



Revista

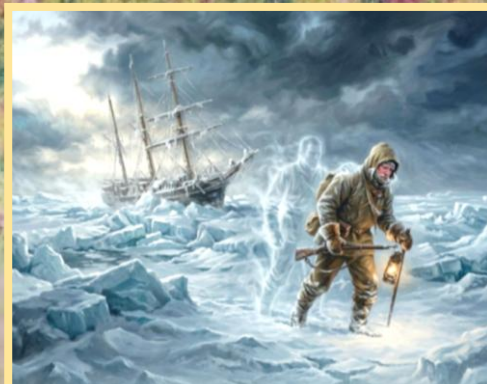
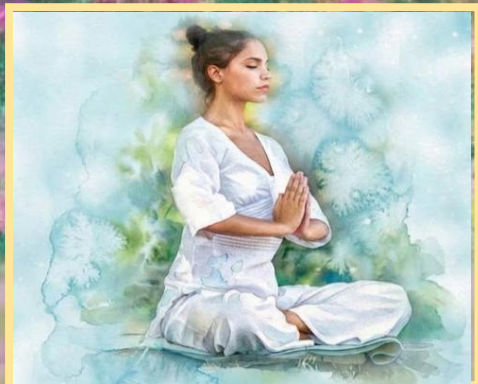
O CAMINHO

Desigualdade das Riquezas

Outubro – 2026

Centro Espírita Allan Kardec - CEAK

SUMÁRIO



3

REUNIÕES PÚBLICAS

Palestras e Passes

4

PALESTRAS VIRTUAIS

5

ESTUDO

Valor da Prece

8

REFLEXÃO

Mais Além

9

SEMEANDO O EVANGELHO DE JESUS

Não se Pode servir a Deus e a Mamom.

Desigualdade das Riquezas.

11

VULTO ESPÍRITA DO MÊS:

Ali Halfeld

14

NA PRATELEIRA

15

AVISOS

18

PENSAMENTOS com Éder Andrade

As Dores do Espírito

21

VISÃO ESPÍRITA

A Síndrome do Terceiro Homem

segundo o Espiritismo

26

ENSINAMENTOS DE EMMANUEL

Pensamento e Vida

29

REFORMA ÍNTIMA: TEORIA E

PRÁTICA DA EVOLUÇÃO ESPIRITUAL

32

ARTIGO

A Nova Geração citada por Kardec

é a Geração Z?

36

ARTIGO

Aos Refratários à Domesticação

38

PROGRAMAÇÃO

Estudos, Obras Assistenciais e Sociais

42

PRECE

Oração para os Momentos de Solidão

PROGRAMAÇÃO PRESENCIAL DO MÊS – OUTUBRO DE 2026

5ª FEIRA – PALESTRAS & PASSES (TARDE E NOITE)

DIA	HORA	EXPOSITOR(A)	TEMA	REFERÊNCIA
01	15:00	SILVIA RANGEL	ALLAN KARDEC	ESTUDO DOUTRINÁRIO
	20:00	ÉDER ANDRADE		
08	15:00	LUIZ EDUARDO MOURÃO	NÃO VIM TRAZER A PAZ, MAS A DIVISÃO	LE Q 198, 199, 934 a 936; LM nº 289 it 12 a 14; ESE cap. V it 21 e 22, cap. XXIII it 8, cap. XXVII it 18; RE AGO/1866; DM cap. 50, PSDD cap. 10, C nº 146, ETC cap. 28 e 33
	20:00	GUILHERME LUZ		
15	15:00	TEREZINHA LUMBRERAS	DA LEI DO PROGRESSO	LE 2ª PAR. CAP. IV Q 185, CAP. V Q 222, 3ª PAR. CAP. I Q 635, CAP. VII Q 772, CAP. VIII Q 776 A 802, 4ª PAR. CAP. II Q 1007; LM 1ª PAR. CAP. IV IT 49, 2ª PAR. CAP. XXII IT 236; ESE CAP. I IT 8, CAP. IX IT 8 E 10, CAP. XXV IT 2; CI 1ª PAR. CAP. VI IT 21, CAP. VII IT 4º, 19º, 20º, 32º; GEN CAP. XI IT 33; RE JAN/SET/OUT/1863, MAR/1864, JUL/1865, OUT/1866; OP
	20:00	FERNANDA BANDEIRA DE MELLO		
22	15:00	EVANTUIL CRUZ NASCIMENTO	NÃO PONHAIS A CANDEIA DEBAIXO DO ALQUEIRE	ESE cap. XXIV it 1-7; LE Q 768, 779, 785, 801; GEN cap. I; Lc. 8: 16-18, Mt. 5-15, Mc. 4: 21-23, FV nº 81 e 105
	20:00	AMÉRICO NUNES NETO		
29	15:00	ROSA MARIA BARCELLOS ZACHARIAS	DA LEI DE IGUALDADE	LE 3ª PAR. CAP. IX Q 803 A 824; ESE CAP. XXIV IT 6 E 7; RE JUN/1867, FEV/1862
	20:00	JOÃO SILVA SANTOS		

Legenda: LE – O Livro dos Espíritos / ESE – O Evangelho Segundo o Espiritismo / LM – O Livro dos Médiuns / RE – Revista Espírita / GEN – A Gênese / CI – O Céu e o Inferno / OP – Obras Póstumas / FV – Fonte Viva / DM – Depois da Morte / PSDD – O Problema do Ser do Destino e da Dor / C – O consolador / ETC – Entre a Terra e o Céu / Lc. – Lucas / Mt. – Mateus / Mc. – Marcos / Intr – Introdução / Conc – Conclusão / Prol. – Prolegômenos / it – Item / Q – Questão / nº - Número / cap. – Capítulo / par. – Parte / pag. – Página / perg. – Pergunta.



CEAK - Centro Espírita Allan Kardec
 Av. Nossa Senhora de Copacabana 583 / 1006
 Copacabana - CEP: 22050-002 - Tel.: (21) 2549-4949
ceakcopacabanarj@gmail.com - <https://ceallankardec.org.br>



PROGRAMAÇÃO VIRTUAL DO MÊS – OUTUBRO DE 2026

Para aprimorar e estender o estudo da Doutrina, principalmente para o conforto de todos, nada melhor que também assistirmos às **PALESTRAS VIRTUAIS**.

Periodicamente teremos expositores falando de importantes temas. **As palestras estão disponíveis desde 17 de janeiro de 2021. Cada domingo, a partir das 9:00 horas da manhã, uma nova palestra será disponibilizada.**

Acessem pelo nosso site: <https://ceallankardec.org.br/>

Na tela inicial temos os links, no menu e nos botões principais, bem como podem também ir pelo quadro de imagens com os links de nossas atividades

Os botões das nossas mídias sociais estão nos cantos superior esquerdo e inferior direito da tela principal. Se preferirem ir diretamente para o YouTube, é acessível em:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLXt90XEIUQZZ97hCl-Jcy2zNZQFdszgUp>

DOMINGOS

DIA	EXPOSITOR	TEMA
04/10/2026	MARLIO LAMHA	O CONSOLADOR PROMETIDO
11/10/2026	JACK DARSA	COMO CONVIVER COM PESSOAS TÓXICAS?
18/10/2026	ANDRÉ SIQUEIRA	O ESPIRITISMO E A INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL
25/10/2026	RAUL TEIXEIRA	NÓS CRIAMOS AS NOSSAS DOENÇAS

TODAS AS EDIÇÕES ANTERIORES DA REVISTA O CAMINHO ESTÃO DISPONÍVEIS PARA DOWNLOAD NO SITE DO CEAK.

ACESSE CLICANDO NO LINK ABAIXO:

<https://ocaminho.ceallankardec.org.br/index.html>

NOTA:

Todas as palavras em itálico e/ou sublinhadas nesta revista são hiperlinks. Eles abrem páginas da Internet e complementam a leitura. Basta colocar o cursor sobre a palavra e clicar.

Se tiver alguma sugestão, crítica, elogio ou dúvida mande mensagem para o email ocaminho@ceallankardec.org.br



ESTUDO

Valor da Prece

A mesma pessoa referida no fato precedente recebeu um dia a comunicação que se segue, espontaneamente, mas a princípio não compreendeu a sua origem.

Vós não me esquecestes e jamais o vosso Espírito teve para mim um sentimento de perdão. É verdade que vos causei muito mal, mas há muito tempo sou castigada. Não parei de sofrer. Vejo-vos cumprindo os vossos deveres com tanta coragem para prover às necessidades de vossa família, e a inveja não cessou de me devorar o coração.

Vossa...

Aqui paramos para perguntar quem era esse ser. O Espírito acrescentou:

Não me interrompais. Darei o nome quando terminar

Vossa resignação, que acompanhei, foi um dos meus maiores sofrimentos. Tende um pouco de piedade de mim, se realmente sois discípula do Cristo. Eu estava muito só na Terra, embora entre os meus, e a inveja foi o meu maior defeito.

Foi por inveja que dominei vosso marido. Parecia que retomáveis o domínio sobre ele, quando vos conheci, e me coloquei entre vós. Perdoai-me e tende coragem. Deus terá piedade de vós, por sua vez.

Minha irmã, que oprimi durante minha vida, foi a única a orar por mim, mas são as vossas preces que me faltam. As outras não trazem para mim o selo do perdão.

Adeus. Perdoai.

Angéle Rouget

Acrescenta aquela senhora:

Então lembrei-me perfeitamente daquela criatura, falecida há uns vinte e cinco anos, e na qual não pensava há muitos anos. Pergunto-me como as preces de sua irmã, criatura suave e virtuosa, dedicada, piedosa e resignada, não seriam mais frutuosas do que as minhas. Diante disso, certamente admitireis que orei e perdoei.

Resposta:

O próprio Espírito o explica, quando diz:

As preces dos outros não trazem para mim o selo do perdão.

Com efeito, sendo aquela senhora a principal ofendida e tendo sofrido mais pela conduta da outra, envolvia o perdão em suas preces, o que deveria tocar ainda mais o Espírito culpado.

Orando, sua irmã, por assim dizer, apenas cumpria um dever. Por outro lado, aí havia um ato de caridade. A ofendida tinha mais direito e mais mérito para pedir graça; seu perdão, pois, deveria tranquilizar mais o Espírito.

Ora, sabe-se que o principal efeito da prece é agir sobre o moral do Espírito, tanto para acalmá-lo quanto para conduzi-lo ao bem.

Trazendo-o ao bem, ela apressa a clemência do Juiz Supremo, que sempre perdoa o pecador arrependido. Imperfeita como é, em face da justiça divina, a justiça humana com frequência nos oferece exemplos semelhantes.

Se um homem for levado ao tribunal, por ofensas a alguém, ninguém o defenderá melhor e lhe conseguirá a absolvição com mais facilidade do que o próprio ofendido, vindo generosamente retirar a queixa.

Tendo sido lida a comunicação acima na Sociedade Parisiense, provocou a seguinte pergunta de um dos sócios:

“Continuamente os Espíritos pedem preces aos mortais. Será que os bons Espíritos não oram pelos sofredores? E, nesse caso, por que as dos homens são mais eficazes?”

A resposta que se segue foi dada na mesma sessão, por Santo Agostinho, através do médium Sr. E. Vézzy:

Orai sempre, meus filhos. Eu já vos disse que a prece é um orvalho benéfico que deve tornar menos árida a terra ressequida.

Venho repetir mais uma vez e acrescentar algumas palavras em resposta à vossa pergunta.

Perguntais por que os Espíritos sofredores preferem pedir preces a vós em vez de nós. As preces dos mortais são mais eficazes que as dos bons Espíritos?

Quem vos disse que nossas preces não tinham a virtude de espargir consolação e dar força aos Espíritos fracos que não podem ir a Deus senão com esforço e muitas vezes sem coragem?

Se imploram as vossas preces, é porque elas têm o mérito das emanções terrenas, que sobem voluntariamente a Deus. Essas eles sempre apreciam, por virem da vossa caridade e do vosso amor.

Para vós, orar é abnegação; para nós, um dever. O encarnado que ora pelo próximo cumpre a nobre tarefa de puros Espíritos; sem possuir a coragem e a força destes, realiza as suas maravilhas.

É peculiar à nossa vida consolar o Espírito que pena e sofre, mas uma de vossas preces é o colar que tirais do pescoço para dar ao indigente; é o pão que retirais de vossa mesa para dá-lo ao que tem fome, por isso vossas preces são agradáveis ao que as escuta.

Um pai não atende sempre à prece do filho pródigo? Não chama sempre os servos para matar o vitelo gordo pela volta do filho culpado? Como não faria ainda mais por aquele que de joelhos lhe vem dizer:

Ó meu Pai, sou muito culpado; não vos peço graça, mas perdoai a meu irmão arrependido, mais fraco e menos culpado que eu!

Oh! É então que o Pai se entenece; é então que arranca do peito tudo quanto este encerra em dons e em amor. Ele diz:

Estavas cheio de iniquidades; te disseste criminoso, mas compreendendo a enormidade de tuas faltas. Não me pediste graça para ti; aceitas o sofrimento de meus castigos e, a despeito de tuas torturas, tua voz tem força bastante para pedir por teu irmão!

Então! O Pai não quer ser menos caridoso que o filho e perdoa a ambos, a um e ao outro estende as mãos, para que possam marchar em linha reta no caminho que leva à sua glória.

Meus filhos, eis por que os Espíritos sofredores, que vagam em torno de vós, imploram as vossas preces. Nós devemos orar. Vós podeis orar. Prece do coração, tu és a alma das almas, se assim me posso exprimir, quintessência sublime que sobe, sempre casta, bela e radiosa, para a alma mais vasta de Deus!

Santo Agostinho

Fonte: _____

[Revista Espírita – Agosto de 1862](#)



REFLEXÃO

Mais Além

Não basta que sua boca esteja perfumada.
É imprescindível que permaneça incapaz de ferir.



É importante que suas mãos se mostrem limpas
É essencial, no entanto, verificar o que fazem.



Bons ouvidos são, certamente, um tesouro.
A Justiça Divina, porém, desejará saber como você ouve.



Excelente visão é qualidade louvável.
Todavia, é interessante notar como você está vendo a vida.



Possuir saúde física é reter valioso dom.
Mas é necessário considerar o que faz você do corpo sadio.



Raciocínio claro é virtude.
Entretanto é imperioso observar em que zona mental está você raciocinando.



Bela imaginação é trazer consigo maravilhoso castelo.
Convém reparar, porém, com que imagens você povoa o seu palácio interior.



Grande emotividade é característico de riqueza íntima.
Contudo, é preciso saber como gasta você as emoções.



Possibilidades de produzir intensamente são recursos preciosos.
No entanto, é imprescindível conhecer a substância daquilo que você produz.



Capacidade de prosseguir, vida afora, lepidamente, é uma bênção.
Não se esqueça, todavia, da direção que seus pés vão tomando através dos caminhos.

Fonte: _____

Livro: [*Agenda Cristã*](#)

De: André Luiz

Psicografia: Francisco Cândido Xavier



SEMEANDO O EVANGELHO DE JESUS

Não se Pode servir a Deus e a Mamom.

Desigualdade das Riquezas

8. A desigualdade das riquezas é um dos problemas que inutilmente se procurará resolver, desde que se considere apenas a vida atual. A primeira questão que se apresenta é esta: Por que não são igualmente ricos todos os homens? Não o são por uma razão muito simples: por não serem igualmente inteligentes, ativos e laboriosos para adquirir, nem sóbrios e previdentes para conservar.

E, aliás, ponto matematicamente demonstrado que a riqueza, repartida com igualdade, a cada um daria uma parcela mínima e insuficiente; que, supondo efetuada essa repartição, o equilíbrio em pouco tempo estaria desfeito, pela diversidade dos caracteres e das aptidões; que, supondo-a possível e durável, tendo cada um somente com que viver, o resultado seria o aniquilamento de todos os grandes trabalhos que concorrem para o progresso e para o bem-estar da Humanidade; que, admitido desse ela a cada um o necessário, já não haveria o aguilhão que impele os homens às grandes descobertas e aos empreendimentos úteis.

Se Deus a concentra em certos pontos, é para que daí se expanda em quantidade suficiente, de acordo com as necessidades. Admitido isso, pergunta-se por que Deus a concede a pessoas incapazes de fazê-la frutificar para o bem de todos. Ainda aí está uma prova da sabedoria e da bondade de Deus.

Dando-lhe o livre-arbítrio, quis ele que o homem chegasse, por experiência própria, a distinguir o bem do mal e que a prática do primeiro resultasse de seus esforços e da sua vontade. Não deve o homem ser conduzido fatalmente ao bem, nem ao mal, sem o que não mais fora senão instrumento passivo e irresponsável como os animais. A riqueza é um meio de o experimentar moralmente.

Mas, como, ao mesmo tempo, é poderoso meio de ação para o progresso, não quer Deus que ela permaneça longo tempo improdutiva, pelo que incessantemente a desloca. Cada um tem de possuí-la, para se exercitar em utilizá-la e demonstrar que uso sabe fazer dela. Sendo, no entanto, materialmente impossível que todos a possuam ao mesmo tempo, e acontecendo, além disso, que, se todos a possuíssem, ninguém trabalharia, com o que o melhoramento do planeta ficaria comprometido, cada um a possui por sua vez. Assim, um que não a tem hoje, já a teve ou terá noutra existência; outro, que agora a tem, talvez não tenha amanhã.

Há ricos e pobres, porque sendo Deus justo, como é, a cada um prescreve trabalhar a seu turno. A pobreza é, para os que a sofrem, a prova da paciência e da resignação; a riqueza é, para os outros, a prova da caridade e da abnegação.

Deploram-se, com razão, o péssimo uso que alguns fazem das suas riquezas, as ignóbeis paixões que a cobiça provoca, e pergunta-se: Deus será justo, dando-as a tais criaturas? E exato que, se o homem só tivesse uma única existência, nada justificaria semelhante repartição dos bens da Terra; se, entretanto, não tivermos em vista apenas a vida atual e, ao contrário, considerarmos o conjunto das existências, veremos que tudo se equilibra com justiça.

Carece, pois, o pobre de motivo assim para acusar a Providência, como para invejar os ricos e estes para se glorificarem do que possuem. Se abusam, não será com decretos ou leis suntuárias que se remediará o mal.

As leis podem, de momento, mudar o exterior, mas não logram mudar o coração; daí vem serem elas de duração efêmera e quase sempre seguidas de uma reação mais desenfreada. A origem do mal reside no egoísmo e no orgulho: os abusos de toda espécie cessarão quando os homens se regerem pela lei da caridade.

Fonte: _____

[O Evangelho Segundo o Espiritismo, Cap. XVI, Item 8](#)





VULTO ESPÍRITA DO MÊS

Ali Halfeld

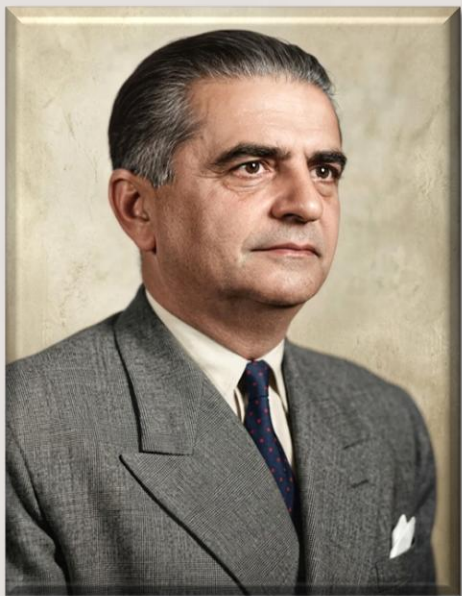
Ali Halfeld nasceu em 18 de março de 1900, em Água Limpa (hoje Coronel Pacheco), Município de Juiz de Fora, Minas Gerais, onde iniciou o Curso Primário com o Prof. Paulo Estelita.

Em 1907 mudou-se para a cidade de Juiz de Fora, em companhia de seus pais, senhor Pedro Halfeld e D. Hortênsia de Pinho Halfeld, ali terminando o referido curso.

No ano de 1910 sua família o levou para Caxambu, mas, dentro de poucos meses, regressou ele para Juiz de Fora, a fim de continuar os estudos, passando, então, a residir com seu padrinho, o Sr. Cláudio Fernandes. Seu Curso Ginásial foi feito até 1915 no antigo Ginásio Santa Cruz, dos saudosos professores os irmãos Alípio e Oscar Peres.

Em 1916, sendo de família de poucos recursos, não pôde continuar seus estudos. Fez, então, um curso rápido de Comércio e Datilografia, a fim de poder trabalhar, e logo após se empregou como auxiliar de escritório em uma oficina mecânica, do Sr. Francisco Kascher.

No ano de 1918 mudou de emprego, indo trabalhar na Drogaria Americana, que, na ocasião, pertencia ao Sr. Bruno Barbosa, aí permanecendo até Julho de 1921.



Em 1º de Agosto do mesmo ano associou-se com o farmacêutico Francisco Queiroz Caputo, na Farmácia S. Sebastião, localizada à Avenida dos Andradas, esquina com Barão de Cataguases, organizando a firma Caputo & Halfeld, hoje Drogafar S.A., firma na qual permaneceu até a sua desencarnação.

Em 18 de Setembro de 1924 casou-se com D. Carmem Baccara, e do matrimônio nasceram cinco filhos: Kleber, Maurício, Alvair, Ruth e Icea. Sua esposa foi sempre uma pessoa dedicada, companheira de seus momentos difíceis. Sempre esteve a seu lado, conformando-o e estimulando-o a continuar a luta em todos os seus setores.

Ainda no campo profissional foi, durante muitos anos, Diretor do laboratório Melpoejo Ltda., juntamente ao lado de Francisco Queiroz Caputo e Maria Silveira Alvim.

Tendo abraçado o Espiritismo em decorrência de artigos espíritas que eram escritos no Correio da Manhã por estudiosos da Doutrina, Ali Halfeld foi logo despertado pelo desejo de trabalhar em benefício dos semelhantes.

Diferente de seu bisavô, o engenheiro [Henrique Halfeld](#), que marcou a infraestrutura e engenharia da cidade, Ali Halfeld destacou-se como um dos maiores beneméritos e líderes humanitários da história de Juiz de Fora.

Auxiliou com entusiasmo e equilíbrio todas as entidades de assistência social que lhe solicitavam ajuda.

No setor espírita, devemos mencionar a [Fundação João de Freitas](#), obra de amparo à velhice e à viuvez, que construiu, e para a qual foi eleito presidente em 2 de Fevereiro de 1934, e o [Instituto Jesus](#), destinado ao menor abandonado, que, fundado em 19 de Março de 1944, foi inaugurado em 18 de Setembro de 1955.

Eleito presidente na própria assembléia que fundara o Instituto Jesus, Ali Halfeld permaneceu em sua direção até 26 de Março de 1960, quando, por motivo de doença, teve que afastar-se da direção da Entidade.

Grande entusiasta da imprensa espírita, Ali Halfeld colaborou com muito amor junto à Associação de Publicidade Espírita, mantenedora, durante muitos anos, da revista *O Médium*. Eleito vice-presidente, em 9 de Agosto de 1937, deu à mesma todo o seu esforço.

Ainda no setor do Espiritismo, entre outras atividades devemos mencionar o estudo que, durante anos a fio, fez da obra *O Livro dos Espíritos*, na tribuna da Casa Espírita, assim como o trabalho que escreveu: "O Problema do Menor", cuja publicação foi feita pelo Jornal Diário Mercantil, em apresentações semanais.

Poucas vezes, é certo, teve ele contato direto com a Federação Espírita Brasileira, mas foi o bastante para se aquilatar a grandeza espiritual que ressumbrava de suas palavras serenas e humildes.

Quando presidente da FEB, o Sr. Wantuil de Freitas teve a feliz oportunidade de conhecê-lo pessoalmente e até mesmo de visitar em Juiz de Fora, a elogiável obra que é a Fundação João de Freitas.

Embora sempre se ocultando no silêncio e na humildade, não pôde evitar, entretanto, que seu nome, aureolado do respeito, da admiração e da gratidão de toda uma coletividade, transpusesse as fronteiras de Minas Gerais.

Ali Halfeld foi também um amigo do setor artístico, tendo ocupado a presidência da Orquestra Filarmônica de Juiz de Fora.

Espírito modesto, Ali Halfeld sempre declinou das homenagens que "Manchester mineira" lhe quis tributar.

Dizia que a humildade era, a seu ver, uma das virtudes mais difíceis de ser cultivada. No entanto, quem com ele conviveu terá observado que aquela virtude, entre outras, ele a soube muito bem exemplificar.

Desencarnou em 13 de Setembro de 1967, após ter "combatido o bom combate".

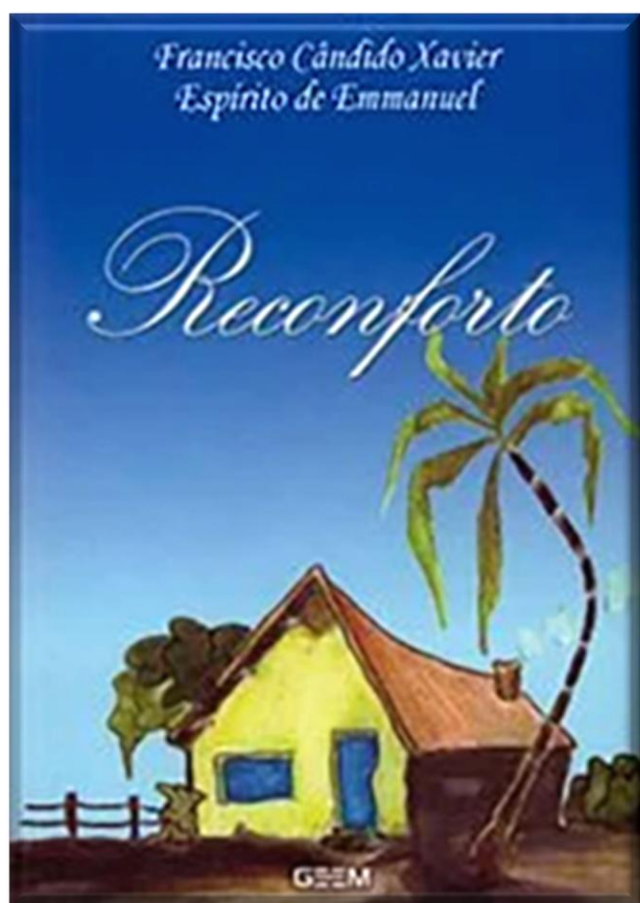
Em sua homenagem, em Juiz de Fora (MG) podemos citar a [Escola Estadual Ali Halfeld](#), bem como a [Galeria Ali Halfeld](#) (tradicional centro comercial ao lado do Cine-Theatro Central).

Esta Galeria está situada na rua do mesmo nome, [Rua Halfeld](#), a qual remonta ao bisavô de Ali Halfeld, o já mencionado [Henrique Halfeld](#), engenheiro e autor do [Parque Halfeld](#), também nesta rua.

Ali Halfeld também recebeu, de forma póstuma, a própria [Comenda Henrique Halfeld](#), medalha máxima da cidade que leva o nome de seu bisavô.

Referências nos links ao longo do texto





Reconforto – 1986

O livro é composto por mensagens curtas, mas extremamente densas em significado. Emmanuel não oferece um conforto que "passa a mão na cabeça" ou incentiva o vitimismo; ele oferece o reconforto através da verdade. O autor espiritual nos lembra, que a paz real não vem da ausência de problemas, mas da compreensão das leis divinas.

Emmanuel apresenta uma fórmula recorrente em "Reconforto": para cada aflição, existe uma ação correspondente.

O diferencial desta obra é a sua capacidade de síntese. Emmanuel consegue, em poucos parágrafos, desarmar os sentimentos de revolta ou desespero, substituindo-os por uma aceitação lúcida. É um livro que "limpa a visão" do leitor, permitindo que ele enxergue a luz por trás das nuvens passageiras da vida terrena.

Reflexão da obra: "O reconforto não é a fuga do dever, mas a força necessária para cumpri-lo com alegria, sabendo que nenhum esforço no bem é perdido perante a Vida Eterna."

"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*

O Centro Espírita Allan Kardec é uma instituição que se mantém com as doações de seus associados e frequentadores. Pensando na comodidade de todos que desejam pagar suas mensalidades e/ou ajudar, temos duas modalidades: transferência ou depósito bancário e doação através do PAYPAL.

Para depósito ou transferência



Agência: 2736-7
Conta: 229718-3

Usando Paypal



Entre no site do CEAK no endereço:
ceallankardec.org.br
e clique no link DOAÇÕES

CHAVE_PIX: 33267477/0001-97

VENHA CONHECER O SITE DO CEAK

No site você vai encontrar vídeos, aulas, palestras, estudos, livros para download, programação da Casa e todas as edições da Revista O CAMINHO.

ceallankardec.org.br

Não deixe de CURTIR a página do CEAK no Facebook.

www.facebook.com/ceakcopacabana

UTILIDADE PÚBLICA

O **CEAK COPACABANA** colabora com a divulgação dos serviços de utilidade pública para aqueles que se encontram mergulhados no desespero, ansiedade, depressão, vícios e/ou dependências químicas, contribuindo para a prevenção e o combate ao suicídio, seja ele de forma direta ou não.

Assim, além do **Atendimento Fraterno** pelo telefone **(21) 2549-9191**, também divulgamos os contatos das importantes instituições:

Centro de Valorização da Vida (CVV): cvv.org.br – **Ligue 188**;

Alcoólicos Anônimos (AA): aa.org.br – **Ligue: RJ (21) 22533377 – Demais Estados.**

Narcóticos Anônimos: na.org.br – **Rio de Janeiro – Demais Estados.**

Neuróticos Anônimos: Central: neuroticosanonimos.org.br – **RJ: enaerj.org.br**

Visite a página do CEAk no Facebook!!!

Clique no link abaixo:

facebook.com/profile.php?id=100006805355954

Siga o CEAk no Instagram:

instagram.com/ceak.copa/



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

Senha fazer parte do



CLUBE DO LIVRO
ESPÍRITA

AMÉLIE BOUDET

*Receba um livro espírita
todo mês, por apenas
R\$ 35,00 mensais,
incluindo frete.*

PIX

sabedde2022@gmail.com

**Informações adicionais
WhatsApp (21) 99447-9666**



PENSAMENTOS. Com Éder Andrade

As Dores do Espírito

Numa sociedade globalizada, as informações circulam mais livremente e em tempo real. Tomamos facilmente conhecimento de que determinados transtornos mentais, como a depressão, estão entre as doenças que mais podem incapacitar o indivíduo no século XXI. Sob uma visão holística, já fomos alertados por diversos benfeitores espirituais de que esse sintoma pode ser um reflexo de experiências de encarnações passadas que vêm despertando na atual existência física.

As mais terríveis tentações decorrem do fundo sombrio de nossa individualidade, assim como o lodo mais intenso, capaz de tísar o lago, procede do seu próprio seio.¹

Podemos dizer que a reverberação de lembranças mal resolvidas, que se encontram em nosso inconsciente, começa a acenar como uma necessidade de autoconhecimento e de um trabalho de Reforma Íntima. Existem essas lembranças internalizadas e adoecidas, que precisam ser tratadas terapeuticamente e, se possível, aceitas como parte da nossa história.

Nas raízes de nossas tendências encontramos as mais vivas sugestões de inferioridade.¹

Quando estudamos um pouco mais a fundo as questões do espírito em sua escalada evolutiva, percebemos que a dor moral pode ser terapêutica, pois consegue tirar o indivíduo de sua zona de conforto. Mesmo quando decorrente de atraso evolutivo ou imaturidade, a dor pode fazer com que o indivíduo se veja obrigado a reagir e a fazer algo para se libertar do desconforto interior, da sensação de vazio existencial ou de uma dor inexplicável, que desperta e exige que algo seja feito para promover uma mudança em seus sentimentos.

“Afinal, nem toda dificuldade que enfrentamos nos dias atuais está necessariamente relacionada ao nosso passado. Existem também as questões próprias do processo evolutivo de um planeta que, gradualmente, deixa de ser um mundo de provas e expiações para se tornar um mundo de regeneração.”

A Doutrina Espírita procura elucidar a possível natureza desses sentimentos contraditórios, oferecendo consolação à medida que acolhe, sem a pretensão de apresentar uma solução mágica para os acontecimentos.

Sabemos que todo sofrimento tem um momento para terminar, principalmente essa dor que, segundo a perspectiva espírita, pode refletir antigas experiências de outras existências, exigindo do próprio indivíduo uma atitude de reparação ou até mesmo de auto perdão.

Deus, em Sua sabedoria, permite que, à medida que vamos amadurecendo espiritualmente, nosso inconsciente vá liberando antigas lembranças de outras encarnações que, por diversos motivos, não tivemos condições de resolver no momento em que ocorreram. Esses registros permanecem armazenados no inconsciente do espírito, para um dia virem à tona.

Pela mediunidade de Chico Xavier, o espírito Emmanuel nos deixou muitas informações para nosso estudo e reflexão:

O erro de uma encarnação passada pode influir na encarnação presente, predispondo o corpo físico às doenças? De que modo?

A grande maioria das doenças tem a sua causa profunda na estrutura semimaterial do corpo espiritual. Havendo o Espírito agido erradamente, nesse ou naquele setor da experiência evolutiva, vinca o corpo espiritual com desequilíbrios ou distonias que o predisponem à instalação de determinadas enfermidades, conforme o órgão atingido.²

Alguns autores espíritas são enfáticos em afirmar que, apesar dos estímulos externos, existem vinculações internas que trazemos em nosso inconsciente, como nos diz Jorge Andréa, quando se refere aos escaninhos do inconsciente em seus livros *Psicologia Espírita I e II*. Ele fala de memórias armazenadas que, um dia, voltam à tona.

Isso nos remete à música *Revelação*, cantada pelo artista Fagner, quando canta:

*Quando a gente tenta
de toda maneira
Dele se guarda
Sentimento ilhado,
morto, amordaçado
Volta a incomodar*

De uma maneira romanceada, estamos nos reportando a uma memória, a um sentimento que gostaríamos de esquecer, mas que não é possível apagar da forma como imaginamos.

Divaldo Franco, em sua coleção *Série Psicológica Joanna de Ângelis*, diz que existem registros de lembranças adoecidas em regiões do nosso inconsciente, que acabam atraindo o espírito imprevidente:

*[...] enquanto outros são empurrados para os porões do inconsciente, sendo vítimas de terríveis alucinações, que os desvairam.*³

Muitas figuras de linguagem servem para melhor explicar ou elucidar as lembranças de outras encarnações que trazemos em nosso inconsciente e que podem despertar a partir de um estímulo externo, funcionando como um gatilho para nos levar novamente a velhos arrastamentos e inclinações.

Essas lembranças, ou *zonas de remorso*, como muitos dizem, são núcleos ou arquivos dos quais todos nós somos portadores. Diversos autores espíritas os nomeiam de diferentes formas, buscando uma maneira didática de explicar que as enfermidades das quais somos portadores podem refletir, de alguma forma, nossas recordações, lembranças e emoções de outras existências que ainda não foram resolvidas e que podem nos levar ao adoecimento do corpo físico em razão do desequilíbrio que provocam espiritualmente.

Os consultórios de psicoterapia estão cheios de pacientes que buscam uma explicação para as síndromes das quais são portadores e para as dificuldades que não conseguem superar. Afinal, nem toda dificuldade que enfrentamos nos dias atuais está necessariamente relacionada ao nosso passado. Existem também as questões próprias do processo evolutivo de um planeta que, gradualmente, deixa de ser um mundo de provas e expiações para se tornar um mundo de regeneração.

Referências

1. XAVIER, Francisco Cândido. *Fonte Viva* (1956) — Emmanuel. Cap. 110 (*Vigiemos e Oremos*). Ed. FEB.
2. XAVIER, Francisco Cândido. *Verdade e Amor* (2015). Cap. 18: *A Doença e a Justiça* — item 2. Ed. FEB/CEU.
3. FRANCO, Divaldo Pereira. *Conflitos Existenciais* (2014). Cap. 12 — *Dependências (vícios)*. Ed. LEAL.

Fonte:

Colaboração de Éder Andrade, do Centro O CONSOLADOR Comunidade Espírita Cristã, para a Revista O Caminho



VISÃO ESPÍRITA

A Síndrome do Terceiro Homem segundo o Espiritismo

A [Síndrome do Terceiro Homem](#) (ou Fator do Terceiro Homem) é um fenômeno psicológico em que uma pessoa em situação de extremo perigo, isolamento ou risco de morte sente a presença invisível de um "companheiro" que oferece apoio, conforto ou orientações para sobreviver.

Como o fenômeno se manifesta:

- Sensação real:

A pessoa afetada sente claramente que há outra pessoa ao seu lado, conversando ou ajudando.

- Momentos limite:

Ocorre durante situações de alto estresse, como tempestades em alto mar, acidentes graves ou escaladas solitárias em montanhas.

- Alívio do medo:

A presença traz calma e reduz o pânico, dando forças para continuar lutando pela sobrevivência.

Explicações para a ocorrência

- Mecanismo de defesa da mente:

Psicólogos acreditam que seja um recurso de proteção do cérebro. Ele cria uma figura de apoio para aguentar o desespero e a solidão extrema.

- Efeitos físicos no corpo:

Condições como falta de oxigênio, frio intenso, exaustão física ou distúrbios metabólicos, tais como desidratação, baixa glicose no sangue, hipertermia, podem alterar a percepção sensorial. E, assim, atribuem a uma alucinação, da mesma forma que a mediunidade e/ou as percepções extrassensoriais são, pela ciência acadêmica convencional, materialista, consideradas doenças mentais, tais como esquizofrenia, ou então formas específicas de epilepsias.

Sir [Ernest Shackleton](#), em seu livro "[South: The Endurance Expedition](#)" de 1919, descreveu sua crença de que um companheiro incorpóreo se juntou a ele e seus homens durante a etapa final de sua jornada na Antártida, no navio [Endurance](#), em 1914.

Em maio de 1916, Shackleton, Frank Worsley e Tom Crean caminharam por 36 horas seguidas em terrenos nevados e montanhosos desconhecidos para buscar socorro. Shackleton escreveu que sentia claramente que eram quatro pessoas marchando, e não três. No final, todos os 27 tripulantes e 1 clandestino se salvaram, além dos 69 cães e 1 gata chamada Sra. Chippy, conforme consta na fonte consultada ([BBC](#))

Mais tarde, Worsley e Crean confessaram, sem que tivessem combinado antes, que também tiveram a mesma sensação de presença extra ao lado deles.

Sua admissão resultou em outros sobreviventes de extrema dificuldade se apresentando e compartilhando experiências semelhantes.

As linhas 359 a 365 do poema modernista de [T. S. Eliot](#) de 1922, [The Waste Land](#), foram inspiradas na experiência de Shackleton, conforme declarado pelo autor nas notas incluídas na obra. É a referência ao "terceiro" neste poema que deu nome a esse fenômeno (quando poderia ocorrer até mesmo para uma única pessoa em perigo):

Quem é o terceiro que caminha sempre ao seu lado?

Quando eu conto, só há você e eu juntos

Mas quando eu olho para a frente na estrada branca

Sempre tem outro caminhando ao seu lado

Deslizando envolto em um manto marrom, encapuzado

não sei se homem ou mulher

- Mas quem é esse do outro lado?

No romance de ficção para jovens adultos de 2005 de [Geraldine McCaughrean](#), "[A Escuridão Branca](#)" ("[The White Darkness](#)"). Neste livro, a heroína adolescente, Sym, se junta a uma expedição antártica condenada.

Abandonada e perdida, ela é guiada para um local seguro por um "terceiro homem", seu amigo imaginário, [o capitão Lawrence Oates](#). Nitidamente inspirado pela história real do explorador britânico [Ernest Shackleton](#) na Antártida.

"[A Escuridão Branca](#)" ("[The White Darkness](#)") é o quarto livro de não ficção do jornalista americano [David Grann](#). O livro foi lançado em 30 de outubro de 2018 pela Doubleday. Apesar do título homônimo da obra ficcional de [Geraldine McCaughrean](#).

Este livro de David Grann é uma pequena obra documentária, baseada em fatos reais, dedicada às aventuras do explorador e tenente-coronel do Exército Britânico [Henry Worsley](#), que fez parte de uma expedição em 2009, quando refizeram os passos de [Ernest Shackleton](#) na Antártida.

Foi nesta missão que Worsley acabou por sofrer dificuldades técnicas, tendo contraído infecção e morrido de peritonite bacteriana, apesar de ter sido resgatado e operado.

Sky Watcher, Observador do Céu, Observador Celeste, é um conceito também inserido nesta temática, supostamente ficcional, com origem na [psicologia antropológica](#), existente em diferentes antigas culturas e civilizações.

O termo na mitologia refere-se às divindades, seres ou figuras ancestrais encarregadas de vigiar os céus, as estrelas e o cosmos.

Não confundir com os [Observadores](#) (ou Vigilantes), que, no cânone do Antigo Testamento, conforme [Daniel 4:13, 17, 23](#).

Segundo o [Primeiro Livro de Enoque](#) (versão etíope), apócrifo, eles decaíram e geraram os [Nefilins](#) com humanas, além de ensinarem sabedorias até então proibidas à humanidade primitiva, cuja degeneração culminou com o Dilúvio.

Povos antigos criaram mitos sobre esses guardiões celestes para explicar os fenômenos astronômicos e a ordem do universo:

- [Heimdall \(Mitologia Nórdica\)](#):

O deus guardião que vigiava a Bifrost (a ponte do arco-íris) e conseguia ver e ouvir tudo o que acontecia sob os céus e na Terra.

- [As Zoryas \(Mitologia Eslava\)](#):

Deusas guardiãs do céu que vigiavam os portões celestes e as constelações para proteger o mundo.

- [Boötes / Arctophylax \(Mitologia Grega\)](#):

A constelação associada ao "Observador do Urso", que vigia os céus perto da Ursa Maior.

- [Povos Indígenas e Ancestrais](#):

Muitas culturas, como os maias e povos nativos norte-americanos, viam o ato de vigiar as estrelas como uma conexão sagrada com os deuses e ancestrais. Não confundir com [skin-walker](#), demônios da cultura [Navajo](#).

Portanto, como vimos acima, desde a Antiguidade, em situações extremas de perigo, individual ou em grupo, um ser supostamente imaginário, criado pelo medo da morte, projetaria uma figura conhecida, ou uma divindade, um guia protetor, ou assemelhado, que na verdade seria o “terceiro elemento” da situação, sendo responsável pela resiliência e sobrevivência de quem está em perigo, seja ele individual ou em grupo.

À parte das considerações tradicionais, materialistas da ciência acadêmica convencionam, que seriam projeções mentais e/ou efeito de condições térmicas (calor e/ou frio excessivos), orgânicas (fome, hipoglicemia, desidratação), somando-se o instinto [arquetipal](#) de sobrevivência, temos a interpretação espírita da questão.

E se, de fato, verdadeiramente, existir o “Terceiro Homem”, não como alucinação, projeção, efeito de estado metabólico e/ou mental alterado, mas um espírito, um guia, um protetor?

Na Doutrina Espírita não faltam exemplos disto, de irmãos ou irmãs desencarnados exercendo justamente a função de [guias espirituais](#), protetores.

É bem conhecido o conceito de que cada ser encarnado tem consigo um companheiro/a espiritual pré-programado, como bem descrito em diversas referências, não só espíritas, mas pré-existent à Codificação de Kardec, tanto na cultura judaica quanto cristã, bem como no islamismo, nas quais encontramos a citação do assim chamado “[anjo da guarda](#)”.

Espírito guia ou mentor espiritual é, segundo a [Doutrina Espírita](#), um espírito encarregado de acompanhar o ser humano encarnado, orientando e auxiliando durante a sua vida terrena. Trata-se, segundo os espíritas, do [anjo da guarda](#) presente na tradição.

É Espírito controlador.

Espírito que, em missão junto a um médium, responsabiliza-se espiritualmente pelos destinos das produções mediúnicas do mesmo, ordenando um uso disciplinado e seguro para um rendimento maior dos trabalhos.

Um Espírito-Guia deseja sempre o bem do médium e procura orientá-lo de modo que cumpra a sua missão da melhor maneira possível.

“Dicionário de Filosofia Espírita”, L. Palhano Jr.

Conforme consta no livro *“Reforma Íntima: A evolução em fase regenerativa”*, de Cairbar Schutel, psicografia de Abel Glaser e Adriana Glaser, no Capítulo 22, *“Médiuns e Mentores”*, onde amplamente aborda de forma bem didática esta inter-relação dos dois planos espirituais, encarnado e desencarnado, especificamente na questão dos guias espirituais e a sintonização, bem como o socorro fraterno em situações limítrofes e/ou de perigo, destacando-se as perguntas de 1 a 4 deste capítulo.

Em situações de perigo iminente, o socorro espiritual funciona como uma âncora de paz e proteção.

Ele se manifesta através da prece sincera, do controle mental e da sintonia com energias superiores, trazendo serenidade para agir com clareza e firmeza diante da crise.

Ou seja, sintonizar com as esferas superiores, nunca se entregando ao pânico, à perda de referências, o que em vez de resolver, sucumbirá quem estiver na situação emergencial. Nunca se entregar, desistir, pois a fé verdadeira não só é antagônica como também anula a perda antes mesmo da luta.

Lembrem-se, na Programação Divina, pré-encarnatória e voluntária, não se morre nem antes e nem depois desta mesma programação, porém ela não é lembrada estrategicamente quando reencarnamos, como bem já sabemos.

Segundo Jules Evans:

Uma emergência espiritual envolve o colapso repentino do ego habitual e da percepção normal da realidade, e a abertura para uma realidade diferente (que pode ser chamada de subconsciente, camada arquetípica, mundo dos sonhos, ou ainda o Si-mesmo ou Deus – é um movimento tanto descendente quanto ascendente).

Pode envolver uma forte sensação de conexão com todas as coisas, talvez uma transcendência do tempo, espaço e matéria, e um profundo senso de significado e admiração. E, também pode ser extremamente confusa, dolorosa, aterrorizante e perigosa, apresentando características semelhantes à psicose, como mania, inflação do ego, insônia, vozes, visões, incerteza ontológica e perturbação emocional. Mas, diferentemente de uma doença psicótica, pode ser uma transição para o crescimento, se conduzida com sensibilidade.

Em situações de perigo iminente, o socorro espiritual funciona como uma âncora de paz e proteção. Ele se manifesta através da prece sincera, do controle mental e da sintonia com energias superiores, trazendo serenidade para agir com clareza e firmeza diante da crise.

Ações Práticas no Momento do Perigo

- Respire fundo:

Use a respiração lenta para acalmar o corpo e focar no momento presente.

- Ore com fé:

Eleve um pensamento rápido ou uma prece a Deus ou aos protetores espirituais pedindo amparo e lucidez.

- Mantenha a firmeza:

Evite o pânico para não atrair vibrações de desespero e favorecer a intuição correta.

Formas de Apoio e Auxílio:

- Prece de proteção:

A vibração do pensamento elevado atrai correntes fluídicas benéficas e amparo.

- Acolhimento comunitário:

Centros religiosos e grupos de oração oferecem suporte moral e espiritual em momentos de grande aflição.

Concluimos, portanto, que a Síndrome ou o Fator do Terceiro Homem, segundo o Espiritismo, não se trata de uma manifestação mental e/ou orgânica de uma doença, seja ela causada por circunstâncias do momento crítico, bem como também não denota necessariamente enfermidades psiquiátricas e/ou neurológicas.

E, é claro, o termo “homem” é relativo, pois em se tratando de um espírito-guia, é agênero, apenas se apresentado com aparência masculina ou feminina de acordo com as próprias afinidades quando ainda encarnado ou, também, pela necessidade da circunstância, considerando-se a pessoa protegida e/ou ajudada, até mesmo com a aparência de familiar ou amizade, como vimos nos exemplos ficcionais cinematográficos acima citados.

Para o Espiritismo, é o Guia ou “Anjo da Guarda” que se manifesta de forma mais nítida nas situações de perigo, quando podemos dizer em que “não chegou ainda a “hora de partir” (desencarnar). Em caso contrário, este mesmo guia, ou “terceiro homem”, em vez de auxiliar para a sobrevivência, na verdade aguardaria para acolher o espírito de seu coligado, assim que desencarna.

Referências nos links ao longo do texto.

Fonte: _____

Eduardo Penna

Para a Revista O Caminho





ENSINAMENTOS DE EMMANUEL

Pensamento e Vida

Caros Irmãos e Irmãs, no mês de Agosto de 2025 concluímos a transcrição do Livro “[Canais da Vida](#)”, psicografia de [Francisco Cândido Xavier](#).

Neste mês de Setembro de 2025 iniciamos a transcrição do Livro “[Pensamento e Vida](#)”, psicografia do mesmo querido médium, do seu elevado mestre espiritual [Emmanuel](#), que aceitou Jesus. na sua 3ª encarnação, antes de morrer em Pompéia, em Nápoles, nos tempos da Roma Antiga. Esperamos que os ensinamentos de Emmanuel mais uma vez toquem os corações dos leitores e que seja uma leitura construtiva e modificadora para todos.

Obsessão

Observando-se a mediunidade como sintonia, a obsessão é o equilíbrio de forças inferiores, retratando-se entre si.

Fenômeno de reflexão pura e simples, não ocorre tão-somente dos chamados mortos para os chamados vivos, porque, na essência, muita vez aparece entre os próprios Espíritos encarnados a se subjugarem reciprocamente pelos fios invisíveis da sugestão.

A mente que se dirige a outra cria imagens para fazer-se notada e compreendida, prescindindo da palavra e da ação para insinuar-se, porquanto, ambientando a repetição, atinge o objetivo que demanda, projetando-se sobre aquela que procura influenciar.

E, se a mente visada sintoniza com a onda criadora lançada sobre ela, inicia-se vivo circuito de força, dentro do qual a palavra e a ação se incumbem de consolidar a correspondência, formando o círculo de encantamento em que o obsessor e o obsidiado passam a viver, agindo e reagindo um sobre o outro.

Não há, por isto, obsessão unilateral. Toda ocorrência desta espécie se nutre à base de intercâmbio mais ou menos completo.

Quanto mais sustentadas as imagens inferiores de um Espírito para outro, em regime de permuta constante, mais profundo o poder da obsessão, de vez que se afastam da justa realidade para o circuito de sombra em que entregam a mútuo fascínio.

É o mesmo que se verifica com a pedra quando em serviço de gravação. Quanto mais repetida a passagem do buril, mais entranhado o sulco destinado a perpetuar a minudência da imagem. Lembremo-nos, ainda, do disco comum, em cujas reentrâncias sutis permanecem os sons fixados para repetição à nossa vontade.

Muita vez a mente obsidiada se assemelha à chapa de ebonite, arquivando ordens e avisos do obsessor (notadamente durante o sono habitual, quando liberamos os próprios reflexos, sem o controle da nossa consciência de limiar), ordens e avisos que a pessoa obsessa atende, de modo quase automático, qual o instrumento passivo da experiência magnética, no cumprimento de sugestões pós-hipnóticas.

Quanto mais nos rendamos a essa ou àquela idéia, no imo de nós mesmos, com maior força nos convertemos nela, a expressar-lhe os desígnios. É assim que se formam estranhos desequilíbrios que, em muitas circunstâncias, concretizam moléstia e desalento, aflição e loucura, quando não plasmam a crueldade e a morte.

Toda obsessão começa pelo debuxo vago do pensamento alheio que nos visita, oculto.

Hoje é um pingo de sombra, amanhã linha firme, para, depois, fazer-se um painel vigoroso, do qual assimilamos apelos infelizes que nos aprisionam em turbilhões de trevas.

Urge, pois, que saibamos fugir, desassombrados, aos enganos da inércia, porque o espelho ocioso de nossa vida em sombra pode ser longamente viciado e detido pelas forças do mal que, em nos vampirizando, estendem sobre os outros as teias infernais da miséria e do crime.

Dar novo pasto à mente pelo estudo que eleve e consagrar-se em paz ao serviço incessante é a fórmula ideal para libertar-se de todas as algemas, pois que, na aquisição de bênçãos para o espírito e no auxílio espontâneo à vida que nos cerca, refletiremos sempre a Esfera Superior, avançando, por fim, da cegueira mental para a divina luz da Divina Visão.

Enfermidade

Ninguém poderá dizer que toda enfermidade, a rigor, esteja vinculada aos processos de elaboração da vida mental, mas todos podemos garantir que os processos de elaboração da vida mental guardam positiva influência sobre todas as doenças.

Há moléstias que têm, sem dúvida, função preponderante nos serviços de purificação do espírito, surgindo com a criatura no berço ou seguindo-a, por anos a fio, na direção do túmulo.

As inibições congeniais, as mutilações imprevistas e as enfermidades dificilmente curáveis catalogam-se, indiscutivelmente, na tabela das provações necessárias, como certos medicamentos imprescindíveis figuram na ficha de socorro ao doente; contudo, os sintomas patológicos na experiência comum, em maioria esmagadora, decorrem dos reflexos infelizes da mente sobre o veículo de nossas manifestações, operando desajustes nos implementos que o compõem.

Toda emoção violenta sobre o corpo é semelhante a martelada forte sobre a engrenagem de máquina sensível, e toda aflição animalhada é como ferrugem destruidora, prejudicando-lhe o funcionamento.

Sabe hoje a medicina que toda tensão mental acarreta distúrbios de importância no corpo físico.

Estabelecido o conflito espiritual, quase sempre as glândulas salivares paralisam as suas secreções, e o estômago, entrando em espasmo, nega-se à produção de ácido clorídrico, provocando perturbações digestivas a se expressarem na chamada colite mucosa.

Atingido esse fenômeno primário que, muita vez, abre a porta a temíveis calamidades orgânicas, os desajustamentos gastrintestinais repetidos acabam arruinando os processos da nutrição que interessam o estímulo nervoso, determinando variados sintomas, desde a mais leve irritação da membrana gástrica até a loucura de abordagem complexa.

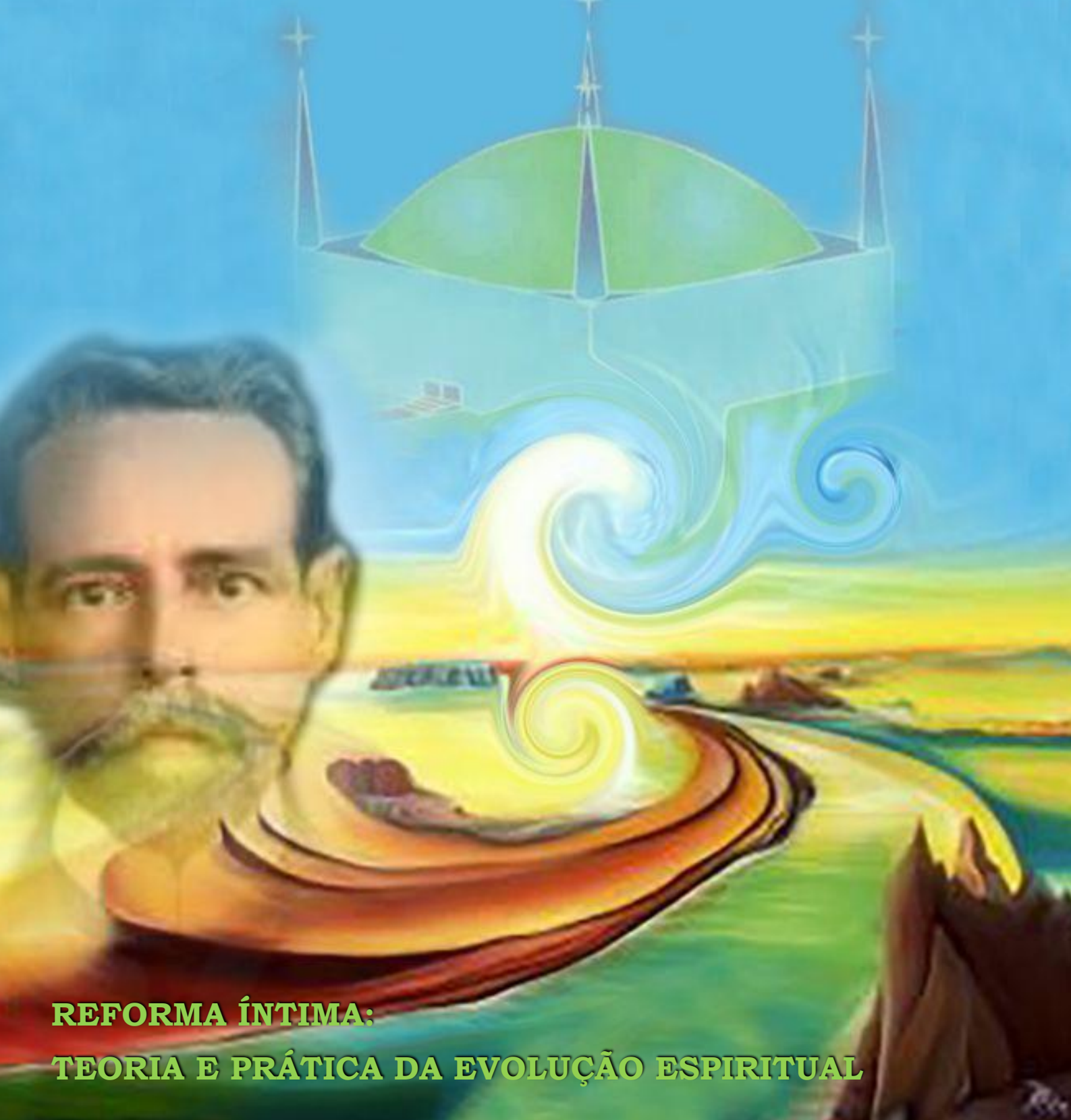
O pensamento sombrio adoece o corpo são e agrava os males do corpo enfermo.

Se não é aconselhável envenenar o aparelho fisiológico pela ingestão de substâncias que o aprisionem ao vício, é imperioso evitar os desregramentos da alma que lhe impõem desequilíbrios aviltantes, quais sejam aqueles hauridos nas decepções e nos dissabores que adotamos por flagelo constante do campo íntimo.

Cultivar melindres e desgostos, irritação e mágoa é o mesmo que semear espinheiros magnéticos e adubá-los no solo emotivo de nossa existência, é intoxicar, por conta própria, a tessitura da vestimenta corpórea, estragando os centros de nossa vida profunda e arrasando, conseqüentemente, sangue e nervos, glândulas e vísceras do corpo que a Divina Providência nos concede entre os homens, com vistas ao desenvolvimento de nossas faculdades para a Vida Eterna.

Guardemos, assim, compreensão e paciência, bondade infatigável e tolerância construtiva em todos os passos da senda, porque somente ao preço de nossa incessante renovação mental para o bem, com o apoio do estudo nobre e do serviço constante, é que superaremos o domínio da enfermidade, aproveitando os dons do Senhor e evitando os reflexos letais que se fazem acompanhar do suicídio indireto.





REFORMA ÍNTIMA: TEORIA E PRÁTICA DA EVOLUÇÃO ESPIRITUAL

Caros irmãos e irmãs,

Dando continuidade aos nossos Estudos de Reforma Íntima, pelos Ensinamentos da Doutrina, no mês de Junho de 2025 começamos uma nova etapa, com o Ciclo de Cairbar Schutel, após terminado o Primeiro Tomo, - *Fundamento da Reforma Íntima*, - que fizemos de Março de 2021 até Maio de 2025, prosseguimos com o Segundo Tomo.

O Estudo de Reforma Íntima é matéria fixa da Revista O Caminho, dada a sua importância para quem abraça verdadeiramente a Doutrina Espírita, pois é o sustentáculo teórico e prático, para que possa abrir as suas portas mentais e espirituais ao aprendizado evolutivo.

Apesar de já termos estudado os textos de Cairbar Schutel de Setembro a Novembro de 2017, agora continuamos a fazer uma nova abordagem, sistemática e completa.

SOLIDARIEDADE

- 311.** Solidariedade é um estado de espírito de quem se preocupa com o bem-estar alheio, com a harmonia coletiva e com o meio ambiente saudável. É mais que amor familiar, significando amor universal.
- 312.** A solidariedade, por quem a sente, gera uma intensa sensação de responsabilidade pelo próximo, seja de quem for impulsionando-o a auxiliar quem necessite, independentemente de qualquer ganho material.
- 313.** Cuida-se de uma forma moral, emoldurando um compromisso obrigacional do ser humano para com o seu semelhante, demonstrativo da grandeza de quem vive no mundo encarnado, ciente, por certo, da sua transitoriedade.
- 314.** O apático egoísta transforma sua existência num encaixe perfeito de cenário próprio, envolto pela proteção da bolha invisível, mas existente, da insensibilidade.
- Não se comove; não se emociona; não se sente culpado; não perfilha o menor remorso; não carrega desgosto; não se move, nem se abala; não derruba lágrimas; não se afeta intimamente; nada sente pelo ser humano que lhe é estranho.
- 315.** Metaforicamente, o egoísta, avesso à solidariedade, é um solífugo, pois adentra as trevas do materialismo puro, deslocando consigo camadas de malquerer, rebeldias incontroláveis, desvios morais percucientes e desgostos íntimos ocultos.
- Mas o egoísmo tem duas polpas, sendo a mais densa quando voltada ao desconhecido e a mais tênue dirigida a entes próximos.
- 316.** Seres egoístas podem amar seus familiares e amigos, até mesmo podem ajudá-los, nos limites de seu próprio mundo egoísta.
- 317.** Seres egoístas, entretanto, não dominam a arte de conhecer o mundo além de suas próprias fronteiras; e o que se passa no quintal de seu vizinho lhe é matéria completamente estranha, como se fosse outra dimensão, um outro estágio de uma vida diferente.
- 318.** O encarnado somente abranda seu coração e purifica sua alma, tornando-se autenticamente solidário.
- 319.** Ser solidário implica, necessariamente, viver não somente para si, mas para os outros. Pensar não somente em si, porém na humanidade.
- Desenvolver seu trabalho em âmbitos mais vastos do que a justa medida da percepção do salário.
- Ampliar os seus horizontes, não somente vendo, mas enxergando quem são as pessoas existentes no seu cotidiano.
- 320.** Ser solidário demanda assumir a responsabilidade de não permitir que a desgraça alheia passe ao largo do seu coração, sem ao menos espinhar a sua alma, provocando-lhe dor.
- 321.** A solidariedade reclama o exercício do perdão incessante, pois somente desse modo cada encarnado conseguirá amar o seu semelhante.
- 322.** Atingir o patamar mínimo da solidariedade possível faz supor o surgimento de gestos descompromissados de amor e compaixão.
- A certeza da vida espiritual é a chave maior para o incentivo à solidariedade, afinal fosse a vida material a barreira final da existência humana, o amor seria circunscrito a um palco pífio de poucos atores e histórias pobres de argumentos e narrativas
- 323.** O exercício da solidariedade é o melhor instrumento de pugna contra os fatores mais intensos de desgaste da progressão espiritual e de derrota da reforma íntima: o egoísmo e o materialismo.

324. O solidário é um vencedor na trilha cristã, pois incapaz de sentir ódio.

Sua meta é a satisfação do seu semelhante, algo que só se cultiva com amor.

325. É impotente para sentir inveja, visto ser coautor de sucesso alheio, algo que lhe traz felicidade e paz.

326. É débil para o ciúme, vez que o sentimento de posse de coisas e pessoas somente pode ferir e lesar sentimentos alheios, o que não lhe perfaz o horizonte.

327. É inabilitado para a raiva, para a cólera, para a irritabilidade, pois, antes disso tudo, é humilde o suficiente para clamar por ajuda.

328. O solidário autêntico sabe dar e receber, sem cláusulas ou barreiras.

329. A solidariedade é mistura fundamental na mágica poção da felicidade humana, apta, inclusive, a compreender que as desgraças inevitáveis alheias são frutos do Saber Maior, de Vontade Superior, da Força Divina.

Assim sendo, qualquer perda, qualquer dissabor, qualquer derrota não é capaz de afastar do coração solidário a proposta de se sentir responsável por si e pelos outros, na exata medida das suas forças.

330. A compreensão da dupla existência dos seres, ora na matéria, ora na espiritualidade, fomenta a abertura da visão para que se enxergue o mundo ao redor, buscando satisfação no auxílio, no apoio, na criação de maíons (Primaveras) e momentos de alegria ao próximo.

331. O solidário visualiza ao seu redor somente *família, amor e interligação*.

Sabe que o desvalido estranho, ao bater à sua porta, pode, um dia, ter sido seu irmão de sangue.

Sabe também que o desafeto, de tantos gestos hostis, pode sinalizar a angústia de uma aproximação repelida, nesta ou em outra vidas.

Sofrer pela desventura alheia é sinal de compaixão, base estrutural da solidariedade.

332. A prática da reforma íntima deve incentivar a abertura do coração, a baixa da guarda e a ativação da sensibilidade próspera pelo zelo com o semelhante.





ARTIGO

A Nova Geração citada por Kardec é a Geração Z?

As promessas de regeneração e os desafios do presente

A humanidade atravessa períodos de transição que se manifestam, de maneira muito clara, nas características das gerações que se sucedem. Cada grupo etário traz consigo tendências morais, intelectuais e comportamentais que refletem não apenas influências socioculturais, mas sobretudo o estágio evolutivo dos Espíritos que reencarnam em determinada época. À luz do Espiritismo, nenhuma geração é fruto do acaso. Ela expressa, antes de tudo, um movimento profundo da Lei de Progresso.

Nos últimos anos, muito se tem falado da chamada Geração Z, composta, em linhas gerais, pelos nascidos entre meados da década de 1990 e o início da década de 2010. São os jovens plenamente inseridos no mundo digital, marcados pela conectividade permanente, pela rapidez das informações e por novas formas de interação social. Entretanto, sob o olhar espírita, a análise dessa geração não pode restringir-se a fatores sociológicos. É necessário confrontar suas tendências com os parâmetros espirituais delineados por Allan Kardec, especialmente em *A Gênese*, quando trata da "nova geração" destinada a promover a regeneração da Terra.

Kardec afirma que a transformação moral do planeta não se dará por cataclismos físicos, mas pela substituição gradual dos Espíritos que aqui habitam. Os mais endurecidos no mal cedem lugar àqueles mais inclinados ao bem. Essa nova geração, segundo ele, caracteriza-se pela predominância de sentimentos de fraternidade, justiça e solidariedade. Não se trata de perfeição, mas de uma inclinação moral mais elevada.

“Em última análise, a verdadeira nova geração não é definida por data de nascimento, mas por estado de consciência. Espíritos regenerados podem reencarnar em qualquer época; o que os distingue é a predominância do amor sobre o egoísmo. Que a juventude atual, com sua energia e criatividade, aceite o convite da espiritualidade para aprofundar as suas conquistas morais.”

Diante disso, cabe perguntar: a Geração Z corresponde, de fato, a essa nova geração anunciada pelo Codificador?

É inegável que muitos jovens atuais revelam sensibilidade social acentuada. Observa-se maior abertura ao diálogo sobre direitos humanos, inclusão, diversidade e preservação ambiental. A preocupação com causas coletivas é, sem dúvida, um traço que pode ser interpretado como avanço moral. Em diversos contextos, nota-se menor tolerância a preconceitos outrora naturalizados. Tal postura pode indicar Espíritos que já não se ajustam às velhas estruturas de dominação e exclusão.

Contudo, a análise não pode ser ingênua. Ao lado dessas virtudes, evidenciam-se tendências preocupantes. A cultura da superficialidade, alimentada pela lógica das redes sociais, estimula a busca incessante por aprovação e visibilidade. A identidade, muitas vezes, constrói-se mais pela imagem projetada do que pela essência cultivada. A impaciência, a dificuldade de lidar com frustrações e o imediatismo são traços frequentemente associados a essa geração.

Do ponto de vista espírita, tais características revelam Espíritos ainda fortemente vinculados ao personalismo e ao orgulho.

A necessidade constante de reconhecimento externo denuncia carência de autoconhecimento e de interiorização. A nova geração descrita em *A Gênese* não se define por habilidades tecnológicas ou por discursos progressistas, mas por uma efetiva transformação moral. Kardec é claro ao afirmar que esses Espíritos trarão, como marca distintiva, a predominância do bem sobre o mal em suas inclinações.

Outro aspecto digno de reflexão é a relação da Geração Z com a autoridade e a tradição. Se, por um lado, o questionamento crítico pode ser saudável e compatível com o espírito de progresso, por outro, observa-se, em certos casos, rejeição sistemática de valores consolidados, sem a devida análise ponderada. A crítica torna-se, por vezes, reativa e emocional, não construtiva.

A nova geração, segundo Kardec, distinguir-se-á pela racionalidade aliada à moralidade. Não será uma geração de rebeldia vazia, mas de renovação consciente.

A espiritualidade não se mede pela adesão a modismos ideológicos, mas pela vivência efetiva do amor ao próximo. É nesse ponto que a Geração Z enfrenta seu maior desafio. Embora conectada globalmente, ela experimenta índices elevados de solidão, ansiedade e depressão.

A hiperconectividade não tem sido sinônimo de comunhão real. Do ponto de vista espírita, tal fenômeno pode ser interpretado como consequência do afastamento das leis divinas inscritas na consciência.

A nova geração de que fala Kardec terá maior intuição do bem e mais facilidade em compreender as leis morais. Isso não significa ausência de provas ou conflitos, mas uma disposição interior mais harmonizada com o Evangelho.

Quando analisamos comportamentos marcados por intolerância nas redes, cancelamentos impiedosos e julgamentos sumários, percebemos que ainda há forte presença de paixões inferiores.

Não se trata de condenar a Geração Z, mas de situá-la no contexto evolutivo. Cada Espírito reencarna trazendo consigo conquistas e imperfeições. É possível que muitos dos que hoje compõem essa geração sejam, de fato, Espíritos comprometidos com a transição planetária, mas ainda imaturos em determinados aspectos. A regeneração não ocorre de forma homogênea; ela é gradual e complexa.

Há, entretanto, sinais promissores. A valorização da saúde mental, por exemplo, indica maior reconhecimento das dimensões subjetivas da existência. Ainda que muitas abordagens se limitem ao campo psicológico, abre-se espaço para reflexões mais profundas sobre sentido de vida, propósito e equilíbrio interior. O Espiritismo pode e deve dialogar com essas inquietações, oferecendo visão integral do ser humano, como Espírito imortal em processo de aperfeiçoamento.

Outro traço relevante é a busca por autenticidade. Muitos jovens rejeitam padrões artificiais e aspiram a coerência entre discurso e prática. Essa inclinação pode ser canalizada para o esforço de reforma íntima, princípio fundamental da Doutrina Espírita. Contudo, quando a autenticidade se confunde com a exaltação irrestrita dos próprios desejos, perde-se o referencial ético. A liberdade, ensinada por Kardec, está sempre vinculada à responsabilidade.

É necessário recordar que, em *A Gênese*, Kardec não idealiza a nova geração como composta exclusivamente por Espíritos superiores. Ele afirma que haverá mistura, mas com predominância dos melhores. Portanto, não se deve esperar perfeição coletiva, mas tendência majoritária ao bem. Se a Geração Z ainda apresenta fortes traços de materialismo, hedonismo e individualismo, isso indica que o processo de transição permanece em curso.

A crítica espírita, contudo, deve ser construtiva. Não cabe adotar postura meramente moralista, desconsiderando os condicionamentos culturais e tecnológicos que moldam comportamentos. A educação espírita, inspirada no Evangelho, precisa oferecer referenciais sólidos sem cair em condenações estereis. O jovem da Geração Z necessita de diálogo, não de rótulos.

Sob o prisma reencarnatório, é possível que muitos desses Espíritos tenham participado de movimentos sociais e científicos em existências passadas, retornando agora com maior capacidade intelectual. A facilidade com a tecnologia pode refletir experiências pretéritas de vanguarda. Entretanto, a inteligência, desacompanhada de moralidade, não garante progresso verdadeiro. Kardec enfatiza que o avanço intelectual pode preceder o moral, mas este é o que define a verdadeira superioridade.

Se desejamos identificar sinais autênticos da nova geração regeneradora, devemos observar atitudes concretas: capacidade de perdoar, disposição para servir, honestidade nas relações, humildade diante do erro. Esses são os critérios estabelecidos pelo Espiritismo. A mera adesão a discursos de transformação social não substitui a vivência do amor.

A Geração Z possui potencial extraordinário. Cresceu em um mundo globalizado, com acesso amplo à informação e maior consciência das interdependências planetárias. Tal contexto favorece a compreensão da fraternidade universal ensinada pelos Espíritos. Todavia, o risco de dispersão e superficialidade é igualmente grande. O excesso de estímulos dificulta a interiorização, elemento essencial ao progresso espiritual.

É imperioso que as instituições espíritas reflitam sobre sua responsabilidade diante dessa geração. Métodos excessivamente formais e linguagem distante da realidade juvenil tendem a afastar aqueles que poderiam contribuir decisivamente para a renovação do movimento espírita. A fidelidade doutrinária não exige rigidez pedagógica, mas clareza de princípios aliada à sensibilidade cultural.

Ao confrontar a Geração Z com os parâmetros de *A Gênese*, percebemos que ela ainda não representa plenamente a geração regeneradora descrita por Kardec. Contudo, apresenta indícios de transição. Há sementes de fraternidade e justiça que precisam ser cultivadas. Há também sombras de orgulho e vaidade que necessitam ser trabalhadas pela experiência e pelo esclarecimento.

A visão espírita convida à esperança responsável. Nenhuma geração está perdida, assim como nenhuma está pronta. Todos somos Espíritos em aprendizado. A regeneração da Terra depende da transformação individual, multiplicada coletivamente. Se a Geração Z aprender a utilizar sua conectividade para promover o bem, a empatia e a solidariedade reais, poderá aproximar-se do ideal traçado pelo Codificador.

Em última análise, a verdadeira nova geração não é definida por data de nascimento, mas por estado de consciência. Espíritos regenerados podem reencarnar em qualquer época; o que os distingue é a predominância do amor sobre o egoísmo. Que a juventude atual, com sua energia e criatividade, aceite o convite da espiritualidade para aprofundar as suas conquistas morais.

Somente assim poderemos afirmar, com serenidade, que estamos diante da geração anunciada por Kardec: não a geração da aparência, mas a geração do coração renovado; não a geração do ruído digital, mas a geração da consciência desperta; não a geração da crítica estéril, mas a geração da caridade operante. A Terra de regeneração começará quando cada jovem - e cada adulto - assumir, em si mesmo, o compromisso inadiável de ser melhor hoje do que foi ontem.

Referência: [A Gênese. Allan Kardec.](#)

(Imagens baseadas no artigo original)

Fonte:

André Luiz Rabello

[Revista Internacional de Espiritismo – Julho 2026](#)





ARTIGO

Aos Refratários à Domesticação

Guardai-vos dos cães...

Paulo¹

É uma cena muito comum observarmos o inútil ataque dos cães às rodas dos veículos que transitam pelas vias.

O ataque guarda relação com o *movimento*: se o carro para, o cão cessa a agressão.

Guardadas as devidas proporções, tal acontece, também, com a grande mole humana em demanda de esferas mais altas!...

Quem prossegue caminho afora magnetizado pelo devotamento do Condutor Divino, é assediado pela matilha da ignorância, da perversidade, da má-fé...

Naturalmente, ao escrever aos filipenses, o *vidente de Damasco* não se reportava ao cão domesticado, amigo, *símbolo da ternura e fidelidade*... Mencionava os *cães selvagens, impulsivos, ferozes*...

Em nossa árdua marcha evolutiva, não estamos livres dos ataques dos adversários sistemáticos do bem, que personificam esses cães mencionados por Paulo.

Segundo o nobre Espírito amigo, guia de Francisco Cândido Xavier, em sua fúria gratuita, esses adversários:

Atassalham reputações dignas.

Estimam a maledicência.

Exercitam a crueldade.

Sentem prazer com a imposição tirânica que lhes é própria.

Desfazem a conceituação elevada e santificante da vida.

Desarticulam o serviço dos corações bem-intencionados.

(...)

Vomitam impropérios e calúnias.

Perturbam a paz dos servos operosos e fiéis.

E, quando se enviscam no ódio ou na cólera, pobres daqueles que se aproximam, generosos e confiantes!²

Por sua vez, o Espírito Lázaro define a estratégia Divina para a *domesticação* dessas infelizes criaturas:

(...) ai daquele que cerra o seu entendimento! Ai dele! porquanto nós, que somos os guias da Humanidade em marcha, lhe submeteremos a vontade rebelde, por meio da dupla ação do freio e da espora.(...)³

Emmanuel ensina-nos o posicionamento sadio-cristão ante esses infelizes-infelicitadores:

É para esse gênero de irmãos que Paulo solicita de nós outros a conjugação do verbo guardar.

Para eles, pobres prisioneiros da incompreensão e da ignorância, resta somente o processo educativo, no qual podemos cooperar com amor, competindo-nos reconhecer, contudo, que esse recurso de domesticação procede originariamente de Deus.²

Referências:

1. BÍBLIA, N. T. Fil. Português. *O Novo Testamento*. Tradução de João Ferreira de Almeida. Rio de Janeiro: Imprensa Bíblica Brasileira, 1966. cap. 3, vers. 2.
2. XAVIER, Francisco Cândido. *Fonte Viva*. Pelo Espírito Emmanuel. Rio de Janeiro: FEB, 1985. cap. 145.
3. KARDEC, Allan. *O Evangelho Segundo o Espiritismo*. Rio de Janeiro: FEB, 2001. cap. IX, item 8.

Fonte:

Rogério Coelho

[Mundo Espírita - Junho 2026](#)



PROGRAMAÇÃO DE ESTUDOS:

ESTUDO SISTEMÁTICO 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.

TURMAS:

Início: Início de nova turma de ESDE em 18 de março de 2025

Horário: Todas as terças-feiras das 20:00h às 21:30h.

Local: Presencial – Av. N. S. Copacabana 583 Sala 1006

Inscrições: pelo email: ceakcopacabanarj@gmail.com

Início: Teve início nova turma de ESDE em 17 de setembro de 2024

Horário: Todas as terças-feiras das 19:00h às 20:15h.

Local: Google Meet

Inscrições: pelo email: ceakcopacabanarj@gmail.com

GRUPO DE ESTUDOS – OBRAS BÁSICAS DE ALLAN KARDEC

O estudo da segunda obra dos cinco livros da Codificação Espírita - O Livro dos Médiuns - foi concluído.

No dia 18 de junho deste ano, iniciou-se o estudo de “O Evangelho Segundo o Espiritismo”. Esta obra foi publicada em Paris em 15 de abril de 1864, tendo como principal enfoque o ensino moral contido nos Evangelhos à luz da doutrina espírita

Horário: Todas as Quartas-feiras das 18:00hs às 19:00hs.

Local: Google Meet

Inscrições: pelo email: ceakcopacabanarj@gmail.com

INFORMAÇÕES:

- ❖ Pelo telefone: [\(21\) 2549-49149](tel:(21)2549-49149), de Segunda a Sexta-feira, das 18:00hs às 20:00hs
- ❖ Pelo e-mail ceak@ceallankardec.org.br;
- ❖ Ou mesmo procure qualquer trabalhador da casa.

NOTA

Este grupo de estudos está aberto a todos os irmãos interessados, sem necessidade de ter concluído outros cursos.

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-cronológica>
- ❖ Livros da Codificação e de Outros Autores Espirituais – Disponíveis para download na [página de Livros](#) do [Portal do CEAK](#).
- ❖ **Revista Espírita – Editada por Allan Kardec** – Disponível para download também na [página de Livros](#) do [Portal do CEAK](#).

BIBLIOTECA

Aberta de 3ª a 5ª, das 16:00 às 18:00 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.

VENHA CONHECER O NOVO SITE DO CEAJ!!!



EVANGELIZAÇÃO

Nossas reuniões ocorrem aos sábados, das 14:30h às 15:45h no CEAJ, nas salas 1005 e 1006. A Evangelização espírita Infante-Juvenil é para crianças e jovens entre 5 e 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 [\(21\) 2549-4949](tel:(21)2549-4949), das 18:00 às 20:00 horas, de segunda a sexta-feira, pelo nosso site <https://ceallankardec.org.br>, ou nosso endereço eletrônico ceakcopacabanarj@gmail.com, ou mesmo procure algum trabalhador da nossa casa nos dias de reunião pública; ficaremos felizes em ajudá-los.

ATENDIMENTO FRATERO

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 [\(21\) 2549-4949](tel:(21)2549-4949) ou, se preferir, escreva para nosso endereço eletrônico (ceakcopacabanarj@gmail.com), aguardamos seu contato.

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 quartas-feiras, das 13:00hs às 16:00hs. Atualmente as atividades na sede do CEAJ estão suspensas. Cada senhora trabalha em sua casa. Em breve voltaremos presencialmente.

NOTA:

Estamos necessitando de irmãs que saibam costurar.

Maiores informações, pelo telefone [\(21\) 2549-4949](tel:(21)2549-4949)

ou mesmo pelo e-mail ceakcopacanarj@gmail.com.

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 [\(21\) 2549-4949](tel:(21)2549-4949), de segunda a sexta-feira, das 18:00hs às 20:00hs.**



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 com o 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 cor- rente número 10357-8.

❖ **Campanha de Material Escolar Remanso Fraterno**

O Núcleo Educacional Célia Rocha – Remanso Fraterno precisa de sua ajuda para a aquisição de material escolar para o segundo semestre de 2026.

Pode-se participar sem sair de casa, acessando o site: <http://remansofraterno.org.br/remanso/index.php/contribua/171-campanha-de-material-escolar>.

Também podem ser feitas doações em dinheiro, através desta página:

<http://remansofraterno.org.br/remanso/index.php/contribua>

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](tel:(21)2717-8235).

❖ **Instituto Anjinho Feliz**

Projeto social que atende mais de 200 famílias menos favorecidas. Pode-se participar sem sair de casa, acessando o site <http://www.anjinhofeliz.org.br/como-doar> e escolha a quantia que deseja doar. Também pode entrar em contato com a instituição pelos telefones: [\(21\)2524-6566](tel:(21)2524-6566) / [\(21\)96424-3413](tel:(21)96424-3413), ou enviando uma mensagem para o email presidencia@anjinhofeliz.org.br.



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

ORAÇÃO PARA OS MOMENTOS DE SOLIDÃO

Senhor, meu Deus, Pai de infinita bondade,
sinto neste momento o peso da solidão em meu coração.
Permita que os bons Espíritos que me cercam
venham em meu auxílio e consolem a minha alma.
Afasta de mim a tristeza profunda, o desânimo e o vazio.
Dá-me forças para compreender
que esta provação é temporária
e que o Teu amor está sempre comigo.
Inculca em mim a fé, a esperança e a caridade.
Que eu saiba aproveitar este momento de silêncio
para elevar meus pensamentos ao Alto,
reformular minhas energias
e aprender a amar mais e melhor.
Auxilia-me a ver nos meus irmãos
os companheiros de jornada,
para que eu possa sair do meu isolamento
e construir laços de verdadeira amizade e paz.
Que a Tua luz dissipe as sombras da minha mente,
e que eu sinta a presença protetora dos amigos espirituais.

QUE ASSIM SEJA GRAÇAS A DEUS

(Coletânea)