem como identificar as condutas abusivas. Elas cedem mais rapidamente a um relacionamento abusivo por conta da idade e inexperiência

(Valéria Scarance)

CANTINHO DO EVANGELIZADOR

Desde o berço

Na questão n. 383 de *O livro dos Espíritos*, Allan Kardec pergunta: “Qual é, para o Espírito, a utilidade de passar pelo estado de infância?” E recebe a seguinte resposta: “Encarnado, com o objetivo de se aperfeiçoar, o Espírito, durante esse período, é mais acessível às impressões que recebe, capazes de lhe auxiliarem o adiantamento, para o que devem contribuir os incumbidos de educá-lo”.

No livro *O Consolador*, psicografia de Chico Xavier, Emmanuel complementa afirmando que: “até os 7 anos o Espírito se encontra em fase de adaptação à nova existência que lhe compete no mundo. Nesta fase, ainda não existe uma integração perfeita entre ele e a matéria orgânica. São cerca de três mil dias de sono induzido ou hipnose terapêutica que motivam o entorpecimento das recordações do passado, para que se alivie a mente na direção de novas conquistas. Todo esse tempo é ocupado em prover a criança de novos conceitos e pensamentos acerca de si própria”.

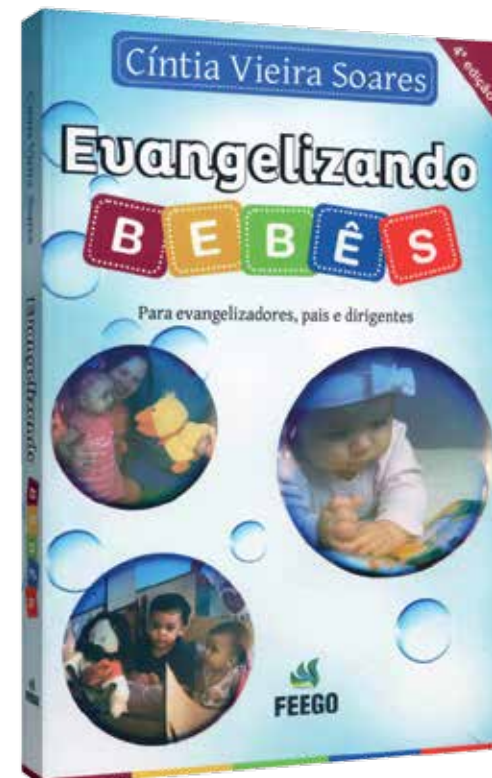
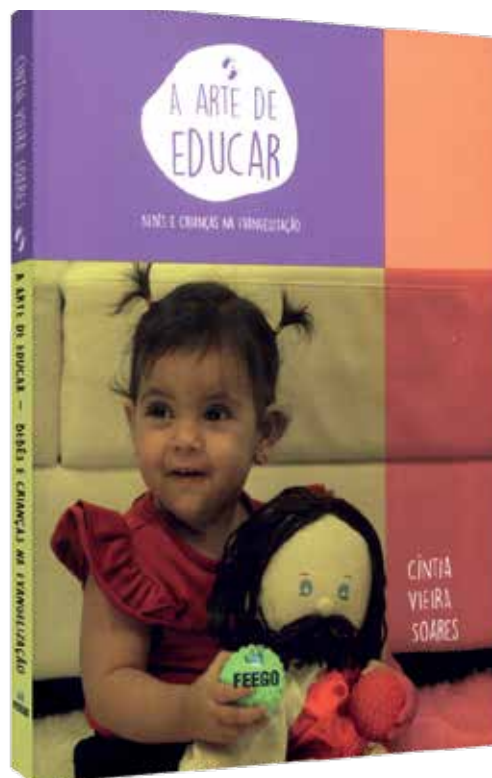
Diante das afirmações irrefutáveis dos benfeitores espirituais, só nos cabe lembrar, mais uma vez, da importância de incluirmos em nossos planejamentos o trabalho com crianças menores de 3 anos de idade. Evangelizando a criança desde a mais tenra idade, fornecemos a ela a base moral para a vida, o conteúdo que a auxiliará no enfrentamento das dificuldades com que irá se deparar e para que possa cumprir com êxito os desafios e as conquistas às quais se propôs para esta encarnação. Propiciamos a construção do elo com Jesus, conhecendo-O mais intimamente, tendo Nele o Ami-



Os conteúdos doutrinários e evangélicos vivenciados corporalmente pelo bebê ficarão impregnados em seu perispírito, juntamente com o arquivo de experiências trazido de outras existências, conteúdos estes que poderão ser associados e lembrados futuramente pela criança



(Cíntia Vieira Soares)



go querido de todas as horas, o Guia seguro para toda a vida.

Temos dois livros importantes para os grupos de evangelização que desejarem iniciar essa prática: *A arte de educar – bebês e crianças na evangelização* e *Evangelizando bebês*, ambos da autora Cíntia Vieira Soares. A autora explica: “O que os bebês fazem nas aulinhas de evangelização? Ficam quietinhos no momento da prece? Perguntas e comentários como esses são bem comuns. Porém, o ambiente espiritual repleto de histórias sobre Jesus, músicas doutrinárias e leituras edificantes alcançam e envolvem por completo o espírito milenar ali presente, impregnando em seu perispírito o amor pelo Cristo, a paternidade amorosa e justa de Deus, despertando os sentimentos e valores eternos do bem. Este trabalho é valioso roteiro para educadores e pais, repleto de diretrizes úteis às aborda-

gens que devem ser feitas na evangelização dos pequeninos”.

Esclarece a autora: “[...] Os conteúdos doutrinários e evangélicos vivenciados corporalmente pelo bebê ficarão impregnados em seu perispírito, juntamente com o arquivo de experiências trazido de outras existências, conteúdos estes que poderão ser associados e lembrados futuramente pela criança. E ainda promover transformações morais, provenientes desta memória psíquica do período enquanto bebê. [...] A criança nesta faixa etária precisa de uma rotina estruturada e previsível para que consiga compreender o momento em que está inserida. Então as aulas são organizadas e divididas em 4 momentos, de 15 minutos cada um. Cada um tem um objetivo e características diferentes para que o bebê consiga manter a sua atenção”.

Os quatro momentos são os seguintes:

1º momento: integração é o momento em que os bebês, pais e mães são recepcionados, e a música tem o lugar central.

2º momento: história, onde o conteúdo é apresentado através dos recursos didáticos do tapete de contação de histórias e dos bonecos de Jesus e sua família.

3º momento: experimentação é a atividade prática, em que os bebês experimentam sensações, emoções e desenvolvem ações que complementam o conteúdo trazido na história.

4º momento: socialização é o encerramento da aula, após a prece, quando os pais podem realizar trocas a respeito das suas experiências com seus filhos e fazer um lanchinho.

Vale lembrar que no espaço/sala não há cadeiras e mesas, o chão é coberto por tapetes coloridos (EVA) para que as crianças circulem livremente.

Mãos à obra! (WGJ)

EDUCA A TUA ALMA



Sandra Marinho
é palestrante do Grupo Espírita Cairbar Schutel e apresentadora do programa Portal de Luz

Dá de ti mesmo

Muitas pessoas, após tomar ciência dos ensinamentos do Mestre Jesus sob a ótica do Espiritismo, por meio da codificação de Kardec e das obras de Chico Xavier, entre outros sérios pesquisadores da Doutrina, se perguntam: “como colocar em prática tantas lições? Não consigo! Afinal, sou um poço de defeitos!”

Nesse sentido, o título desta coluna, “Educa a tua alma”, remete-nos a pensar num método capaz de nos orientar no trabalho de superação de hábitos, vícios e atitudes que emperram a nossa evolução espiritual. No entanto, ousou afirmar que a receita é a mesma para todos nós, o que muda é a dosagem deste ou daquele ingrediente, de acordo com as nossas necessidades.

São muitos os conselhos, avisos e as lições trazidas pelos benfeitores espirituais que nos auxiliam nesse processo de mudança, de melhoria íntima e, por que não dizer, de “educação da alma”. Trago aqui uma dessas lições, simples, mas muito expressiva e cheia de reflexões a esse respeito, que está no livro *Alvorada cristã*, psicografado por Chico Xavier e ditado pelo Espírito Neio Lúcio.

No capítulo “Dá de ti mesmo”, o autor sinaliza qual é o seu objetivo: “Declaraste não possuir dinheiro para auxiliar. Acreditas que um pouco de papel ou um tanto de níquel te substituem o coração?” Ou seja, fazer o bem é, acima de tudo, um ato de amor que parte do coração, e a caridade é a forma mais evidente de se praticar o amor ensinado por Jesus.

A expressão “caridade” expressa um conjunto de virtudes



‘Caridade’ expressa um conjunto de virtudes que envolve, além da dádiva da esmola a quem necessita, atitudes concretas de perdão, compreensão, auxílio sem esperar nada em troca. Trata-se de cessão de vantagens em favor do outro, enfim, de fazer aos outros o que esperamos que os outros nos façam



que envolve, além da dádiva da esmola a quem necessita, atitudes concretas de perdão, compreensão, auxílio sem esperar nada em troca. Trata-se de cessão de vantagens em favor do outro, enfim, de fazer aos outros o que esperamos que os outros nos façam.

Com base nessa premissa, recomenda o autor: “Esqueces-te meu filho, de que podes sorrir para o doente e estender a mão ao necessitado?” A lei da caridade é inexorável e rege toda a criação e as criaturas e está impregnada na natureza.

Pondera Neio Lúcio: “A flor não traz consigo uma bolsa de ouro, entretanto espalha perfume em toda a atmosfera. O céu não exhibe chuvas de moedas, mas enche o mundo de luz. [...] O oxigênio cobra-te imposto? [...] As aves cantam gratuitamente. [...] A árvore abre-te os braços acolhedores, repletos de flor e fruto, sem pedir vintém. [...] A estrela brilha sem pagamento. O Sol não espera salário”.

Os questionamentos do mentor são claros: “Por que não aprenderes com a Natureza em torno? Por que não te fazeres mais alegre, mais comunicativo, mais doce? Tens a fisionomia seca e ensombrada por faltar-te dinheiro excessivo e reclamas recursos materiais para ser bom, quando a bondade não nasce dos cofres fortes. *Seja irmão de teu irmão, companheiro de teu companheiro, amigo de teu amigo*”.

Continua Neio Lúcio: “Na ciência de amar, resplandece a sabedoria de dar. Mostra um semblante sereno e otimista, aonde fores. Estende os braços, alonga o coração, comunica-te com o próximo, através dos fios brilhantes da amizade fiel. Que importa se alguém te não entende o gesto de amor? Que seria de nós, meu filho, se a mão do Senhor se recolhesse a distância, por temer a nossa rudeza e a maldade? Dá de ti mesmo, em toda parte”. Enfim, aja conforme gostaria que os outros agissem com você.

A lição que Neio Lúcio nos traz é singela, mas muito rica, pois sintetiza tudo o que podemos e devemos fazer pelo nosso próprio crescimento moral e espiritual. Não existirá felicidade sobre a Terra enquanto houver injustiça, desavenças, rancor, ganância, vingança, preconceito, racismo e tantas outras situações completamente antagônicas à caridade, que resume todas as atitudes de amor, respeito, compreensão, piedade, perdão etc.

Convido você, leitor, a fazer um pacto consigo de praticar um dia de cada vez, “só por hoje”, as ações de amor ao próximo, começando nas pequeninas atitudes de paciência, compreensão, gentileza, perdão, entre tantas que refletirão o nosso empenho de evoluir e ser feliz.

REFERÊNCIA:
LUCIO, N. (Espírito). *Alvorada cristã*. Psicografado por Francisco Cândido Xavier. Rio de Janeiro: FEB, 1948.

BIBLIOTECA

Sinal verde

De forma figurada, pode-se dizer que esta obra é um manual de trânsito moral. Se no trânsito material das ruas e estradas o sinal verde tem hora certa para acender, no trânsito moral do Espírito se pode permanecer sempre certo. Em nosso íntimo não dependemos de um sinalizador exterior, mas, sim, da nossa própria vontade. E o sinalizador da vontade é manobrado por um anjo mudo. André Luiz é um verdadeiro técnico do trânsito moral: ele não prega, ensina; não faz sermões, adverte. Sua linguagem é concisa e di-



reta, como as flechas do trânsito. Por intermédio de seus textos e frases, encontramos a segurança necessária para transitar com serenidade e harmonia pelos caminhos da vida.

Vejamos o prefácio de Emmanuel: “Todos sabemos da necessidade de paz íntima – da paz que nos patrocine a segurança. Não desconhecemos que todos respiramos num oceano de ondas mentais, com o impositivo de ajustá-las em benefício próprio [...]. Como atravessar as estradas do mundo, começando da própria casa, até as eminências das nossas relações uns com os outros, nas quais somos naturalmente induzidos às mais profundas observações para assumir atitudes certas? Como adquirir a paz necessária, a fim de vivermos servindo à utilida-

de e rendendo o bem, no bem de todos? André Luiz recordou, com muita propriedade, as leis do trânsito que asseguram a ordem e a tranquilidade nas rodovias do mundo, se devidamente respeitadas, e intitulou este livro com a expressiva legenda ‘Sinal verde’. E lendo-lhes as páginas edificantes ser-nos-á fácil anotar que em cada capítulo encontramos sinais de luz, descortinando-nos caminho claro, como a dizer-nos que se atacamos o princípio do bem ao próximo tanto quanto desejamos o bem para nós mesmos, podemos livremente seguir adiante, guiando o carro da nossa vida para os domínios da elevação e do progresso, em paz com os outros e com paz em nós próprios pela força inconspicível da consciência tranquila”.

ESPIRITISMO NA WEB

www.youtube.com – canal TV Mundo Maior



Já imaginou ter acesso a conteúdos espíritas onde e quando quiser? Nesse canal, você encontra mais de 180 horas de programação da Rádio Boa Nova e TV Mundo Maior relacionando assuntos cotidianos aos conceitos espíritas. Inscreva-se e faça parte do maior canal sobre Espiritismo do mundo! Acesse e divulgue!

CASA DE REPOUSO ALLAN KARDEC - ITAPIRA - SP



Uma vida boa
para quem já viveu
muitas vidas.

Uma casa de repouso voltada para oferecer uma vida boa, com conforto, atenção e carinho, em regime de longa permanência, a quem já viveu muitas vidas.

Saiba mais: visite
www.casadereposuallankardec.com.br
Itapira - SP - Fone: 19 3863.1577



ARTIGO



W.A. Cuin

é administrador de empresas, escritor e pres. da Associação Beneficente Irmão Mariano Dias, em Votuporanga (SP)

Liberdade com responsabilidade

“O homem tem livre-arbítrio nos seus atos? Pois se tem a liberdade de pensar, tem a de agir. Sem o livre-arbítrio o homem seria uma máquina” (questão n. 843, *O livro dos Espíritos*, Allan Kardec).

Sem a liberdade em seus atos, a criatura humana não passaria de uma executora de comandos e determinações, não tendo, portanto, a possibilidade de decidir por si mesma, nem tampouco o direito de seguir suas próprias vocações. No entanto, a sábia Providência Divina deliberou que o homem deve ser o artífice de sua felicidade, trabalhando livremente para isso, no contexto de suas experiências. Dessa forma, entre erros e acertos, vai conseguindo diferenciar o que é bom daquilo que é ruim, escolhendo por decisão própria qual direção deve tomar.

Dentro da caminhada que traça, não pode olvidar que cada ação carrega consigo, como consequência natural, uma reação da mesma natureza. Assim, se desejar, pode o ser humano se dar ao descuido do consumo de bebidas alcoólicas, por exemplo,



Não somos máquinas, somos criaturas humanas com direito de escolher, deliberar e seguir caminhos que acharmos mais convenientes, apenas não podemos nos esquecer que cada ato atrai para si as consequências inerentes a ele



pois dificilmente alguém poderá impedi-lo de tal prática, mas não será possível ficar sem registrar no organismo físico e psíquico os efeitos deletérios e destruidores dessa escolha.

No casamento, se um dos cônjuges decidir pela separação, entendendo que não consegue mais avançar numa vida a dois, sem dúvida poderá fazê-lo, pois terá liberdade para o cometimento, no entanto não poderá fugir dos reflexos que virão como decorrência da escolha, visto que dificilmente

se romperá um laço afetivo sem traumas.

As leis de trânsito nos informam com qual velocidade devemos trafegar, visando à nossa segurança e à dos demais viajores, mas podemos ultrapassar esses limites e, obviamente, nos expor a riscos muito maiores de acidentes, além do descumprimento da legislação.

Os estabelecimentos de ensino se multiplicam oferecendo grandes oportunidades para que busquemos pela instrução, mas, se preferirmos, podemos ignorá-los, restando compreender que permaneceremos na ignorância, contando com poucas possibilidades de maior sucesso na vida.

As horas da manhã são iguais para todos, no entanto uns preferem acordar cedo para ampliar as possibilidades de trabalho, enquanto outros decidem dormir um pouco mais, acomodando-se ao colchão macio em detrimento ao esforço pelo labor.

O sofrimento e a dor campeiam à solta, em todos os quadrantes da vida. Podemos

decidir por ajudar a debelar os problemas que atormentam o nosso próximo, ampliando a nossa sensibilidade, ou permanecermos fechados em nós mesmos, atrelados ao egoísmo de entender que possuímos os maiores dramas do mundo. Não somos máquinas, somos criaturas humanas com direito de escolher, deliberar e seguir caminhos que acharmos mais convenientes, apenas não podemos esquecer que cada ato atrai para si as consequências inerentes a ele.

Atitudes corretas = reflexos bons; atitudes infelizes = reflexos negativos; a decisão pertence a cada um. O que não se pode admitir é que a criatura delibere por determinados comportamentos desajustados e depois, ao recolher as consequências deles, saia a gritar, revoltada, como se fosse vítima do mundo quando, na verdade, é herdeira de si mesma.

Por sermos livres é que precisamos de muita responsabilidade. Lembremo-nos das palavras de Paulo de Tarso, em carta aos Gálatas, 6,7: “do que plantares, colherás”.

RÁDIO BOA NOVA
1450 AM GRANDE SÃO PAULO

youtube.com/redeboanova1
facebook.com/redeboanovaderadio

Sintonia outras localidades, Parabólica Analógica ou Digital access: radioboanova.com.br

youtube.com/tvmundomaior
facebook.com/tvmundomaior

Rede Aberta, Parabólica Analógica ou Digital access: tvmundomaior.com.br

Google Play | Download on the App Store

Sociedade Brasileira de Terapia de Vida Passada

Curso de formação de terapeutas para médicos e psicólogos em São Paulo-SP, Belo Horizonte-MG, Rio de Janeiro-RJ, Santos-SP, Bauru-SP, Jundiaí-SP e Vale do Paraíba-SP.

Turmas em formação ao longo de todo ano com no mínimo de 5 alunos nas cidades sede.

Inscrições e informações: sbtp@sbtvp.com.br
www.sbtvp.com.br

SER VOLUNTÁRIO



Leila Ferraz
é jornalista

Banda é fonte de renda para causa das ruas

Foram 36 anos até que eu pude-se entender que não consigo, sozinha, sanar as mazelas do mundo. Entender que o meu pouco faz diferença para alguns. Entender que o trabalho voluntário faz parte de quem eu sou. Nesse meio-tempo, trabalhei com crianças deixadas em orfanatos, com idosos esquecidos pelas famílias, com animais abandonados... até encontrar um causa que não só ganhou meu coração como me fez ver como o mundo ainda é desigual: a causa da população de rua.

Em 2019, no início do ano, encontrei o Grupo de Atitude Social (GAS), até então um coletivo de pessoas dispostas e engajadas a fazer valer a voz dos que estão esquecidos nas ruas, a lembrá-los de que, apesar de tudo, ainda são seres humanos, a “descoisificar” essas pessoas. Com o pretexto de levar alimentos e palavras de afeto pelas madrugadas selvagens de São Paulo, o GAS atua organizadamente por mais de 12 bairros na capital paulista. Além disso, há uma frente tratando de criar diálogo com o Poder Público para que haja mudanças reais nas políticas públicas. Como ONG – recentemente formalizada –, vivemos de doações. Temos uma lojinha que até maio era a nossa maior fonte de renda, mas como continuar atuando sem a certeza de provisão financeira? Pensando nisso, criamos uma banda com voluntários, a Banda do GAS, que, em pouco

tempo, tornou-se a maior fonte de renda do coletivo. Em todos os shows, a renda é 100% revertida para a causa das ruas. São feitos em bares, festas e até cruzeiros. Tudo feito com muita qualidade e empenho por aqueles que acreditam no poder transformador do engajamento.

Muito além da entrega de provisões físicas, o GAS atua na mudança, na estrutura pública que olha para essas pessoas que hoje se encontram em situação de rua. Mais que um coletivo de voluntários, o GAS é hoje um incentivador de políticas públicas e um chamariz para a causa dos cidadãos de rua.

Seja por meio da lojinha, que vende camisetas, bonés e outros itens, seja com a banda (hoje maior fonte de renda do coletivo), ou com a plataforma Apoia.se, o GAS está liderando um grande movimento para chamar a atenção da causa da rua. No fim o dia, por mais clichê que possa ser, o maior impactado com o trabalho voluntário sou eu mesma. Eu mesma, que consigo olhar para dentro e perceber que o meu pouco é importante no todo. Que é possível mover-se para que outras pessoas possam desfrutar do mínimo. Que as mudanças começam com pequenos incômodos internos.

Quem quiser saber mais sobre o GAS e participar, pode nos seguir no Instagram (@institutogas e @bandadogas) e Facebook (/grupogas).

ARQUIVO PESSOAL



ARQUIVO PESSOAL



Está preocupado com a maneira de beber de alguém?

O AL-ANON PODE TE AJUDAR!



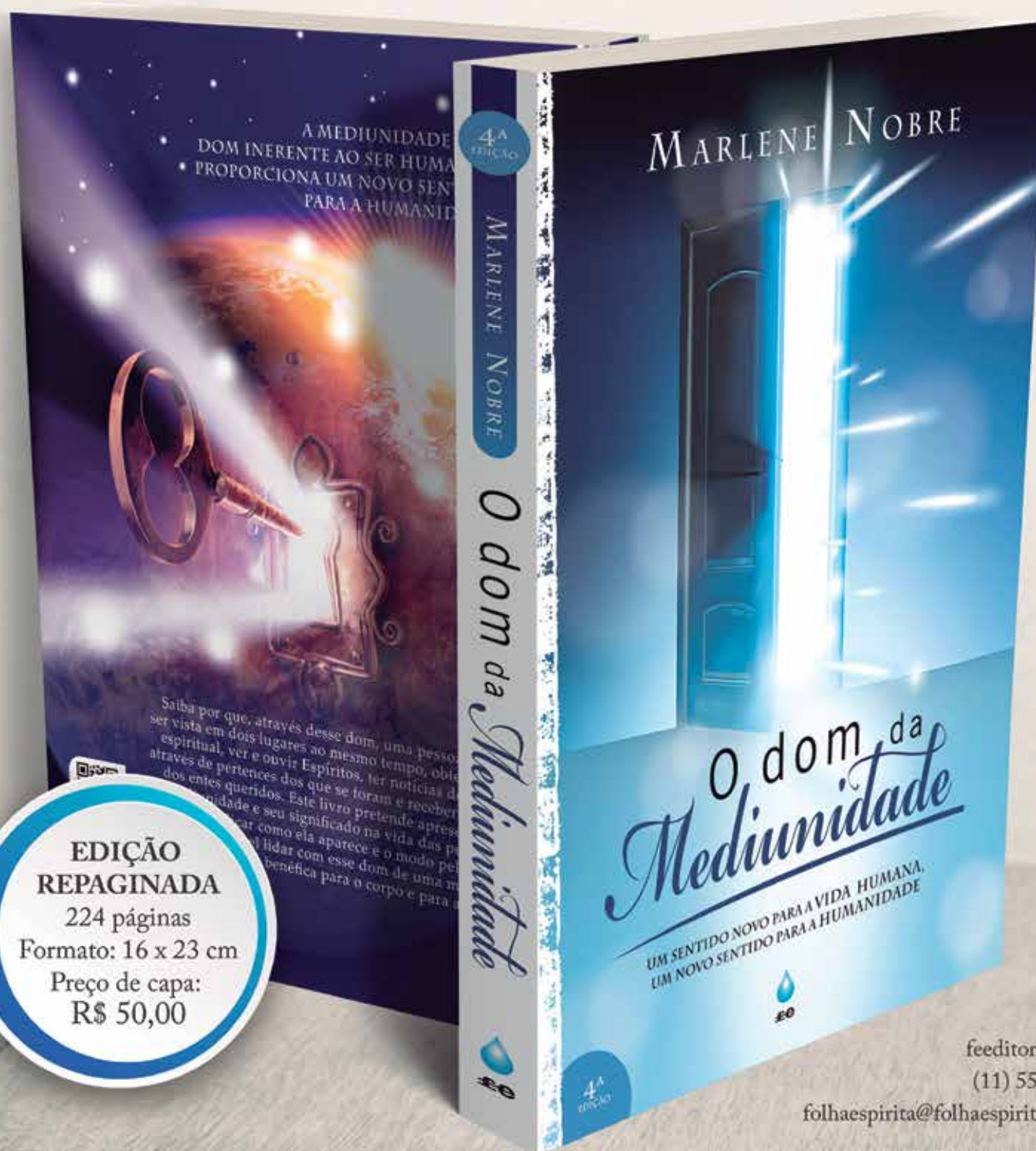
**Grupos Familiares
Al-Anon**

Grupo Guarani
Rua dos Jornalistas, 201-A
Jabaquara
Reuniões Terças e Sábados das 18h às 20h
Serviço de Informações "SIPALANON": (11)3228.7425
www.al-anon.org.br

AJUDA PARA FAMILIARES E AMIGOS DE ALCOÓLICOS

A mediunidade como um novo sentido para a humanidade

Descubra como uma pessoa pode ser vista em dois lugares ao mesmo tempo, obter cura espiritual, ver e ouvir Espíritos, ter notícias do além através de pertences dos que se foram e receber cartas dos entes queridos. Este livro pretende apresentar a mediunidade e seu significado na vida das pessoas.



**EDIÇÃO
REPAGINADA**
224 páginas
Formato: 16 x 23 cm
Preço de capa:
R\$ 50,00

fe
feeditora.com.br
(11) 5585-1977
folhaespirita@folhaespirita.com.br