



## *Histórico espiritual é tendência na Medicina*

P. 2

**Otimismo reverte  
em bem-estar** P. 10

**Onde foi que errei?** P. 12

A Ciência e as Sessões Espíritas na BBC P. 7

Cuidado com os paradigmas P. 8

O ideal sem ação é proposta ineficaz P. 10

Movimento Espírita do Reino Unido em festa P. 6

DIVULGAÇÃO



**Diretora da FE  
recebe título  
de Cidadã  
Paulistana**

P. 4

Marlene e o  
vereador Rubens  
Calvo, em sessão  
solene na Câmara

# Histórico espiritual: tendê

É dever do médico atender o ser humano que adocece e sofre, não apenas levando em consideração o lado físico ou o biológico, mas também considerando a sua porção emocional e a espiritual. No entanto, como pode o médico perceber as crenças e valores religiosos de seus pacientes e respeitá-los sem que toque nesse assunto, tão difícil para alguns?

Ao abrir espaço para incluir questões que tocam a esfera espiritual, o médico pode começar a desenvolver um papel mais educativo, estando mais apto a auxiliar seu paciente. Reconhecer esse momento, saber como abordá-lo e a possível exposição ao sagrado durante a anamnese, ou seja, o levantamento do histórico do paciente, foi o que conversamos com o psiquiatra Carlos Maciel, da AME-Minas Gerais.

Esse e outros temas relacionados à ciência e espiritualidade serão tratados no IX Congresso Nacional Médico-Espírita – Mednesp 2013, que acontece de 29 de maio a 1º de junho de 2013, no Centro de Convenções de Maceió (AL). Promovido pela Associação Médico-Espírita do Brasil (AME-Brasil), o evento discutirá os desafios do paradigma médico-espírita no ensino, na pesquisa e na prática clínica.

**Folha Espírita – O que é anamnese e qual a sua importância?**

**Carlos Maciel** – A anamnese (do grego *anamnesis* = recordação) consiste na história clínica do paciente. É um conjunto de informações obtidas pelo médico por meio de uma entrevista, considerada a parte mais importante da investigação clínica, que levará ao diagnóstico e ao tratamento do paciente. Mesmo com todos os avanços tecnológicos e científicos da Medicina, o exame clínico, no qual se encontra a anamnese, continua soberano.

Mas a importância da anamnese vai além da definição do diagnóstico e re-

alização do tratamento. Trata-se do delicado momento em que se inicia a relação médico-paciente, quando é feito um convite para que o outro se revele e comece a participar do próprio processo de cura – movimento que transcende o tratamento, e que, ao contrário deste, tem energia centrífuga, já que o núcleo do processo da doença é o próprio ser adoecido e que as forças curadoras só poderão partir desse núcleo, e não de fora para dentro.

**FE – É possível delinear uma estrutura da anamnese convencional?**

**Maciel** – Sim, a anamnese é convencionalmente composta pelas seguintes partes: dados pessoais, queixa principal, história da moléstia atual, história pregressa, história social, história familiar, além de outros itens que variam de uma especialidade para outra.

**FE – Pode-se apontar o perfil espiritual do paciente?**

**Maciel** – Sem dúvida. Se buscarmos os aspectos do espírito do paciente, por meio da anamnese, assim como já se faz com os aspectos sociais, familiares e psicológicos, obteremos o perfil espiritual do paciente. Mas, para que isso seja feito, precisamos antes compreender a importância da relação desses aspectos com a saúde ou doença das pessoas. A partir daí, as entrevistas médicas irão muito além da confecção de um mero rótulo religioso, muitas vezes sem maior importância na construção do diagnóstico e das propostas terapêuticas.

**FE – Por que é interessante abordar esse aspecto do paciente?**

**Maciel** – A constituição da identidade de uma pessoa passará, em algum momento, pela dimensão espiritual, mesmo que posteriormente essa pessoa se desvincule da religião. E, nessa passagem, a personalidade se colorirá com os tons dessa experiência. Podemos dizer, então, que os aspectos espirituais fazem parte de todas as pessoas. Portanto, quando o médico pergunta ao seu paciente sobre as suas crenças, ele transmitirá ao paciente o seu reconhecimento dessa parte que é inseparável do todo. Assim, será feito um acolhimento do ser integral.



*Se buscarmos os aspectos do espírito do paciente, por meio da anamnese, assim como já se faz com os aspectos sociais, familiares e psicológicos, obteremos seu perfil espiritual*



# ênica no atendimento



ARQUIVO

Podemos também justificar essa abordagem dos aspectos espirituais na anamnese em estudos que demonstram o interesse da maioria dos pacientes, os quais desejam que seus médicos falem com eles sobre esse tema. E o mais importante a ser lembrado: diversos estudos já demonstraram a existência de uma relação entre crença, fé, espiritualidade e saúde. Muitos estudos comprovam que a espiritualidade beneficia a saúde, ou seja, é uma influência positiva, funcionando como recurso profilático ou terapêutico complementar. E alguns estudos mostram a possibilidade de interferência negativa. Por exemplo, os casos de fanatismo religioso interferindo nos tratamentos. Portanto, se está provada a existência dessa relação, dessa influência da fé na saúde, desconsiderá-la seria negligência de nossa parte. Seria o mesmo que ignorar as influências do ambiente social e familiar e dos fatores psicológicos, como comprovam vários estudos científicos.

**FE – Os pacientes estão mais abertos a essa abordagem? E o profissional de Saúde?**

**Maciel** – Creio que as pessoas estão se abrindo gradativamente para a realidade do espírito, a partir de suas crenças religiosas ou filosóficas pessoais, e cada vez mais tomando consciência da integração corpo-mente-espírito e de suas consequências na saúde, fatores que vêm facilitando o acesso dos profissionais da área da Saúde até a intimidade espiritual do paciente. Quanto aos profissionais, ainda há uma compreensível insegurança, quando se fala em aproximar ciência e fé, por tratar-se de dois campos do saber que se afastaram, após desastrosa e sombria convivência no passado. Por isso, muitos temem levar a espiritualidade aos seus consultórios. Mas, por força da evolução, futuramente ficará esclarecido que a proposta que se faz é a de reconciliação da ciência com a fé, da Medicina com a espiritualidade, fundamentada pela ética, pelos estudos científicos e pelo reconhecimento de que ainda muito pouco sabemos, para nos isolarmos em nossas opiniões individuais, tão marcadas pelo orgulho e pela vaidade.

IX Congresso da Associação Médico-Espírita do Brasil

**Mednesp**  
Desafios do paradigma médico-espírita: no ensino, na pesquisa, na prática clínica **2013**

29 de maio a 1º de junho de 2013  
Centro de Convenções de Maceió-AL

**3 auditórios**  
**Mais de 90 palestrantes**

Principais palestrantes:

- Alberto Almeida
- Álvaro Avezum
- Decio Landoli Jr.
- Julio Peres
- Gilson Luis Roberto
- Maria Julia de Moraes Prieto Peres
- Sergio Lopes
- Carlos Roberto de Oliveira
- Clineu Mello Almada Jr.
- Giancarlo Lucchetti
- Irvénia Luiza de Santis Prada
- Jorge Cecilio Daher Jr.
- Mario Peres
- Roberto Lúcio Vieira de Souza

Faça sua inscrição pelo site  
[www.mednesp2013.amealagoas.com.br](http://www.mednesp2013.amealagoas.com.br)

## EDITORIAL

# Por que ir ao Mednesp

Com o surgimento do Movimento de Medicina e Espiritualidade, na década de 1970, muitas pessoas perguntam se essa relação é negativa ou positiva e se é realmente relevante. Na verdade, tudo depende da relação da criatura com a sua própria fé, com o seu modo de se relacionar com o Ser Supremo, porque nem sempre a adesão a uma religião formal significa êxito na vivência da espiritualidade. Essa distinção será bem explicada no Mednesp 2013, o congresso nacional da Associação Médico-Espírita do Brasil (AME-Brasil), que se realizará em Maceió (AL), no final deste mês.

Desde o primeiro dia, ao focar "Do Alvorecer ao Poente da Vida Humana", a programação destaca o olhar do médico e dos profissionais da Saúde sobre a infância, a adolescência, a maturidade e o envelhecimento, que vai muito além do organismo físico. Das dores e alegrias do recomeço às lutas e restrições do término da existência, tudo é luta e aprendizado na trajetória terrestre do espírito imortal, que o médico deve acompanhar com sabedoria e amor.

As doenças cardíacas, os transtornos mentais, a obesidade, o câncer, os distúrbios sexuais e psicológicos, enfim, vários aspectos da saúde humana serão abordados à luz da reencarnação e da educação espiritual. Veremos que é preciso buscar na alma as raízes das doenças. A mente humana, comandada pela alma, pode gerar tanto as forças equilibrantes e restauradoras para os trilhões de células do organismo físico

quanto os raios magnéticos de alto poder destrutivo que as aniquilam.

Assim, o Mednesp vai enfatizar, com subsídios científicos importantes, que a construção da espiritualidade na Saúde exige tempo. Serão apresentadas também as últimas teorias e pesquisas científicas que entreabrem o entendimento da consciência não local e do cérebro quântico, que vai muito além dos sinapses cerebrais.

Demonstrará, com o estudo de neuroimagens, que é possível um entendimento mais amplo da ação da alma sobre a mente e o corpo, tanto no processo mediúico, quanto na meditação e na prece. Hoje já é possível também mapear a influência das emoções por todo o corpo a partir do complexo cérebro-mente. Enfim, em teoria, é possível, hoje, acompanhar a ação do espírito no citoplasma da célula e vislumbrar como ele se conecta igualmente além das fronteiras físicas com o mundo dos espíritos e o Ser Supremo.

Como a Medicina Espiritual enfatiza o valor da prece, da confiança em Deus, do encorajamento à saúde, do emprego das transfusões vitais e da terapêutica energética, tudo isso será lembrado em Maceió por cerca de 100 oradores, que apresentarão as pesquisas científicas que dão respaldo às suas exposições.

O Movimento Médico-Espírita espera a presença de pelo menos 2 mil profissionais de Saúde e público geral no evento, que a cada edição discute instrumentos para se levar cada vez mais a alma à Medicina.

## ATUALIDADES

José Luiz Varricchio

# Diretora da FE re

O Dia do Espírita e de Allan Kardec, 18 de abril, reuniu perto de 800 pessoas e foi comemorado de uma maneira especial no Salão Nobre da Câmara Municipal de São Paulo. O proponente foi o vereador Rubens Calvo que, na ocasião, entregou o título de Cidadã Paulistana à dra. Marlene Nobre, presidente das Associações Médico-Espíritas do Brasil e Internacional e diretora da *Folha Espírita*.

Em um evento concorrido, estiveram presentes autoridades do Judiciário, Legislativo e Executivo e também diversos representantes de casas de caridade e centros espíritas, com o auditório lotado. A solenidade foi um ato de justiça, amor e reconhecimento aos agraciados e um presente ao espectador. Também foi uma reunião esclarecedora aos seguidores da Doutrina Espírita.

### Brasil, Pátria do Evangelho

No momento em que foi anunciado o nome de Marlene Nobre pelo vereador Rubens Calvo, houve uma explosão de aplausos e palavras de carinho a essa grande dama da sociedade paulistana e

espírita. Por vários minutos, a comoção tomou conta do auditório, que, em êxtase, aplaudia continuamente a homenageada.

Em discurso claro e emocionante, além de cativante, Marlene, com uma voz suave, calma e segura, conquistava a plateia e fazia lembrar, com sua postura e transmissão de amor, o grande mestre espiritual Chico Xavier. Os espectadores permaneciam calados e atentos com as explanações e riqueza de explicações quanto à Doutrina Espírita, e tão penetrante e cativante eram as palavras proferidas que alguns se perguntavam se era ela mesma que estava ali ministrando a palestra, ou se havia um espí-

## Folha Espírita

FUNDADOR: Freitas Nobre (1974)  
DIRETORA RESPONSÁVEL: Marlene Nobre | DIRETOR DE REDAÇÃO: Paulo Rossi Severino | JORNALISTA RESPONSÁVEL: Cláudia Santos MTB - 21.177 | DIRETOR COMERCIAL: Fábio Gandolfo Severino | CRIAÇÃO - PROJETO GRÁFICO E SITE: MaçãV Comunicação www.macav.com.br | DIAGRAMAÇÃO: Sidney João de Oliveira | SITE - PROGRAMAÇÃO: www.aboutdesign.com.br | REVISÃO: Sidônio de Matos | ASSINATURAS: Ana Carolina G. Severino carol@folhaespirita.com.br | EXPEDIÇÃO: Arnaldo M. Orso "in memória" Sílvio do Espírito Santo Alencar Leme Martins

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



**INSTITUTO BAIRRAL**  
Clínicas Psiquiátricas

Tratamento em unidades específicas para cada perfil diagnóstico, cada uma delas dotada de sua própria equipe técnica multiprofissional. As edificações situam-se em meio a 40 hectares de área verde, dispoem em sua infra-estrutura de piscinas, quadras poliesportivas, gramados de futebol, cancha de bochas, quadras de tênis, cine-teatro, ateliês de terapia ocupacional e extensas áreas de convívio. O Instituto Bairral é mantido pela Fundação Espírita "Américo Bairral", entidade filantrópica sem fins lucrativos, e localiza-se a 170 km de São Paulo, na região das estâncias de Águas de Lindóia e Serra Negra. Mantém convênios com as principais entidades e planos de saúde.

Rua Dr Hortêncio Pereira da Silva, 313 - Fone (19) 3663-9400  
ITAPIRA (SP) - CEP 13970-905  
E-mail: bairral@bairral.com.br - Site: www.bairral.com.br

# Recebe título de Cidadã Paulistana

rito de luz infinita de um alto plano superior dirigindo a oratória, tal era a sua desenvoltura. A participação de Marlene foi tão eloquente que, com certeza, foi aplaudida também pelos moradores do mundo invisível.

Com a alma benevolente de dra. Marlene, ela só podia ser um anjo encarnado, um ser iluminado ou uma entidade esclarecedora que veio com a missão de nos ensinar, diziam muitos dos que assistiam ao evento. Em seus olhos passavam confiança e sabedoria, mostrando qual o caminho a seguir para uma existência soberba, e como elevar suas preces para pedir perdão e a redenção dos irmãos menos afortunados ou esclarecidos, pois estes são almas a serem salvas e levadas ao mundo de luz, para viver a plenitude de Deus.

Um fato curioso e que nem todos notaram, por falta de sintonia com o mundo maior: enquanto ministrava ensinamentos com palavras doces e suaves, a impressão que se tinha era que uma chuva de bênçãos caía sobre todos no recinto, em forma de gotas brilhantes e límpidas.

## Emoção

Em seu pronunciamento, o vereador Rubens Calvo levou até o fim do evento mensagem de confiança e credibilidade num futuro próximo. “Aprendi com meu pai que não devemos levar a política para a religião, mas devemos trazer a religião para a política”, disse, lembrando a frase de Allan Kardec: “Fora da caridade não há salvação.” Em feliz comparação com a Dama de Ferro, Calvo disse: “Os ingleses têm a Dama de Ferro, e nós, a Dama de Luz.” E completou: “A cidade de São Paulo amanhecerá mais alegre e festiva, pois ganhou uma nova paulistana pra lá de abençoada.”

Calvo fez questão de enfatizar a figura do pai, o também médico dr. Alberto Calvo, que, em vídeo de anos atrás, destacou a importância da evolução do espírito por meio da reencarnação e a necessidade do adepto da Doutrina Espírita em prece emanar fé e esperança ao ser humano. “O dr. Alberto Calvo encontra-se hoje aposentado e em paz de espírito, cercado de muito amor e carinho de sua esposa, filhos e netos.” (JLV)



Marlene (centro) celebra o título de Cidadã Paulistana com Monica e Marcelo Nobre, Marcos Nobre e o vereador Rubens Calvo

“

*É uma honra receber essa homenagem da cidade de São Paulo*

(Marlene Nobre)

”

## Comenda da Paz Chico Xavier

O professor, médium e orador espírita Divaldo Pereira Franco recebeu em 8 de março, em Uberaba (MG), com outras dez personalidades e instituições, a Comenda da Paz Chico Xavier. Instituída pela Lei 13.394/1999, pelo então governador mineiro Itamar Franco, ela é entregue anualmente como homenagem a personalidades que realizam atividades buscando o desenvolvimento de pesquisas científicas e tecnológicas em prol do bem-estar da humanidade, participam de campanhas pacifistas, movimentos e manifestos a favor do desarmamento e da defesa do cidadão, além de projetos que ajudam a combater a fome e a miséria, promovendo a geração de emprego e renda, e contribuem para o desenvolvimento literário, artístico e cultural.

Por causa de sua participação na Conferência Estadual Espírita, em Curitiba (PR), agendada anteriormente, Divaldo não pôde participar da cerimônia, reagendando a entrega da comenda para 2 de abril, data do aniversário de nascimento de Chico Xavier. Divaldo foi agraciado com a comenda no Palácio Tiradentes, sede do Governo de Minas,

na capital mineira. Estiveram presentes à breve cerimônia os deputados Dalmo Ribeiro e Glaycom Franco, representando o Poder Legislativo de Minas Gerais, o escritor e professor de Direito Joaquim Cabral Neto, autoridades e amigos do homenageado. Usando da palavra para agradecer a homenagem, o médium falou sobre a importância da Comenda da Paz, transferindo a honraria à Doutrina Espírita, recordando que deve a ela tudo o que a vida lhe contemplou. Relembrou seu primeiro encontro com o Missionário da Mediunidade em Pedro Leopoldo (MG), exaltando sua nobreza e a humildade que o caracterizava. Evocou, ainda, a figura iluminada de Gandhi, outro grande vulto da humanidade, cuja coragem e perseverança marcaram sua trajetória na Terra.

Divaldo é criador de um dos maiores eventos pela paz no mundo, o Você e a Paz, iniciado há 15 anos em Salvador (BA), que reúne anualmente cerca de 15 mil pessoas no Largo do Campo Grande, na capital baiana, sempre em 19 de dezembro, e hoje é realizado em várias cidades do Brasil e do exterior.

## INTERNACIONAL

Elsa Rossi

# Primeiro grupo espírita do Reino Unido comemora 30 anos

Considerando o Movimento Espírita fora do Brasil, com sua marcha ascendente, depois de quase esvanecer quando a religiosidade foi praticamente anulada em muitos países da Europa, especialmente na França, em épocas remotas, manter estudos espíritas em 1983 era quase um ato heroico.

Janet Duncan, uma inglesa que residiu no Brasil por quase 30 anos e no País assimilou os postulados espíritas, retornou na ocasião à sua pátria e plantou a semente. Os corações aquecidos foram poucos à época, mas a semente permaneceu latente no solo dos corações e germinou há 30 anos, com os primeiros estudos espíritas em inglês no Reino Unido, desde a fun-

dação do *Allan Kardec Study Group – Centre for Spiritist Teachings*, em Londres, tendo hoje frutos e flores em muitos nativos dessas terras da rainha. Atualmente, no Reino Unido, existem 12 grupos espíritas com estudos somente em inglês, alguns frequentados pela maioria nativa. No *Spiritist Society for Peace*, com estudos realizados na sede da *British Union of Spiritist Societies* (BUSS), nas manhãs das quartas-feiras, a maioria, já por quatro anos, é de fala inglesa.

Certos grupos mantêm alguns estudos e palestras em português, com frequência da maioria de língua latina, e outros somente em português. Os passos são lentos, mas não



DIVULGAÇÃO

Janet Duncan, Charles Kempf e Elsa Rossi em seminário: início das comemorações

deixam de acontecer. Estamos plantados nessas terras, aqui temos de florescer.

### Comemorações

Para dar início às comemora-

ções, o *Allan Kardec Study Group – Centre for Spiritist Teachings* realizou em fevereiro, com a BUSS, um seminário de cinco horas, coordenado pelo secretário-geral do Conselho Espírita

Internacional, Charles Kempf. Pessoas de todos os grupos locais estiveram presentes.

E as festividades continuam. Nos dias 11 e 12 de maio, ocorre, no Hall dos Quakers, ao lado da estação de trem Euston Station, no coração de Londres, o 2º Congresso Espírita Britânico, que reunirá 13 palestrantes, a maioria residente no Reino Unido. Informações sobre os oradores e a programação completa podem ser conferidas no site <http://britishspiritistcongress.com>

**Outras informações** sobre as comemorações que ocorrerão por todo o ano podem ser acessadas também no site da British Union of Spiritist Societies: [www.buss.org.uk](http://www.buss.org.uk)

ENTRE EM SINTONIA COM A ESPIRITUALIDADE

# RÁDIO RIO DE JANEIRO

Colabore com a Emissora através do Clube da Fraternidade! Ouça e informe-se no site: [www.radioriodejaneiro.am.br](http://www.radioriodejaneiro.am.br)

A RÁDIO QUE TODA A FAMÍLIA PODE OUVIR



**1400 AM**


VOCÊ GOSTARIA DE AJUDAR A EXPANDIR O ESPIRITISMO NA TV?




Associe-se agora mesmo! Acesse: [WWW.AMIGOSDOESPIRITISMO.COM.BR](http://WWW.AMIGOSDOESPIRITISMO.COM.BR) | 61 3038.8411

# LANÇAMENTO


UMA OBRA DE EDSON CARNEIRO



Neste romance, aprendemos o lado espiritual da infância e mocidade, acompanhando Manuel que vive essas idades num leprosário. São duras fases de provas e expiações, planejadas antes do nascimento e que ele vai vencendo com o amparo da Providência Divina.

Gênero: Romance Mediúnico  
16 x 23 cm | 320 páginas | R\$ 28,00

Rua Major Diogo, 511 - Bela Vista - CEP 01324-001 - São Paulo - SP  
[www.editoraalianca.com.br](http://www.editoraalianca.com.br) - [distribuidora@editoraalianca.com.br](mailto:distribuidora@editoraalianca.com.br)



DOCUMENTÁRIO



João Victor Alves dos Reis

# A Ciência e as Sessões Espíritas na BBC

O documentário da BBC *A Ciência e as Sessões Espíritas* destaca, claramente, a grande influência que os fenômenos espirituais do século XIX exerceram, especialmente nos EUA e Europa, desde a espetacular febre das "Mesas Girantes", até as pesquisas mais sérias, envolvendo os nomes mais ilustres da ciência daquele tempo, como William Crookes, Oliver Lodge, Marconi, Thomas Edson, etc.

Contudo, é preciso dizer que a versão do Espiritismo apresentada pelo filme é um tanto errônea, a partir de quando a iguala com o movimento espiritualista moderno, generalizado, ignorando que o Espiritismo, como a Doutrina Espírita codificada por Allan Kardec, é um ca-

pítulo em separado daquelas manifestações.

Nessa produção da BBC, o Espiritismo apresentado diz respeito a uma corrente neoespiritualista inglesa, fundada a partir dos princípios formulados através da escritora espiritualista Emma Hardinge Britten, nascida na Inglaterra e radicada nos EUA. Allan Kardec e o seu trabalho não são citados, o que compromete a legítima interpretação, especialmente para os leigos, que desconhecem a história daqueles fenômenos e o desenvolvimento da Codificação Espírita.

De maneira didática e de fácil compreensão, esse do-



documentário sintetiza, de forma introdutória, o conteúdo de uma das obras pilares do Espiritismo: *O Céu e o Inferno*. Seguindo a mecânica de

videoaula, o material expõe um paralelo da crença popular e do que nos é explicado através da Codificação. Embora a sociedade em geral mostre resistência à realidade do mundo espiritual à luz da Doutrina Espírita, desde a Antiguidade, nos diversos povos e nas diversas culturas, sempre houve a representação de forma alegórica da realidade extrafísica.

Dentre as diversas interpretações do mundo espiritual, o documentário vem instruir quanto à origem da crença em anjos e demônios, bem como os pontos incoerentes das explicações desenvolvidas desde os povos primitivos.

Para pessoas já conhecedoras da Doutrina, a descrição pode não acrescentar tanto, uma vez que

não se aprofunda em paralelos históricos ou dados estatísticos, o que é compensado com a sua riqueza visual. Pode-se considerá-lo ideal para ciclos introdutórios ou mesmo para enviá-lo àquele amigo curioso acerca do assunto. Vale a pena ser visto, principalmente pela cativante reflexão ao final.

O documentário pode ser encontrado na internet, e é possível assisti-lo dublado no portal Espiritismo em Movimento pelo link <http://espiritismoemmovimento.blogspot.com.br/2012/09/a-ciencia-e-as-sessoes-espíritas.html>

**João Victor Alves dos Reis** é design gráfico e integrante do Núcleo de Audiovisual Espírita (Nave) e Núcleo Espírita de Arte Sequencial (NEAS), em Goiânia (GO)

## ESPIRITISMO NA WEB

### Espaço Espírita

[www.espacoespírita.net](http://www.espacoespírita.net)

O vasto material, totalmente gratuito, disponível no site é obtido por meio de gravações da Internet, TV, rádio e do acervo pessoal da equipe do Espaço Espírita. Segundo os criadores do site, seu objetivo é colaborar na divulgação da Doutrina Espírita, disponibilizando material de estudo, inclusive para download. Acesse e divulgue!



## BIBLIOTECA

**Um Caminho para a Libertação**, de Paulo Rossi Serverino, da FE Editora, analisa e comenta as situações de dor física e dor moral na vida, alterando o comportamento das criaturas. Faz sugestões valiosas para a superação desses momentos dolorosos. Qual é a função da dor no aprendizado? Se você está enfrentando um momento de sofrimento, dedique um tempo à leitura deste livro. Ele pode ajudá-lo a entender a situação que está atravessando, e, talvez, a encontrar uma solução para o seu problema.



## PROGRAMA PORTAL DE LUZ

Todos os sábados das 9h às 9h30  
Canal Aberto TVA  
Digital: 9 - Analógica: 99 ou 72

Apoio Cultural  
Folha Espírita Editora.  
No ar desde 2002.  
Realização Grupo Espírita  
Cairbar Schutel

## REDE BOA NOVA DE RÁDIO

A COMUNICAÇÃO EM PROL DE UM PLANETA DE REGENERAÇÃO.

Sintonias Via Rádio		Sintonias Via Parabólica	
Grande São Paulo	Rádio Boa Nova 1450 AM	Parabólica Analógica	Licitação TV (Canal do Boi) Altere áudio para 6,2Mhz Polarização Horizontal Frequência 1280 Mhz
Sorocaba e Reg. Sudoeste	Rádio Boa Nova 1080 AM	Satélite C2	Polarização Horizontal Banda C 3.964 Mhz Symbol Rate a 1875 MSB/s
Mococa -SP	Rádio Boa Nova 1160 AM	Parabólica Digital	
Sul de MG SP e Sul do RJ	Rádio Cruzeiro RC Vale 720 AM		
Juazeiro BA Petrolina PE	Rádio Cidade 870 AM		
Argentina Santo Tomé	São Borja e região / RS 92,1 FM		

**Rádio Via Internet**  
[www.radioboanova.com.br](http://www.radioboanova.com.br)  
OnLine (ao vivo)  
OffLine (gravado)

**Clube Amigos da Boa Nova - 0800 12 18 38**  
Cada vez mais cresce a conscientização e as atitudes em prol da caridade da palavra, do esclarecimento, do consolo. Através de contribuição mensal, os sócios do clube possibilitam um conjunto de ações de sustentação espiritual e equilíbrio de milhares de pessoas.

**RBN**  
Rede Boa Nova  
Emissoras da Fundação Espírita André Luiz

Para assinar a **Folha Espírita** ligue: (11) 5585-1977 ou acesse nosso site [www.folhaespírita.com.br](http://www.folhaespírita.com.br) | **Informações:** [carol@folhaespírita.com.br](mailto:carol@folhaespírita.com.br)

### Assinatura impressa

1 ano = **R\$ 48,00**  
2 anos = **R\$ 87,00**

[www.folhaespírita.com.br](http://www.folhaespírita.com.br)



**EDUCA A TUA ALMA**



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

# Cuidado com os paradigmas

Queridos leitores, já pensaram quanto os paradigmas são importantes na nossa vida? Sim, são extremamente relevantes, pois vivemos cercados de paradigmas que influenciam a nossa maneira de ser e viver e impactam nos resultados que colhemos na nossa vida. Saúde ou doença; alegria ou tristeza; raiva ou paz; frustração ou realização.

Paradigma pode ser entendido como um modelo, uma referência, uma diretriz, um parâmetro, um rumo, uma estrutura, ou até mesmo um ideal. Ou seja, algo a ser seguido. Pode-se dizer que um paradigma é a percepção geral e comum – não necessariamente a melhor – de se ver determinada coisa, seja um objeto, seja uma situação. Ao ser aceito, um paradigma serve como critério de verdade, de validação e reconhecimento nos meios em que é adotado.

Por esse motivo, devemos tomar cuidado com os paradigmas que orientam os nossos sentimentos e nossas atitudes. Assim, vale dizer que, se estamos imbuídos da vontade de levar avante nosso projeto de reforma



Ao ser aceito, um paradigma serve como critério de verdade, de validação e reconhecimento nos meios em que é adotado



íntima, é condição obrigatória rever os nossos paradigmas e ter a coragem de abandonar alguns e adotar outros.

Se pensarmos bem, Jesus, quando esteve entre nós, quebrou todos os paradigmas dominantes naquela época. Com os seus ensinamentos e exemplos deixou um novo modelo que ainda não foi vivido pela humanidade. O paradigma que Ele deixou está fundamentado no amor. Ele foi, sim, um revolucionário das leis e dos costumes.

Interessante lembrar também o nosso contemporâneo Chico Xavier. Observamos que durante sua trajetória terrestre, na sua simplicidade, ele venceu o paradigma materialista que ainda predomina no mundo. Menino pobre, nascido numa cidadezinha do interior de Minas, órfão de mãe, desprovido de quaisquer facilidades materiais, ele superou todas as dificuldades e teve a coragem de viver o paradigma do Cristo, cumprindo maravilhosamente a sua missão. Deixou um legado de mais de 450 livros e um exemplo de vida impecável, para toda a humanidade.



Se pararmos para pensar e fizermos as perguntas certas, depararemos com muitos paradigmas simplesmente inúteis ou nocivos, que influenciam a nossa vida de forma negativa, alimentando preconceitos e estabelecendo limites ao nosso crescimento pessoal e espiritual.

Outro dia li uma fábula que certamente ilustrará o que eu gostaria de transmitir a vocês.

Conta que certa vez um grupo de cientistas colocou cinco macacos numa jaula, e no centro dela eles puseram uma escada com um cacho de bananas em seu topo. Quando um macaco subia a escada para apanhar as bananas, os cientistas lançavam um jato de água fria nos que estavam no chão. Depois de certo tempo, quando um macaco ia subir a escada,

**MÚSICA**

**Maria de Magdala** Letra e Música de: Anna G. Graciano

SUA VE MELODIA ESPALHA-SE NO AR É A MÚSICA DIVINA A NOS DESPERTAR  
 É A IRMÃ QUERIDA QUE NOS VEM FALAR DO SEU IMENSO AMOR  
 AO SEU AMADO SENHOR MARIA DE MAGDALA OUVIU FALAR DE JESUS  
 UM DIA EM SEU CAMINHO SEU MEIGO OLHAR ENCONTROU  
 BEBEU EM SUAS PALAVRAS TERNURA BONDADE E AMOR  
 E ATÉ O FIM DOS SEUS DIAS A ELE SE DEDICOU

**CANTINHO DO EVANGELIZADOR**



**Walther Graciano Júnior**  
é pedagogo

# Uma heroína no inferno

Era a primeira semana de dezembro de 1944, no campo de concentração de Bergen-Belsen. Após quatro anos de guerra e muitos meses de prisão, crianças judias encontravam-se desesperadamente sozinhas. Em uma das barracas estava uma mulher chamada Luba Gerack. Ela havia crescido em uma comunidade de judeus na Polônia e, ainda adolescente, casara-se com o comerciante Hersch Gerack. Do casamento nasceu seu filhinho Isaac, que fora levado de seus braços, aos 3 anos de idade, segundos após atravessarem os portões do campo de concentração de Auschwitz.

Após a morte de seu marido e o sumiço de seu filho, Luba sentiu que não queria mais viver; mas uma força interna não a deixava esmorecer. Tinha em sua mente que se não havia morrido até então, Deus talvez tivesse um propósito para sua vida.

E foi assim que, naquela noite de dezembro, Luba escutou o choro de uma criança. Correu para a porta da barraca e, ao abri-la, ficou chocada com o que viu. Um bando de crianças, maltrapilhas, amedrontadas e com fome, estavam na frente da porta. Apesar de ser alertada dos perigos que estava correndo, Luba mandou que as crian-





## PAPO CABEÇA

# Nunca pare de ler

os outros o espancavam.

Passado mais algum tempo, nenhum macaco, apesar da tentação das bananas, subia mais a escada. Então, os cientistas substituíram um dos cinco macacos. A primeira coisa que ele fez foi subir a escada, dela sendo rapidamente retirado pelos outros, que lhe bateram.

Depois de algumas surras, o novo integrante do grupo não subia mais a escada. Um segundo foi substituído, e o mesmo ocorreu. E fato interessante, o primeiro macaco substituído participou entusiasmado da surra no novato. Um terceiro foi trocado, e repetiu-se o fato. Um quarto, e, finalmente, o último dos veteranos foi substituído.

Os cientistas ficaram, então, com um grupo de cinco macacos que, mesmo nunca tendo tomado um banho frio, continuavam a bater naquele que tentasse chegar às bananas. E, creiam, se fosse possível perguntar a algum deles por que batiam naquele que tentasse subir a escada, com certeza a resposta seria: *“Não sei, as coisas sempre foram assim por aqui...”*

*Pensem nisso.*

Vocês sabiam que, segundo pesquisas neurocientíficas, nosso cérebro trabalha ativamente durante a leitura? Que quem lê mais, fala e escreve melhor? Que quem é apresentado aos livros ainda pequeno tem mais chance de descobrir a leitura e tornar-se um grande leitor? E que ler diariamente facilita muito a aprendizagem e a escrita, desenvolve a capacidade de comunicação e estimula o vocabulário?

Pois é, apesar de tudo o que se fala sobre o poder da leitura, ainda há muitas pessoas que não gostam de ler. Ou dizem que não gostam por desconhecer esse mundo mágico proporcionado pelos bons livros.

Em uma pesquisa realizada pelo Instituto Pró-Livro, o Brasil amarga a triste estatística de que praticamente 75% da população jamais pisou em uma biblioteca, apesar de quase o mesmo percentual, 71%, afirmar saber da existência de uma biblioteca pública em sua cidade e ter fácil acesso a ela. Vão à biblioteca frequentemente apenas 8% dos brasileiros, enquanto 17% o fazem de vez em quando. Além disso, o uso fre-



quente desse espaço caiu de 11% para 7% em quatro anos.

Fenômeno de vendas no mercado editorial brasileiro, os livros espíritas são vendidos mais e mais, a cada ano que passa, e das mais variadas formas. O número de editoras e livrarias espíritas também cresce vigorosamente. Só Chico Xavier deixou uma quantidade de mais de 450 livros psicografados publicados e milhares de exemplares vendidos em diversos países e línguas.

Seguem, abaixo, algumas dicas para entrar no mundo mágico da leitura, porque sempre é tempo de se criar esse bom hábito:

Começar a gostar de ler é

uma das partes mais importantes. Assim, comece com um número reduzido de páginas e vá aumentando aos poucos.

Pergunte para seus amigos quais livros eles leram, ou estão lendo, e o que acharam. A troca de informações é muito importante, desperta a curiosidade do leitor.

Os livros podem mudar o seu humor. Se você está triste, leia um livro de comédia para dar boas risadas.

Leia para se divertir, aprender e também para melhorar a comunicação. Pessoas que não leem têm uma comunicação mais restrita.

Leitura é uma boa opção para o tempo livre.

A leitura pode aproximar os indivíduos, fazendo assim novos amigos. Procure alguém, e até seus amigos, para falar sobre livros e conhecer novas pessoas.

Crie uma conta numa rede social sobre livros. As redes sociais possibilitam ao leitor cadastrar os livros que quer ler, os que já leu e ajudam a encontrar novos títulos por meio de outros leitores.

Os internautas que gostam de ler contam agora com redes sociais totalmente direcionadas a eles. Uma delas é o Tempresto ([www.tempresto.com.br](http://www.tempresto.com.br)). O Tempresto é uma mídia social literária, que tem como principal diferencial a capacidade de aproximar leitores. Hoje conta com aproximadamente 3,3 mil pessoas cadastradas, em mais de 500 cidades do Brasil, com mais de 7 mil livros em bibliotecas de usuários. Através de um mecanismo muito inteligente, permite que o próprio usuário indique os livros que quer ler ou quer emprestados. Além disso, você pode compartilhar resenhas dos livros e recomendá-los para amigos. Mãos à obra! (WGJ).

ças entrassem. Interrogando um dos meninos mais velhos, de nome Jack Rodri, ela ficou sabendo que as 54 crianças que ali estavam haviam sido trazidas pelos guardas. Elas nem sabiam onde estavam. Jack explicou que a mais velha das crianças tinha 14 anos e segurava outra de apenas 2 anos. Outras eram ainda menores. Levando Jack pela mão, Luba fez um gesto para que a seguissem.

Novas críticas surgiram por parte das mulheres do alojamento, mas Luba retrucava veementemente: *“Se essas crianças fossem seus filhos, vocês as mandariam embora? Pois elas são fi-*

*lhos de alguém.”* Foi aí que Luba entendeu o que Deus havia reservado para sua vida. Como não poderia mais salvar seu filho, Luba daria outro destino àquelas crianças. Por alguma razão desconhecida por ela, e após implorar e apelar muito, os oficiais da SS permitiram que cuidasse das crianças e as alimentasse. A comida era escassa, apenas uns pedaços de pão e sopa rala, mas Luba cuidou das crianças como se fossem seus filhos durante meses. Algumas nem sequer compreendiam sua língua, mas sentiam seu amor. Das 54 crianças que Luba abrigou apenas duas morreram. Em um alo-

jamento próximo, outra criança nascida em Amsterdã também morreu, era Anne Frank.

A libertação de Luba e das crianças aconteceu em 15 de abril de 1945 pelos soldados ingleses. Todos foram levados pela Cruz Vermelha. Luba voltou à Suécia, onde se casou novamente e teve mais dois filhos, porém nunca esqueceu “suas crianças”.

Em abril de 1995, nas comemorações dos 50 anos da libertação do campo Bergen-Belsen, cerca de 30 homens e mulheres se reuniram para prestar uma homenagem àquela que havia sido sua mãe e protetora. *“Com a voz embargada pela emoção, o*

*prefeito da cidade, representando a Rainha Beatriz, entregou a Luba a Medalha de Prata por Serviços Humanitários. Depois da cerimônia, Stelia Degen-Fertig se aproximou e, lutando para manter a voz firme, falou: ‘Penso em você todos os dias da minha vida. Minha mãe sempre me disse que tinha me posto no mundo, mas que eu devia a minha vida a uma mulher chamada Luba. E repetiu muitas vezes que eu não deveria jamais me esquecer disso.’ Chorando copiosamente, abraçou Luba e reafirmou: ‘Eu nunca me esquecerei!’”*

Caros companheiros evangelizadores e leitores do Canti-

nho do Evangelizador. Este ano vamos comemorar o Dia das Mães na pessoa de Luba Gerçek, que, mesmo sem entender os propósitos de Deus para sua vida, enfrentou todas as dificuldades da guerra devastadora para salvar “seus filhinhos”.

Um grande abraço e feliz Dia das Mães a todas as batalhadoras do dia a dia.

**FONTE:** O texto é uma adaptação do artigo *Uma heroína no inferno*, publicado na Revista *Seleções do Reader's Digest*, de março de 1999.

## ARTIGO



**Carlos Durgante**  
é médico geriatra e membro da Associação Médico-Espírita do Rio Grande do Sul (AMERGS)

## Atitudes positivas revertem em bem-estar

Não é nenhuma novidade que o tempo, na sua inexorável linha reta, faz aumentar a frequência de doenças como artrite/artrose, hipertensão arterial, doenças cardíacas e cerebrovasculares, catarata, osteoporose, transtornos posturais e dos discos intervertebrais, diabetes, doenças vestibulares e auditivas e principalmente o câncer. Isso é um fato, e por isso não questionamos essas evidências.

É verdadeiro que adoeceremos mais com o envelhecer, que algumas doenças serão incuráveis, mas é tão verdade também que grande parte das enfermidades que surgem ou se agravam com a velhice podem ser controladas com significativo sucesso, sem comprometer a qualidade de vida. Muito menos ofuscar um brilho próprio e único que só pertence



aos que sabiamente envelhecem. Mas como envelhecer com essa sabedoria? Que recursos de enfrentamento e que conexões devem ser utilizados?

O escritor judeu Morrie Schwartz, autor do livro *Lições Sobre Amar e Viver*, que travou por muitos anos uma batalha contra o câncer, afirmava que poderia ser que ele não conseguisse mudar o prognóstico médico da sua doença ou qualquer outra situação adversa da vida. Mas teria como controlar as emoções destrutivas que poderiam prejudicar a sua saúde física e mental. Para ele, a aceitação leva a uma resposta emocionalmente saudável ao enfrentamento das limitações decorrentes dessas doenças.

Emoções positivas como a esperança e o otimismo podem contribuir para um enfrenta-

mento adequado e ajustado ao momento existencial de quem vivencia o seu envelhecimento.

A conexão com essas emoções, como a de adotar uma visão positiva sobre as questões que envolvem o envelhecimento, ou mesmo o pensamento positivo como postura de vida frente às vicissitudes da velhice, é uma dessas sábias decisões.

Um estudo muito interessante realizado há algum tempo analisou dados de uma pesquisa nacional de idosos, nesse caso de norte-americanos. Verificou-se que aqueles idosos que obtinham significado para a vida a partir de crenças e práticas religiosas tinham níveis significativamente maiores de satisfação com a vida, uma autoestima e um otimismo também maiores.

O envolvimento religioso ou

## ARTIGO



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

## O ideal sem ação é proposta ineficaz

“... o ideal mais nobre, sem trabalho que o materialize, a benefício de todos, será sempre uma soberba paisagem improdutiva.” (Emmanuel, no livro Fonte Viva, item 39, psicografia de Francisco C. Xavier)

Nunca lograremos sucesso em qualquer empreitada se não soubermos combinar nosso ideal com o indispensável esforço na concretização da proposta, em realidade palpável.

Não basta apenas idealizar, é indispensável a ação determinada e perseverante, na materialização dos nossos sonhos.

A semente é o projeto da árvore, mas se não for colocada numa cova, regada e adubada convenientemente, não produzirá os frutos sadios que desejamos.

A criança que a Providência Divina coloca em nossos braços, se não receber os recursos indis-

pensáveis do carinho e da educação, provavelmente terá imensas dificuldades em se transformar num homem de bem.

O edifício confortável e seguro, imaginado, detalhadamente, pelo engenheiro, nunca sairá do chão rumo ao céu sem a participação efetiva de pedreiros, serventes, encanadores, eletricitistas e pintores.

Assim, também, é a nossa vida. Se realmente desejamos ascensão e prosperidade espiritual, será preciso a movimentação dos recursos que Deus, nosso Pai de eterna bondade e sabedoria extrema, nos disponibiliza, e que pululam, em quantidade incensurável, ao nosso redor.

Animados e conscientes, dentro desse contexto, a fé e a convicção formarão a base sólida para as nossas ações, buscando a transformação dos ideais que

carregamos em realizações concretas e acabadas, produzindo os resultados desejados.

Esperemos, sim, da Providência Divina, o amparo e o socorro de que temos necessidade, sem olvidarmos a parte que nos compete realizar. Mentis e bra-



ços precisam atuar juntos na pavimentação dos nossos sonhos e ideais, sustentados pelas sábias e indispensáveis leis do Criador.

Permanecendo omissos e descuidados, pelos longos caminhos da vida, com certeza

poderemos aguardar, para os dias do futuro, a colheita de sofrimentos e infortúnios, obviamente sem direito a lamentar os revezes nefastos, que povoarão os nossos dias com aflições e amarguras.

Não se tem notícia de que al-

## RIR E REFLETIR



**Richard Simonetti**  
é escritor e presidente do Centro Espírita Amor e Caridade, em Bauru (SP)

## Em que time?

espiritual, independentemente do credo, seja ele evangélico, católico, budista, espírita, entre outros, desde que não gere conflitos éticos e morais a quem o professa, é capaz de estimular o cultivo dessas emoções positivas, fazendo, muitas vezes, com que a vida continue a valer a pena.

O Espiritismo vem trazer luz ao binômio saúde-doença e esclarecer que na maioria das vezes as enfermidades, em geral, e as doenças do envelhecimento, em especial, surgem naturalmente no corpo físico e são parte do processo da vida no mundo material. Como afirmava Chico Xavier, elas não são nada além de lições que ainda não aprendemos e que se repetem para que possamos acertar onde antes erramos e então nos libertar de toda a dor que a escolha errada provocou em nós.

Se a forma que escolhermos para compreender as enfermidades humanas se assemelhar muito a essa visão espiritual, a doença realizaria um papel estimulador no processo evolutivo do ser humano. Ela ainda teria uma função disciplinadora e reguladora para o reequilíbrio do indivíduo, quando esse tiver sido rompido.

Pois bem, caro leitor, que já vivencia a velhice ou que já a vislumbra de perto, independentemente da idade, das limitações físicas que muitas vezes as enfermidades impõem, é possível cultivarmos comportamentos otimistas e olhares positivos em relação à vida que vivemos.

Afinal de contas, o bem-estar individual não é caracterizado pela felicidade constante, mas, sim, pela atitude positiva permanente.

guém tenha colhido uma safra, com honestidade e honradez, decorrente de uma lavoura que não fora plantada.

Dentro do Universo, toda criatura está sob os cuidados de outras criaturas, a não ser que ela não queira. Então, por si mesma, deliberará seguir seu rumo, na contramão da lógica e da razão, carregando consigo a responsabilidade pelos atos e atitudes que produzirão os respectivos reflexos em momento oportuno.

Sonhar é preciso; alimentar ideais é indispensável; fazer projetos é prática louvável; materializá-los, porém, no tempo, com determinação, perseverança e coragem, será decisão sábia e oportuna, se é que realmente já vislumbramos e tomamos consciência dos caminhos que nos conduzirão à paz e à felicidade.

Refletamos...

Enfatiza-se no centro espírita a necessidade de nos vincularmos a serviços filantrópicos, procurando fazer algo em benefício do próximo, conforme recomenda a Doutrina.

Importante dar um plano semanal num albergue ou hospital, aplicar passes no centro espírita, participar de uma casa de sopa na periferia, atender carentes...

Obviamente, a caridade não deve ser simples comportamento para determinadas situações ou compromisso com hora marcada.

Trata-se de uma atitude perante a vida.

Onde e com quem estivermos, somos chamados ao seu exercício.

Compreensão ante o familiar rebelde...

Perdão ao ofensor...

Atenção ao desabafo alheio...

Cooperação com o colega de serviço sobrecarregado...

Silêncio inibindo críticas a pessoas ausentes...

Oração em favor dos que se comprometem no vício e no crime...

Tudo isso é abençoada caridade, que devemos exercitar aqui e agora, onde e com quem estivermos.

Não obstante, os serviços da filantropia com hora marcada representam um bom exercício, que estimula o altruísmo e desenvolve a vocação de servir.

Aprendemos nessa atividade de conjugar o verbo de nossas ações não mais na primeira pessoa do singular – eu, mas na primeira do plural – nós.

É um dos destaques da pregação espírita.

Não há dúvida de que o Espiritismo é respeitado pela população em geral justamente pela ação social, com a multiplicação de obras filantrópicas que atendem a multidão carente.

Podemos mesmo dizer que centro espírita sem ação filantrópica é escola de vida sem aulas práticas.

\*\*\*

Nesse aspecto, há algo que

“

*Aprendemos  
nessa atividade a  
conjugar o verbo  
de nossas ações  
não mais na  
primeira pessoa  
do singular – eu,  
mas na primeira do  
plural – nós*

”

o voluntário, aquele que se disponha a participar, deve definir: a sua condição, o tipo de colaboração que vem prestando ou está disposto a prestar.

Há dois tipos:

#### O investidor.

Participa porque lhe disseram que é necessário para vencer suas perturbações e merecer a proteção do céu, a fim de que a vida lhe corra bem e seja feliz.

Tem envolvimento mínimo com a instituição.

Exercita pouca assiduidade.

Chega depois, sai antes do horário fixado.

Nunca está disposto a qualquer atividade que fuja à rotina, ainda que o objetivo seja a melhoria dos serviços.

Reclama muito e realiza pouco.

Desenvolve suas tarefas sem entusiasmo, como quem cumpre enfadonha obrigação.

#### O servidor.

Participa porque se compece de seus irmãos sofredores e deseja contribuir para uma sociedade mais justa, fraterna e solidária.

Assíduo, raramente falta aos seus compromissos.

Não tem pressa, não atropela o atendimento para cumprir horário.

Está sempre aberto às perspectivas de aprendizado quando convocado.

Empenha-se em melhorar o serviço, sem queixas, sem indispor-se com os companheiros...

Ama o que faz. Por isso, faz tudo muito bem e bem mais do que lhe compete fazer.

\*\*\*

E você, leitor amigo?

Se já está consciente de que deve participar de uma obra filantrópica e vincular-se às atividades da casa espírita, pergunto-lhe:

Em que time está jogando?

É o investidor ou o servidor?

“  
*Não se tem notícia  
de que alguém  
tenha colhido  
uma safra, com  
honestidade  
e honradez,  
decorrente de  
uma lavoura que  
não fora plantada*  
”



Paulo Rossi Severino  
é diretor de redação da Folha Espírita

# EU JÁ FIZ DE TUDO

## Onde foi que errei?

Peço um minuto de sua atenção. Este artigo foi escrito pensando em você, que se encontra amargurado, com o coração agitado, confuso com a situação que vive neste momento, seja pelo falecimento de um ente querido, seja pelo cônjuge que não lhe retribuiu os sentimentos mais íntimos, pelos filhos a criar situações embaraçosas ou ainda enfrentando desafios de ordem profissional ou financeira. Vamos analisar juntos as circunstâncias mencionadas acima, mas sob o prisma espiritual.

A situação que você está vivendo requer muita paciência. Não deve haver precipitação em suas atitudes, isso porque a dor, o sofrimento, a dificuldade e a aflição desempenham uma função importante na evolução do espírito humano.

Ao enfrentarmos a diversidade de desafios, adquirimos maior compreensão de tudo que nos cerca, e o ser se ergue mais forte, mais experiente, mais seguro de si. Mas, atenção! É importante saber discernir os acontecimentos, porque muitos sofrimentos provêm de desatenção ao encararmos a vida e, portanto, são resultado de nossa desídia. Há fatos que ocorrem na vida naturalmente, porém muitas situações difíceis somos nós mesmos que criamos.

Como podemos evitar tanta dor e sofrimento? Praticando maior entendimento, mais tolerância, mais espírito de fraternidade e solidariedade em nosso relacionamento, evitando a agressividade exagerada e as reações intempestivas com a conduta do próximo.

Quando aparece a provação, desafiando a razão, surge a condição propícia de entender o lado espiritual, porque sentimos nossa fragilidade e dependência, bem como uma carência inexplicável, que revela nossas limitações.

A visão de imediatismo dificulta analisar a situação que se está vivendo sob a óptica da espiritualidade. Se agirmos de modo irresponsável, vamos receber respostas dolorosas da vida, portanto é bom dar um tempo para reflexão.

Ao analisar tudo que estamos passando sob o prisma espiritual, vamos entender que fuga, omissão, indiferença, atitudes negligentes, ou mesmo a desistência de compromissos assumidos livremente, costumam gerar depressão, desequilíbrio e complexos de culpa de difícil erradicação. Toda crise, todo desafio, traz preciosos ensinamentos.

Muitas vezes, eliminar o sofrimento, ou prolongá-lo, depende de nós, então é preciso agir com responsabilidade. É importante evitar a conduta imprópria que causa antipatia e provoca reações agressivas. Por isso é bom aprender a ceder em alguns pontos de vista, a saber ouvir opiniões contrárias, a não revidar agressivamente quando somos contrariados.

O ser humano, quando não recebe o calor da bondade e da simpatia por alimento, acaba enfermo e infeliz, sente falta do amor na sustentação de seu equilíbrio. Aceite os desafios como um processo natural de aprendizado, são para o seu crescimento espiritual.

Em nossos momentos de testemunho diante das situações difíceis que estivermos enfrentando, estaremos sempre sozinhos, nós e Deus, daí a necessidade de um preparo espiritual.

Antes de se desgastar com certas atitudes, experimente a química do amor na solução de qualquer problema. A tristeza e o tédio não devem invadir seu pensamento, são corrosivos perigosos, desequilibrantes.

Se a situação estiver insustentável, dedique uma fração



“

*Chico Xavier ensinava que se existe algo que podemos dar sem ter, é a felicidade*

”

de seu tempo em ajuda ao próximo. Será uma experiência diferenciada. Chico Xavier ensinava que “se existe algo que podemos dar sem ter, é a felicidade”. Um pequeno gesto de gentileza opera milagres, um sorriso animador, a doação de uma peça de roupa usada, de um brinquedo, de um medicamento, de um pão ou alimento, são de um valor inestimável para quem necessita.

Não se coloque como o centro do universo, como se tudo devesse girar ao seu redor. É indispensável abrir um canal de comunicação com o Criador para receber o auxílio divino. A condição primordial para receber o recurso pretendido é a oração.

Ao refletir melhor, você começa a entender que Deus não está lhe punindo, nem quer que você sofra. Concluirá, então, que o sofrimento é fruto das consequências de seus atos, que pedem reparação. A prece é o meio mais seguro de pedir bênçãos e inspiração na vida diária.

Desejamos chamar atenção para um fator fundamental na vida de cada um de nós. Para resolver qualquer tipo de desafio, problema ou obstáculo de qualquer natureza, não existe solução sem trabalho perseverante e dedicado, porque é através do tempo bem aproveitado que construímos nossa felicidade.

E para você, leitor, que me perguntou onde errou, digo que não estou em condições de julgá-lo. Entendo sua angústia, porque ninguém pode ser feliz sem aprovação de sua própria consciência.

Se você já tentou todas as ações que mencionei até agora e ainda não encontrou sua paz interior, então lhe aconselho, tente Jesus.

**Obs.:** o tema deste artigo foi sugerido por um leitor. Se desejar, envie a sua sugestão pelo e-mail [folhaespirita@folhaespirita.com.br](mailto:folhaespirita@folhaespirita.com.br) ou [folhaespirita@uol.com.br](mailto:folhaespirita@uol.com.br)