

*Revista*

# O CAMINHO

*Instrução  
das mulheres*

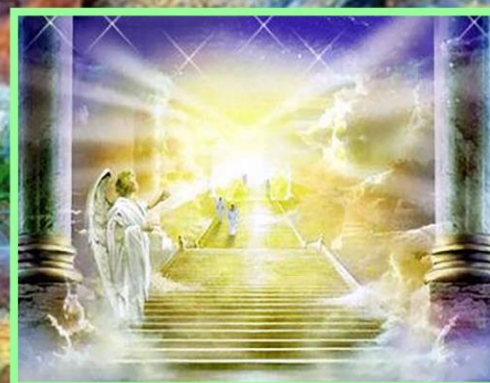
Número 6 Ano MMXX

**Janeiro - 2020**

*Especial De Ano Novo*

**Centro Espírita Allan Kardec - CEAK**

# SUMÁRIO



**3**  
PROGRAMAÇÃO DO MÊS

**4**  
ANO NOVO - TEMPO DE  
TRANSFORMAÇÃO

**6**  
ESTUDO  
Instrução das mulheres

**8**  
REFLEXÃO  
*Evolução e felicidade*

**10**  
SEMEANDO O EVANGELHO  
DE JESUS  
*O que se deve entender por  
pobres de espírito*

**12**  
VULTO ESPÍRITA DO MÊS  
*José Maria Fernández Colavida*

**15**  
NA PRATELEIRA

**16**  
BAZAR RECANTO DE MARIA

**17**  
ENTREVISTA  
Dr. Paulo César Frutuoso

**21**  
UM JEITO DE SER FELIZ  
*O despertar da consciência*

**25**  
REFORMA ÍNTIMA  
SEM MARTÍRIO  
*Depressões reeducativas*

**29**  
AGENDA ESPÍRITA

**30**  
ARTIGO  
*Veículos de manifestação  
do espírito*

**32**  
ARTIGO  
*O tempo que nos resta e a  
lei do progresso*

**34**  
PROGRAMAÇÃO DE ESTUDOS

**40**  
PRECE DE NATAL  
*Por Divaldo Franco pelo  
espírito Joanna de Angelis*

## PROGRAMAÇÃO DO MÊS - JANEIRO DE 2020

### 3ª. FEIRA - PALESTRAS E PASSES - NOITE

DIA	HORA	TEMA	EXPOSITOR	REFERÊNCIA
07	20:00	PROVAS DA EXISTÊNCIA DE DEUS – ATRIBUTOS DA DIVINDADE (LE 1ª par. cap. I).	JOÃO APARECIDO RIBEIRO	LE 1ª par. cap. I Q 4 a 16; GEN cap. II it 1 a 19, 31 a 37; ESE cap. I it 1 e 7; OP 1ª par.; RE MAR/1964, MAI/1866, SET/1867; DN; OGE 1ª par.; DM 2ª par. cap. 9.
14	20:00	AUTORIDADE DA DOCTRINA ESPÍRITA - CONTROLE UNIVERSAL DO ENSINO DOS ESPÍRITOS (ESE Intr).	RICARDO CUNHA	ESE Intr II; GEN cap. I it 53 e 57 a 59; LM 2ª par. cap. XXIV it 266, cap. XXV it 269 e cap. XXIX it 329; QE cap. II it 99; RE ABR/MAI/JUL/OUT/1860, MAI/1863, MAR/ABR/MAI/1864.
21	20:00	CORPO, MENTE E ESPÍRITO NO CONTEXTO ATUAL DO PLANETA (LE 3ª par. cap. V).	BALU CARVALHO	LE 3ª par. cap. V Q 704 e 705; ESE cap. XVII it 11.
28	20:00	HÁ MUITAS MORADAS NA CASA DE MEU PAI (ESE cap. III).	JOSÉ SOARES FERREIRA	LE 1ª par. cap. III Q 55 a 58, 2ª par. cap. IV Q 172 a 188, cap. VI Q 232; LM 1ª par. cap. I it 2, 2ª par. cap. XXVI it 296; ESE cap. XVIII it 5; CI 1ª par. cap. VIII it 14; QE cap. 3 it 105 a 107; RE MAR/1858, JAN/1863, NOV/1863; Jo. 14:1-31.

### 5ª. FEIRA - PALESTRAS E PASSES - TARDE E NOITE

DIA	HORA	TEMA	EXPOSITOR	REFERÊNCIA
02	15:00	ANO NOVO, TUDO DE NOVO.	FELICIANO MESQUITA	ESTUDO DOCTRINÁRIO.
02	20:00	ANO NOVO, TUDO DE NOVO.	LEDA LÚCIA BRAGA	ESTUDO DOCTRINÁRIO.
09	15:00	DEUS, ESPÍRITO, MATÉRIA: A TRINDADE UNIVERSAL (LE 1ª par. cap. I).	ALOISIO GHIGGINO	LE 1ª par. cap. I Q 1 a 9, cap. II Q 17 a 34; LM 1ª par. cap. I it 4, 2ª par. cap. I it 52 a 59; GEN cap. II e IV it 3 a 11; FV cap. 164; OGE 1ª par.; DM 2ª par. cap. 9; OPV cap. 5; EA cap. 6.
09	20:00	DEUS, ESPÍRITO, MATÉRIA: A TRINDADE UNIVERSAL (LE 1ª par. cap. I).	SÉRGIO DAEMON	LE 1ª par. cap. I Q 1 a 9, cap. II Q 17 a 34; LM 1ª par. cap. I it 4, 2ª par. cap. I it 52 a 59; GEN cap. II e IV it 3 a 11; FV cap. 164; OGE 1ª par.; DM 2ª par. cap. 9; OPV cap. 5; EA cap. 6.
16	15:00	ALIANÇA DA CIÊNCIA E DA RELIGIÃO – A NOVA ERA (ESE cap. I).	EVANTUIL CRUZ NASCIMENTO	ESE cap. I it 8 a 11; GEN cap. I it 4, 16, 18, 54, cap. IV it 9 e 10, cap. XVIII it 4; RE JUL/1864.
16	20:00	ALIANÇA DA CIÊNCIA E DA RELIGIÃO – A NOVA ERA (ESE cap. I).	MARIA DA GRAÇA ANTUNES	ESE cap. I it 8 a 11; GEN cap. I it 4, 16, 18, 54, cap. IV it 9 e 10, cap. XVIII it 4; RE JUL/1864.
23	15:00	A REALEZA DE JESUS E O PONTO DE VISTA (ESE cap. II).	MARIA ANITA RODRIGUES LIMA	LE 4ª par. cap. II Q 1018 e 1019; ESE cap. II it 1, 2, 4 a 8, cap. III it 3 a 5, cap. XIV it 4; cap. XXIII it 12 a 15; RE JUN/1861; Jo. 17: 11-26 e 18: 33-37, Mt. 27: 11-31; Mc. 15: 2-20; Lc. 23:2-25; JELPP cap. 3.
23	20:00	A REALEZA DE JESUS E O PONTO DE VISTA (ESE cap. II).	CHRISTINE COSTA	LE 4ª par. cap. II Q 1018 e 1019; ESE cap. II it 1, 2, 4 a 8, cap. III it 3 a 5, cap. XIV it 4; cap. XXIII it 12 a 15; RE JUN/1861; Jo. 17: 11-26 e 18: 33-37, Mt. 27: 11-31; Mc. 15: 2-20; Lc. 23:2-25; JELPP cap. 3.
30	15:00	CORPO, MENTE E ESPÍRITO NO CONTEXTO ATUAL DO PLANETA (LE 3ª par. cap. V).	BALU CARVALHO	LE 3ª par. cap. V Q 704 e 705; ESE cap. XVII it 11.
30	20:00	AS DIVERSAS CATEGORIAS DE MUNDOS E APROGRESSÃO DA HUMANIDADE (ESE cap. III).	EDMARA SILVEIRA LUZ	LE 1ª par. cap. III Q 55 a 58, 2ª par. cap. IV Q 172 a 188, 3ª par. cap. VI Q 737, 738 e 756, cap. VIII Q 779 a 785 e 789, 4 par. cap. II Q 1019; ESE cap. III it 3 a 19; CI 1ª par. cap. III it 8, cap. VII it 18 e 19; GEN cap. I it 6, 54 e 55, cap. III it 5, 6 e 7, cap. XVIII it 16 a 35.

Legenda: LE – O Livro dos Espíritos / ESE – O Evangelho Segundo o Espiritismo / CI – O Céu e o Inferno / GEN – A Gênese / LM – O Livro dos Médiuns / QE – O que é o espiritismo / RE – Revista Espírita / BN – Boa Nova / PVE – Palavras de Vida Eterna / MMJ – Maria, Mãe de Jesus / CVV – Caminho, Verdade e Vida / FV – Fonte Viva / CL – Ceifa de Luz / Mt. – Mateus / Lc. – Lucas / cap. – capítulo / Intr – introdução / Conc – Conclusão / it – item / Q – Questão / nº – número / par. – parte. / pag. – página / perg. Pergunta.



CENTRO ESPÍRITA ALLAN KARDEC

Avenida N.S. de Copacabana, 583 / 1006

Telefone: (021) 2549 9191

[www.ceallankardec.org.br](http://www.ceallankardec.org.br)

[ceak@ceallankardec.org.br](mailto:ceak@ceallankardec.org.br)





## ANO NOVO – TEMPO DE TRANSFORMAÇÃO

*Reconhece-se o verdadeiro Espírita pela sua transformação moral e pelos esforços que faz para domar suas más inclinações.*

*KARDEC, Allan. O Evangelho segundo o Espiritismo, cap. XVII, item 4.*

Santo Agostinho já nos dizia que todas as noites, quando formos dormir, deveríamos passar em revista o nosso dia, ver no que poderíamos ter sido melhores, os erros, enganos. E isso não para nos auto torturarmos, mas para reavaliarmos, identificarmos de acordo com o grau pessoal de cada um e melhorarmos, reavaliarmos, identificar e tentar mudar.

A cada final de um ano, todos fazemos uma reflexão sobre todo o ano que passou, colocamos na balança e temos noção para o lado que essa pendeu, e também agradecemos ao Pai Soberano a oportunidade de encerrarmos mais um ciclo e iniciarmos uma “nova” jornada.

Kardec nos ensina, com seu bom senso, que é necessário cuidar da nossa transformação moral.

Ele nos diz: “Aquele que pode ser, com razão, qualificado de Espírita verdadeiro e sincero, se acha em grau superior de adiantamento moral.” O Espírito, que domina de modo mais

completo a matéria, dá-lhe uma percepção mais clara do futuro; os princípios da Doutrina lhe fazem vibrar fibras que nos outros se conservam inertes. Em suma: é tocado no coração, pelo que inabalável se lhe torna a fé, e fé raciocinada.

A proposta filosófica e moral do Espiritismo é a transformação pessoal de nós, adeptos, para melhor. A beleza e a sabedoria da filosofia espírita nos trazem respostas às mais perturbadoras questões, baseadas na razão e na lógica.

Ainda somos aprendizes da Doutrina de Cristo, passíveis de erros, mas com grande vontade de melhorar, de conhecer a nós mesmos, de divulgar a doutrina consoladora e de ser verdadeiramente cristãos.

Ano Novo, para nós: (Re)começar a jornada com arestas aparadas, e renovado o contrato de seguir no Bem-Maior com o que o Mestre nos deixou. Um 2019 cheio de paz de espírito, muita luz na nossa caminhada, muito amor para distribuir em forma de solidariedade, gentileza, amizade, caridade, compaixão, fraternidade a tudo e a todos!

Que as mãos de Deus guiem nossas vidas para que tudo transcorra em harmonia. Que tenhamos saúde, fortaleza de ânimo, união, solidariedade, e muitas alegrias e conquistas!

Que os espíritos amigos que nos protegem e auxiliam estejam conosco a cada segundo, nos intuindo o melhor caminho, a melhor decisão. Que Jesus renasça em nossos corações cada vez que nos sentirmos “sozinhos”.

Que as luzes do novo ano acendam em nós o desejo mais sincero de sermos melhores a cada dia, porque o mundo melhor com que todos nós sonhamos começa exatamente na nossa casa, no ser iluminado que habita em nós.

**Fonte:**

*Blog Espiritismo da Alma*





## **ESTUDO**

### **Instrução das mulheres**

Neste momento, a instrução da mulher é uma das mais graves questões, porque não contribuirá pouco para realizar as grandes ideias de liberdade que dormem no fundo dos corações.

Honra aos homens de coragem que tomaram a sua iniciativa! Eles podem, de antemão, estar certos do sucesso de seus trabalhos. Sim, soou a hora da libertação da mulher; ela quer ser livre, e para isto há que libertar a sua inteligência dos erros e dos preconceitos do passado. É pelo estudo que ela alargará o círculo de seus conhecimentos estreitos e mesquinhos. Livre, ela fundará a sua religião sobre a moral, que é de todos os tempos e de todos os países. Ela quer ser e será a companheira inteligente do homem, sua conselheira, sua amiga, a instrutora de seus filhos e não um brinquedo de que se servem como uma coisa, e que depois se despreza para tomar outra coisa.

Ela quer trazer sua pedra ao edifício social que se ergue neste momento ao poderoso sopro do progresso.

É verdade que, uma vez instruída, ela escapa das mãos daqueles que a convertem num instrumento. Como um pássaro cativo, ela quebra a sua gaiola e voa para os vastos campos do infinito. É verdade que, pelo conhecimento das leis imutáveis que regem mundos, ela compreenderá Deus de modo diferente do que lhe ensinam; não acreditará mais num Deus vingador, parcial e cruel, porque sua razão lhe dirá que a vingança, a parcialidade e a crueldade não podem conciliar-se com a justiça e a bondade. O seu Deus, o dela, será todo amor, mansuetude e perdão.

Mais tarde ela conhecerá os laços de solidariedade que unem os povos entre si, e os aplicará em seu redor, espalhando com profusão tesouros de caridade, de amor e de benevolência para com todos. A qualquer seita a que pertença, saberá que todos os homens são irmãos e que o mais forte não recebeu a força senão para proteger o fraco e elevá-lo na Sociedade ao verdadeiro nível que ele deve ocupar.

Sim, a mulher é um ser perfectível como o homem, e suas aspirações são legítimas; seu pensamento é livre, e nenhum poder no mundo tem o direito de escravizá-la aos seus interesses e às suas paixões. Ela reclama sua parte de *atividade intelectual*, e a obterá, porque há uma lei mais poderosa do que todas as leis humanas, é a do progresso, à qual toda a criação está submetida.

(Joinville Haute-Marne, 10 de março de 1868 - Médium: Sra. P...).

## UM ESPÍRITO

OBSERVAÇÃO: Temos dito e repetido muitas vezes, a emancipação da mulher será a consequência da difusão do Espiritismo, porque ele funda os seus direitos, não numa ideia filosófica generosa, mas na própria identidade da natureza do Espírito. Provando que não há Espíritos homens e Espíritos mulheres; que todos têm a mesma essência, a mesma origem e o mesmo destino, ele consagra a igualdade dos direitos. A grande lei da reencarnação vem, além disto, sancionar esse princípio. Considerando-se que os mesmos Espíritos podem encarnar-se tanto como homens quanto como mulheres, disso resulta que o homem que escraviza a mulher poderá ser escravizado por sua vez; que assim, trabalhando pela emancipação das mulheres, os homens trabalham pela emancipação geral e, por consequência, em proveito próprio. As mulheres têm, pois, um interesse direto na propagação do Espiritismo, porque este fornece ao apoio de sua causa os mais poderosos argumentos que jamais foram invocados.

ALLAN KARDEC.

**Fonte:**

*Revista Espírita - 1868*



## REFLEXÃO

### Evolução e felicidade

*“Porque nada podemos contra a verdade senão pela verdade.”  
– Paulo (Coríntios, 13:8.)*

Não esperavas talvez que expressões espetaculares te marcassem na Terra os processos de vivência humana.

E, muitas vezes, nós mesmos destacamos a disparidade entre as vitórias do raciocínio e as conquistas do sentimento.

Filósofos lamentam as distâncias entre a ciência e o amor.

Ainda assim, acima de nossos próprios pontos de vista, anteriormente expendidos, somos forçados a considerar que os domínios de um e outro são muito diferentes.

Onde os eletrocardiógrafos capazes de medir o grau da dedicação dos pais pelos filhos?

***“Atende à evolução para aperfeiçoar a vida, mas cultiva a fé e a paciência, a humildade e a compreensão que te balsamizem o espírito, porque não existe felicidade sem amor e não existe amor, sem responsabilidade, fora das Leis de Deus.”***



Onde os computadores que nos traduzem em número e especificação as doenças suscitadas pelo ódio? Como encontrar as máquinas que possam frear, entre os povos, os impulsos da guerra e da delinquência?

Em que prodigioso supermercado adquirir exaustores das paixões que, na Terra enquanto encarnados, tanta vez nos devastam a alma, inclinando-nos à loucura ou ao suicídio? E onde, por fim, surpreender as engrenagens que nos mantenham, aí no mundo, com serenidade e equilíbrio frustrando-nos as lágrimas quando apertamos, em vão, entre as nossas as mãos desfalecentes das criaturas queridas que se despedem de nós antecedendo-nos na viagem da morte?

Não te apaixonones pelo progresso sem amor.

De que te valeria palmilhar, por meses e meses, um deserto formado em pepitas de ouro sem a bênção da fonte ou residir num palácio sem luz?

Atende à evolução para aperfeiçoar a vida, mas cultiva a fé e a paciência, a humildade e a compreensão que te balsamizem o espírito porque não existe felicidade sem amor e não existe amor sem responsabilidade, fora das Leis de Deus.

**Fonte:** \_\_\_\_\_

Livro: *Ceifa de Luz*

De: *Emmanuel*

Psicografia: *Francisco Cândido Xavier*





## SEMEANDO O EVANGELHO DE JESUS

*Bem-aventurados os pobres de espírito  
O que se deve entender por pobres de espírito*

1. *Bem-aventurados os pobres de espírito, pois que deles é o Reino dos Céus.*  
(Mateus, 5:3.)

2. A incredulidade zombou desta máxima: Bem-aventurados os pobres de espírito, como tem zombado de muitas outras coisas que não compreende. Por pobres de espírito Jesus não entende os baldos de inteligência, mas os humildes, tanto que diz ser para estes o Reino dos Céus, e não para os orgulhosos. Os homens de saber e de espírito, no entender do mundo, formam geralmente tão alto conceito de si próprios e da sua superioridade, que consideram as coisas divinas como indignas de lhes merecer a atenção. Concentrando sobre si mesmos os seus olhares, eles não os podem elevar até Deus. Essa tendência, de se acreditarem superiores a tudo, muito amiúde os leva a negar aquilo que, estando-lhes acima, os depreciaria e a negar até mesmo a Divindade. Ou, se condescendem em admiti-la, contestam-lhe um dos mais belos atributos: a ação providencial sobre as coisas deste mundo, persuadidos de que eles são suficientes para bem governá-lo. Tomando a inteligência que possuem para medida da inteligência universal, e julgando-se aptos a tudo compreender, não podem crer na

**“Dizendo que o Reino dos Céus é dos simples, quis Jesus significar que a ninguém é concedida entrada nesse Reino, sem a simplicidade de coração e humildade de espírito; que o ignorante possuidor dessas qualidades será preferido ao sábio que mais crê em si do que em Deus.”**

possibilidade do que não compreendem. Consideram sem apelação as sentenças que proferem.

Se se recusam a admitir o mundo invisível e uma potência extra-humana, não é que isso lhes esteja fora do alcance; é que o orgulho se lhes revolta à ideia de uma coisa acima da qual não possam colocar-se e que os faria descer do pedestal onde se contemplam. Daí só terem sorrisos de mofa para tudo o que não pertence ao mundo visível e tangível. Eles se atribuem espírito e saber em tão grande cópia, que não podem crer em coisas, segundo pensam, boas apenas para gente simples, tendo por pobres de espírito os que as tomam a sério.

Entretanto, digam o que disserem, forçoso lhes será entrar, como os outros, nesse mundo invisível de que escarnecem. É lá que os olhos se lhes abrirão e eles reconhecerão o erro em que caíram. Deus, porém, que é justo, não pode receber da mesma forma aquele que lhe desconheceu a majestade e outro que humildemente se lhe submeteu às leis, nem os aquinhoar em partes iguais.

Dizendo que o Reino dos Céus é dos simples, quis Jesus significar que a ninguém é concedida entrada nesse Reino, sem a simplicidade de coração e humildade de espírito; que o ignorante possuidor dessas qualidades será preferido ao sábio que mais crê em si do que em Deus. Em todas as circunstâncias, Jesus põe a humildade na categoria das virtudes que aproximam de Deus e o orgulho entre os vícios que dele afastam a criatura, e isso por uma razão muito natural: a de ser a humildade um ato de submissão a Deus, ao passo que o orgulho é a revolta contra Ele. Mais vale pois, que o homem, para felicidade do seu futuro, seja pobre em espírito conforme o entende o mundo e rico em qualidades morais.

**Fonte:** \_\_\_\_\_

Livro: *O Evangelho Segundo O Espiritismo*  
Capítulo VII  
Itens 1 e 2





## VULTO ESPÍRITA DO MÊS

# José Maria Fernández Colavida



**Colavida, o "Kardec" espanhol.**

**José Maria Fernández Colavida** nasceu dia 19 de março de 1819 em Tortosa, na província de Taragona, Espanha. Filho de pais afortunados, ele recebeu, nos seus primeiros anos, instrução das mais significativas para sua época. Seu pai, D. Pio, secretário do governo militar e político de Tortosa, com a morte do rei Fernand VII, sofreu muitas perseguições daqueles que invejavam sua sorte, chegando a ser destituído do cargo e exilado.

Estas perseguições se estenderam a toda a família, particularmente a José Maria Fernandez, por ser o primogênito dos oito filhos de D. Pio. Isso o obrigou a abandonar o seio paterno e seu país, antes dos 16 anos, e a prestar seus serviços voluntários ao Exército. Em 1º de novembro de 1835 ele se incorporou na 6ª Companhia do 1º Batalhão de

Tortosa sob as ordens do comandante Louis Llagostera. Colavida foi feito prisioneiro em Morella, após heroica defesa deste lugar como tenente-coronel. Foi, posteriormente,

transportado a Cadiz com outros prisioneiros de guerra tomando conhecimento, durante o trajeto, da execução de seu pai fuzilado em 15 de julho de 1835.

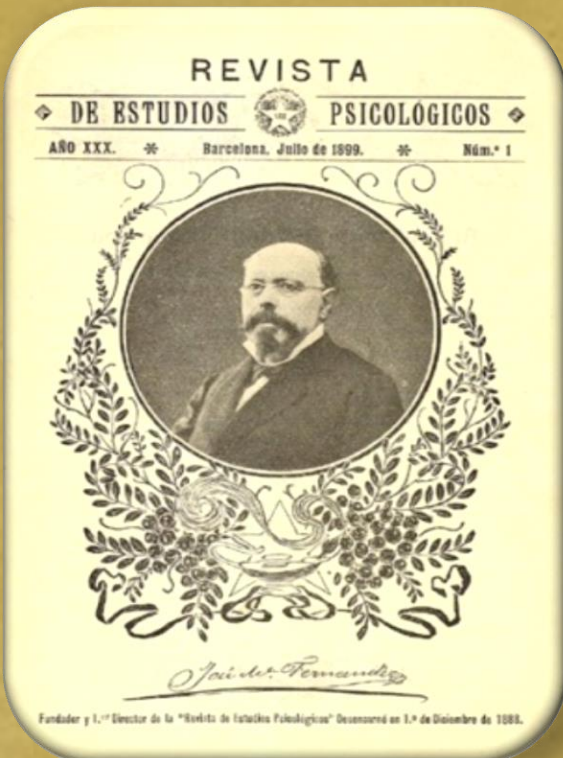
Todas essas tristezas, sem dúvida, influíram a alma de Fernández, fazendo com que ele trabalhasse, mais tarde, pela paz muito mais do que o fez na guerra.

A luta termina e ele recobra a liberdade em 25 de setembro de 1841, voltando a Barcelona, onde resolveu acabar seus estudos de notário. Colavida não exerceu a profissão, mas ficou à testa da repartição na qual trabalhou.

Sua iniciação no estudo do Espiritismo teve lugar em uma viagem que fez a Madri, quando leu O Livro dos Espíritos, cedido pelo capitão da Marinha Mercante Ramon Lagier y Pomares.

Fernandez Colavida, que sempre se distinguiu por sua caridade extrema, foi um dos mais entusiastas fundadores da Sociedade Amigos dos Pobres. Defendendo os interesses desta Sociedade, a qual presidiu, ganhou muitos inimigos.

No momento do apogeu da última guerra carlista, ele lutou empenhando todos os seus esforços para conseguir a paz, com seu gênio e seus eminentes sacrifícios. Colavida reuniu, para fazer chegar às mãos armadas dos carlistas, milhares de proclamações pela paz. Teve a felicidade de ver sua empreitada coroada de sucesso e recusou todas as recompensas, inclusive quando lhe foi oferecida a patente de coronel.



**Revista Espírita: periódico de estudos psicológicos.**

Pelos grandes empreendimentos que liderou na sua trajetória de divulgador e praticante do Espiritismo, por suas renúncias e dedicação aos mais carentes, Colavida, um dos apóstolos do Espiritismo na Espanha, foi considerado o "Kardec espanhol". Sua fortuna e a de sua família foram reduzidas pelos azares da guerra civil, e tudo o que ganhava pelo seu trabalho doava aos miseráveis ou consagrava à propaganda espírita, já que perdera o pai, como dito, e também a mãe, em morte violenta. Mas seu caráter era por todos reconhecido, devido à humildade e modéstia. Eduardo Carvalho Monteiro disse:

*"Nascido quinze anos depois de Allan Kardec, José María Fernández Colavida perdeu os bens, a família, mas encontrou o consolo no "O Livro dos Espíritos", que ganhou do capitão da marinha Ramón Lagier y Pomares, aquele que foi um dos protagonistas do Auto-de-fé de Barcelona no episódio da queima das obras espíritas de Kardec na cidade de Barcelona. Ele viria a se tornar um dos maiores divulgadores do Espiritismo na Espanha e se tornando conhecido como O Kardec Espanhol".*

O Congresso Espírita de 1888 se reuniu em Barcelona, ocasião em que Colavida foi aclamado, com entusiasmo, presidente honorário; justa recompensa por seus méritos.

Aconselhado pelos espíritos, ele começou a tradução e a publicação das obras fundamentais do Espiritismo. Mas, não se contentando apenas com estas publicações, funda o primeiro Centro de Estudos Espíritas em Barcelona e a Sociedade Barcelonesa Propagandista do Espiritismo, que ele sustentou da mesma maneira que a Revista Espírita – Jornal de Estudos Psicológicos, de Allan Kardec. O primeiro número apareceu em maio de 1869.

Colavida era a alma do jornal e da Sociedade que em 1875 já havia publicado as obras fundamentais da Doutrina, os resumos de Allan Kardec, além de A Verdadeira Doutrina Espírita, Harmonia da Lei e da Razão,

O Espiritismo na Bíblia, Harmonia Universal, duas edições da Coleção de Orações, Melodia para o Espírito de Isem, Celeste e Ensaio de um Quadro Sinótico para a Unidade Religiosa do Espírito Romano Leila. Tudo isso faz de Fernandez Colavida o mais importante divulgador do Espiritismo na Espanha em sua época.

Durante o período de trinta anos, ele se dedicou assiduamente ao estudo e à propagação



Primer Congreso Internacional. Barcelona 1888

**Primeiro Congresso Internacional Espírita de Barcelona em 1888. Colavida como Presidente de honra.**

resultados em sonambulismo lúcido aplicado ao Espiritismo. Apoiava-se em sua esposa, Ana, médium de excepcionais dotes falecida em 5 de maio de 1882, e com a qual fora casado por 16 anos.

Talvez pelo seu amor excessivo à ciência, abusou insensivelmente de suas poderosas faculdades, usando sua energia vital e minando forças na sua última doença. Colavida Fernandez também editou: Leila ou Provas de um Espírita (2º parte); Catecismo Espírita de Joseph Henri Turck; Lições de Espiritismo para as Crianças, O Espiritismo e a Moral, Obscuridade e Luzes, de Navarro Murillo, Contra os Cursos de Tarô, mesmo autor; O romance ouvido e executado ao piano pelos médiuns sonâmbulos, senhoritas Avelina Colom e Pilar Rafecas Cassy, inspiradas pelo espírito protetor do grupo A Paz e por último, a obra de Gabriel Delanne, O Espiritismo diante da ciência, traduzido do francês por D. Juan Juste. Apesar das grandes perdas, ele não quis deixar seu sonho de fazer novas publicações espíritas, quando a morte veio surpreendê-lo. Um dos seus desejos, o último e maior, foi o de ver continuar sua obra de propaganda e, principalmente, sua querida revista espírita.

Desencarnou em Barcelona, em 11 de dezembro de 1888.

do Espiritismo. Os estudos profundos nos livros de Allan Kardec e da Revista Espírita, e as observações diretas dos espíritos nas sessões dos centros que fundou e dirigiu, deram-lhe grande conhecimento da ciência espírita, tornando-o conselheiro dos irmãos mais experimentados.

Reuniu numerosa e extensa correspondência, enfileiradas em volumes de ensinamentos. Também uns de seus mais importantes trabalhos foram os estudos sobre magnetismo, subordinados às observações e aos fins propostos pelo Espiritismo. Fora um grande magnetizador e desenvolvera grande número de médiuns sonâmbulos. Realizou notáveis experiências e obteve prodigiosos





**Benção de Paz - 1971**

Neste livro de psicografia de Chico Xavier ditado pelo espírito Emmanuel o bem feito espiritual nos traz vários trechos do evangelho e os explica na visão espirita.

É uma obra que nos ajuda na elevação de nossos espíritos e que deve ser lida todos os dias para harmonizar o nosso ambiente.

*Imperdível e indispensável leitura!!!*



**ASSOCIADO**

**Verifique  
sua situação  
junto ao CEAk.**

*Procure manter em dia  
sua contribuição.  
Dependemos dela para  
distribuir os enxovais às  
mães carentes e manter  
nossas atividades  
administrativas*

# BAZAR RECANTO DE MARIA

Venha conhecer!!!

Grande variedade de  
roupas, sapatos,  
acessórios em geral.

**NOVIDADE!!!**

Agora também às  
**QUINTAS**  
a partir das  
**19:30 hs.**



**PALHA ITALIANA ARTESANAL TAMBÉM!!!!**

Leve pra casa a maravilhosa Palha Italiana.

*Esperamos por você!!*

**ESPECIAL**

Toda a verba  
arrecadada  
será  
revertida para  
ajudar a  
Costurinha a  
distribuir  
80 enxovais,  
por semestre,  
para  
recém-nascidos.

Local:  
**CEAK**  
Sala 1005.

Tudo de boa  
qualidade a  
preços  
baixos.

Horário:  
todas as  
**TERÇAS e QUINTAS**  
a partir das  
**19:30 hs.**





## ENTREVISTA

### Dr. Paulo César Fructuoso

Médico, escritor e estudioso em ectoplasma fala sobre Doutrina, trabalho mediúnico e a morte do médium Gilberto Arruda

A entrevista aconteceu dentro de um hospital público no Rio de Janeiro, durante um tempo cedido por gentileza na agenda repleta de responsabilidades e compromissos de Paulo César Fructuoso. Médico oncologista, mastologista e cirurgião geral, Fructuoso é também palestrante espírita, estudioso de ectoplasma e materialização dos espíritos, médium e autor de 4 livros: *A Face Oculta da Medicina*, *Espíritos Decaídos e Materializados*, *Reflexões Espiritualistas e Científicas de um Médico e Alienígenas ou Médiuns?*, este último lançado no mês de março deste ano. Não é à toa que ele é membro da Academia Brasileira de Médicos Escritores.

Espírita desde criança, começou a se interessar por ectoplasma quando estava no terceiro ano de medicina, em 1972. Na época, um episódio acontecido com o pai chamou a atenção: “meu pai tinha chegado de uma reunião do grupo Frei Luiz, a qual eu pertence até hoje, e estava com uma mancha enorme de sangue na camisa. Eu perguntei o que tinha acontecido e ele me disse que tinha sido submetido a uma cirurgia hiperfísica, uma “cirurgia espiritual”. Para um acadêmico de medicina isso era uma coisa muito estranha, até difícil de acreditar, principalmente quando não existia nenhuma cicatriz”, lembrou Fructuoso. Intrigado, o na época jovem aspirante a médico decidiu levar o pai para fazer exames e avaliações: “o radiologista perguntou se o meu pai tinha se submetido a alguma cirurgia. Evidentemente que falei que não. Mas aquilo me causou muita estranheza, porque ele via sinais de que alguma cirurgia tinha sido feita. Mas eu só passei a ter tempo para estudar mais efetivamente esses fenômenos em 1978, aí eu ingressei e nunca mais saí”, contou o médico.

Depois de tantas oportunidades de acompanhar e estudar de perto diversas curas, Dr. Frutuoso é categórico em dizer: “não acredito em milagres! Não existem milagres! Existem leis físicas, químicas e biológicas que a nossa ciência ainda não alcançou”, e ainda complementou: “a minha experiência já me comprovou que nenhum médico está sozinho, nem os que não acreditam nisso estão sozinhos. Porque nós, como médicos, só podemos tratar da parte material do nosso ser, mas quem está tratando da parte mais importante, que é a espiritual? Então todo o médico, mesmo o que não acredite nisso, está acompanhado por médicos espirituais que o ajudam na missão. E eles são tão humildes que nem deixam que percebamos a ajuda”.

**“Só há dois motivos para que a materialização de espíritos seja autorizada pelo plano espiritual: atendimento de pessoas enfermas, que apresentem doenças que a nossa medicina pouco ainda pode fazer, como o câncer. E o fornecimento de lampejos que mostram como será a medicina do futuro. Porque os médicos do futuro serão médiuns.”**

Dr. Paulo César Frutuoso falou também sobre a morte do amigo Gilberto Arruda, assassinado em casa, dentro do Lar de Frei Luiz, em julho 2015. Gilberto Arruda era um dos principais médiuns do Centro, na Zona Oeste do Rio, e trabalhava diretamente nas reuniões de cirurgias espirituais em pacientes graves. Acompanhe abaixo a entrevista:

**Correio Espírita** – Embora saibamos que o Espiritismo é ciência, filosofia e religião, no meio acadêmico, a Doutrina ainda é vista com restrição. O senhor acredita que estamos avançando neste aspecto?

**Dr. Paulo César Frutuoso** – *“Sim. Porque a tecnologia médica está cada vez mais avançando. Mais cedo ou mais tarde, a tecnologia se tornará tão sensível que permitirá a detecção da presença do ser energético espiritual acoplado ao corpo. E no momento da morte, essa tecnologia médica vai nos auxiliar, pela sensibilidade, a perceber a separação exata entre o corpo e o espírito. Isso é questão de tempo!”*

**Correio Espírita** – Ciente da ajuda incansável dos amigos espirituais, o senhor costuma fazer prece antes de um atendimento ou cirurgia?

**Dr. Paulo César Frutuoso** – *“Eu não entro em nenhuma cirurgia sem antes dizer a seguinte frase: ‘Deus nos ajude’! Sempre é bom pedir. E quando eu não digo essa frase, fico só pensando, meus assistentes, residentes, me perguntam se eu não esqueci de falar nada”.*

**Correio Espírita** – O senhor é estudioso de efeitos físicos, ectoplasmia e materialização. Todos os livros têm esse cunho. Mas o que presenciamos é cada vez menos atividades deste porte nas casas espíritas. Por que isso acontece?

**Dr. Paulo César Frutuoso** – *“Efeito físico é movimento de objeto sem força aparente, ruídos sem causa aparente, presença de odores inexplicáveis no ambiente como éter, cânfora, arruda... Isso é efeito físico, que culmina com a materialização de espíritos. São fenômenos extremamente raros em toda a história da humanidade!*

*Já o ectoplasma, que é energia, é utilizado pelos espíritos presentes em uma reunião, mas raramente os fenômenos físicos acontecem. Apenas médiuns videntes percebem isso. E essa energia, o ectoplasma, é utilizada em auxílio dos pacientes que se encontram na reunião.*

*Nos meus livros eu falo da ectoplasmia e dos fenômenos de efeitos físicos, incluindo a materialização de espíritos, porque eu convivi com isso nos últimos 40 anos.*

*Essas reuniões são raríssimas porque os médiuns de efeitos físicos também são muito raros. Eles foram dizimados na idade média pela inquisição, porque foram tachados de feiticeiros e magos. E como toda a mediunidade, as de efeitos físicos também são transferidas geneticamente para as gerações futuras. Ora, se se dizimou uma geração quase inteira, a propagação dessa mediunidade ficou muito abalada, diminuída.*

Outra razão para essa escassez de reuniões de materialização é a grande quantidade de energia envolvida neste processo. Precisa estar em mãos de pessoas muito conscientes da responsabilidade de se estar nessa reunião.

Só há dois motivos para que a materialização de espíritos seja autorizada pelo plano espiritual: atendimento de pessoas enfermas, que apresentem doenças que a nossa medicina pouco ainda pode fazer, como o câncer. E o fornecimento de lampejos que mostram como será a medicina do futuro. Porque os médicos do futuro serão médiuns. Não vão precisar de Raio X, ressonância, ultrassom, porque com a própria mediunidade eles vão saber descortinar o corpo humano.

**Correio Espírita** – Explique para nós como acontece a materialização de espíritos?

**Dr. Paulo César Frutuoso** – “O médium de efeito físico entra em transe profundo, porque há uma liberação, sob o comando de entidades espirituais, de neurotransmissores existentes no nosso sistema nervoso, chamados endorfinas e encefalinas. Essas endorfinas e encefalinas são anestésicos, soníferos. Então como é feita uma grande descarga, uma grande liberação no médium de efeito físico, ele entra em transe. Quando ele entra nesse transe mediúnico, começa a expelir, pelos orifícios naturais do corpo, o ectoplasma de forma fluidica, que se liquefaz e se solidifica. É essa energia ectoplasmática, esse fluido energético que reveste os perísperitos das entidades presentes e elas se corporificam, se materializam.

Se estivermos em alguma reunião em que aconteça a materialização de espíritos, todos os presentes verão, e não só os médiuns videntes. Se o Espírito falar alguma palavra, todos os presentes o ouvirão. Se ele exalar algum odor, todos também sentirão.

Para que essas reuniões aconteçam, há uma série de exigências, exigências científicas, como por exemplo a ausência da luz. Isso porque os fótons das luzes natural e artificial afetam o ectoplasma e o médium quando em transe. São reações físicas e químicas que precisam da ausência da luz, assim como era preciso a ausência da luz para se revelar os filmes fotográficos no passado.

**Correio Espírita** – Qual a importância dos efeitos físicos ao longo da história humana?

**Dr. Paulo César Frutuoso** – “Os fenômenos físicos foram que levaram a ratificação do Cristianismo. Eu falei que o ectoplasma sai principalmente pelos orifícios naturais, como boca e nariz. O que os discípulos de Jesus viram e escreveram no seu testemunho, quando Ele curou um cego? Jesus cuspiu na terra, formou um cataplasma com a saliva que saiu da boca dele e aplicou na vista do cego, que voltou a enxergar. Mas e se não foi saliva que saiu da boca de Jesus? Se foi ectoplasma? Ele também era médium, o maior médium que já passou pelo planeta. Os discípulos devem ter visto, na minha opinião, ectoplasma saindo da boca de Jesus.

**Correio Espírita** – E para o futuro?

**Dr. Paulo César Frutuoso** – “Acredito que as reuniões de materialização ficarão mais frequentes no futuro, porque estão previstas a chegada de quatro grandes vertentes de espíritos na Terra, como já foi adiantado por Divaldo Pereira Franco. Uns ligados à corrente da engenharia, que trarão grandes invenções; o segundo grupo com grande senso de justiça; o terceiro voltado para o ramo das artes; e o quarto, e me parece ser o mais importante, espíritos com grande capacidade mediúnica”.

**“Acredito que as reuniões de materialização ficarão mais frequentes no futuro, porque estão previstas a chegada de quatro grandes vertentes de espíritos na Terra, como já foi adiantado por Divaldo Pereira Franco. Uns ligados à corrente da engenharia, que trarão grandes invenções; o segundo grupo com grande senso de justiça; o terceiro voltado para o ramo das artes; e o quarto, e me parece ser o mais importante, espíritos com grande capacidade mediúnica”.**

**Correio Espírita** – Sobre a morte do médium Gilberto Arruda. Todos ficamos chocados com o crime na época. O que o senhor, que foi amigo dele, tem a nos falar sobre esse acontecimento?

**Dr. Paulo César Frutuoso** – *“Todos os médiuns de efeito físico são indivíduos altamente endividados. É dada a eles a missão da mediunidade de efeito físico para que mais rapidamente possam resgatar as dívidas do passado. Muitos não imaginam o que é ser um médium de efeito físico. Nós temos um envoltório em torno do nosso espírito chamado tela búdica, que impede que sintamos o contato dos espíritos que estão à nossa volta. Os médiuns de efeito físico têm a tela búdica mais fina e fenestrada, e por isso expelem com mais facilidade o ectoplasma. Mas isso traz um inconveniente, eles sentem o toque dos espíritos. O Gilberto sentia, do nada, bofetadas, beliscões, pontapés, puxões de cabelo... Além disso, geralmente, os médiuns de efeito físico têm morte violenta. O médium José Arigó, por exemplo, morreu em um desastre de automóvel.*

*O Gilberto tinha dificuldade para dormir, tamanha era a tortura que ele sofria por parte dos espíritos inimigos do plano espiritual, quando era criança e adolescente. Ele só conseguia adormecer quando deitava entre o pai e mãe, segurava a mão dos dois e eles entravam em prece.*

*Já se sabe quem cometeu esse crime contra Gilberto Arruda. Ele está preso. Mas esse trabalho que o Correio Espírita está fazendo é muito importante, pois esclarece sobre o fato”.*

**Correio Espírita** – Já se teve notícias do médium Gilberto Arruda do plano espiritual?

**Dr. Paulo César Frutuoso** – *“Sim. Ele está recuperado, emocionado em saber do apoio daqueles que aqui ficaram e feliz em estar com os entes queridos”.*

**Fonte:**  
Correio Espírita





## **UM JEITO DE SER FELIZ...COM RICHARD SIMONETTI**

Caros Irmãos, no mês de agosto de 2018 concluímos a transcrição do Livro Pinga Fogo – Plantão de Respostas, como homenagem ao querido Chico Xavier, iniciada em abril de 2015, mês de seu aniversário.

Passamos agora a transcrever o Livro - Um Jeito de Ser Feliz, do autor Richard Simonetti. Esperamos que seja uma leitura construtiva e modificadora para todos.

### **O despertar da consciência**

*O arrependimento se dá no estado corporal ou no estado espiritual?*

*No estado espiritual; mas, também pode ocorrer no estado corporal, quando bem compreendeis a diferença entre o bem e o mal.*

*Questão n° 990*

Podemos definir o arrependimento como a consciência de que fizemos algo errado, de que prejudicamos alguém ou a nós mesmos.

Implica em dor moral, tão profunda quanto a natureza de nossas faltas e o grau de nossa maturidade. Quanto mais evoluído, mais sofre o Espírito, ao avaliar a extensão dos prejuízos que causou a si mesmo ou ao semelhante.

Pode ocorrer na Terra, pelo exercício da razão. Exemplo típico: o indivíduo que parte para a violência em face de determinada contrariedade.

O marido traído, que mata a esposa...

A mãe que fere a criança ao castigá-la...

Depois o lamento: Ah! Meu Deus! Por que não me controlei!

Mais frequentemente o arrependimento eclode no Plano Espiritual, quando o Espírito defronta-se com sofrimentos e desajustes decorrentes de suas iniciativas desatinadas.

No livro “Nosso Lar”, psicografia de Francisco Cândido Xavier, o Espírito André Luiz, após reportar-se a dolorosas surpresas, em face de seu comprometimento com a inconseqüência nas lides humanas, faz dramático apelo:

Oh! Amigos da Terra! Quantos de vós podereis evitar o caminho da amargura com o preparo dos campos interiores do coração? Acendei vossas luzes antes de atravessar a grande sombra. Buscai a verdade antes que a verdade vos surpreenda. Suai agora para não chorardes depois.

**“Mostrando-nos por antecipação as realidades espirituais, a Doutrina Espírita representa o mais vigoroso apelo da Espiritualidade em favor da criatura humana, demonstrando ser imperioso que cogitemos dos valores mais nobres da existência, nos domínios da Verdade e do Bem.”**



O arrependimento não redime. É apenas o primeiro passo na árdua jornada da reabilitação, em favor da qual não bastam penitências, ritos ou rezas. É de fundamental importância que o mal seja reparado.

Por isso, para os Espíritos mais amadurecidos, o arrependimento é sempre marcado por profundas transformações, a caminho de grandiosas realizações.

Paulo de Tarso, perseguidor implacável dos cristãos, articulador do processo que culminou com a morte de Estevão, o primeiro mártir do Cristianismo, experimentou o despertar da consciência no inesquecível encontro com Jesus, às portas de Damasco, e se transformou no grande arauto da mensagem evangélica.

Simão Pedro teve seu momento decisivo ao ver cumprida a previsão de Jesus, que lhe afirmou que o negaria três vezes antes que o galo cantasse, na fatídica madrugada que antecedeu o drama do calvário. A partir desse momento dedicou sua existência à causa cristã, sem jamais experimentar novas vacilações. E no grande testemunho a que foi convocado em Roma, condenado à cruz, enfrentou com serenidade seus algozes, pedindo para ser crucificado de cabeça para baixo, porquanto não se sentia digno de morrer como seu mestre.

Em Maria de Magdala temos o exemplo do missionário confundido pelas ilusões do Mundo, sob o domínio de cruéis perseguidores espirituais, até que o Cristo lhe descortinasse as excelências do Evangelho. Renovada, converteu-se em ardorosa seguidora dos princípios novos, acumulando méritos suficientes para ser ela própria a mensageira da ressurreição, aquela que primeiro viu Jesus, em gloriosa aparição, após a crucificação.



Forçoso reconhecer, entretanto, que o arrependimento sincero, de quem se conscientiza dos próprios enganos e se dispõe a uma guinada existencial, modificando seus rumos, não é fácil. O homem comum distrai-se de suas responsabilidades, sempre pronto a justificar seus desvios com intermináveis sofismas:

- Roubei, sim, e até matei, porque tinha fome - alega o criminoso esquecido das bênçãos do trabalho.
- Enriqueci, sim, mas com meu esforço, com o trabalho digno, sem prejudicar ninguém - proclama o industrial que explorou seus empregados e usou de especulações nos domínios de seus negócios.
- Bebo sim, mas para enfrentar os problemas da existência - explica o alcoólatra, sem atinar para o fato de que se transformou, ele próprio, num grande problema.

***“Depois de muitos anos, nas lides da Doutrina Espírita, estou recompondo a aprendizagem, a fim de não ser o companheiro inadequado ou o servo inútil. Guardem a certeza de que o Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo não é apenas um conjunto brilhante de ensinamentos sublimes para ser comentado em nossas doutrinações - é Código da Sabedoria Celestial, cujos dispositivos não podemos confundir.”***

- Traí meu marido, sim, envolvi-me em aventuras extraconjugais, porque ele não me dava atenção - afirma a mulher displicente, a justificar sua irresponsabilidade.

Pessoas assim transitam pela vida de consciência anestesiada pela indiferença em relação aos valores morais, para somente despertarem no Plano Espiritual, quando se habilitam a longas e penosas jornadas de retificação.

Mostrando-nos por antecipação as realidades espirituais, a Doutrina Espírita representa o mais vigoroso apelo da Espiritualidade em favor da criatura humana, demonstrando ser imperioso que cogitemos dos valores mais nobres da existência, nos domínios da

Verdade e do Bem.

No entanto, a mesma displicência moral que faz o delinquente, o explorador, o viciado, o adúltero, induz o espírita a justificar suas omissões:

- O Espiritismo ensina que é preciso praticar a caridade, ajudar o próximo, participar de serviços assistenciais, mas não tenho tempo. Há a família, a profissão, os compromissos financeiros...

- O Espiritismo adverte que devo conter meus impulsos inferiores, mas não consigo. Sou um fraco...

- O Espiritismo orienta que devo harmonizar-me com os familiares. Impossível. São muito difíceis...

Há quem informe:

- Não posso proclamar-me espírita, porquanto tenho muitas mazelas...

Companheiros assim esperam pela virtude para serem espíritas. Ignoram deliberadamente que o espírita não é, necessariamente, um virtuoso. Apenas alguém disposto a assumir compromisso com a virtude.

Acomodados na superficialidade de suas convicções e na rotina de pálida participação em atividades espíritas, verificam, um dia, quando a morte impõe o balanço de sua existência, que tiveram tudo para caminhar mais depressa, para superar suas imperfeições e, no entanto, fizeram do conhecimento veiculado pelo Espiritismo um mero acréscimo de responsabilidade.

No livro “Voltei”, psicografia de Francisco Cândido Xavier, o autor, Irmão Jacob, pseudônimo adotado por Frederico Figner, que durante muitos anos foi diretor da Federação Espírita Brasileira, adverte, dirigindo-se aos espíritas:

Oh! Meus amigos do Espiritismo, que amamos tanto!

E para vocês - membros da grande família que tanto desejei servir - que grafei estas páginas, sem a presunção de convencer! Não se acreditem quitados com a Lei, por haverem atendido a pequeninos deveres de solidariedade humana, nem se suponham habilitados ao paraíso, por receberem a manifesta proteção de um amigo espiritual! Ajudem a si mesmos, no desempenho de suas obrigações evangélicas! Espiritismo não é somente a graça recebida, é também a necessidade de nos espiritualizarmos para as esferas superiores.

Falo-lhes hoje com experiência mais dilatada.

Depois de muitos anos, nas lides da Doutrina Espírita, estou recompondo a aprendizagem, a fim de não ser o companheiro inadequado ou o servo inútil. Guardem a certeza de que o

Evangelho de Nosso Senhor Jesus Cristo não é apenas um conjunto brilhante de ensinamentos sublimes para ser comentado em nossas doutrinações - é Código da Sabedoria Celestial, cujos dispositivos não podemos confundir.

O conhecimento espírita implica no compromisso de vivermos segundo seus princípios. De outra forma, o arrependimento mais tarde será apenas o início de inevitáveis e penosas jornadas de retificação, em busca do tempo perdido.





## REFORMA ÍNTIMA SEM MARTÍRIO...COM ERMANCE DUFAUX

### Depressões reeducativas

*“Sabeis por que, às vezes, uma vaga tristeza se apodera dos vossos corações e vos leva a considerar amarga a vida?”*

François de Genève (Bordéus)  
O EVANGELHO SEGUNDO O ESPIRITISMO  
Cap. V, Item 25



Dores existenciais, quem não as experimenta?

A pergunta do Espírito François de Genève foi elaborada num tempo em que os avanços das ciências psíquicas não tinham alcançado as proficuas conquistas da atualidade. Com

o título “melancolia” e utilizando o saber espírita, esse colaborador da Equipe Verdade deu a primeira palavra sobre a grave questão dos transtornos de humor e sua relação com a vida espiritual.

À luz da ciência, depressão primária é o quadro cuja doença não depende de fatores causais para surgir, sendo, em si mesma, causa e efeito. Depressão secundária é aquele que decorre de um fator causal que pode ser, por exemplo, uma outra doença grave que resulta em levar o paciente a ficar deprimido.

Boa parcela dos episódios de “depressão primária crônica”, aqueles que se prolongam e agravam no tempo mas que permanecem nos

limites da neurose, ou seja, que não alcançam o nível de perda da realidade, são casos

**“O renascimento corporal é programado para que a criatura encontre nas ocorrências da existência os ingredientes precisos à sua transformação. Brota então, espontaneamente, o desajuste, em forma de insatisfação crônica com a vida, funcionando como canal de expulsão de culpas armazenadas no tempo...”**

que merecem uma análise sob o enfoque espiritual graças à sua íntima vinculação com o crescimento interior.

À luz da imortalidade, as referidas depressões são como uma “tristeza do espírito” que ampliam a consciência de si. Um processo que se inicia, na maioria dos casos, antes do retorno à vida corporal quando a alma, em estado de maior “liberdade dos sentidos”, percebe com clareza a natureza de suas imperfeições, suas faltas e suas necessidades, que configuram um marcante sentimento de falência e desvio das Leis Naturais. A partir dessa visão ampliada, são estabelecidos registros profundos de inferioridade e desvalor pessoal em razão da insipiência na arte do perdão, especialmente do auto perdão. Nessa hora, quando a criatura dispõe de créditos mínimos para suportar esse “espelho da consciência”, seu processo corretivo inicia-se na própria vida extrafísica sem tratamentos muitos similares aos dos nosocômios terrestres, até que haja um apaziguamento mental que lhe permita o retorno ao corpo. O mesmo não ocorre com quantos experimentam a “dura realidade” de se verem como são após a morte, mas que tombam nas garras impiedosas das trevas a que fizeram jus, regressando à vida corporal em condições expiatórias sob domínio de severas psicoses para olhar os frutos das sementes que lançou.

Nessa ótica, depressão é um doloroso estado de desilusão que acomete o ser em busca de sua recuperação perante a própria consciência na vida física.

Essa análise amplia o conceito de reforma íntima por levar-nos a concluir que soa para alma o instante divino para a reparação, conclamando-a, após esbanjar a “Herança do Pai”, assim como o “Filho Pródigo” da parábola evangélica, ao recomeço progressivo no “Colo Paternal”, onde encontrará descanso e segurança – valores perdidos há milênios nos terrenos de sua vida afetiva.

Semelhantes depressões, portanto, são o resultado mais torturante da longa trajetória no egoísmo, porque o núcleo desse transtorno chama-se desapontamento ou contrariedade, isto é, a incapacidade de viver e conviver com a

frustração de não poder ser como se quer e ter que aceitar a vida como ela é, e não como se gostaria que fosse. Considerando o egoísmo como o hábito de ter nossos caprichos pessoais atendidos, a contrariedade é o preço que pagamos pelo esbanjamento do interesse individualista em milênios afora, mas, igualmente, é o sentimento que nos fará refletir na necessidade de mudança em busca de uma postura ajustada com as Leis Naturais da vida.

Para a maioria de nós, contrariedade significa que algo ou algum acontecimento não saiu como esperávamos, por isso algumas criaturas costumam dizer: “nada na minha vida deu certo”. É tudo uma questão de interpretação. Quase sempre essa expressão “não deu certo” quer dizer que não saiu, conforme nosso egoísmo. O desapontamento, portanto, é altamente educativo quando a alma, ao invés de optar pela tristeza e revolta, prefere enxergar um futuro diverso daquele que planejou e, no qual, a grande meta da felicidade pode e deve estar incluída.

O renascimento corporal é programado para que a criatura encontre nas ocorrências da existência os ingredientes precisos à sua transformação. Brota então, espontaneamente, o desajuste, em forma de insatisfação crônica com a vida, funcionando como canal de expulsão de culpas armazenadas no tempo, controladas com a força de mecanismos mentais defensivos ainda desconhecidos da ciência humana e eclodindo sem possibilidade de contenção. Um “expurgo psíquico” em doses suportáveis.

***“Acostumados a impor nossos desejos e a imprimir a marca do individualismo, somos agora chamados pela dor reeducativa a novos posicionamentos que nos custam, quase sempre, a cirurgia dos quistos de preensão e onipotência, ao preço de “silenciosa expiação” no reino da vida mental.”***

Os sintomas a partir de então são muitos conhecidos da medicina humana: a insônia, tristeza persistente, ideias de autoexterminio, vazio existencial e outros tantos. Poderíamos asseverar que almas comprometidas com esse quadro psicológico já renascem com um “ego frágil”, suscetível a uma baixa tolerância com suas falhas e estilo de vida, uma dolorosa incapacidade de se aceitar; menos ainda de se amar. No fundo permanece o desejo impotente de querer a vida conforme seus planos, mas tudo conspira para que tenha a vida que precisa em vista de suas necessidades de aperfeiçoamento.

**“Apesar do quadro expiatório, as depressões reeducativas quando vencidas trazem como prêmio um extraordinário domínio de si mesmo, sem que isso signifique “querer viver a vida a seu gosto”, e também um largo autoconhecimento.”**

A rebeldia, no entanto, que é a forma revoltante de reagir perante os convites renovadores, pode agravar ainda mais a prova íntima. Nesse caso o homem soçobra em dores emocionais acerbadas que o martirizam no clímax da dor resgate. Medo, revolta, suscetibilidade, impotência diante dos desafios são algumas das expressões afetivas que podem alcançar a morbidez, quando sustentadas pela teimosia em não aceitar os alvitre das circunstâncias que lhe contrariam os sonhos e fantasias de realização e gozo. Forra-se então um quadro de insatisfação crônica com a vida.

Como já dissemos, esse é sem dúvida o mais infeliz efeito do nosso egoísmo, o qual age “contra” nós próprios ao decidirmos abandonar a suposta supremacia e grandeza que pensávamos possuir, em nossas ilusões milenares de orgulho que se desfazem ao sopro renovador da Verdade.

Eis as mais conhecidas facetas provacionais da vida mental e emocional do espírito que experimenta a dor das “depressões primárias crônicas”, cujo processo detona sua melhoria espiritual que já vem sendo relegada ao longo dos evo: Aflição antecipada com perdas – “neurose do apego”. Medo da frustração – “neurose de perfeccionismo”.

- ☞ Extrema resistência com a auto aceitação – “neurose de vergonha”. Desgaste energético pelo esforço para manter controle – “neurose de domínio”.
- ☞ Formas sutis de autopunição – “neurose de culpa”.
- ☞ Nítida sensação de que o esforço de melhoria é infrutífero – “neurose de ansiedade”.
- ☞ Acentuada suscetibilidade nos fatos corriqueiros – “neurose de autopiedade”.
- ☞ Surgimento imprevisto e sem razões de preocupações inúteis – “neurose de martírio”.

A depressão assim analisada é uma forma de focar o mundo provocada por fatores intrínsecos, endógenos, desenvolvidos em milênios de egoísmo e orgulho. Chamamo-la em nosso plano de “silenciosa expiação reparadora”.

Acostumados a impor nossos desejos e a imprimir a marca do individualismo, somos agora chamados pela dor reeducativa a novos posicionamentos que nos custam, quase sempre, a cirurgia dos quistos de preensão e onipotência, ao preço de “silenciosa expiação” no reino da vida mental. Somos “contrariados” pela vida para que eduquemos nossas potencialidades.

Infelizmente, com raras exceções, nossos gostos são canteiros de ilusões onde semeamos os interesses pessoais, em franca indiferença às necessidades do próximo, colhendo frutos amargos que nos devolvem à realidade.

Há que se ter muita humildade para aceitar a vida como ela é, compreender SUAS “reclamações” endereçadas à nossa consciência e tomar uma postura reeducativa. O orgulho é o “manto escuro” que tecemos com o fio do egoísmo, com o qual procuramos nos proteger da inferioridade que recalçitramos aceitar em nós mesmos de longa data.

Bom será quando tivermos a coragem de nos mirar no “espelho da honestidade” e aprender a conduta Escelsa do perdão, porque quem perdoa conquista sua alforria das celas da mágoa e da culpa. Conquanto a princípio o sentimento de culpa possa fazer parte da

reconstrução de nossos caminhos, temos a assinalar que a sua presença ainda é sinal de orgulho por expressar nossa inconformação com o que somos, ou nossa rebeldia em aceitar nossa falibilidade. Se o orgulho é um “manto”, com o qual ingenuamente acreditamos estar protegidos dos alvitres vindos de fora concitamo-nos à autenticidade, a culpa é a lâmina cortante vindo de dentro que nos retira o controle e exige um novo proceder.

Apesar do quadro expiatório, as depressões reeducativas quando vencidas trazem como prêmio um extraordinário domínio de si mesmo, sem que isso signifique “querer viver a vida a seu gosto”, e também um largo autoconhecimento.

Passada a prova, ficará o aprendizado.

Essa depressão reeducativa afiniza-se, sobremaneira, com a visão de Fraçois de Genève porque a maior aspiração da alma é se libertar das ilusões da vida material e gozar das companhias eleitas. Assim expressa o autor: “Sê, no curso desse degredo provação, exonerando-vos dos vossos encargos, sobre vós desabarem os cuidados, as inquietações e tribulações, sede fortes e corajosos para os suportar. Afrontai-os resolutos. Duram pouco e vos conduzirão à companhia dos amigos por quem chorais e que, jubilosos por ver-vos de novo entre eles, vos estenderão os braços, a fim de guiar-vos a uma região inacessível às aflições da Terra”.

**Fonte:**

*Livro: Reforma Íntima sem Martírio*

*Espírito: Ermance Dufaux*

*Psicografia: Wanderley Soares de Oliveira*



# AGENDA ESPÍRITA

## EVENTOS, CURSOS, ENCONTROS



**SEMINÁRIO NEEB (VILA SAPÊ)  
PEDAGOGIA DO SENTIMENTO**

Uma visão pedagógica espírita para o 3º milênio

**Dinamizador**  
Marcos Juwer  
(Casa Espírita Eurípedes Barsanulfo)

**Local e Data**  
25.01.2020 (Sábado)  
CEJ – Núcleo seccional  
Av. Geremário Dantas, 640 – Pechincha

**Programação**  
08:30 – Boas vindas  
09:00 – Início  
10:30 – Intervalo  
10:45 – Retomada  
13:00 – Conclusão

**INSCRIÇÕES GRATUITAS:** Para confirmar presença enviar e-mail para cesarcouto@cita.com.br até 12.01.2020

APOIO DO CEJ

### SEMINÁRIO NEEB PEDAGOGIA DO SENTIMENTO

**Data:** 25 de janeiro de 2020

**Horário:** 08:30hs às 13:00hs

**Local:** CEJ – Núcleo Seccional

**Endereço:** Rua Geremário Dantas, 640 - Pechincha

**Inscrições gratuitas:** cesarcouto@cita.com.br



**CEIC**  
25 Anos

**Cine Ceic**

19/01/2020 às 16h

*Regiane Alves*  
Convidada Especial Comentário

**DIVALDO - O MENSAGEIRO DA PAZ**  
Um filme tocante que conta uma história necessária

Rua Begônia 98 Penha Circular Tel: 3252 - 1437 Após sessão teremos à venda lanches e sorvetes

### CINEMA

#### DIVALDO – O MENSAGEIRO DA PAZ

**Data:** 19 de janeiro de 2020

**Horário:** 16:00hs

**Local:** CEIC

**Endereço:** Rua Begônia, 98 – Penha Circular

**Informações:** 3252-1437

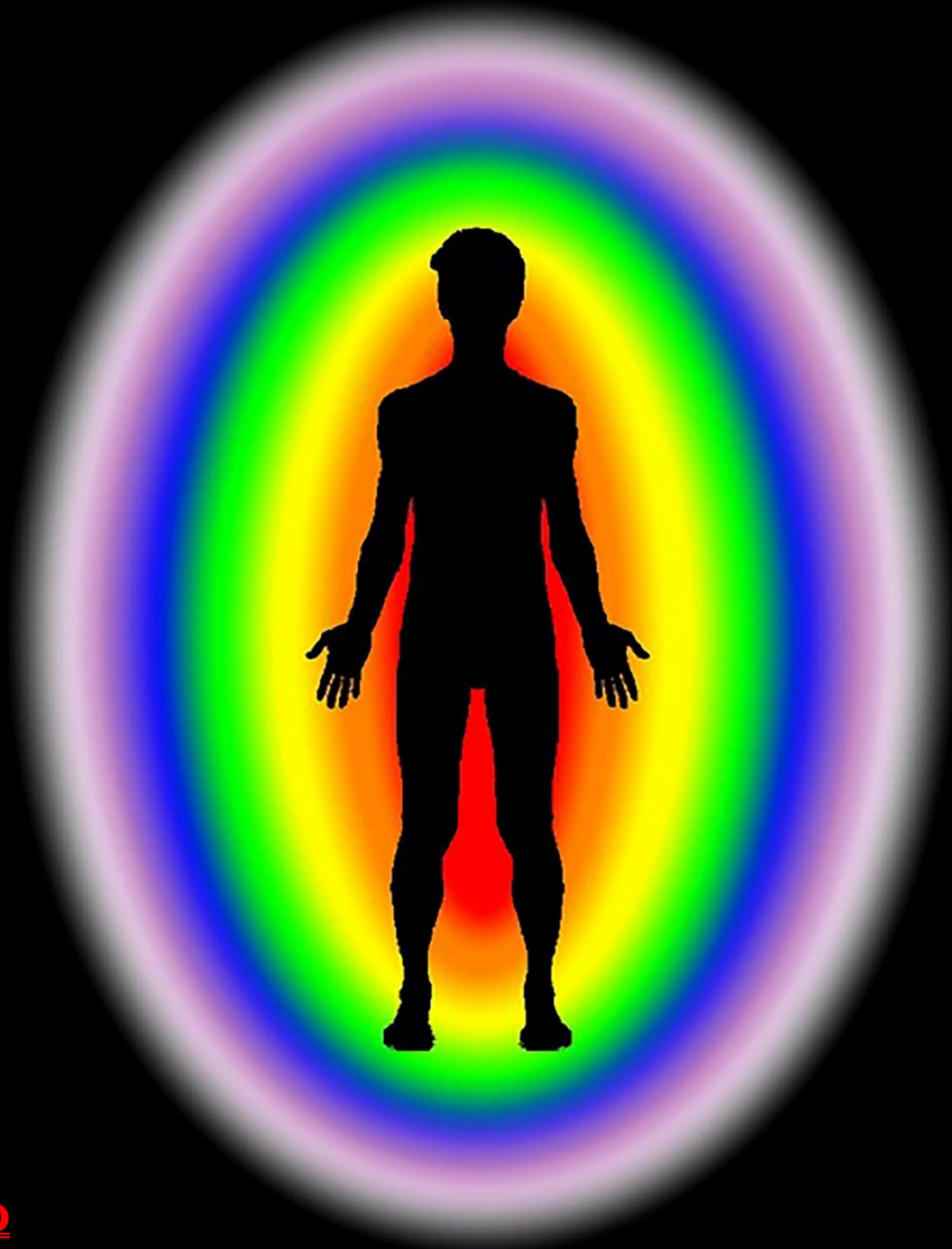
**Comentários da convidada especial atriz Regiane Alves**

## Espitirinhas

Wilton Pontes



274 - AMIZADE



## **ARTIGO**

### **Veículos de manifestação do espírito**

***Quais são os meios que o Espírito consegue manifestar-se? Quais são os corpos que o Espírito pode utilizar para comunicar-se e exprimir sua Inteligência?***

Os nossos irmãos do esoterismo, comentam que o Espírito possui 7 corpos e que cada um desses corpos principais, há outros 7 corpos habitando faixas vibratórias distintas entre si. No Espiritismo não explicita isso, mas acredito que isso seja possível, embora, particularmente, não conheça nenhuma literatura espírita séria que comente sobre a existência dos 7 corpos e das divisões destes por faixa vibratória.

No entanto, temos alguns relatos interessantes na literatura espírita, como por exemplo, na obra "Nosso Lar" em que o André Luiz ao trabalhar incansavelmente para auxiliar os companheiros

***“Corpo Mental ou Mente - O corpo mental é veículo mais sutil que o Perispírito e o corpo físico, pois é através desse veículo que o Espírito se comunica com a matéria sutil e a matéria grosseira, no entanto, a mente até onde sabemos não é feita de matéria e não possui forma alguma específica.”***

nas câmaras de retificação, ao ser

solicitado pela irmã Narcisa que ele repousasse um pouco para recompor as energias dedicadas ao trabalho nobre.

Quando, André Luiz, ao repousar, ele por ser desencarnado, o seu Espírito estava ocupando um corpo mais sutil que o nosso da matéria física, que é chamado de Perispírito, e podemos perceber que na narrativa do autor, o mesmo relata que fez o desdobramento de seu próprio Perispírito e que foi encontrar com sua mãe em um plano superior, dessa maneira, podemos compreender a existência de outro corpo de manifestação do Espírito, em um modelo mais sutil que o próprio Perispírito.

*"Daí a instantes, sensações de leveza invadiram-me a alma toda e tive a impressão de ser arrebatado em pequenino barco, rumando a regiões desconhecidas. Para onde me dirigia? Impossível responder. A meu lado, um homem silencioso sustinha o leme...O sonho não era propriamente qual se verifica na Terra. Eu sabia, perfeitamente, que deixara o veículo inferior no apartamento das Câmaras de Retificação, em "Nosso Lar", e tinha absoluta consciência daquela movimentação em plano diverso **"Nosso Lar - Cap. 36 - O Sonho***

Há muitas passagens interessantes sobre o tema, mas agora, gostaríamos de comentar superficialmente sobre alguns dos veículos de manifestação que o nosso Espírito pode usufruir, lembrando que podem, em cada veículo, ocorrer a possibilidade de haver corpos mais sutis e que ainda não foi nos revelado.

**Corpo Físico** - O corpo físico é o veículo de manifestação mais grosseiro que conhecemos, e é utilizado pelo Espírito quando encarnado.

**Corpo Espiritual ou Perispírito** - O Perispírito é o veículo de manifestação do Espírito quando desencarnarmos, e é mais sutil do que o corpo físico.

**Corpo Mental ou Mente** - O corpo mental é veículo mais sutil que o Perispírito e o corpo físico, pois é através desse veículo que o Espírito se comunica com a matéria sutil e a matéria grosseira, no entanto, a mente até onde sabemos não é feita de matéria e não possui forma alguma específica.

**Corpo Consciencial ou Espírito** - É a nossa verdadeira residência, o Espírito somos nós na sua mais pura expressão, onde abrigamos a Inteligência, a Razão e o Conhecimento.

Além desses veículos de manifestação possuímos outros que nos foi revelado pelos Espíritos em obras consagradas, que fazem parte da manifestação do Espírito.

**Duplo Etérico** - É um "corpo" ou campo de energia etérea que está na camada entre o Perispírito e o corpo físico, é o elo que serve na troca de energias entre ambos os corpos.

**Cordão de Prata ou Filamentos Fluídicos** - É um laço composto por energia fluídica que está ligando o Perispírito ao Corpo Físico, enquanto este laço existir o Espírito está encarnado, quando desfeito o Espírito encontra-se desencarnado. Além disso, esse laço é responsável por manter comunicação do Perispírito com o corpo físico do encarnado.

Apenas, resumimos o conteúdo, pois o mesmo merecia de nós, maior acuidade e minúcias nas abordagens, no entanto, para um primeiro contato com esse tema decidimos resumir o tema.

**Fonte:** \_\_\_\_\_  
Jeferson Souza  
Espiritismo na Prática



## ARTIGO

### O tempo que nos resta e a lei do progresso

De uma leitura rápida e superficial do texto bíblico, ao nos depararmos com o trecho em que trata da criação do homem, temos a percepção de que Deus é um ser antropomórfico, constituído de um corpo físico como o que, por ora encarnados, ocupamos. Essa falsa percepção dá-se quando lemos que o Criador nos fez à sua imagem e semelhança (Gn, 1:26-27). Apressados, corremos ao espelho e vemos refletida a imagem da forma humana, o que nos leva a atribuir a Ele essa mesma característica. Allan Kardec, o codificador do Espiritismo, trata do tema no Capítulo 2 de A Gênese, afastando essa premissa ao mostrarnos que Deus é muito além da representação de “um ancião de longas barbas e envolto num manto”. Ele é “imaterial”, isto é, “a sua natureza difere de tudo o que chamamos matéria” (LE, questão 13).

A bem da verdade, o nosso pensamento deveria ser o inverso, e não atribuímos o nosso frágil e perecível corpo a Deus, pois o criador do universo possui, dentre diversas características, a da “eternidade” (LE, questão 13). A eternidade de Deus se contrapõe às percepções materiais que temos da vida, levando-nos a crer que vivemos as fases infantil, adulta e idosa, para depois morreremos. Essa eternidade é um atributo do qual também estamos revestidos, enquanto seres espirituais, fadados a viver, perpetuamente, sem pausas. A morte é apenas para o corpo físico, não para nós, seres semelhantes a Deus.

***A maior prova de que não há tempo para retomarmos o caminho de nossa jornada evolutiva está na crucificação de Jesus quando, entre dois irmãos igualmente crucificados, em vias de desencarnar, Dimas, que passou para a história como “o bom ladrão”, arrependeu-se de seus erros e pediu perdão, recebendo o abrigo de Jesus quando do seu reingresso ao plano espiritual. Essa atitude proativa fez com que os seus erros fossem amainados em sua consciência, possibilitando-o a um retorno mais sereno.”***



Uma vez eternos, devemos deixar de mensurar o tempo de vida que nos resta apenas ao período ainda a ser gozado na atual encarnação. Essa ideia errônea faz com que muitas pessoas, em especial as que passaram das duas primeiras fases da jornada terrena, caiam no desânimo de lutar por mudanças em seu íntimo, atrasando o cumprimento da lei do progresso. Deveríamos agir, de forma exatamente contrária, visto que o objetivo de estarmos encarnados num mundo de provas e expiações, sofrendo as anunciadas tribulações profetizadas por Jesus (Jo, 16:33), e progredir, crescer, para chegarmos à perfeição e nos integrarmos na obra da Criação (LE, questão 132). Esmorecer nessa luta, entregando-nos ao desânimo, é retardar o inevitável confronto que teremos que enfrentar para engrandecermos-nos diante de nossas imperfeições, vencendo-as.

Nunca é tarde para (re)tomar o caminho do progresso!

A maior prova de que não há tempo para retomarmos o caminho de nossa jornada evolutiva está na crucificação de Jesus quando, entre dois irmãos igualmente crucificados, em vias de desencarnar, Dimas, que passou para a história como “o bom ladrão”, arrependeu-se de seus erros e pediu perdão, recebendo o abrigo de Jesus quando do seu reingresso ao plano espiritual. Essa atitude proativa fez com que os seus erros fossem amainados em sua consciência, possibilitando-o a um retorno mais sereno.

Diante desse cenário, cabe indagar: Quanto tempo de vida encarnado, a partir de seu sincero arrependimento, ainda existia a Dimas? A resposta pode variar, mas é certo que pouquíssimo tempo. Porém, com a sua atitude, ele rompeu com os seus erros do passado, buscando viver melhor daquele instante em diante. Ainda que, conscientemente, poderia não deter o conhecimento da eternidade da vida, em seu íntimo sentiu a paz e a força necessária para, no futuro, reparar os seus débitos. Deus, em seu “leito de morte”, os primeiros passos para a retomada de sua caminhada progressiva.

Essa passagem mostra-nos o quanto é valioso movimentar-nos no sentido do crescimento íntimo. Os Espíritos, na codificação, deixaram claro que a felicidade está próxima daqueles que mais perto da perfeição estiverem (LE, questão 967). Portanto, quanto menos imperfeições alimentarmos, mais felizes viveremos. E essa busca é individual, cabendo a cada um movimentar-se nesse sentido. Paulo de Tarso já nos mostrou a dor que sentia por ainda não conseguir fazer o bem que almejava (Rm, 7:21-23). Em sua carta, Paulo demonstrava a “dor do crescimento” latente em seu íntimo. Crescer exige movimento; e movimento exige mudança de postura, de ideais, de paradigmas. É necessário que busquemos essa ascensão espiritual, pois o progresso é lei, ínsita a todos nós. Enquanto eternos, quanto mais demormos a iniciar o movimento em favor do cumprimento dessa lei, mais tempo ancorados na infelicidade ficaremos, até que frustrações maiores venham nos visitar. Não é necessário que sofram! Essa não é a lei, muito menos a vontade de Deus. Contudo, estacionarmos no ostracismo da iniquidade da matéria é dar margem para que tribulações venham a nós, forçando-nos a reagir e a cumprir a lei do progresso.

Por que não começarmos agora essa caminhada, para quem sabe, ao chegarmos ao fim desta atual existência, podermos também dizer, como Paulo de Tarso, que o Cristo vive em nós (Gl, 2:20). A idade não pode ser utilizada como muletas para não nos movimentarmos em sentido do progresso, já que a mensuração do tempo de vida terrena é pequena ante a eternidade da vida espiritual.

“Bem-aventurado o homem que suporta a tentação, porque, quando for provado, receberá a coroa da vida” (Tg, 1:12). Que, então, lutemos contra as tentações e vençamos nossas imperfeições, sabendo que nunca é tarde para começarmos essa batalha.

**Fonte:**

*Glauco Queiroz Oliveira  
Agenda Espírita Brasil*

## PROGRAMAÇÃO DE ESTUDOS

### ESTUDO SISTEMATIZADO DA DOCTRINA ESPÍRITA – ESDE (I, II E III)

O ESDE é um curso que oferece uma visão global da Doutrina Espírita. Fundamenta-se na ordem dos assuntos contidos em O Livro dos Espíritos. Objetiva o estudo do Espiritismo de forma regular e contínua, tendo como base principalmente as obras codificadas por Allan Kardec e o Evangelho de Jesus. O curso está estruturado em 3 etapas ou programas (ESDE I, II e III), cada um com 9 módulos de estudo.

#### **NOTA:**

Só podem participar das turmas do ESDE II e III os irmãos que já concluíram a etapa anterior do programa pretendido.

### GRUPO DE ESTUDOS – OBRAS BÁSICAS DE ALLAN KARDEC

A primeira obra que será estudada é o Livros dos Espíritos, um dos cinco livros fundamentais que compõem a Codificação Espírita. Essa obra é o marco inicial da Doutrina Espírita que trouxe uma profunda repercussão no pensamento e na visão de vida de considerável parcela da Humanidade. Nesse livro estão contidos os princípios fundamentais do Espiritismo, tal como foram transmitidos pelos Espíritos Superiores a Allan Kardec, através do concurso de diversos médiuns. Seu conteúdo é apresentado em 4 partes. Das causas primárias. Do mundo espírita ou dos espíritos. Das Leis Morais e das esperanças e consolações.

**Horário:** Todas as Quartas-feiras das 18 às 19:30 horas.

**Local:** Sala 1006

#### **NOTA:**

Para os Grupos de Estudo não há necessidade de inscrição, basta comparecer com o desejo de estudar.

### INFORMAÇÕES:

- ❖ Pelo telefone: (021) 2549-9191, de Segunda a Sexta-feira, das 18:00 às 20:00 hs
- ❖ Pelo e-mail [ceak@ceallankardec.org.br](mailto:ceak@ceallankardec.org.br);
- ❖ Ou mesmo procure qualquer trabalhador da casa.

### ESTUDE A DOCTRINA

- ❖ **Chico Xavier** – Coleção Completa com 412 livros – Disponíveis para download no site <https://dirceurabelo.wordpress.com/2011/12/09/chico-xavier-obra-completa-em-ordem-cronologica>
- ❖ **Livros da Codificação e de Outros Autores Espirituais** – Disponíveis para download no site <http://www.consciesp.com.br/pla.htm>
- ❖ **Revista Espírita** – Editada por Allan Kardec – Disponível para download no site: <http://www.febnet.org.br/blog/geral/pesquisas/downloads-material-completo/>

*“Espíritas, amai-vos, eis o primeiro mandamento.  
Instruí-vos, eis o segundo”*



## **BIBLIOTECA**

Aberta de 2<sup>a</sup> a 6<sup>a</sup>, das 18:00 às 20:00 horas, na sala 905 do nosso endereço. Temos um acervo com muitas obras espíritas importantes, livros e DVDs. Faça a sua inscrição e retire, por empréstimo, a obra que desejar. **Por gentileza, observe sempre os prazos para devolução.**

## **EVANGELIZAÇÃO**

Nossas reuniões ocorrem aos sábados, das 14:30 às 15:45, no CEAK, nas salas 1005 e 1006. A Evangelização espírita Infante-Juvenil é para crianças e jovens entre 5 a 21 anos. Paralelamente, ocorre reunião com os pais ou responsáveis, onde se estudam temas evangélicos e outros sempre à luz da Doutrina Espírita.

Fale conosco pelo telefone (21) 2549-9191, das 18:00 às 20:00 horas, de segunda a sexta-feira, pelo nosso site ou nosso endereço eletrônico ([ceak@ceallankardec.org.br](mailto:ceak@ceallankardec.org.br)) ou mesmo procure algum trabalhador da nossa casa nos dias de reunião pública; ficaremos felizes em ajudá-los.

## **MOCIDADE ESPÍRITA ALLAN KARDEC**

A Mocidade Espírita Allan Kardec é um grupo destinado aos Jovens-Adultos (entre 19 a 30 anos), apresentando uma ação conjunta entre atividades recreativas com ações fraternas. Após os estudos, o grupo realiza um Lanche Fraterno. Esperamos contar com a sua visita e participação. Para maiores informações fale conosco pelo nosso telefone (21) 2549-9191 ou mesmo nos escreva ([ceak@ceallankardec.org.br](mailto:ceak@ceallankardec.org.br)).

## **ATENDIMENTO FRATERNAL**

Destinado às pessoas acometidas pelo desânimo, tristeza e sem motivação. Converse conosco, marcando a sua visita de segunda a sexta-feira, das 18:00 às 20:00 horas, pelo telefone (21) 2549-9191 ou, se preferir, escreva para nosso endereço eletrônico ([atendimento\\_fraterno@ceallankardec.org.br](mailto:atendimento_fraterno@ceallankardec.org.br)), estaremos aguardando seu contato.

## **FLUIDOTERAPIA**

Assistência e orientação espiritual, com passes e água fluidificada. Todas as sextas-feiras, às 19:30. Para participar desse tratamento, faz-se necessário passar antes pelo Atendimento Fraternal, o qual poderá ser marcado pelo nosso telefone (21) 2549-9191, das 18:00 às 20:00 horas, de segunda a sexta-feira. Maiores informações poderão ser obtidas pelo telefone ou mesmo pelo endereço eletrônico ([ceak@ceallankardec.org.br](mailto:ceak@ceallankardec.org.br)).

## **COSTURINHA**

Encontro fraterno com senhoras de todas as idades, que buscam dedicar uma parte do tempo em prol da caridade com Jesus. Os trabalhos da Costurinha estão voltados para confecções de pequenos enxovais para bebês de mães carentes. As reuniões são todas as quarta-feiras, das 13:00 às 16:00 horas.

### **NOTA:**

**Estamos necessitando de irmãs que saibam costurar.**

**Maiores informações, pelo telefone (21) 2549-9191 ou mesmo pelo e-mail ([ceak@ceallankardec.org.br](mailto:ceak@ceallankardec.org.br)).**

**Contamos com a colaboração das irmãs.**

***Esperamos por você!***

## **TELEFONE DA ESPERANÇA**

Você está triste? Sem esperança? Sem ânimo e necessitando de uma palavra amiga e confortadora?

### **Ligue para nós!!!**

Nós, plantonistas do Telefone da Esperança, ficaremos muito felizes em poder ajudar, orientando e aconselhando de maneira fraterna e dentro dos preceitos da Doutrina Espírita Cristã.

Nosso telefone é (21) 2256-0628, de segunda a sexta-feira, das 18:00 às 20:00 horas.

## **LEMBRETES**

- ❖ Procure chegar antes do início da reunião.
- ❖ Colabore com a Espiritualidade, mantendo-se em silêncio.
- ❖ Desligue o celular antes do início da reunião. Esteja ligado com a Espiritualidade e não ao celular.
- ❖ O passe não é obrigatório, porém, para melhor aproveitá-lo, mantenha-se sintonizado com a Espiritualidade.

## **OBRAS SOCIAIS DO CEAK**

A nossa casa desenvolve algumas obras sociais que são realizadas durante o ano. Além da costurinha que reúne irmãs para a confecção de enxovais para recém-nascidos, outras obras valem a pena ser destacadas, na medida em que precisamos da ajuda de todos, quer no trabalho voluntário, quer na ajuda material para que continuemos a realizar essas obras. São elas:

### ❖ **Asilo Lar de Francisco**

Os irmãos que desejarem fazer doações em espécie podem depositar no Banco Itaú, agência número 0306, conta corrente número 46800-0.

### ❖ **Campanha de doação para a Associação Cristã Vicente Moretti**

A Associação Cristã Vicente Moretti, localizada na Rua Maravilha, 308, realiza um trabalho maravilhoso, na melhoria da vida dos portadores de necessidades especiais. Os irmãos que desejarem ajudar esta casa podem fazer uma doação, em espécie, na conta da Associação que é no banco Itaú agência 0847, conta corrente número 01092-3.

### ❖ **Lar Maria de Lourdes – abrigo para crianças e adolescentes especiais**

O Lar Maria de Lourdes, localizado na Rua Pajurá 254 – Taquara, é uma organização sem fins lucrativos. Possui capacidade de atender 40 crianças e adolescentes portadores de deficiência física e/ou mental. Todos os meses, recolhemos alimentos não perecíveis, material de higiene e de limpeza pessoal, em benefício deste abrigo. Os irmãos que desejarem aderir a esta campanha permanente, basta levarem até a nossa casa um dos itens citados, depositando nos cestos que estão localizados nas salas, ou entregar a qualquer trabalhador do CEAK. Os irmãos que desejarem fazer doações em espécie podem depositar no Banco do Brasil, agência número 1579-2, conta corrente número 10357-8.

### ❖ **Campanha de Material Escolar Remanso Fraternal**

O Núcleo Educacional Célia Rocha – Remanso Fraternal precisa de sua ajuda para a aquisição de material escolar para o segundo semestre de 2020. Pode-se participar sem sair de casa, acessando o site [www.remansofraternal.org.br/material-escolar](http://www.remansofraternal.org.br/material-escolar) e escolha os itens que deseja doar. Em seguida acesse [www.casacruz.com.br](http://www.casacruz.com.br) e finalize a compra com cartão de crédito ou boleto bancário. Em seguida escolha o frete: “Doação ao Remanso Fraternal”. O frete não será cobrado. Se preferir entregue sua doação na Sociedade Espírita Fraternidade, localizada na rua Passo da Pátria, nº 38, Bairro São Domingos, Niterói. Maiores informações pelo telefone (21) 2717-8235.



*Você se sente bem participando de nossas reuniões?  
Associe-se ao CEAK, contribuindo mensalmente com a  
quantia que lhe for conveniente.  
Fale Conosco!!!*

# Prece de Ano Novo

*Senhor Jesus!*

*Ante as promessas do ano que se inicia, não nos permitas que esqueçamos aqueles com quem nos honraste o caminho iluminativo:*

*As mães solteiras, desesperadas, a quem prometemos o pão do entendimento;*

*As crianças delinquentes que nos buscaram com a mente em desalinho;*

*Os calçetas que, vencidos em si mesmos, nos feriram e retornaram às nossas portas;*

*Os enfermos solitários, que nos fitaram, confiantes em nosso auxílio;*

*Os esfaimados e desnudos que chegaram até nossas parcas provisões;*

*Os mutilados e tristes, ignorantes e analfabetos, que nos visitaram, recordando-nos de Ti...*

*Sabemos, Senhor, o pouco valor que temos, identificamo-nos com o que possuímos intimamente, mas, contigo, tudo podemos e fazemos. Ajuda-nos a manter o compromisso de amar-Te, amando neles toda a família universal em cujos braços renascemos.*

*Divaldo Franco pelo espírito Joanna de Angelis*

**QUE ASSIM SEJA,  
GRAÇAS A DEUS**

**O CEAK DESEJA A TODOS UM ANO NOVO  
MARAVILHOSO, CHEIO DE REALIZAÇÕES, COM AS  
BENÇÃOS DO MESTRE JESUS.**