

DEZEMBRO 2020 | VOL. 1

# REVISTA FEES



Revista Digital da Federação Espírita do Estado de Sergipe



# O NATAL

Por: Júlio César Freitas (Presidente da FEES)



Federação Espírita  
do Estado de Sergipe

## É HORA DE AGRADECER!

Existem acontecimentos que não podem ser dimensionados, nem podem ser pagos. É o que acontece conosco ao comemorarmos um 2020 de muitas matérias edificantes. Foram tantas manifestações de solidariedade e carinho, tantos gestos de amizade e ternura que necessitamos, ao menos, em palavras, manifestar a nossa gratidão e agradecimento a todas as coordenações da Federação Espírita de Sergipe (FEES), as associações, autores, revisores, diagramadores, equipe de divulgação e tantos amigos que auxiliam para que essa revista chegue a esse momento.

Sabemos que isso é pouco diante de todo material divulgado esse ano, mas colocamos tudo no coração de Deus para que ele, em sua infinita sabedoria, retribua a cada um com seu amor de pai. Além de agradecer por esse ano que termina oramos pelo que começa utilizando o texto de Emmanuel a seguir.

*Senhor, neste ano que se inicia....*

*Não te pedimos a isenção das provas necessárias, mas apelamos para sua misericórdia, a fim de que as nossas forças consigam superá-las.*

*Não te rogamos a supressão dos problemas que nos afligem a estrada; no entanto, esperamos o apoio do teu amor, para que lhes confirmemos a devida solução com base em nosso próprio esforço.*

*Não te solicitamos o afastamento dos adversários que nos entram os passos e obscurecem o caminho; todavia, contamos com o teu amparo de modo que aprendamos a acatá-los, aproveitando-lhes o concurso.*

*Não te imploramos imunidades contra as desilusões que porventura nos firam, mas exortamos o teu auxílio a fim de que lhes aceitemos sem rebeldia a função edificante e libertadora.*

*Não te suplicamos para que se nos livre o coração de penas e lágrimas; contudo, rogamos à tua benevolência para que venhamos a sobre estar-lhes o amargor, assimilando-lhes as lições.*

*Senhor, que saibamos agradecer a tua proteção e a tua bondade nas horas de alegria e de triunfo; entretanto, que nos dias de aflição e de fracasso, possamos sentir conosco a luz de tua vigilância e de tua benção.*

Chico Xavier – Emmanuel

Abrços Fraternos

**Júlio César Melo Poderoso**

# SUMÁRIO

Reencarnação e Hereditariedade .....	p4
Nas Entropias da Vida .....	p10
Visão de Mundo no Espiritismo .....	p12
Os Ciclos .....	p16
JESUS e sua Doutrina de Inclusão .....	p25
Família: Condutora da Paz .....	p27
Desejo de Saúde e Reforma Íntima .....	p30
Aceite .....	p32
O Processo de Inclusão nas casas Espíritas .....	p33
Atividade Interativa .....	p35
Sejam Todos Inclusão .....	p37
Ler Para Quê? .....	p38



***O Natal pág. 19***

Contato para dúvida ou contribuição para a Revista Digital da Fees: E-mail: [revistafees@gmail.com](mailto:revistafees@gmail.com)

Tel: (79) 3249-2896

Endereço: Rua Doctor José Mesquita Neto nº 21 - Aracaju -SE



**Revista Digital da Federação Espírita do Estado de Sergipe**

## **Equipe Editorial**

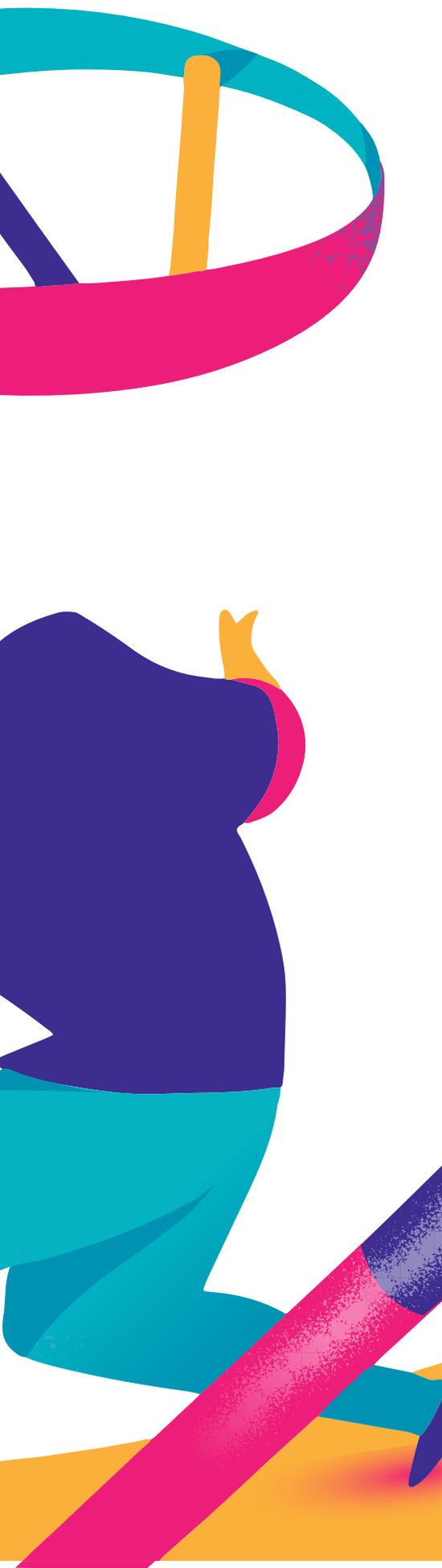
Coordenadoria de Comunicação Social da FEES  
Geane Paiva

Supervisor  
Julio Cesar Melo Poderoso

Revisores  
Caroline B. Lima  
Rosana de Oliveira Santos Batista  
Vanusa Silva Freire

Diagramadores:  
Ícaro Lopes do Rosário Silva  
Edson Patrick Tourinho Lima da Silva





# REENCARNAÇÃO E HEREDITARIEDADE

*Por: Silvio Ramos*

P. – Transmitem os pais aos filhos uma parcela de suas almas, ou se limitam a lhes dar a vida animal a que, mais tarde, outra alma vem adicionar a vida moral?

R. – Dão-lhes apenas a via animal, pois que a alma é indivisível. Um pai obtuso pode ter filhos inteligentes e vice-versa. (Item 203/Livro dos Espíritos)

“Herdamos, assim, de nós mesmos tudo aquilo que se nos afigura embaraço e miséria no cálice do destino.”  
Emmanuel

A questão proposta por Allan Kardec, a resposta dos Espíritos e a segura complementação de Emmanuel sugerem o exame do problema da hereditariedade nos processos reencarnatórios.

Palingenesia e hereditariedade, fatores espirituais e elementos fisiopsicossomáticos atuantes na formação e desenvolvimento do corpo, bem assim nos empecos que a vida lhe apresentará, inspiram, assim, a elaboração deste capítulo.

Além de Emmanuel, valioso será o concurso de André Luiz, para o exame do assunto.

Duas perguntas surgem, inevitáveis:

- Existe a hereditariedade física?
- E a espiritual?

Uma resposta, certamente a ser desenvolvida na medida de nossos recursos, como premissa doutrinária, atende àquelas indagações: o Espírito encarnado é herdeiro de si mesmo, é restaurador do seu passado, é o construtor do seu destino.

Homem nenhum herdará de seus pais pendores artísticos nem vocações de qualquer natureza, se tais pendores e vocações não enriquecem o próprio Espírito.

Homem nenhum será inteligente porque os pais o tenham sido, quanto nenhum homem será intelectualmente inibido porque seus pais o sejam – assim explicaram os Espíritos superiores.

Ninguém terá sadia moral simplesmente porque os pais a tenham possuídos, embora saibamos que pais moralizados inculcarão, na convivência exemplificadora, princípios elevados aos filhos, se tiverem eles trazido, do passado, aquela receptividade oriunda de conquistas anteriores.

A partir da concepção, com a alma já ligada ao futuro organismo, modela-se, inicialmente, o embrião; desenvolve-se o feto; forma-se o conjunto anatômico, enfim.

Leis físicas e naturais coexistem com ascendentes espirituais, refletindo o Divino Saber e o Amor Infinito, a fim de que, de tão singular simbiose, possa surgir o corpo certo, com todos os seus complexos celulares, para o destino certo, o que equivale dizer que recebe o Espírito, ao reencarnar, um corpo que corresponda, em gênero, número e grau a todas as necessidades e encargos que o esperam.

Durante a fase de coexistência dos princípios genéticos com as leis espirituais, instrutores de Mais Alto interferem, profundamente, no encaminhamento da

reencarnação, de maneira que ela possa alcançar os sagrados objetivos a que se destina.

O próprio reencarnante projeta nas células em formação, conseqüentemente sobre o corpo, estados mentais mais ou menos superiores, segundo o seu estado evolutivo.

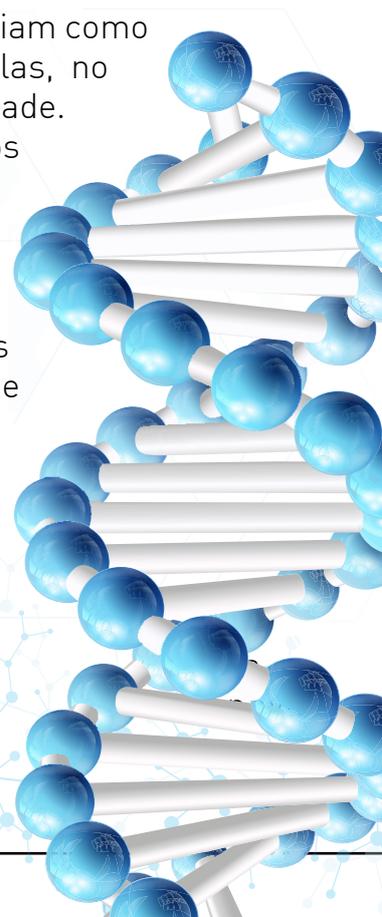
Tendo por base a Doutrina Espírita, os ensinamentos de André Luiz e as notáveis complementações de Emmanuel, busquemos compreender o fenômeno “reencarnação-hereditariedade”, com vistas à influência do reencarnante no processo de formação de seu futuro organismo.

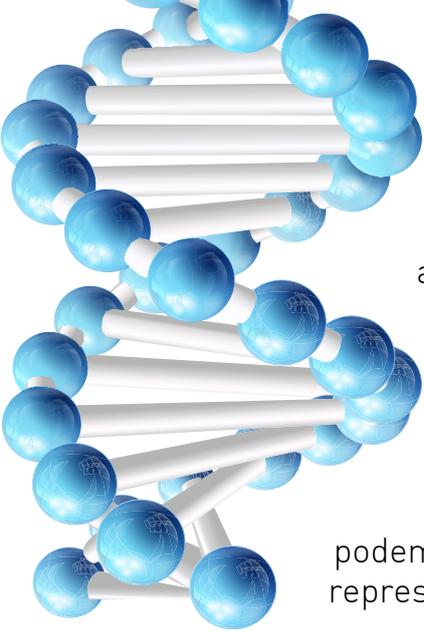
Os genes são influenciados pelas forças mentais do Espírito que se prepara para reencarnar, assim como a limalha se distribui ao influxo poderoso do campo magnético em que se situa, condicionando, adequadamente, as composições que lhe são próprias.

Teríamos, ainda, no estudo do fascinante tema, outro exemplo, outra comparação bem elucidativos: a figura e o trabalho de uma máquina de escrever, em visualização gráfica, ajudar-nos-ão o entendimento:

Os genes funcionarão como os tipos gráficos, as teclas, no tabuleiro da hereditariedade.

Os genes serão combinados em “composições especiais” ou “frases específicas”, compostas de acordo com as características vibratórias do Espírito reencarnante (datilógrafo). Os genes acham-se à disposição do Espírito. Alguns, refinados; outros, deletérios. Movimentar-se-ão, serão ativados de acordo com força organizadora do ser.





C u m p r e m - s e ,  
assim, tanto a  
hereditariedade  
espiritual como  
a biológica.  
Complementares.  
H a r m ô n i c a s .  
Naturais. Não  
antagônicas.

R e s u m i n d o ,  
podemos compor a seguinte  
representação gráfica:

### REENCARNAÇÃO E HEREDITARIEDADE

- a) Espírito = datilógrafo.
- b) Óvulo fecundado = teclado.
- c) Útero materno = a estrutura da máquina de escrever.

Saúde e enfermidade, beleza e feiura, felicidade desventura, seriam a mensagem datilografada pelo próprio reencarnante e representada pelas “composições especiais” ou “frases específicas”.

Moldes mentais maternos, por sua vez, em virtude da associação “mente materna – mente do reencarnante”, influenciam a vida intrauterina do candidato ao renascimento, refletindo-se, inclusive, em seu futuro, tornando-o mais ou menos feliz.

Atividades mentais e estados psicológicos – edificantes ou depressivos – da futura genitora, produzem efeitos correspondentes: alegrias, ideias otimistas, tranquilidades, euforia espiritual, no primeiro caso, ou: tristeza, pensamentos aflitivos, angústias, contrariedades e repulsas, que se vão refletir, mais tarde, na conduta da criança, se não possuir potência mental para superar tais repercussões.

Há, como observarmos, uma série, bem complexa, de fatores influenciando, preponderantemente, fora das vistas humanas, inclusive médicas, no processo da maternidade, até que se verifique o nascimento do novo ser.

“O organismo materno, absorvendo as emanções do reencarnante, funciona” - por sua vez - “à maneira de um exaustor de fluidos em desagregação”.

A criança nasce nervosa, inquieta, assustadiça, porque fora a sua mãe, durante os nove meses de gestação, uma criatura atormentada, reflete um estado mental depressivo que se transferiu, por associação, da mente materna para a sua própria.

Traços físicos, que pertencem ao corpo, apresentam semelhanças, entre pais e filhos, porque “o que é da carne, é carne”, para lembrar o conceito evangélico.

Do encontro do espermatozoide com o óvulo, forma-se, como se sabe, o ovo, ou zigoto, onde se achará contido o patrimônio hereditário, sob o ponto de vista fisiológico, de duas famílias que se aproximam espiritualmente, sob o inelutável impulso das leis de fraternidade, mas que também se entrelaçam, consanguineamente, sob o imperativo genético. E o princípio de tudo isso foi a união de duas almas, e o encontro, ou reencontro, de dois jovens...

São 46 cromossomos (corpo ou filamentos encontrados no núcleo celular), cada um deles contendo milhões de “genes” (grânulos existentes no interior dos cromossomos), a determinar configurações exclusivamente de natureza anatômica, sem qualquer vínculo com valores morais e intelectuais.

Os “genes” – prodígio da sabedoria de Deus! – determinam os caracteres somáticos, por herança biológica: cor dos olhos e cabelos, altura do indivíduo, sinais de nascença, constituição física, frágil ou vigorosa, formato das mãos, pés, nariz, boca, orelha, unhas, e etc., bem assim pigmentação. Tudo isso, no entanto, pode sofrer alterações se, no processo de interferência espiritual, durante a maternidade, operar-se a permuta de cromossomos, a fim de adequar a nova vida do reencarnante às suas necessidades evolutivas, nos quadros expiatórios,

provacionais ou missionários.

“A hereditariedade fisiológica age sobre os seres em evolução, mas sofre a influência de quantos alcançaram qualidades superiores”.

André Luiz, Emmanuel e Léon Denis põem claridade nesse assunto que a Codificação, como era natural, teria que focalizar de forma condensada.

É do primeiro, a seguinte conceituação: “hereditariedade e afinidade, no plano físico e no plano extrafísico, respectivamente, são leis inelutáveis”.

Ainda de André Luiz: “...toda permuta de cromossomos, no vaso uterino, está invariavelmente presidida por agentes magnéticos ordinários ou extraordinários, conforme o tipo da existência que se faz ou refaz, com as chaves da hereditariedade atendendo aos seus fins”.

A ajuda dos Espíritos construtores – isto é: das Entidades encarregadas de planejar e conduzir as reencarnações, é valiosa para o êxito do reencarnante, eis que o reconforta, convenientemente, complementando, assim, com o Amor, o amparo magnético indispensável às alterações ditas pelas necessidades do Espírito que volta ao cenário terrestre.

Conclui-se, destarte, que a hereditariedade, embora compulsória, segundo os princípios da genética, é relativa, pois que sofre a interferência de fatores espirituais, decisivos para a adaptação do Espírito ao seu novo hábitat, para onde leva as mais caras esperanças e as mais risonhas promessas.

Muita vez o reencarnante é acompanhado, de perto, na preparação de sua viagem para a Terra, onde o aguardam experiências geralmente difíceis, por adversários do passado, que podem, inclusive, causar-lhe, e à futura genitora, sérios embaraços, tais como pesadelos, náuseas,

manias, sensibilidade exagerada e, embora com menos frequência, temporária loucura. Conhecemos casos de senhora que, enlouquecendo durante a gravidez, ficaram inteiramente curadas tão logo se deu o nascimento da criança.

O Espiritismo explica, com simplicidade e lógica, tais ocorrências...

Quando o reencarnante é acompanhado por bons amigos espirituais, o quadro é bem diferente, eis que a futura genitora sentirá, naquele sempre delicado período para a mulher, esperanças indefiníveis, emoções sublimadas, euforias íntimas, singular vivacidade, etc.

A posição evolutiva do reencarnante responde, igualmente, pelo estado da mulher, durante os nove meses. Rixas entre os pais projetam raios magnéticos enfermeiros, atingindo, prejudicialmente, a mente da criança, ainda localizada no santuário materno. Pensamentos infelizes, de irritação e cólera, envenenam o leite materno, produzindo estranhos distúrbios lactente.

Baseado na obra de Martins Peralva – sobre O Pensamento de Emmanuel

**PROGRAMA**

# ALUZ DO MUNDO

Palestras Ao VIVO com temas da atualidade para lhe auxiliar na sua caminhada evolutiva.

**SEGUNDAS-FEIRAS - ÀS 20h30**

**PROGRAMA**

# ENCON TRE-SE

ENCONTRO ESPECIAL PARA APRENDERMOS  
E DISCUTIRMOS MAIS SOBRE A NOSSA  
AMADA DOCTRINA ATRAVÉS DE PALESTRAS

**SEXTAS-FEIRAS - ÀS 20h30**

ACOMPANHE ATRAVÉS DO NOSSO PERFIL NO  
YOUTUBE FEESTV E DOS NOSSOS  
PARCEIROS RAETV E TVCETE



# Nas Entropias da Vida

**Telma Maria Santos Machado**

Delegada, em Sergipe, da Associação Brasileira dos Magistrados Espíritas (ABRAME).



Em apertada síntese pode-se dizer que, na termodinâmica, entropia é a medida de desordem das partículas em um dado sistema físico. Maior desorganização, maior a entropia, menor a desordem, menor a entropia. No entanto, a palavra “desordem” no contexto não tem o significado do senso comum, eis que cientificamente não se trata de bagunça, mas uma aleatoriedade ou espontaneidade de tal sistema.

Para além da Química, agora sim no senso comum, pode-se indagar se é adequado empregar o termo entropia relativamente às agruras existenciais que costumam permear a marcha inexorável da evolução espiritual.

É certo que uma das coisas mais temidas no roteiro humano é a dor, e muitos a têm como desordem, embora se saiba que é a forma com que a vida cobra as nossas escolhas, ações e equívocos. Acometidos por ela, emerge a indagação: por quê? Qual a causa direta, indireta, aparente, oculta? Está-se sempre a buscar respostas para as várias ocorrências, o que decorre da capacidade humana de reflexão e julgamento.

Sobre essa saudável inquietação de buscar respostas para as várias questões que desafiam os humanos, o físico Stephen Hawkin, no livro “O Universo numa casca de

noz” assim reflete: “Estamos acostumados à idéia de que os eventos são causados por eventos anteriores, que, por sua vez, são causados por eventos ainda mais remotos. Há uma cadeia de causalidade estendendo-se para o passado.”

Irrefutável que o sofrimento não foge a esses questionamentos. E a Doutrina Espírita responde de forma objetiva e insofismável: todo sofrimento é inerente à imperfeição e toda imperfeição traz em si o próprio castigo, conforme explicita o capítulo sete da primeira parte do livro O Céu e o Inferno.

Nesse íterim, importa ressaltar que a fé se concretiza na certeza de que Deus é justo, o que leva à conclusão de não permitir sofrimentos injustificáveis. As intempéries, portanto, seriam mecanismos reeducativos que visam à autoiluminação. Há de ser lembrado aqui o axioma inserto na resposta à questão 05 de O Livro dos Espíritos, de que não há efeito sem uma causa.



vez: 'Enquanto a morte não desempenha outro papel além daquele de dar ao homem um incentivo para fugir dela, o homem se comporta como um mero ser vivo, não como um ser existencial'. O fato de que a existência humana transcende o meramente biológico é o paradoxo da sociabilidade; fornece as bases dos extremos idênticos do terror e do amor, que denotam o verdadeiro humano.

Seja qual for o ângulo pelo qual se encare o sofrimento, é indiscutível que a indiferença e a revolta não são mecanismos de atenuação ou superação do mesmo. Afinal, a conquista da sabedoria advém da transposição dos inúmeros desafios.

No mais, é assimilar o que Mark W. Baker resumiu em curto parágrafo:

*Não é o fato de sofrer que nos torna pessoa melhor ou pior, mas aquilo que fazemos com o sofrimento. Ele é apenas uma força que nos impele – pode nos impelir de modo brusco ou chegar lentamente e permanecer durante um longo período de tempo. Não podemos escolher o tipo de sofrimento que vamos enfrentar na vida, mas podemos escolher a direção que decidimos seguir.*

Boa parte da humanidade ainda não entende que cada existência é uma sagrada oportunidade de aprimorar a essência e que, por conseguinte, o nosso vínculo ontológico, psicológico e espiritual com Deus grava em nosso ser a condição de eternidade e transcendência. E o amor é a concretização desse caminho, conforme tão bem expõe o jusfilósofo Wayne Morrison. São belas e comoventes as palavras desse professor inglês ao abordar “os aspectos físicos e existenciais da existência social”, diferenciando-os:

*[...] a sobrevivência biológica não constitui a totalidade da existência: os seres humanos também se deparam com a questão da sobrevivência existencial e da morte existencial. [...]. Amar significa existir em uma estrutura diferente daquela do mero sobreviver, e amar pode significar que a morte é de menor importância. Como Gabriel Marcel (1964: 241) escreveu certa*

A sensatez nos diz que em vista de sofrimentos evitáveis, exercitemos a sabedoria e a prudência para não o atrairmos e, quando inevitáveis, identificar o aprendizado que tal experiência nos facultará no rumo da nossa ascensão.

# VISÃO DE MUNDO NO ESPIRITISMO

**Joacenira Oliveira**

Academia de Letras Espírita do Estado de Sergipe (ALEESE)

Este artigo objetiva demonstrar as “visões de mundo” que o Espiritismo faculta aos seus seguidores, construídas a partir de seus símbolos religiosos. Buscamos apreender a concepção de mundo no Espiritismo, com base no seu corpo doutrinário que contém a formulação do seu sistema de pensamento.

O Espiritismo, de um modo geral, fundamenta-se nos seguintes pontos: a) o Homem é um espírito temporariamente ligado a um corpo; b) a Alma é o espírito enquanto se encontra ligado ao corpo; c) o Espírito, compreendido como individualidade inteligente da Criação, é imortal; d) a Reencarnação é o processo natural de aperfeiçoamento dos espíritos; e) os Espíritos Encarnados (vivos) e os Espíritos Desencarnados (mortos) podem se comunicar entre si através da mediunidade; f) Pluralidade dos Mundos habitados; e g) a Lei de Causa e Efeito liga-se à reencarnação.

Um dos pilares fundamentais da Doutrina Espírita é a crença na reencarnação ligada à noção de carma, similar ao complexo Karma-Samsara desenvolvido no pensamento religioso da Índia. Outro aspecto que marca fortemente a doutrina é o viés evolucionista. Segundo os princípios doutrinários do Espiritismo, o homem no mundo é antes de tudo um espírito em evolução, sendo que o conjunto de experiências necessárias à

evolução será encontrado nos dois planos da existência: o plano Espiritual e o plano Material, que constituem a base das crenças espíritas, estabelecendo-se em permanente relação.

A forma como o espírita entende a vida no mundo é precedida do reconhecimento de uma ordem cósmica que apresenta um automatismo próprio, regido por leis imutáveis. Se considerada isoladamente, a noção de carma no Espiritismo é semelhante a do hinduísmo e do budismo, implicando a percepção do mundo como um cosmo sem lacunas de retribuição ética, no qual nenhum fato significativo do ponto de vista moral se perde.

O conjunto das ações humanas nesta ou em outras existências pelas quais passa o espírito estão subordinadas à lei de causa e efeito.

Dentro deste contexto se insere o pensamento espírita, segundo a crença de que, ao encarnar, a sua vida está submetida à lei de causa e efeito. Culpa e mérito são infalivelmente retribuídos nas sucessivas reencarnações pelas quais o espírito terá que passar.

A crença nas vidas sucessivas conduz a uma longa trajetória cósmica e neste percurso cósmico os espíritos por meio das diversas encarnações vão produzindo “mérito” ou “culpa” com seus próprios atos, sendo que em cada encarnação há o confronto com os maus ou bons atos praticados em existências anteriores. Enquanto princípio doutrinário, o confronto com os seus débitos ou créditos se torna uma certeza matemática. Na concepção espírita, nada do que ocorre é aleatório. A lei de causa e efeito ganha sentido prático na vida do espírita.

Ao transferir para o indivíduo toda a responsabilidade por seus atos, o Espiritismo engendra grandes noções de responsabilidades individuais. No pensamento

espírita, a pessoa constrói-se, cria seu destino e ao fazê-lo o indivíduo assume toda a responsabilidade em torno da sua miséria, felicidade, alegria ou aflições. Na medida em que o conteúdo do carma é o produto do livre-arbítrio individual, cada espírito produz assim ‘seu carma’. Esse pressuposto básico no qual se apóia a doutrina conduz seus fiéis a uma visão conformista e coerente dos acontecimentos da vida no mundo.

A visão de um cosmo perfeito e harmônico onde tudo se encadeia e tudo se explica é o que permite ao espírita a certeza de uma lógica que preside os acontecimentos mundanos e extra-mundanos.

Por toda a parte vamos encontrar vestígios do Espiritismo, como por exemplo, no pensamento de Hume, pois a existência de uma ordem cósmica originária já se encontrava imbricada nas suas idéias quando fez o seguinte argumento: “De que forma as coisas poderiam ter chegado a ser como são se não houvesse em algum lugar, no pensamento ou na matéria, um princípio ordenador inerente e originário? (...) Em qualquer hipótese, cética ou religiosa, o acaso não pode ter lugar. Tudo está certamente governado por leis fixas e invioláveis” (HUME, 1992, p. 88).

É recorrente no sistema simbólico do Espiritismo que toda a atribuição de sentido ao mundo humano recorre à crença de um mundo superior, invisível, eterno e pré-existente a tudo, o Plano Espiritual, em que os principais componentes são os Espíritos, centelhas divinas, partes de Deus. São entendidos não como abstração, mas como seres definidos, limitados, circunscrito (KARDEC, 2006), e que têm como atributos o pensamento, a inteligência e a vontade que os dotam de livre-arbítrio, e os constituem como individualidades morais. Segundo ensinamentos dos espíritos a Allan Kardec, os Espíritos foram criados por Deus, simples e ignorantes, e a cada um foi atribuída uma missão para conduzi-los à perfeição através do progresso associado à idéia de evolução.

Na concepção espírita, o progresso é uma das leis da natureza em que todos os seres da criação, animados ou inanimados, estão submetidos, dentro do processo evolutivo da própria humanidade.

No Espiritismo, a evolução transcende a matéria e desdobra-se pela vida espiritual. Ao compreender dessa forma, a vida ganha racionalidade e coerência e se enseja nesse impulso universal de evolução, entretanto, para que o progresso se realize, os espíritos precisam encarnar, ou seja, vincular-se a um corpo físico temporariamente.

Neste contexto, se insere o pensamento de CAVALCANTI, que amplia mais a compreensão para a questão: “A cada encarnação representa para o espírito a oportunidade de renovação, ao mesmo tempo em que a encarnação é regida pelo mecanismo cármico ela o é também pela lei de evolução e do progresso” (CAVALCANTI, 1983, p. 41).

O espírito necessita de sucessivas encarnações na Terra e nos diversos planetas do universo. A crença espírita segundo a qual todos os globos que circulam no espaço são habitados e que entre um mundo e outro transitam as entidades, “os espíritos”, situa a Terra como um planeta intermediário neste grande percurso cósmico empreendido pelos espíritos.

A Terra é considerada como um planeta de provas e expiações, identificada com a dor, com o sofrimento e a imperfeição, com vistas à regeneração. A partir destas concepções, a vida em nosso planeta Terra é necessária para que o progresso se realize.

O processo de internalização das concepções espíritas, através da incorporação da conduta social, leva ao fortalecimento de um sistema ético interno que expressa novos costumes e novo modo de ser. Na Doutrina Espírita, a imperfeição e o mal do mundo não são vistos como ações demoníacas

que Deus pode resolver, são atribuições do próprio homem, dessa forma as carências da humanidade serão resolvidas pelo próprio homem, dentro de um processo evolutivo.

Na perspectiva evolucionista de Allan Kardec, a evolução só é possível devido aos atributos do espírito: inteligência e livre arbítrio que os constitui como individualidades, enquanto a rapidez do progresso é relativizada e dependente dos esforços empreendidos por cada espírito.

A interpretação da vida cotidiana de forma compreensiva e significativa permite ao fiel espírita organizar a vida e atribuir valor e sentido às ações e estas sempre tiveram em harmonia com a maneira pela qual se enxerga a realidade.

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao demonstrarmos a relação entre o conteúdo dos princípios espíritas e a interpretação do mundo dele decorrente, percebemos que o Espiritismo enquanto sistema religioso produz determinada maneira de ser e estar no mundo. Um conjunto de afirmações, conhecimentos e crenças que permite a construção de uma visão lógica, racional e evolutiva do mundo; um mundo com sentido, ordenado por leis eternas, imutáveis e justas, criadas por Deus, as quais os homens estão submetidos para crescerem moral, intelectual e espiritualmente, sendo este o fim que lhes fora designado.

#### REFERÊNCIAS

- CAVALCANTI, Maria Laura Viveiros de Castro. O mundo invisível. Rio de Janeiro: Zahar Editores S.A., 1983.
- HUME, David. Diálogos sobre a religião natural. São Paulo: Martins Fontes, 1992.
- KARDEC Allan. O Livro dos Médiuns. 79ª edição. São Paulo: Araras, 2006.
- \_\_\_\_\_. O Livro dos Espíritos. 50ª edição. Tradução J. Herculano Pires. São Paulo: Lake, 1991.

Campanha  
**CARIDADE SE FAZ,  
NÃO APENAS SE PENSA**



Precisamos de sua  
**Solidariedade!**

Doe alimentos para o  
movimento espírita ou faça  
sua doação através de  
depósito bancário

CAIXA ECONÔMICA FEDERAL  
AGÊNCIA 2382 | CONTA 11097-9  
OPERAÇÃO 013 - POUPANÇA  
FEDERAÇÃO ESPÍRITA DO ESTADO DE SERGIPE  
CNPJ 13.120.688/0001-95

BANESE  
AGÊNCIA 015 | CONTA 100744-7 | TIPO 03  
FEDERAÇÃO ESPÍRITA DO ESTADO DE SERGIPE  
CNPJ 13.120.688/0001-95

# Os Ciclos

**Horácio Lucas**

Membro da Associação Jurídica Espírita de Sergipe (AJE)

A vida na terra é repleta de ciclos, cada um com seu próprio tempo de duração. As estações do ano que a cada três meses uma chega e outra se vai, os dias, as noites e o ano, que de acordo com os movimentos da Terra começam e terminam. A própria vida humana é um ciclo que começa aqui no planeta com o nascimento, com vida e tem fim com a morte do corpo e o desligamento do espírito. A maioria destes ciclos tem seu início celebrado e o seu final ignorado. Muitos risos, gritos de alegria testemunham a chegada de uma nova vida ao mundo. Muito choro, lamentos, muitas revoltas e maldizeres ecoam aos céus quando um espírito retorna para uma das moradas da casa do Pai. O começo e o fim unem os homens em torno destes acontecimentos. O ciclo do filho de Maria e José não foi diferente, apesar de diferentes roteiros, mas as mesmas alegrias iniciais e as tristezas no fim foram observadas. Mas foi o fim de um ciclo. Em todo ciclo, o mais importante reside no que ocorre durante o seu desenvolvimento, pois início e fim são efêmeros. Sobre isso é preciso analisar, exercitar a capacidade que nos torna seres diferentes de todos os outros que habitam a Terra, é preciso pensar.

Quando a letra de uma música nos faz refletir sobre determinado tema ou quando uma poesia nos encanta o coração, rapidamente colocamos nossas mentes em posição

de busca de explicações lógicas. Quando observamos a natureza em seu esplendor, logo concluímos que há um ser supremo responsável por toda grandeza. Quando ouvimos uma melodia, vemos uma foto antiga ou sentimos um determinado cheiro ou sabor que nos remete a sentimentos e sensações do passado ou que nos conecta a algo que não podemos explicar, ficamos a pensar sobre o motivo que desencadeia aquelas sensações e sentimentos.

Estas buscas e conclusões tem como instrumento o pensamento. O pensamento é aquilo que é trazido à existência através da atividade intelectual. Por esse motivo, pode-se dizer que o pensamento é um produto da mente, que pode surgir mediante atividades racionais do intelecto ou por abstrações da imaginação.

A palavra pensar tem origem no latim pensare, que significa



pesar ou avaliar o peso de algo. Logo, o pensamento é um processo mental que reside na mente e proporciona ao ser humano modelar a sua percepção do mundo. O homem através de sua inteligência e capacitação chega a atingir as coisas sensíveis e corporais e também as realidades imateriais e incorpóreas. Como por exemplo: a verdade, o tempo, o espaço, o bem e a virtude.

A famosa frase “Cogito, ergo sum” é normalmente traduzida como “Penso, logo existo”, porém a tradução mais literal seria Penso, logo sou. O pensamento de Descartes surgiu da dúvida absoluta. O filósofo francês queria chegar ao conhecimento absoluto e, para tal, era preciso duvidar de tudo o que já estava posto.

A única coisa que ele não podia duvidar era da própria dúvida e, conseqüentemente, do seu pensamento. Assim surgiu a máxima do “Penso, logo existo”. Se eu duvido de tudo, o meu pensamento existe e, se ele existe, eu também existo.

Seguindo na trilha de pensadores, de acordo com o que é entendido por Sigmund Freud, médico, o pensamento pode implicar uma série de operações racionais, como a análise, a síntese, a comparação, a generalização e a abstração.

E um tema que necessita de análise é o Natal, a data onde se comemora o nascimento de Jesus Cristo, o Espírito de maior envergadura moral que tocou o planeta Terra. Este ciclo é diferente, o ciclo do Nazareno ainda não terminou. E assim afirmamos por que se há quase 2020 anos estamos comemorando o nascimento de Jesus, significa que Ele está vivo, que seu ciclo na Terra não acabou. Estando vivo,

Ele está no meio de nós, assim como Sua obra.

Já que o homem, por sua inteligência e capacitação, atinge coisas sensíveis e realidades, pode também enxergar a verdade para alcançar o bem e a virtude, deixando de lado todas as manifestações exteriores e refletindo sobre o Natal, o aniversário do Mestre dos Mestres.

De origem latina, a palavra aniversário é a junção das palavras *annus*, que significa ano e *vertere*, que se traduz como voltar. Assim, aniversário é aquilo que volta todos os anos. Aniversário faz parte do ciclo. E no que diz respeito ao homem, comemora-se aniversário daqueles que estão vivos, encarnados e cumprindo suas missões no orbe terrestre. Não há sentido algum comemorar aniversário de pessoa morta, desencarnada, pois Natal significa nascimento.

Quando comemoramos o natal estamos confirmando nossa crença e afirmando que o Cristo está vivo, que suas palavras estão vivas em nós, tais como a promessa de retorno que chegou a nós em João 14:1-3: Não se abalem! Continuem confiando em Deus e continuem confiando em mim. Na casa de meu Pai há muitos cômodos. Se não fosse assim, eu já lhes teria dito, pois vou preparar um lugar para vocês. Depois de ir e preparar um lugar para vocês, eu voltarei. Então levarei vocês comigo, para que possam estar onde eu estiver.

Trazendo de volta as ideias de Freud, quando diz que o pensar implica em análise, síntese e comparação, podemos enxergar o quão importante para o exercício do viver é o ato de pensar. Quando serenamos nossas mentes e observamos o mundo em torno de nós, acreditamos de forma pura e simples nas palavras do Salvador, sem nenhuma dúvida, sem temor, pois esperamos com resignação e alegria a realização de todas suas promessas. Mas podemos mais, devemos comparar

nossas existências, nossos comportamentos com o caminho ensinado pelo Galileu.

Mas, ao contrário, quando não nos damos ao trabalho de conhecer, refletir e analisar a realidade à luz das palavras do Cristo, nosso viver se nos parecerá inútil, vazio e sem sentido. Os ciclos não serão percebidos, nem as dádivas dos começos e muito menos as bênçãos dos fins. A vida vazia é aquela onde o viver é desconectado do conhecimento e ligado apenas no ter, nos bens materiais e no eu, um ciclo anômalo, onde não se consegue perceber o início, obter benefícios do trajeto e muito menos vislumbrar um fim.

conhecimento das lições do Rabi da Galileia e certeza nas afirmações da Doutrina Espírita, refletindo sobre ambos, passaremos a entender que a verdadeira vida é a do espírito fora da carne, que o verdadeiro sentido da vida na carne é o progresso do Espírito. Portanto, ao comemorarmos o Natal deste ano, o retorno de Jesus Cristo, celebremos os momentos refletindo e exercitando seus ensinamentos, seguindo seus passos, vivificando suas palavras, exalando amor por todos os sentidos e fazendo de cada um dos nossos ciclos a melhor das experiências.



Os ciclos da vida somente passarão a ter sentido quando estivermos dispostos a tirar de cada intervalo, do trajeto entre o começo e o fim, os aprendizados da caminhada. Um dos ciclos mais importantes para nossa existência é a vida e obra de Jesus e seus ensinamentos, tão vivos como o Mestre. A vida do timoneiro do planeta é vida para nossas vidas. Tendo

# O NATAL

*Por: Júlio César Freitas (Presidente da FEES)*



No dia vinte e cinco de dezembro comemoramos o Natal, mas qual o significado desta “data” para cada um de nós?

Considerando a alta significação do Natal para os cristãos, muitos comemoram a data com lutas refeições regadas a bebidas, há a confraternização entre familiares e amigos mais próximos; e isto é ótimo. No entanto poucos se detêm a ouvir e atender aos apelos dos pequeninos esquecidos no catre da orfandade ou relegados às palhas da miséria, em imagem, lembrando Jesus quando menino; há menos ainda aqueles que procuram, ao menos, lembrar e compreender as dificuldades dos que caminham pela via da amargura, experimentando ignomínia e humilhação e se propõem dar-lhes a mão em gesto de solidariedade, como fazia Jesus, quando entre nós, nos constantes testemunhos.

Natal é solidariedade, é amor e deveríamos fazer de todos os dias o natal, abrindo os braços em socorro aos enfermos, estendendo-lhes o medicamento salutar ou o penso balsamizante, desejando diminuir a intensidade da dor, evocando Jesus entre os doentes que O buscavam, infelizes. Façamos de todos os dias esse Natal oferecendo entendimento aos que malbaratam a moral e se refugiam nos recantos do desprezo social, procura-os para levantar-lhes, em reverência a Jesus que jamais se furtou à misericórdia para os que com seus erros foram açambarcados pelas malhas da criminalidade, muitas vezes sob o jugo de obsessões cruéis; prepara a tua mesa,



decora o lar, proporciona aos teus familiares e amigos a alegria de teu carinho cercando-os de mimos pensando em Jesus, o Irmão maior e Excelente Amigo de todos nós.

O Natal é tudo isto, sem a menor sombra de dúvidas, como mensagem festiva que faz derramar sobre todos os corações bênçãos de consolo e amparo, espalhando por toda a Terra a esperança de um Mundo Melhor, como nos prometeu Jesus através das linhas mestras do amor ex aradas na Boa Nova.

Mas, muitos outros corações não que junto aos quais devemos celebrar o Natal, afim de que possam ser firmados novos propósitos em homenagem a Jesus.



São aqueles companheiros de jornada que nos dilaceraram a



honra e se afastaram; são aqueles amigos que se voltaram contra a nossa afeição e se fizeram ferrenhos adversários; conhecidos que tomados por simples caprichosos que exigiram alto tributo de amizade e azedaram nossas alegrias; são os irmãos na fé que mudaram o conceito a nosso respeito e atiraram espinhos por onde seguimos; são os colaboradores do nosso ideal, que, aparentemente, sem motivo se levantaram contra nosso devotamento, criando dissensão e alimentando rebeldia ao nosso lado; inimigos de ontem que se demoram inimigos hoje; difamadores que sempre constituíram dura provação. Todos são oportunidades para a celebração do Natal pelo nosso sentimento cristão e espírita.

Esqueçamos os males que nos fizeram e peçamos-lhes perdão pelas dificuldades que certamente também lhes impusemos.

Que possamos dirigir-lhes um colorido cartão, fruto de nossas mais sinceras vibrações de amor, para esmaecer o negrume da aversão que nos manteve em silêncio e à distância nos quais, talvez, inconscientemente nos comprazemos.

Bem provável é que alguns até gostariam de reatar os laços de amizade. Então, dá-lhes esta oportunidade por amor a Jesus, que a todo instante, embora conhecendo os inimigos os amou sem cansaço, oferecendo-lhes ensejos de recuperação.

Natal é dádiva do Céu à Terra como ocasião de refazer e oportunidade de recomeçar.



Deixemos a pressa de nossos dias e nos detenhamos a contemplar os nossos irmãos que também passam apressados.

Se abriremos os olhos do coração vamos os perceber tristes, sucumbidos, como se carregassem pesados fardos, apesar de exibirem elegantemente e com aparência cuidada. Estão prestes a explodir, transfigurando a face e deixando-se consumir pela cólera que de forma implacável os vence.

Todos desejam compreensão e amor, entendimento e perdão, sem coragem de ser quem compreenda ou ame, entenda ou perdoe.

Portanto se desejas vivenciar o Natal de Jesus espalha uma nova claridade na senda por onde avanças na busca da Vida.

Crescemos nas pequenas doações, nos deveres que poucos se propõem executar. Desde que já podemos dar os valores amoadados e as contribuições do entendimento moral, distribui, também, as joias sublimes do perdão aos que te fizeram ou fazem sofrer.



Sentiremos que Jesus, escolhendo um humílimo refúgio para viver entre os homens semeando alegrias incomparáveis, nasce, agora, no nosso coração como a nos dizer mansamente que todo dia é natal para quem o ama e deseja transformar-se em carta-viva para anunciá-lo às criaturas despercebidas e sofredoras do mundo.

Somente assim sentiremos no íntimo do ser e seremos capazes de entender a inesquecível saudação dos anjos, na excelsa noite:

“Glória a Deus nas alturas, paz na terra, boa vontade, para com os homens”.

Assim por certo viveremos um perene natal de bênçãos por amor a Jesus.

Pensemos nisso.

Bênçãos de paz e luz a todos.





*Jô Benevides*

# JESUS

e sua **Doutrina da Inclusão**

Cada um de nós é um indivíduo.

Cada um é diferente.

Deve haver respeito pelas diferenças.

Jesus, conhecedor do coração humano, há dois mil anos atrás já falava da inclusão como meio de chegarmos a Deus: “Amarás teu próximo como a ti mesmo”.

Nesse sentido, vale a pena lembrar sua técnica de ensino ao recitar a parábola de um homem de Jerusalém que, a caminho de Jericó, caiu nas mãos de salteadores que o deixaram meio morto. Um certo sacerdote passou de largo e nem um levita parou para ajudá-lo. Mas um samaritano, que ia de viagem, chegou ao pé dele e, vendo-o, moveu-se de íntima compaixão e, aproximando-se atou-lhe as feridas, deitando-lhes azeite e vinho; e, pondo-o sobre sua cavalgadura, levou-o para uma estalagem, e cuidou dele. Jesus fez, então, uma pergunta inclusiva: “Qual, pois, destes três te parece que foi o próximo daquele que caiu nas mãos dos salteadores?” E responde de maneira inclusiva também: “Vai, e faz da mesma maneira”.

Se somos verdadeiramente discípulos de Jesus Cristo, estenderemos a mão com amor e compreensão para o nosso próximo em todas as circunstâncias, praticando e ensinando o princípio da inclusão e não da exclusão devido a diferenças seja no campo religioso, político, cultural, família, classe social, cor ou educacional, entre outros.

Incluir é a nossa capacidade de entender e reconhecer o outro e, assim, ter o privilégio de conviver e compartilhar saberes com pessoas diferentes de nós, aprendendo e ensinando, e vice-versa, com respeito e civilidade.

A inclusão possibilita aos que são discriminados que, por direito, ocupem o seu espaço na sociedade. Se isso não ocorrer, essas pessoas serão sempre dependentes e

terão uma vida cidadã pela metade. Você não pode ter um lugar no mundo sem considerar o do outro, valorizando o que ele é e o que ele pode ser.

A diversidade faz parte do acontecer humano. A diversidade é norma da espécie humana: seres humanos são diversos em suas experiências culturais, são únicos em suas personalidades e são também diversos em suas formas de perceber o mundo. Seres humanos apresentam, ainda, diversidade biológica. Algumas dessas diversidades provocam impedimentos de natureza distinta no processo de desenvolvimento das pessoas.

Somos ao mesmo tempo semelhantes (enquanto gênero humano) e muito diferentes (enquanto forma de realização do humano ao longo da história e da cultura). Podemos dizer que o que nos torna mais semelhantes enquanto gênero humano é o fato de todos apresentarmos diferenças de gênero, raça/etnia, idades, culturas, experiências, entre outros. É mais: somos desafiados pela própria experiência humana a aprender a conviver com as diferenças. O nosso grande desafio está em desenvolver uma postura ética de não hierarquizar as diferenças e entender que nenhum grupo humano e social é melhor ou pior do que outro. Na realidade, somos diferentes.

É isso que Jesus ensinou a Seus discípulos—inclusive a “um certo doutor da lei”—por meio da parábola do bom Samaritano. E é o que Ele continua a nos ensinar nos dias atuais através de seu Evangelho: “Amem-se uns aos outros a despeito de vossas mais profundas diferenças. Tratem-se com respeito e civilidade”. Jesus espera que todos nós sigamos Sua admoestação de que sejamos melhores hoje, do que éramos ontem, nos amando e nos respeitando cada vez mais.

Jô Benevides

# FAMÍLIA: Condutora da paz

**Selma Amorim**

Coordenação de Atendimento Espiritual.(FEES)

Lusco fusco de um ano pandêmico, alvorecer de uma nova era, esperança renovada. O orbe terrestre reinventando-se para viver e conviver de conformidade com os ditames da natureza.

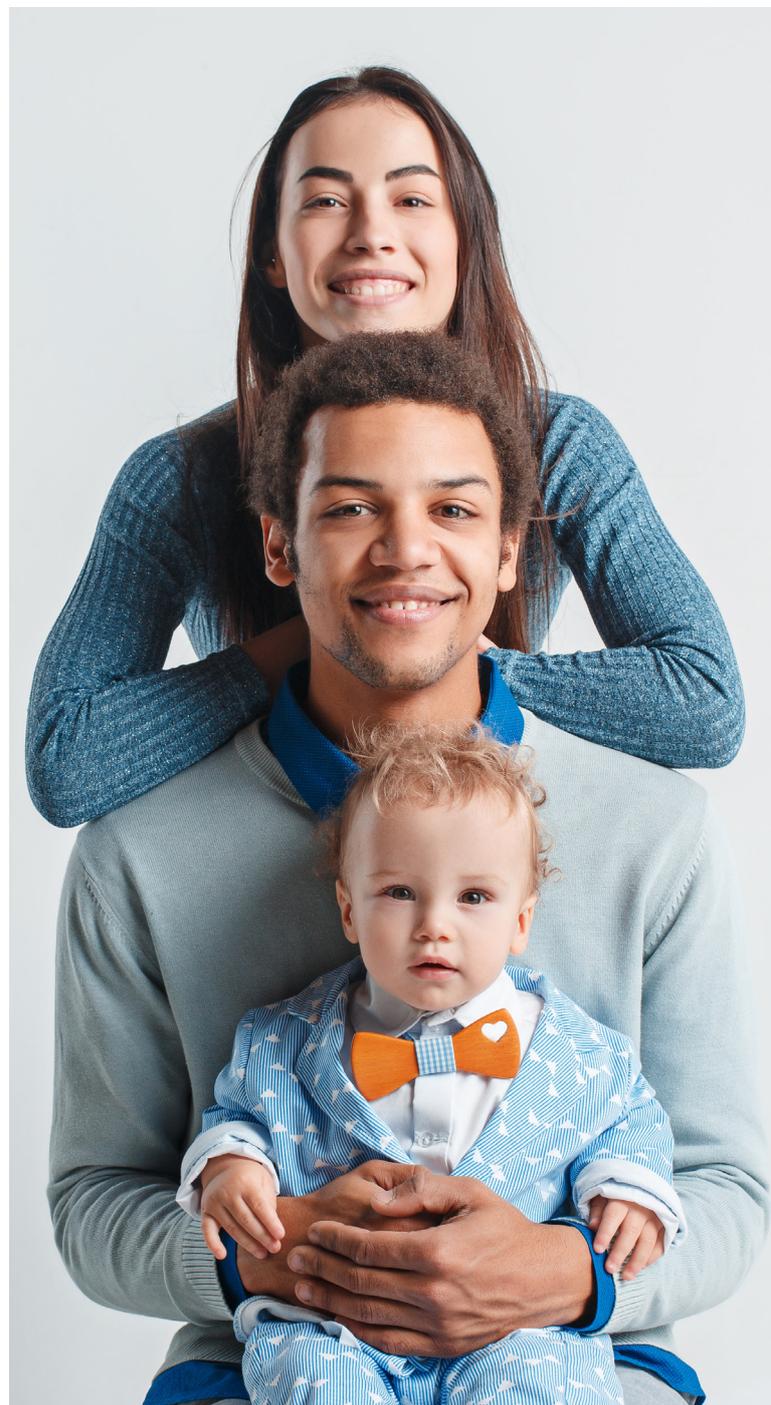
Os cientistas superando as pressões externas à ciência, advindas de várias ordens. Os benfeitores espirituais acompanhando de perto o avanço da ciência, em detrimento da estagnação dos menos avisados, confirmam para nós outros, que a Lei do Progresso é fato, lembrando que nem sempre ocorre 'pari passu' moral e intelectualmente.

Motivo pelo qual, precisamos haurir os nossos compromissos assumidos no planejamento reencarnatório, e nada melhor como estagiar obrigatoriamente no grande laboratório chamado lar.

Sendo, espaço condizente com a necessidade premente para abrigar a instituição família, visitemos alguns ensinamentos conceituais, a saber:

Allan Kardec, no Capítulo XIV, de "O Evangelho Segundo o Espiritismo", assim analisa a passagem evangélica, que trata da temática:

*"Os que encarnam numa família, sobretudo*



*comoparentes próximos, são, mais das vezes, Espíritos simpáticos, ligados por anteriores relações, que se expressam por uma afeição recíproca na vida terrena. Mas, também pode acontecer sejam completamente estranhos uns aos outros esses Espíritos, afastados entre si por antipatias igualmente anteriores, que se traduzem na Terra por um mútuo antagonismo, que aí lhes serve de provação. Não são os da consanguinidade os verdadeiros laços de família e sim os da simpatia e da comunhão de ideias, os quais prendem os Espíritos antes, durante e depois de suas encarnações. (...)*

Partindo dessa assertiva, nada mais equânime do que passarmos pelo estágio que precisamos, na família que necessitamos, para equacionar o que fora acordado em existências pretéritas.



Vale a pena aqui lembrar que o progresso se dá de conformidade evolutiva do orbe, e com ele, da sociedade. Não caberia aqui incursionarmos pela história da instituição família, porém vale uma breve reflexão do modelo atual.

Alinhando alguns conceitos da instituição família, visitamos vários pensadores, iniciando pelo Mestre dos Mestres Jesus Cristo:

*“Enquanto ele ainda falava à multidão, a mãe e os irmãos dele estavam de fora, procurando falar-lhe. E alguém lhe disse: ‘olha, tua mãe e teus irmãos estão lá fora e procuram falar-te’. Mas ele respondeu ao*

*que lhe falava: ‘quem é minha mãe e quem são meus irmãos’? E estendendo a mão para seus discípulos, disse: ‘Eis minha mãe e meus irmãos; porque aquele que fizer a vontade de meu Pai que está nos céus, esse é meu irmão, irmã e mãe!’ (Mateus, 12:50)*

Da compreensão do texto aludido pelo Mestre Jesus, à época, foi mal compreendido, contudo, conhecendo a mansuetude e o amor do Meigo Rabi, sabendo de igual modo que não perdia oportunidade para ensinar, aprendemos a lição, de que naquele momento, ficara estabelecida a diferença entre parentesco corporal e espiritual.

Motivo pelo qual, em observando com visibilidade aguçada, a experiência se repete nas relações familiares atuais.

Para Gonçalves (2005, p.1), a família é uma realidade sociológica e constitui a base do Estado, o núcleo fundamental em que repousa toda a organização social; trata-se de instituição necessária e sagrada para o desenvolvimento da sociedade como um todo, merecedora de ampla proteção do Estado.

A Veneranda Joana de Angelis, nos ensina que, “a família é, antes de tudo, um laboratório de experiências reparadoras, na qual a felicidade e a dor se alternam, programando a paz futura.” (SOS Família)



O conceito jurídico nos ensina que:

*“à família, base da sociedade, tem especial proteção do Estado. [...]*

*Para efeito da proteção do Estado, é reconhecida a união estável entre homem e mulher como entidade familiar, devendo a lei facilitar sua conversão em casamento. Entende-se, também, como entidade familiar a comunidade formada por qualquer dos pais e seus descendentes. Os direitos e deveres referentes à sociedade conjugal são exercidos igualmente pelo homem e pela mulher". (art. 226, §3.º-5.º, CF/88).*

E, numa perspectiva de analisarmos, a luz do bom senso, avocando o enunciado no pentateuco kardequiano e nas obras subsidiárias da doutrina dos espíritos, anunciada pelo Mestre Jesus, que enviaria para nós outros em tempo hábil, O Consolador Prometido, aqui estamos mergulhando, nas elucidações de Emmanuel, quando nos diz:

*"de todas as associações existentes na Terra, excetuando, naturalmente, a Humanidade – nenhuma delas, talvez, é mais importante, em sua função educadora e regenerativa, do que a constituição da família."*

Neste viés de entendimento, como nos apresenta o grande mentor de Chico Xavier, podemos vislumbrar que ao longo dos tempos o significado de família vem sendo ampliado

no texto e no contexto, no discurso e na prática. Importante que na busca incessante da evolução espiritual, possamos viver e conviver de forma fraterna, sendo qual for o modelo de família.

Que possamos exercitar o ensinamentos de Jesus, quando nos esclarece do ápice da sua sabedoria: "Eis minha mãe e meus irmãos; porque aquele que fizer a vontade de meu Pai que está nos céus, esse é meu irmão, irmã e mãe!" (Mateus,12:50)

E, assim sendo, aproveitemos o momento de pensar e repensar os valores morais e espirituais, para amar ao próximo como Jesus nos amou, independente do modelo de família, apresentado pela sociedade multifacetada, exercitando obviamente a lei do amor implantada pelo Governador Espiritual do Orbe Terrestre.

Gratidão é o sentimento!

...

\*Selma Amorim, é colaboradora associada da Federação Espírita do Estado de Sergipe – FEES., atualmente na Coordenação de Atendimento Espiritual da FEES.





# DESEJO DE SAÚDE E REFORMA ÍNTIMA

**Rosa Amélia Andrade Dantas**

Doutora em Saúde Pública/Universidade Federal da Bahia e Pós-doutora/Universidade de Coimbra. Professora do Departamento de Medicina da Universidade Federal de Sergipe. Presidente da Associação Médica Espírita de Sergipe. (1) FRANCO, Divaldo Pereira. Autodescobrimento: Uma Busca Interior. Pelo espírito Joanna de Angelis. 17. ed. Salvador: LEAL, 2013. (Série Psicológica, volume 6).<sup>2</sup> KARDEC, Allan. O Livro dos Espíritos: princípios da Doutrina Espírita. 72.ed. Rio de Janeiro: Federação Espírita Brasileira, 1992.<sup>3</sup>

Nestes tempos da pandemia da Covid-19, finalizando 2020 e iniciando 2021, nada mais positivo do que o desejo de saúde para todos. Mas frente a tantos desafios do dia-a-dia, como começar a trilhar o caminho para a saúde individual física, mental e espiritual e para a saúde coletiva da humanidade?

Entendo que o caminho envolve muito trabalho para adquirir o equilíbrio na condução das nossas vidas, através dos pensamentos e ações tanto individuais quanto coletivos. Um ponto importante para atingirmos um grau satisfatório de saúde física, mental e espiritual é um processo contínuo de autoconhecimento ou autodescobrimento, ou seja, o despertar de si mesmo, para recomeçarmos a cada dia o processo de nossa reforma íntima.

Segundo Joana de Angelis, psicografada por Divaldo Franco(1), “O despertar do Si enseja a compreensão da necessidade de transmutar as energias, encaminhando-as de uma para outra área e utilizando-as de uma forma profícua, único recurso para o gozo da saúde”.

A abordagem deste tema não é recente, visto que Sócrates, há mais de 2.500 anos, falava que o autoconhecimento devia ser praticado por todos, a todo o momento e em todos os lugares, pois somente a partir dele poderíamos ter um mundo melhor. Para a psicologia, o conhecimento de si mesmo favorece ao sujeito lidar melhor com suas próprias emoções, o que pode contribuir positivamente para o aumento de bem-estar e ocasionar resoluções produtivas acerca de seus variados problemas.

Kardec aborda o tema no Livro dos Espíritos, Capítulo XII – Da Perfeição Moral- Conhecimento de si mesmo, na questão 919. “Qual o meio prático mais eficaz que tem o homem de se melhorar nesta vida e de resistir à atração do mal?”(2) , e a resposta é “Um sábio da antiguidade vo-lo disse: Conhece-te a ti mesmo.”(2)

E na questão 919 - a), nos decodifica a seguinte orientação,

“Conhecemos toda a sabedoria desta máxima, porém a dificuldade está precisamente em cada um conhecer-se a si mesmo. Qual o meio de consegui-lo?

Fazei o que eu fazia, quando vivi na Terra: ao fim do dia, interrogava a minha consciência, passava revista ao que fizera e perguntava a mim mesmo se não faltara a algum dever, se ninguém tivera motivo para de mim se queixar. Foi assim que cheguei a me conhecer e a ver o que em mim precisava de reforma. Aquele que, todas as noites, evocasse todas as ações que praticara durante o dia e inquirisse de si mesmo o bem ou o mal que houvera feito, rogando a Deus e ao seu anjo de guarda que o esclarecessem, grande força adquiriria para se aperfeiçoar, porque, crede-me, Deus o assistiria. Dirigi, pois, a vós mesmos perguntas, interrogai-vos sobre o que tendes feito e com que objetivo procedestes em tal ou tal circunstância, sobre se fizestes alguma coisa que, feita por outrem, censuraríeis, sobre se obrastes alguma ação que não ousaríeis confessar. Perguntai ainda mais: “Se aprovesse a Deus chamar-me neste momento, teria que temer o olhar de alguém, ao entrar de novo no mundo dos Espíritos, onde nada pode ser ocultado?” Examinai o que pudestes ter obrado contra Deus, depois contra o vosso próximo e, finalmente, contra vós mesmos. As respostas vos darão, ou o descanso para a vossa consciência, ou a indicação de um mal que precise ser curado. Quando estiverdes indecisos sobre o valor de uma de vossas ações, inquiri como a qualificaríeis, se praticada por outra pessoa. Procurai também saber o que dela pensam os vossos semelhantes e não desprezeis a opinião dos vossos inimigos, porquanto esses nenhum interesse têm em mascarar a verdade e Deus muitas vezes os coloca a

vosso lado como um espelho, a fim de que sejais advertidos com mais franqueza do que o faria um amigo. SANTO AGOSTINHO” (2).

Nos comentários a essas questões, Allan Kardec nos alerta que muitas das nossas faltas nos passam despercebidas e indica a necessidade de interrogar nossa consciência sobre nossos atos.

“O conhecimento da nossa intimidade mental e espiritual, vai nos transformando progressivamente em todos os sentidos da nossa existência. É a transformação do homem velho, carregado de tendências e erros seculares, no homem novo, atuante na implantação dos ensinamentos de Jesus, dentro e fora de si, conduzindo-nos ao aprimoramento do nosso espírito”.

A partir do autoconhecimento/ autodescobrimento é que podemos iniciar nossa reforma íntima, e gradativamente, tais transformações se refletirão em todos os campos de nossa existência, nos trazendo o equilíbrio necessário para termos saúde. E, então, juntos contribuiremos para intensificar as modificações sociais e ambientais cada vez mais necessárias para termos uma saúde coletiva de melhor qualidade.

Ao iniciar este processo, podemos seguir por vários caminhos, mas em todos será preciso persistir, entendendo que as pedras do caminho são exercícios do processo de aprendizado. É importante termos foco e vigília em nossos pensamentos, sentimentos e atitudes, pois eles têm um padrão vibratório específico, que emitimos e captamos de volta.

Este final de ano, peçamos a Deus que, com sua infinita sabedoria e amor, nos conceda a graça da saúde para nós, familiares, amigos e para a coletividade. Peçamos também para cada um de nós força interior, entusiasmo e amor para realizarmos este trabalho contínuo e progressivo que é o processo de autoconhecimento/autodescoberta e de reforma íntima.

## Espaço da Juventude

# ACEITE

# ACEITE

Frustrações são, sem dúvida, um dos aspectos mais dolorosos na construção da nossa vida terrena. Expectativas de todas as formas, muitas vezes inevitáveis, são criadas.

Em contrapartida, saber lidar com aquilo que não acontece da forma esperada é grande sinal de maturidade, resiliência e crescimento espiritual.

Os altos e baixos da nossa história perpassam por esse contexto: acreditar, almejar, sonhar, e nem sempre ter. Ou melhor, sempre ter, sim.

Só chega o que é necessário, por merecimento ou misericórdia do regente do universo. Não obter o que se almeja pode e deve ser encarado como a conquista do que se precisa, o que cresce, o que constrói verdadeiramente.

Na nossa história, já nos deparamos a vários momentos em que a perda foi, na verdade, o ganho. Só não estávamos aptos a perceber aquilo.

Os ciclos da vida estão aí para nos mostrarem o quanto ainda precisamos desenvolver a capacidade de aceitar. Nem tudo está no nosso controle. E nem deve estar. A leis regentes do universo são perfeitas, tal como o seu criador. Imperfeitos somos nós.

Tenhamos a humildade de aceitar as nossas limitações morais; a impossibilidade de controlarmos tudo; a submissão ao ser supremo. Ele sabe o que é verdadeiramente bom e justo. Ele é soberanamente assim.

Trabalhemos diariamente, façamos por merecer, a fim de que o melhor sinal de que estamos no caminho certo surja: a vontade do criador e a nossa serem as mesmas. Se não forem, aceitemos. Não era pra ser.

Por: Alexandre Siqueira

# O PROCESSO DE INCLUSÃO NAS CASAS ESPÍRITAS

**Vanusa Silva Freire**

Professora, Membro da CSE/FEES e Membro do GETB.

*“E Jesus respondeu-lhe: O primeiro de todos os mandamentos é: Ouve, Israel, o Senhor nosso Deus é o único Senhor. Amarás, pois, ao Senhor teu Deus de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todo o teu entendimento, e de todas as tuas forças; este é o primeiro mandamento.*

*E o segundo, semelhante a este, é: Amarás o teu próximo como a ti mesmo. Não há outro mandamento maior do que estes. E o escriba lhe disse: Muito bem, Mestre, e com verdade disseste que há um só Deus, e que não há outro além dele; E que amá-lo de todo o coração, e de todo o entendimento, e de toda a alma, e de todas as forças, e amar o próximo como a si mesmo, é mais do que todos os holocaustos e sacrifícios. E*

*Jesus, vendo que havia respondido sabiamente, disse-lhe: Não estás longe do reino de Deus. E já ninguém ousava perguntar-lhe mais nada.”*

*Marcos 12:29-34*

Refletindo acerca da passagem bíblica, temos bem claro como elemento fundamental do Espiritismo e do Cristianismo, o amor, primeiramente a Deus e, em seguida, ao próximo, sintetizando a base da Doutrina, que é a Caridade.

Considerando o mês em curso, no qual iremos celebrar o Natal, cabe lembrar que o nosso amado Jesus foi a maior representação de uma prática verdadeiramente inclusiva que já tivemos. Ele trabalhou com a diversidade, pois não fazia distinção de gênero, cor, origem, condição mental, nível social etc.

Quando falamos em inclusão, que é o ato de incluir, de acolher sem distinção, pensamos em deficiência, mas existem outras dimensões sobre as quais devemos refletir, a exemplo das pessoas negras, idosas, homoafetivas.

Quando incluímos alguns e esquecemos outros estamos excluindo. Se colocar no lugar do outro e compreender a diversidade em todos

os seus aspectos significa praticar a inclusão; significa estar acolhendo, vendo o outro como um todo.



Tudo isso porque somos trabalhadores da causa, trabalhamos na promoção do assistido, sobretudo considerando que a dor iguala todos os seres humanos. Devemos, portanto, praticar a empatia e entender a dor do outro sem distinção, desenvolver a maior de todas as acessibilidades: a Atitudinal.

“Oh! quão bom e quão suave é que os irmãos vivam em união. [...] porque ali o Senhor ordena a bênção e a vida para sempre.” Salmos 133:1-3

Praticar inclusão na casa espírita é fazer a inclusão social, que é o conjunto de medidas direcionadas a indivíduos excluídos do meio social, seja por alguma deficiência física ou mental, cor da pele, orientação sexual, gênero ou poder aquisitivo. É interagir com o outro, ter a capacidade de entender, reconhecer e, assim, vivenciar o privilégio de conviver e compartilhar experiências com pessoas diferentes de nós.



No processo inclusivo das pessoas com deficiência nas casas espíritas, sabemos que a acessibilidade é ainda muito restrita, ela previne diminuir as barreiras de acesso às pessoas com limitações. E a acessibilidade não é só estrutural, arquitetônica, para limitação motora, mas, de um modo geral, de comunicação e, como já mencionamos, acessibilidade atitudinal, acessibilidade para condições específicas.

Em relação às pessoas com limitações na comunicação, como é o caso do surdo, não presenciamos intérpretes de Libras nas casas espíritas, principalmente nas Doutrinárias, onde recebemos a comunidade de modo geral. O que ouvimos, muitas vezes, é que, caso um surdo comece a frequentar a casa, se providenciará o profissional. Temos que estar cientes que devemos nos preparar antes para recebermos e/ou acolhermos essas pessoas

com mais dignidade, pois com o discurso que vemos, na prática, o que se faz não é a inclusão, mas uma integração, por vezes mascarada.

Já no tocante às pessoas que possuem limitação na visão (cegos ou com baixa visão), aparecem questões sobre a impossibilidade de leitura dos slides expostos e o conhecimento do espaço que está frequentando; sendo necessário, nesses casos, a instalação de “caixas de som inteligentes” ou o que mais conhecemos como Audiodescrição.



Assim, cabe a todos nós trabalhadores das casas espíritas, especialmente aos dirigentes, uma reflexão profunda sobre como evitar que muitos irmãos com limitações específicas deixem de frequentar essas instituições pela ausência de acessibilidade, que os impossibilita a compreensão das mensagens nelas transmitidas.

“Vejam os meus olhos, Pai misericordioso, me põe ao alcance para suavizar o sofrimento do meu irmão. Vejam se as minhas consolações morais, o meu amparo material ou meus conselhos poderão ajudá-lo a vencer essa prova com mais energia, paciência e resignação. Vejam mesmo se Deus não me põe nas mãos os meios de fazer que cesse esse sofrimento; se não me deu a mim, também como prova, como expiação talvez, deter o mal e substituí-lo pela paz.” (ESE, Allan Kardec, c. 5)

# Atividade Interativa Inclusão

por *Adenilson Alves*



## CADÊ A INCLUSÃO DO AMOR?

Está na moda! Devemos incluir! Dar direitos iguais, olhar o outro de modo igual! O progresso da legislação parece estar acompanhando o progresso do homem, que já consegue perceber os diferentes como semelhantes!.

E nesse ritmo, homossexuais se casam, deficientes têm oportunidade de emprego, o racismo é punido, idosos tem prerrogativas que facilitam sua condição. Sim, a INCLUSÃO é uma evolução, pois com ela concluímos que somos todos da mesma espécie, ainda que diferentes!

Mas, será que não pregamos inclusão social hipocritamente?

Quantos pregam a inclusão do alto de sua falsa e aparente superioridade? A mesma inclusão que tantos esquecem de realizar enquanto se dizem cristãos e pregam, muitas vezes, uma religião que tem o entendimento da fraternidade!

E que se dirá deste se for espírita, portanto reencarnacionista, convicto de que a vida é uma experiência educativa necessária, cujo curso todos escolhemos antes de encarnar com o objetivo primordial de aprender a amarmos uns aos outros!?

Quantas pessoas boas se tornam egoístas e más ao segregarem e/ou julgarem seu próximo por causa do lugar em que nasceram ou por suas escolhas, por desejarem que o pouco que lhes foi dado ou permitido socialmente seja preservado, por agirem sem pensar no amanhã, nem na coletividade, muito preocupados que estão em conseguir o pão que deverão comer agora?

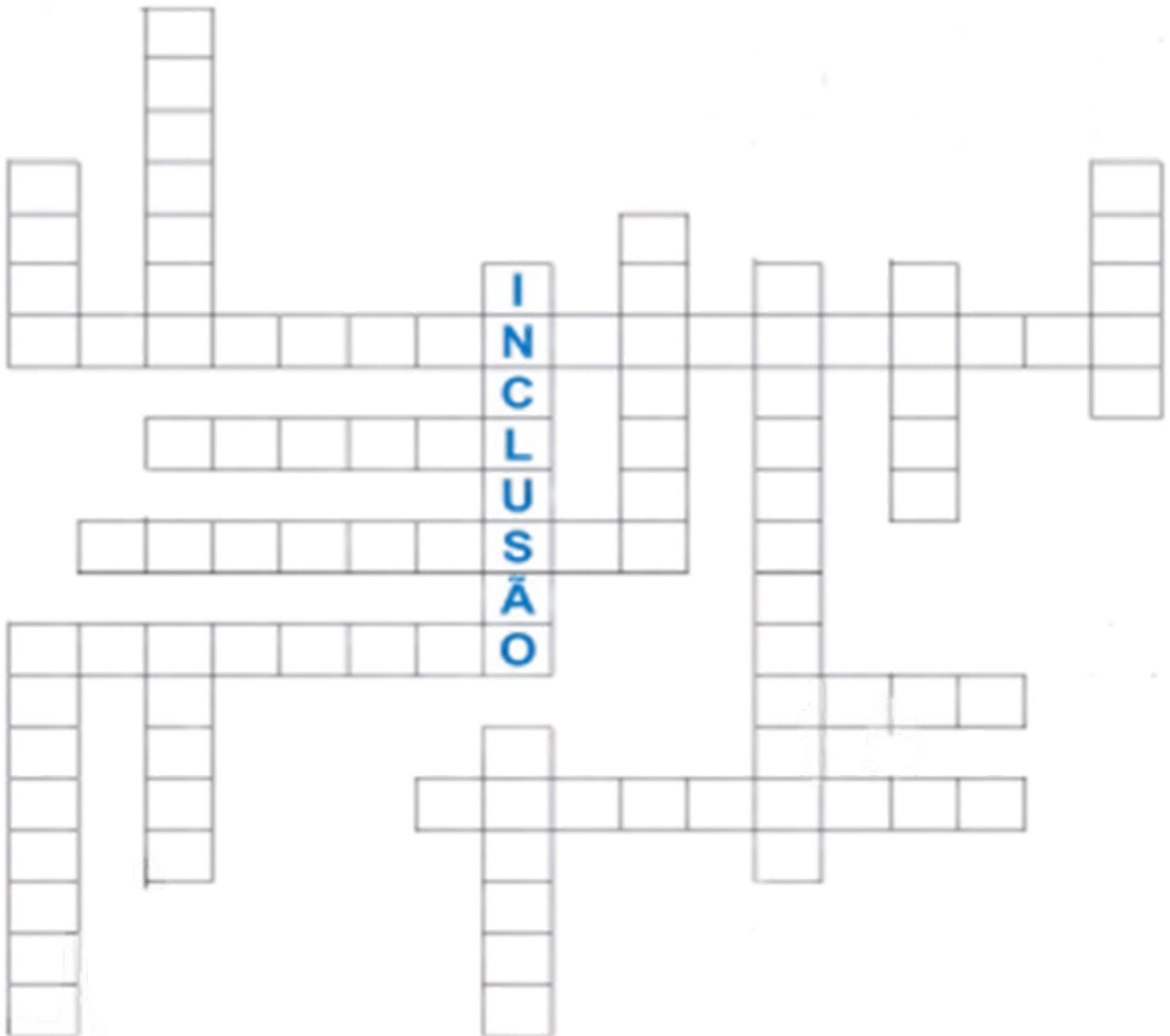
Se a sociedade e os indivíduos olhassem com os olhos do amor os que querem "incluir", veriam almas em prova atrás de rostos sofridos, de mãos calejadas, com pés em calçados rústicos, olhos decepcionados, vidas sem esperança, consolando-se, às vezes e somente num Deus que não conhecem direito.

Basta de exclusão. E chega da inclusão hipócrita que só foca aquele que não interfere na nossa vida. Incluamos a todos (e sempre) no nosso amor. Não separemos mais do que separado está.

Por: Vania Mugnato de Vasconcelos  
Extraído de: <https://www.kardecriopreto.com.br/cade-inclusao-amor/> (Acesso em 10/11/2020 - Adaptado).

Agora complete a cruzadinha com as palavras que estão em destaque no texto:

PROGRESSO – RACISMO – INCLUSÃO – EVOLUÇÃO – ESPÉCIE – SOCIAL  
– REENCARNACIONISTA – EGOÍSTAS – COLETIVIDADE – SOCIEDADE –  
OLHOS – ALMAS – ROSTOS – VIDAS – DEUS – AMOR



RESPOSTAS:

- HORIZONTAL /LINHAS/ NO SENTIDO DE CIMA PARA BAIXO: Reencarnacionista – social – progresso – evolução – Deus - sociedade.
- VERTICAL / COLUNAS/ DA ESQUERDA PARA A DIREITA: Amor – egoístas – espécie – olhos – INCLUSÃO – rostos – racismo – coletividade – vidas - almas .

# SEJAMOS TODOS INCLUSÃO

Você é assim, humano,  
É da vontade do ser,  
Tudo faz parte do plano  
E Deus fez acontecer  
Quis Ele que fosse assim  
E a vida disse que sim,  
Precisamos entender.

Simple e ignorantes,  
Porém com potencial  
E aptidões relevantes  
Fator diferencial,  
Vindos de Deus, um a um,  
Diferenças em comum,  
Esse é o curso natural.

Surgiu a diversidade,  
De escolha e consequência  
Que, pela necessidade,  
Recebe a anuência  
Da Providência Divina  
E quem aprende ensina,  
Em paz com a consciência.

Todos aqui envolvidos,  
Nesse complexo universo,  
Rogamos ser incluídos,  
Pela cor, crença, doença,  
Quisemos a diferença,  
Usando nossa presença,  
Sempre no modo diverso.

E a vida só faz sentido,  
Dentro da compreensão,  
De que é bem mais divertido  
Ter mais que uma opção  
Num jardim, são muitas flores,  
De várias formas e cores,  
É a beleza da inclusão.

Olhemos pra nossa casa,  
Somos todos diferentes  
Mas é o amor que extravasa  
Das idades inocentes  
Seja, pois, tal sentimento,  
Que lhe grave o pensamento,  
De aceitar todas as gentes.

Não importa o preconceito,  
Oremos em gratidão,  
Ninguém ainda é perfeito,  
O tempo é de evolução  
Se o Cristo a todos ama  
O universo proclama  
SOMOS TODOS INCLUSÃO!

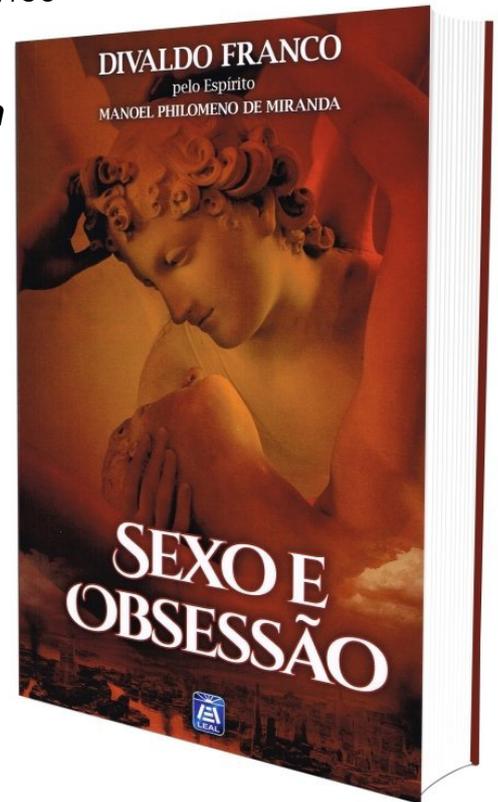
Edilson Costa – Poeta Espírita – Itabaiana/  
SE - 22/11/20



# SEXO E OBSESSÃO

Divaldo P. Franco

por *Renato*  
*@leitor.espirita*



O livro **Sexo e Obserssão** é uma publicação espírita psicografada pelo médium brasileiro Divaldo Pereira Franco com autoria atribuída ao espírito Manoel Philomeno de Miranda.

Em uma reunião com diversos irmãos desencarnados, o benfeitor espiritual Anacleto nos esclarece que as vibrações deletérias das obsessões vigorosas ceifam a alegria e a paz, a saúde e o júbilo, quando se arrastam por largos períodos de desespero, mostrando que as relações poderiam ser diferentes e/ou evitadas, caso se permitisse que o amor dissolvesse as mágoas e apagasse os sentimentos de revolta.

Por outro lado, esses processos de orgulho e de presunção desencadeiam transtornos emocionais e psíquicos que se convertem em enfermidades dilaceradoras e cruéis. Apesar disso, o Consolador chegou à Terra a fim de auxiliar o ser humano na sua recuperação, influenciando-lhe a conduta e oferecendo-lhe a visão da realidade.

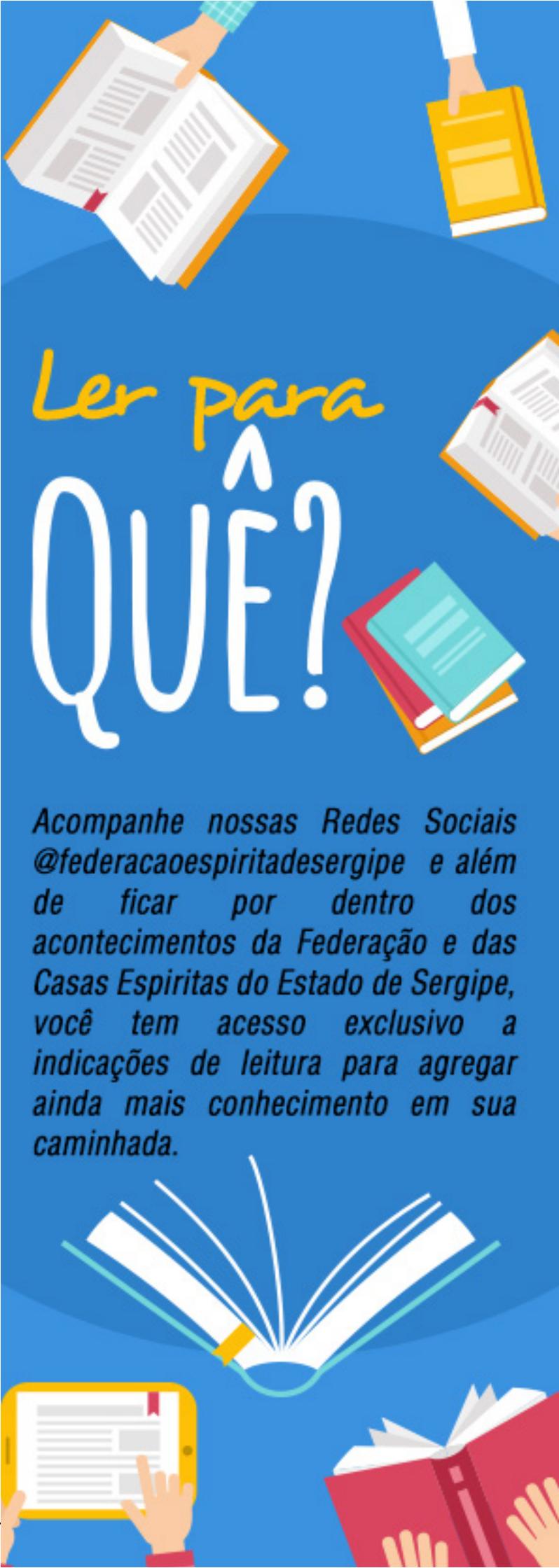
Dr. Bezerra nos presenteia com ensinamentos valiosos a respeito das provas que devemos passar, explicando que, em decorrência dos vícios e das fixações tóxicas, a morte não libera aqueles que se devotam às

baixas vibrações, antes os encaminha para regiões equivalentes onde são cursos aos seus apetites insaciáveis e mórbidos.

O autor nos esclarece, ainda, que os esforços dos trabalhadores espíritas devem ser redobrados e as atividades praticadas muito bem cuidadas, sendo que a Fraternidade exige maior soma de sacrifícios e o respeito aos relacionamentos se apresenta como fator de equilíbrio para evitar que os espíritos atormentados e infelizes que pululam a sociedade atraiam-nos à sensualidade, à perversão, ao desvio dos deveres que nos constituem a razão de ser da própria existência.

Nos atendimentos fraternos das instituições voltadas para a prática do espiritismo, aumentou o número dos insatisfeitos e atormentados do sexo que, vindo buscar socorro, facilmente se interessam pelas afeições saudáveis. Os irmãos infelizes induzem pessoas doentes e tentam envolve-las em suas teias de sedução, gerando conflitos e sofrimentos; e desviam também, por algum tempo, outras pessoas de bom caráter, mas de poucas resistências morais, comprometendo-as sexualmente a desserviço da harmonia que preservavam na família, com seus parceiros ou na solidão que elegeram como terapia de reeducação.

Tudo, porém, são testes de aprendizagem e oportunidades de crescimento interior. Nesses momentos, a oração repassada de unção, a caridade em toda e qualquer expressão, a leitura edificante de bons livros e a conversação salutar constituem recursos preciosos para a manutenção do equilíbrio e para auxiliar os perturbados/perturbadores no seu processo de recomposição moral.



Ler para  
QUÊ?

***Acompanhe nossas Redes Sociais @federacaoespiritadesergipe e além de ficar por dentro dos acontecimentos da Federação e das Casas Espiritas do Estado de Sergipe, você tem acesso exclusivo a indicações de leitura para agregar ainda mais conhecimento em sua caminhada.***



**Federação Espírita  
do Estado de Sergipe**