

# Informativo

# A LUZ DIVINA

Ano 45 - Nº 340 - Maio - Junho / 2013

## Pai João

*"Medita, esforça-te, recorda... Se trabalha na frase, será ajudada na inspiração. Em toda a estória escrita na Terra há sempre muito do passado e do escritor... (Mãe Maria)".*

Século XVII, Brasil colonial! As famílias do conde George Fleury, do português José de Almeida e do barão de Chester, os mais ricos "sinhôs" da região, se entrelaçaram, e Mãe Maria e Pai João viveram entre eles. Mãe Maria servia ao francês Fleury e Pai João ao inglês Chester.

Mãe Maria narra a história: Eu servi na casa de "sinhô" conde Fleury e Pai João trabalhava para o barão de Chester. Ao entardecer, nos reencontrávamos na encruzilhada e íamos para a nossa cabana, na curva do morro...

Pai João, às vezes, contava histórias e sempre de forma muito simples. Terminava sem tirar conclusões. Deixava que o ouvinte refletisse. Algumas vezes escolhia parábolas do próprio Jesus Cristo, tiradas dos Evangelhos. Ele apenas dizia: "Em cada história que Jesus contou, há um pouco da história de cada um de nós".

Quando lhe pediam: Pai João, ensina-nos a orar. Respondia comovido, com humildade: "A oração é conversar intimamente com Deus e cada um faz a sua maneira".

Ante o sofrimento, ouvia silenciosamente os tristes desabaços e dizia: "Deus perdoa até mesmo antes que se tenha cometido um erro. Perdoa, porque é justo e sabe que erramos por ignorância. Quanto ao sofrimento, é a esponja que apaga as manchas dos erros. Em verdade, é uma bênção para nossa necessidade, principalmente quando não é de revolta e sim de arrependimento".

Pai João colocava as mãos sobre a cabeça do enfermo e fechava os olhos e conversava com Deus.

Em Pai João a felicidade existia. Ele achava as respostas para as torturantes questões da vida e da morte e conseguia viver de acordo com seus princípios. Só a reencarnação, de que tanto falava, poderia explicar as desigualdades entre os homens.

Influenciado por Pai João, seu senhor, barão de Chester começara a reler os Evangelhos e percebera que, sob a luz das novas ideias, o Sermão do Monte de Jesus Cristo parecia novo e aceitável como o único



programa de vida. Discretamente, começou a se interessar pela vida de cada um deles.

A família consanguínea fora arrancada de seu convívio, mas ele não era capaz de viver sem ser protetor e pai. Aquele grupo de expatriados e sofredores passou a receber a transferência de sua proteção.

Mãe Maria nos conta a partida de seu companheiro:

Ah! Nem gosto de me lembrar. Ele me pediu que o recordasse sempre moço e forte e não deixasse me entristecer com a sua doença e sua velhice, pois

isso era passageiro. Foi uma febre esquisita que Pai João teve. Todos se incomodaram, menos ele. Um dia, quando eu lhe preparava a medicação, chamou-me e disse:

"Maria, não se preocupe. Essa febre é o meu sinal. Estou me apressando para deixar a Terra".

Mãe Maria continuou: O barão estava acabrunhado. Muita gente foi visitá-lo, compadecidos de seu estado cada vez mais debilitado. Pai João sorria para todos dizendo palavras de consolação e de paz, como se ele estivesse perfeitamente bem. No fundo, ele parecia contente e isso me ofendia um pouco.

Pai João dizia que morrer é sair da gaiola como os pássaros cativos e viver com mais liberdade. Um dia, Pai João olhou para a porta e sorriu balançando a cabeça como se cumprimentasse alguém e me disse: "Maria, é meu querido amigo que chegou... Aqui estão também nossos filhinhos lindos como anjos do Céu... Deus não vai separar para sempre os que se amam. É só uma viagem que eu faço primeiro".

Com voz fraca, começou a dizer: "Era uma vez, um pastor que tinha cem ovelhas reunidas no rebanho. Mas uma se perdeu e caiu no abismo. O pastor deixou as noventa e nove ovelhas reunidas e protegidas e saiu, ferindo os pés, para procurar aquela... que havia... caído". Foram as suas últimas palavras.

*Romance Mediúnico "Estamos todos Reencarnados", pelo Espírito Mãe Maria, na psicografia de Maria Augusta Ferreira Puhmann.*

# Atendimento

Instituição Beneficente "A Luz Divina"  
Entidade Espírita

Todo atendimento é gratuito

**Assistência Espiritual: Horários de funcionamento**

## Atendimento Fraterno

Segundas-feiras, das 12h20 às 14h30  
Quartas-feiras, das 17h45 às 21h00  
Sábados, das 10h45 às 15h00

## Passes

Segundas-feiras, das 12h20 às 14h30  
Quartas-feiras, das 17h45 às 21h30  
Quintas-feiras, das 12h20 às 14h30  
Sábados, das 10h45 às 15h30

## Grupos específicos de passes:

### Grupo Manoel Philomeno de Miranda

(Dependentes químicos)  
Terças-feiras, das 19h30 às 21h30  
A porta de entrada será fechada às 20h15

### Grupo João Nunes Maia

(Pacientes com diagnósticos de tumores)  
Quartas-feiras, das 19h30 às 21h

### Grupo André Luiz

Vibrações (sem público)  
Quintas-feiras, das 20h às 21h

### Reuniões Espirituais

Segundas-feiras, das 15h às 16h  
Quartas-feiras, das 20h às 22h  
Quintas-feiras, das 14h50 às 15h40  
Sábados, das 16h às 18h

### Ambulatórios Médico/Dentário

Rua Antônio Knittel, 57  
**Médico:** Sábados, das 9h às 10h  
**Dentário:** Segundas-feiras, das 13h às 16h30  
Quartas-feiras, das 18h às 20h  
Sábados, das 9h às 17h

### Setor Antialcoólico

Segundas-feiras, das 14h às 15h  
Quartas-feiras, das 18h às 21h  
Sábados, das 11h às 16h

### Grupo Socorrista "Aura Celeste"

Assistência aos moradores em situação de rua  
Av. Horácio Lafer (entre 671-721)  
de segundas-feiras às sextas-feiras  
das 17h30 às 23h

### Casa Luz / Chá da Tarde / Eventos

Travessa Carlos Alberto G. Kfour, 51  
Av. Horácio Lafer (entre 671-721)

### Bazar Beneficente da Solidariedade

Av. Horácio Lafer, 743  
Segundas, Quartas, Quintas-feiras e Sábados.

### Área de Ensino

ALUNOS: Segundas, Terças e Quintas-feiras,  
a porta de entrada será fechada às 20h15.

### Curso de Educação e Treinamento Mediúnico

Segundas-feiras, das 20h às 21h45  
Terças-feiras, das 14h30 às 16h15  
Terças-feiras, das 20h às 21h45

### Escola de Aprendizizes do Evangelho

Sábados, das 9h às 11h  
Quintas-feiras, das 14h30 às 16h15 e das 20h às 21h45

### Curso às Gestantes

Sextas-feiras, das 14h30 às 16h15

### Escola de Evangelização Infantil

Sábados, das 9h às 10h30 - Casa Luz

### Grupo de Jovens

Sábados, das 9h às 12h - Sede

### Grupo de Pais

Sábados, das 9h às 10h30 - Sede

### Grupo Espírito Voluntário - Jovens Universitários

Encontros quinzenais, aos sábados, das 11h às 12h - Casa Luz

# Expediente

## Informativo "A Luz Divina"

Publicação bimensal da  
Instituição Beneficente "A Luz Divina"  
Entidade Espírita - Fundada em 1º-09-1956

Av. Horácio Lafer, 720 – Itaim Bibi  
CEP 04538-083 – São Paulo – SP  
CNPJ 62.161.534/0001-57  
Site: [www.aluzdivina.org.br](http://www.aluzdivina.org.br)  
E-mail: [aluzdivina@aluzdivina.org.br](mailto:aluzdivina@aluzdivina.org.br)

## Conselho Editorial:

Alaciel Valentim / Euclides J. Rigon  
Maria de Lourdes A. V. Magri

## Jornalista Responsável:

Fernando Murad - MTB 46659 - SP  
[fernando.murad@gmail.com](mailto:fernando.murad@gmail.com)

## Projeto Gráfico:

Alberto Penteado - [pentha20@gmail.com](mailto:pentha20@gmail.com)  
Fabiana Heiderscheidt - [fabiheider@hotmail.com](mailto:fabiheider@hotmail.com)

## Ilustração/Imagens:

Adriana Yamauti Ferreira  
Renato Alberto Gianatácio

## Redação:

Marina A. Marino Ruocco / Maria de Lourdes A. V. Magri  
Verônica A. Borges

## Revisão:

Maria de Lourdes A. V. Magri

## Projeto Site: Cauetec Informática Ltda.

## Manutenção Site: Renato Alberto Gianatácio

Distribuição interna gratuita  
Impressão: Gráfica Van Moorsel, Andrade & Cia Ltda.  
Tiragem: 2.000 exemplares

*O Informativo "A Luz Divina" é um veículo que visa a divulgação da Doutrina Espírita, rigorosamente de acordo com a Codificação. É produzido por uma equipe de trabalhadores voluntários.*

*Pedimos a gentileza de ao término de sua leitura não jogar este impresso em vias públicas. Sugerimos que repasse aos familiares e/ou amigos ou devolva para a Instituição, na Mesa de Informações. A "A Luz Divina" não autoriza a comercialização deste impresso.*

# Índice

## PÁG

3	Editorial: Paz e Luta
4	27º Simpósio Espírita "A Luz Divina" - Fé
5	27º Simpósio Espírita "A Luz Divina" - Gratidão
6	27º Simpósio Espírita "A Luz Divina" - Perdão
7	27º Simpósio Espírita "A Luz Divina" - Caridade
8	Atendimento à Saúde - Marco Maiuri
9	Lançamento do livro "Ato Mediúnicos" Oração ao Pai João
10	Bazar Dia Das Mães Agradecimento: Cido e Malvina
11	Comemoração Dia das Mães
12	Psicografia: Horas de Crise
13	Palestra de Pedro Camilo
14	Feira do Artesanato Oficina de Scrapbook na CASA LUZ
15	Dicas Psicologia Jurídico Saúde
16	Feijoada na CASA LUZ
16	Cantinho da Leitura: Palavras Libertadoras
16	Assistência Espiritual



Comentários, sugestões, críticas - [aluzdivina@aluzdivina.org.br](mailto:aluzdivina@aluzdivina.org.br)  
Anunciantes: procurar pessoalmente a Área de Divulgação.

Muitas vezes, a pretexto de servir a Jesus, fugimos para a sombra quieta do claustro, abandonando a luta em que o Mestre espera de nós a colaboração salutar.

Mal nos sabe a escolha, porque, em semelhante contemplação, cultivamos a inutilidade e acordamos, ao clarim da morte, na condição do pássaro de asas entorpecidas.

Diz-se que é preciso aborrecer o pecado, buscando o recanto silencioso da virtude improdutiva e anestesiante, sem o que não abominaremos Satanás e suas obras.

Não traduzirá, porém, essa atitude ruinoso descaso para com o mundo e para com as almas que o Senhor nos confiou aos cuidados e salvaguarda?

Fora preciso que o amor não passasse de escura mentira, para crermos em nossa salvação exclusiva, com deplorável esquecimento dos outros. Um soluço de criança na Terra destruiria o Céu que a teologia comum criou para atender, em caráter provisório, as nossas indagações.

O clima de contrastes em que a inteligência da criatura se alarga e evolve, propiciando-lhe dificuldades e sombras temporárias, é, na essência, a paisagem indispensável ao crescimento do Espírito, para a vitória do amor, no coração do homem e no caminho da Humanidade.

A paz resulta do equilíbrio e não da inércia.

Jesus, no madeiro, desfrutava da tranquilidade dos que podem desculpar o mal e esquecê-lo. Pilatos, na suntuosidade do Pretório, conservava um espírito vacilante e atormentado, que o arrastaria, por fim, ao suicídio.

O lago calmo costuma resumir-se a depósito de lodo estanque, enquanto a água corrente, rolando sem cessar sobre a escarpa, chega pura aos lábios ressequidos do homem.

A santidade não depende da máscara.

Há príncipes da fortuna e da inteligência, da autoridade e da fama, os quais, embora situados entre a poltrona macia e o louvor incessante dos grandes e dos pequenos, se esforçam, no serviço aos semelhantes, obedecendo aos ditames da reta consciência e há mendigos esfarrapados e sedentos que elevam mãos postas aos céus praguejando mentalmente em desfavor do próximo.

Muitos homens, aparentemente santificados por viverem repetindo orações comoventes, são almas leoninas que se reconhecem necessitadas de constantes preces e de meditação para não caírem na soez armadilha da própria impulsividade, ao passo que temperamentos pacíficos, de exterior indiferente por não respirarem na comunhão

contínua dos sagrados ensinamentos, são Espíritos enobrecidos na fé, superiores às tentações da calúnia ou da dor, que já sabem jornadasar na Terra, achegados a Deus, sem as teias de qualquer empecilho humano.

Ninguém abandone a luta, crendo conquistar, assim, a paz.

Nenhum general experimenta o soldado em relvas floridas, e alma nenhuma se elevará ao cume da purificação, sem as provas compreensíveis e justas do sofrimento, no combate interior às inclinações menos dignas, ante as circunstâncias do mundo externo.

Muitas almas piedosas recolhem-se aos mosteiros, procurando, debalde, no afastamento da tentação, a serenidade e a alegria que lá não encontram, porque, ainda aí, o lírio que adorna o altar procede da lama desconhecida; a vela que arde em memória dos anjos consome a cera extorquida às abelhas laboriosas; o centeio que fornece o pão abençoado à mesa nasceu e cresceu na cova anônima do solo esterçado; a seriguilha que cobre a carne em contemplação foi roubada à ovelha ou ao algodoal, que produz sob a chuva e sob o vento.

Muitos encontram luta amarga onde procuram as doçuras da paz, porque a serenidade legítima provém das obrigações bem cumpridas no quadro do trabalho que a realidade nos designa.

Conflitos e atritos vibram em toda parte, porque, em todos os recantos, o Espírito suspira por ascensão.

Aceitemos os desafios do mundo sem temer o pecado, as trevas, o lodo, a morte.

Como sustentar a beleza e a ternura do lume, se não desculparmos a dureza e a fealdade do carvão?

A vanguarda do trabalho é uma arena de que nos não cabe fugir.

Defendamos em suas linhas a nossa posição de serviço, amando e agindo, imaginando e laborando para o bem, e o Senhor, por certo, nos fará Divina Mercê.

*Joanna Angélica de Jesus*

*(Fonte: Falando à Terra, na psicografia de Francisco Cândido Xavier, FEB.)*

Joanna Angélica nasceu em 1762, Salvador, BA. Tornou-se a Primeira Heroína da Independência do Brasil. Abadessa do Convento da Lapa, em Salvador, da Ordem das Clarissas, em Salvador, BA, desencarnou em 1822, tentando impedir a entrada dos soldados no convento.

## 27º Simpósio Espírita



**A** fé é o sustentáculo de todas as religiões. É a firme opinião de que algo é verdade, sem qualquer tipo de prova ou critério objetivo de verificação, pela absoluta confiança que depositamos nesta ideia ou fonte de transmissão.

Através do Ecumenismo podemos falar de todas as religiões e sobre a fé que as sustenta.

No Budismo, a "fé" significa "acreditar e abraçar" os ensinamentos do Buda.

O Bramanismo é uma das mais antigas religiões. Os ensinamentos védicos foram escritos em sânscrito, e passaram a constituir os Vedas ou Livro do Conhecimento Sagrado.

O Islamismo se constitui em cinco pilares: Fé, Oração, Zakat, Jejum e Peregrinação à Meca. Zakat é o princípio do Islam, que afirma que tudo pertence a Deus, e que a riqueza está apenas confiada, emprestada ao homem.

O Judaísmo é a primeira das três religiões oriundas do Patriarca Abraão, ao lado do Cristianismo e do Islamismo. Possui fortes características étnicas, nas quais nação e religião se mesclam. É uma religião e também um Código Moral para os que viveram antes da vinda de Jesus, pois está todo fundamentado na Lei Mosaica e nas Profecias.

Com a vinda de Jesus, a Lei foi aperfeiçoada e tornou-se a Nova Aliança, cuja salvação está fundamentada na fé.

Jesus profetizou uma ampla reforma religiosa que entrou em confronto com valores fundamentais do judaísmo. Mantendo o traço monoteísta da religião judaica, ele passou uma mensagem de salvação oferecida a todo aquele que crê nos seus ensinamentos. Além de reformular conceitos, ele apoiou o amor ao próximo, a igualdade entre os homens e o desapego material.

Coloquemos um novo olhar sobre os ensinamentos de Jesus, um novo conceito de fé.

No Evangelho, vamos encontrar um exemplo da fé inabalável na ação curadora de Jesus, na história da mulher hemorroíssa, que sofria há doze anos com fluxo de sangue, e somente por tocar o manto de Jesus, às escondidas, foi curada. Jesus até perguntou aos discípulos: "Quem me tocou?". Ele sentiu sair dele "um poder". Mas, simplesmente, disse à mulher: "Filha, a tua fé te

*"A Luz Divina" realiza o SIMPÓSIO em comemoração ao lançamento da primeira edição de O Livro dos Espíritos, de Allan Kardec, em 18/04/1857 em Paris, quando raiou para o mundo a Doutrina Espírita.*

salvou; vai-te em paz e fica livre desse teu mal". (Mateus, 9:20-22)

Jesus sempre nos deixou claro a importância da fé. O poder deste sentimento tão falado e tão pouco compreendido e praticado, pois ele esclarece que nada nos será impossível se soubermos usar esta poderosa força espiritual.

A fé robusta dá a perseverança, a energia e os recursos que nos fazem vencer os obstáculos, tanto nas pequenas coisas, como nas grandes.

No campo material, a fé é a crença em nossa própria capacidade de realizar uma tarefa material.

No campo espiritual, a fé orienta o homem na crença em uma força superior, que direciona a sua capacidade em busca de algo, na descoberta do seu lado imortal, metafísico. É a religiosidade que agrega a caridade, a fraternidade e a vontade de se melhorar interiormente.

A verdadeira fé é humilde. Aquele que a possui deposita mais confiança em Deus do que em si próprio, por saber-se simples instrumento da vontade divina. Por essa razão é que os bons Espíritos lhe vêm em auxílio.

Não é a grandeza da nossa fé que remove montanhas, mas nossa fé na grandeza de Deus.

Temos que acreditar nas nossas próprias forças para vencer as dificuldades, para mover as montanhas da indiferença, da angústia, da má vontade, da rotina, das paixões inferiores. A fé nos traz paciência, calma e o discernimento necessário para enfrentar o futuro, por mais incerto que se apresente.

A Doutrina Espírita nos fala da fé raciocinada. A fé necessita de uma base, e essa base é a perfeita compreensão daquilo em que se deve crer. Não basta crer, é necessário, sobretudo, compreender. Kardec já alertava: "Fé inabalável só é a que pode encarar frente a frente a razão, em todas as épocas da Humanidade".

O Espiritismo nos diz que a fé não pode ser prescrita ou imposta, porque àquele que a tem, ninguém a poderá tirar e àquele que não a tem ninguém poderá dar.

A fé, para ser proveitosa, deve ser ativa, não pode adormecer. Fé sem obra de nada vale. É vital aplicarmos o que estamos aprendendo e o que já sabemos, mudando o mundo à nossa volta, primeiramente, o nosso interior e depois a parte externa.

Se não tivermos fé, que esperamos?

Jesus nos revelou Deus como Pai. Onde encontrá-lo? Como defini-lo? Onde reconhecê-lo?

Deus está em toda parte e ao mesmo tempo, ao redor de nós, dentro de nós!

*Síntese baseada nas palestras proferidas por Rita de Cássia Teixeira de Azevedo, em 01/04/2013; Marco Antonio Maiuri Miranda, em 06/04/2013; Cleide Morsoleto Tagliaferri, em 24/04/2013, na Instituição Beneficente "A Luz Divina".*

**A** gratidão é a qualidade de quem é grato e manifesta-se pelo reconhecimento de uma pessoa, por alguém que lhe prestou um benefício, um auxílio, um favor etc.

Mas, que sentimento é esse, tão poderoso a ponto de curar?

Diz-nos Joanna de Ângelis que a gratidão é um dos mais nobres sentimentos que caracterizam o ser psicológico maduro.

Como iniciamos cada novo dia?

Será que gemendo: “Meu Deus, outro dia pela frente!” ou “Oba, mais um dia pela frente. Obrigado meu Deus!”

Será que nos lembramos de, ainda de olhos fechados, agradecer a Deus pelo corpo que nos serve nesta encarnação, a cama, os agasalhos que nos mantiveram confortáveis a noite toda?

Da cama à mesa do café, temos motivos para agradecer. Nesta análise, cabe também a gratidão à terra e a todos que nos forneceram a nutrição, e mais, ao planeta que nos acolhe e nos possibilita uma gama infinita de experiências e aprendizagem.

Não se preocupem aqueles que ainda não adotaram esta prática porque ninguém nasce grato, nem se torna grato de uma hora para outra.

Aprende-se a ser grato praticando a gratidão.

Podemos iniciar pela família em que vivemos. Se nosso lar é um reduto de amor, paz e reconforto, sejamos gratos a cada um em particular e à família como um todo por nos facultar este viver saudável, mas, se entre os familiares alguém nos é menos simpático, treinemos gratidão pela oportunidade de corrigir nossos maus sentimentos, de trabalhar para mudá-los até aprender a amá-lo realmente.

Treinemos também no meio social que frequentamos até que, sem perceber, tenhamos incorporado esse sentimento que tornará espontâneo o ato de agradecer.

Vemos a expressão da gratidão nos momentos da dor.

A dor e o sofrimento podem ser definidos pela sensação desagradável produzida por excitação de terminações nervosas sensíveis aos estímulos dolorosos.

Passado o impacto da dor, agradeceremos a preciosidade da lição recebida e com ela, todas as mãos amigas que nos mantiveram de pé durante o processo inteiro.

Quantas pessoas após passar por uma doença grave reformulam a própria vida, agradecendo e dizendo que se tornaram pessoas melhores!

Quanto escapam de tragédias e tornam-se mais humanos, menos exigentes, mais conscientes das próprias atitudes, mais envolvidos com o bem do próximo!

Deus não nos criou para o sofrimento, seja físico ou moral!

O ser humano não é fraco, tampouco o Espírito! O ser humano é forte, pleno, inteligente, perfeito e adaptável a qualquer região e condição ambiental



adversa.

Será que a simples mudança de atitude mental pode provocar tal alteração no físico?

Joanna de Ângelis explica que todas as decisões superiores que dignificam o ser humano e a vida partem do espírito e são captadas no físico, pelo córtex pósteromedial (parte posterior e central do cérebro) que transmite a mensagem por diversas redes de neurônios que se encarregam de transformá-las em emoções de prazer, de felicidade, de alegria, de bem estar.

O hábito de ser grato, pela repetição, equilibra as descargas dos hormônios produzidos nas glândulas supra-renais, o que afasta a instalação do “stress”; ao passo que emoções inferiores como a ira, o medo, a ansiedade e a mágoa, provocam a liberação de grande quantidade daqueles hormônios (adrenalina, noreadrenalina) que, em contínuas repetições, acabam por provocar alterações glicêmicas e arritmias cardíacas.

Desta análise, deduzimos também que aquele que é verdadeiramente grato cultiva em sua vida o amor, a fé e o perdão.

Interessante ainda lembrar que as emoções nascidas da gratidão, como a alegria, o bem estar, entre outras, beneficiam não apenas quem as sente, mas também e muito especialmente aquele a quem a gratidão se dirige.

A gratidão está vinculada diretamente à nossa capacidade de amar. Amar implica olhar além de si, é o oposto do egoísmo. O amor gera compreensão de que “não estou só” e gera gratidão.

É fácil demonstrar gratidão na felicidade. Torna-se, porém, necessário demonstrar gratidão na tristeza, que permite ir além do egoísmo.

Deixamos então o convite: experimentem adotar este sentimento de gratidão em suas vidas e verão que chegará o dia em que, por tudo e apesar de tudo, seus corações dirão como aquela antiga canção:

*E que os homens jamais se esqueçam de agradecer.  
Por isso eu digo: Obrigado Senhor, por mais um dia.  
Por mais que eu sofra, Obrigado Senhor, mesmo que eu chore, Obrigado Senhor!*  
(Roberto Carlos)

*Síntese baseada nas palestras proferidas por Alice Gabriel Arruda, em 08/04/2013; Antonio Fernando de Campos Brandão, em 10/04/2013; Hilda Maria Francisca de Paula, em 13/04/2013, na Instituição Beneficente “A Luz Divina”.*



**S**enhor, quantas vezes devo perdoar ao irmão que pecar contra mim? Até sete vezes? Jesus respondeu-lhe: Não te digo que até sete, Pedro, mas setenta vezes sete. (Mateus, 18:21-22)

Não há coração que não esteja ou já não tenha estado magoado nesta vida.

A grande maioria diz que não tem mágoas, mas na verdade, tem sim, e muitas, mas deixam-nas guardadas, cultivadas, criando raízes, crescendo...

A mágoa é ácido que corrói por dentro, adoecendo-nos física e psiquicamente.

É veneno que consome o organismo aos poucos, debilita-o, matando a alegria e o prazer de viver. Vai se agravando com o passar do tempo e torna-se crônica, se não dermos a ela a atenção e o entendimento necessários.

Muitos de nós permanecemos longos anos magoados, cultivando as dores que não conseguimos ou não queremos esquecer. Elas crescem e sufocam o que há de sadio em nós.

Perdão e auto-perdão são lições que somos convidados a colocar em prática, mas que muitas vezes se tornam muito difíceis de realizar.

Há quem diga: “Não consigo perdoar”. Outros asseveram: “Perdoo, mas não esqueço”. E, ainda, há os que dizem: “Perdoar é para Deus”.

Perdoar cura! O Papa João Paulo II perdoou o atirador, o turco Mehmet Ali Agca.

Primeiramente, precisamos ter em conta que todo ato de agressividade tem como origem uma criatura que ainda não aprendeu a amar.

“Perdoar não significa concordar com o ato infame nem com a pessoa desatinada. Constitui o ato de não revidar com o mesmo mal, que lhe é dirigido, permanecendo em melhor situação emocional do que o seu antagonista e em paz”, recomenda-nos Joanna de Ângelis.

Evitamos conceder o perdão ou até o recusamos em favor da vingança, da revanche, da justiça do “olho por olho, dente por dente” contida na Lei de Talião, esquecendo-nos do ensinamento do Mestre Jesus de se ofertar a outra face.

Hoje, o conceito de perdão entrou nos conceitos terapêuticos da psicologia e da medicina. Ninguém

mais tem dúvidas de que a sanidade mental e o equilíbrio emocional têm raízes profundas no indivíduo que consegue perdoar e ser perdoado.

Dessa forma, somos chamados diariamente a praticar o perdão no lar, no trabalho, no convívio social, nas pequenas coisas do cotidiano para que, quando necessário, utilizá-lo nas grandes mágoas.

O perdão significa “remissão de pena, desculpa”. O significado da palavra “remissão” traduz-se em indulgência.

Em todas as línguas a palavra “perdoar” é um composto de dar ou doar. De maneira que “perdoar” quer dizer doar-se completamente, abrir mão de si mesmo, dar ou doar o próprio “eu” a outrem.

O conceito de perdão, segundo o Espiritismo, é idêntico ao do Evangelho: concessão indefinida de oportunidades para que o ofensor se arrependa, o pecador se recomponha, o criminoso se libere do mal e se erga, redimido para a ascensão luminosa.

O perdão de Deus consiste na providencial concessão dos meios de resgate para todos os males praticados. O amor incondicional de Deus por nós se expressa pela permanente mensagem do Cristo.

Por isso, Jesus quando curava dizia: “Teus pecados te são perdoados” ou “A tua fé te curou”, e aqueles que acreditavam, libertavam-se da autopunição e se curavam.

Mas ainda não aprendemos a nos perdoar. Não aprendemos a modificar as matrizes mentais, mudando a qualidade de nossas energias, nos conhecendo e nos perdoadando.

O auto-perdão significa amar a nós mesmos, aceitarmos-nos como somos, enquanto nos esforçamos para ser aquilo que devemos ser.

A ausência de mágoa e o esquecimento da ofensa é que estabelecem a diferença entre o perdão dos lábios e o perdão do coração.

Temos comprovação científica de que o coração, como centro do sistema circulatório, possui um sistema nervoso independente que cria um campo eletromagnético até 50 vezes maior que o do cérebro, e comunica-se com os campos eletromagnéticos das outras pessoas. (Institute of Heart Math – EUA)

“No coração mora o centro da vida. Dele partem correntes imperceptíveis do desejo que se transformam em pensamento, para depois se materializarem em palavras, resoluções e atos”, diz-nos Emmanuel.

Não podemos nos esquecer de que o verdadeiro perdão se reconhece pelos atos, muito mais que pelas palavras.

Nossa meta é aprender a não nos sentirmos ofendidos. Quando não mais nos ofendemos é porque atingimos o estágio de não mais precisar perdoar.

Deus não perdoa, pois não se ofende. O desafio é nosso.

*Síntese baseada nas palestras proferidas por Vera Cecília A. Borges, em 03/04/2013; Stella Maris Petitto de Assis, em 22/04/2013; Sylvia Heloisa Müller, em 27/04/2013, na Instituição Beneficente “A Luz Divina”.*

A palavra “Cáritas”, do latim, significa Caridade, cujo significado é amor.

Por isso, encontra-se no texto contido na Primeira Epístola aos Coríntios, pelo Apóstolo Paulo, as duas traduções: caridade e amor.

“Ainda que eu falasse a língua dos homens e dos anjos, se não tivesse amor” ou em outras traduções, “se não tivesse caridade”...(13:1)

Caridade e amor são duas palavras, cujo significado é o mesmo. Caridade não é o ato material, mas o ato revestido de sentimento.

Amor é um sentimento que predispõe alguém a desejar o bem de outrem, ou de alguma coisa. É dedicação absoluta de um ser ao outro.

Qual o verdadeiro sentido da palavra caridade, como a entendia Jesus?

- Benevolência para com todos, indulgência para com as imperfeições dos outros, perdão das ofensas.

Allan Kardec, em nota a esta resposta, diz que: “a caridade, segundo Jesus, não se restringe somente à esmola, mas abrange todas as relações com os nossos semelhantes”.

A caridade é um ato de doação total e este entendimento é o mesmo que os dicionários utilizam para dar o significado da palavra “amor”.

A noção de caridade está bastante clara na “Parábola do Bom Samaritano” que, embora considerado entre os judeus, como estrangeiro e herege, socorreu o homem ferido, concretizando o auxílio ao próximo, colocando o amor em movimento. (Lucas, 10:30-35).

Como colocamos o amor em ação? O amor que sonhamos para nós mesmos?

Sabemos que é difícil conquistá-lo, pois o amor não se transfere de uns para outros. Podemos adquiri-lo, pouco a pouco, em nosso íntimo e para isso é necessário um esforço constante, baseado na vontade de crescermos e evoluirmos.

Não poderia haver melhor modelo escolhido por Jesus, para ensinar o amor que brilha na ação da caridade, do que a figura do “samaritano”. Ele se condeu da situação. Viu-se a si mesmo abandonado e vencido, reconhecendo no outro homem a imagem e a semelhança de Deus.

Compreendemos, então, que a máxima espírita “fora da caridade não há salvação” apoia-se num princípio universal e abre a todos, acesso à felicidade suprema, que é a consagração do princípio da igualdade perante Deus e da liberdade de consciência. Mostra que todos os homens são irmãos e qualquer que seja a maneira de adorar a Deus, devem estender as mãos e orarem uns pelos outros.

Podemos ir sedimentando em nosso comportamento a capacidade de não julgarmos o nosso próximo. Somos seres que caminham lado a lado que necessitam de amparo recíproco.

Para praticar a caridade moral não é necessário



ter recursos, nada nos custa, porém, é difícil exercê-la, já que requer profundo sentimento de fraternidade, aguçado espírito de renúncia e enorme tolerância.

Em muitos casos, a caridade moral e a caridade material acontecem simultaneamente, e se completam. Na doação material, o ato pode ser acompanhado de um verdadeiro interesse e de um genuíno afeto ao próximo.

Kardec comenta que, segundo os ensinamentos de Jesus, a caridade não se restringe à esmola, mas abrange todas as relações com nossos semelhantes, sejam nossos inferiores, iguais ou superiores. Assim, não nos esqueçamos de que existe uma grande diferença entre a caridade essencial e a caridade material.

A caridade é, em primeiro lugar, o amor a Deus, sem mudar de direção, e em segundo lugar, o amor ao próximo e a si mesmo, considerando os homens nos laços sobrenaturais e naturais, que os unem a Deus, e na perspectiva que vai além da vida terrestre.

A beleza da caridade está em procurar no seu trabalho, no emprego de suas forças, de sua inteligência, de seus talentos, os recursos necessários para realizar o bem ao próximo.

A caridade pode ser feita de mil maneiras. Podem praticá-la por pensamento, por palavras e por ações.

Fazer o bem é fundamental, é essencial, é vital porque é isso que nos dá a possibilidade de sermos felizes.

Dentre os recursos fundamentais para fazer o bem, podemos vibrar pelas pessoas. À medida que colocamos em ação essa nossa capacidade, independente daquilo que as pessoas fazem, as nossas palavras serão boas sementes. E o que vai acontecer com as nossas ações? Também serão boas sementes.

Estaremos alinhando nosso pensamento, a nossa palavra e nossas ações ao ensinamento de Jesus que diz para fazer ao outro o mesmo que se quer para si próprio.

*Síntese baseada nas palestras proferidas por Alka Sílvia K. Martini, em 15/04/2013; Leonardo Kurcis, em 17/04/2013; Gilberto Cabral Martins, em 20/04/2013, na Instituição Beneficente “A Luz Divina”.*

## Atendimento à Saúde

Na "A Luz Divina", tivemos a presença do médium Marco Maiuri que, através de Natanael, seu mentor espiritual, realizou o atendimento à Saúde em 18/05/2013, das 08h30 às 16h00. O atendimento não dispensou o tratamento médico convencional que todos os assistidos vêm realizando.

A "A Luz Divina" colocou seus tarefeiros à disposição para auxiliar na realização dos trabalhos de Atendimento à Saúde, de acordo com as instruções do médium Marco Maiuri. No decorrer do atendimento foram proferidas palestras de teor evangélico e doutrinário. Ao final, foi recebida mensagem de Natanael, através da psicografia do médium Maiuri.

### Fé e humildade

Fé é a confiança que se deposita na realização de determinado objetivo e a certeza de atingi-lo. A verdadeira fé se alia à humildade.

Jesus nos mostrou o poder da fé, através das várias curas que realizou. Coloquemos um olhar sobre os seus ensinamentos, no exemplo do pai que o procurou e lhe pediu:

"Senhor, tem compaixão de meu filho, porque é epilético e sofre muito, pois muitas vezes cai no fogo, e muitas vezes na água. Eu o trouxe aos teus discípulos e não o puderam curar. "Trazei-o aqui". Então, Jesus conjurou severamente e o demônio saiu dele. E o menino ficou curado. Os discípulos perguntaram: Por que não pudemos curar o menino? Jesus disse-lhes: "Por causa da vossa pouca fé, pois em verdade vos digo que, se tiverdes fé como um grão de mostarda direis a este monte: passa daqui para acolá, e ele há de passar; e nada vos será impossível". (Mateus, 17:14-20)

Lição preciosa que Jesus nos deixou. A fé que devemos desenvolver em nós, depositando confiança no objetivo que desejamos atingir.

A fé não pode ser prescrita, não pode ser imposta. A fé cega não é mais deste século. A fé raciocinada se apoia na lógica e não deixa nenhuma obscuridade. Allan Kardec afirmou que "Só é inabalável a fé que pode enfrentar a razão face a face, em todas das épocas da Humanidade".

O exemplo do centurião romano é um testemunho de fé. "Senhor, o meu criado jaz em casa paralisado e horripeladamente atormentado". Jesus prontamente respondeu: "Eu irei, e o curarei". Porém, o centurião replicou-lhe: "Senhor, não sou digno de receber-te sob o meu teto, basta que digas uma palavra e o meu criado ficará são". Jesus, ouvindo isso, admirou-se e disse aos que o seguiam: "Em verdade vos digo que, em Israel, não encontrei em ninguém tal fé". Mateus, 8:5-10)

Em muitas ocasiões, Jesus disse: "A tua fé te curou". Em outras: "Os teus pecados te são perdoados".

Jesus nos revelou Deus como Pai. Onde encontrá-lo? Como defini-lo? Onde reconhecê-lo? Deus está em toda parte ao mesmo tempo, ao redor de nós, dentro de nós!

Cleide Morsoleto Tagliaferri

### Prece e Trabalho como terapias contra a Obsessão

A obsessão é a ação persistente que um Espírito mau exerce sobre um indivíduo e apresenta-se com caracteres bem diferentes desde a simples influência moral, sem sinais exteriores sensíveis, até a completa perturbação do organismo e das faculdades mentais.

Existem problemas obsessivos em várias expressões. Podemos ter vínculos com o obsessor através da sintonia ou servir de intermediário. A princípio, ele age sutilmente, em delicado processo de hipnose. A mente começa a dar guarida ao pensamento infeliz, incorporando-o aos traumas que vêm do passado.

As imperfeições morais do obsidiado constituem, frequentemente, um obstáculo à sua libertação. É indispensável que faça a sua parte e que destrua em si mesmo a causa da atração dos maus Espíritos.

No que diz respeito ao problema das obsessões espirituais, o paciente é o agente da própria cura. Ele deve recorrer aos recursos da oração para adquirir resistência contra o mal, manter conversação elevada, utilizar o recurso do passe socorrista, a água magnetizada que restaura a harmonia das células em desajustamento e, sobretudo, realizar o bom serviço caritativo.

Como podemos neutralizar a influência dos maus espíritos? Jesus nos avisou: "Atenção, e vigiai, pois não sabeis quando será o momento" (Marcos, 13: 33).

Em todos os casos de obsessão, a prece é o mais poderoso meio de que se dispõe para demover o obsessor de seus propósitos maléficos.

Fazer o bem, colocar confiança em Deus, evitar escutar as sugestões dos Espíritos que nos suscitam os maus pensamentos, desconfiar, sobretudo, daqueles que exaltam nosso orgulho porque nos enfraquecem.

Eis porque Jesus nos ensinou a dizer na oração dominical: "Senhor! Não nos deixes cair em tentação, mas livrai-nos de todo mal".

Passemos a sublimar o teor das nossas vibrações e pensamentos. Perdoemos sempre, incondicionalmente. Ocupemos o nosso tempo com trabalho digno, dediquemos uma das sete noites da semana ao Culto do Evangelho no Lar, a fim de que Jesus possa pernoitar em nossa casa.

Lembre-mos que Deus nos criou para sermos felizes. Façamos a nossa parte!

Cícero Thereziano Barros



## Lançamento

Na tarde do dia 04 de maio de 2013, tivemos o prazer de receber na “A Luz Divina” o médium Marco Antonio Maiuri Miranda para palestra e lançamento do seu livro *Atos Mediúnicos*, obra recebida através da psicografia, enviada pelo seu mentor Espírito Natanael, que fala sobre a vivência e o dia a dia no trabalho mediúnico. Produção da Mundo Maior Editora, 1ª edição 2013. O total da renda auferida foi destinado à FUNDAÇÃO ESPÍRITA CASAS ANDRÉ LUIZ, em Guarulhos, SP.

No prefácio de *Atos Mediúnicos* o mentor espiritual nos diz o seguinte:

O intercâmbio entre os planos da existência é de tamanha importância para a própria História da Humanidade, que achamos por bem traçar algumas observações no que diz respeito ao ato mediúnico durante o andamento das tarefas, sempre nos lembrando de que a ligação psíquica entre os homens encarnados e a enorme população que coexiste na Vida Maior sempre esteve na história humana por ser inerente ao espírito.

Por isso, dada a importância que a Doutrina Espírita representa, pelo seu precioso papel de revivescência do Cristianismo em suas bases mais puras, sendo caracterizada como mais uma revelação dada ao Homem, adaptando-se à época em que nos encontramos, indo ao encontro dos anseios que a inteligência é capaz de alcançar e, principalmente, dos anseios espirituais.

A interação entre os dois Planos ocorre mais do que podem supor o Ser encarnado e muitos desencarnados, tratando-se de uma das maiores tarefas das caravanas de Espíritos que pelo trabalho continuam tentando suas remissões.

Somente o Espiritismo dá a base segura para que o intercâmbio possa atingir diretamente as necessidades prementes do Ser, que muito antes da matéria é, na essência, espírito que acumula experiências e prossegue rumo ao infinito.

Bendito aquele que se coloca a servir com Jesus, ampliando inclusive sua própria visão diante da vida e tendo a inefável oportunidade de estender as mãos a todos que necessitam em seu caminhar, sendo a mediunidade excelente instrumento de trabalho e evolução!

Bendita luz consoladora que representa a Doutrina Espírita, o Consolador prometido por Jesus.

*Natanael (Espírito)*



## ORAÇÃO AO PAI JOÃO



Pai João que estás em nosso pensamento e ocupas um lugar de destaque em nosso coração. Abençoado seja o teu nome no Céu, assim como de redenção foi o teu sofrimento na Terra.

Benditas sejam as tuas agonias físicas, assim como para sempre sejam louvadas as tuas angústias morais. Intercede por nós junto ao Pai Misericordioso, tu que já galgaste as escaladas luminosas da espiritualidade, e comunica-nos essa força inquebrantável que elevou teu espírito aos páramos celestiais onde te encontras.

Anima-nos a prosseguirmos impávidos e serenos, através dos obstáculos da vida e combate, em nós, o desânimo traiçoeiro que, como o banzo fatídico, nos aniquila o ser. Ajuda-nos a vencer na vida material, assim como quando em vida tu ajudaste, com teu labor escravo, o teu senhor de engenho. Ensina-nos a ter, com tua experiência milenar, a calma, a resignação e a compreensão que muito necessitamos e que estejamos sempre contigo, assim como Jesus te tem na Santa Glória.

A ti, bondoso Pai João, oferecemos esta prece, reafirmando a nossa fé, a nossa crença e a nossa esperança na tua força espiritual sempre a serviço do bem.

Protege-nos, querido Pai João que tanto sofreste quando de tua passagem pela Terra. Dá-nos a coragem que às vezes nos falta, para que possamos prosseguir em nossa jornada e algum dia tenhamos merecimento para receber as graças Divinas. Assim seja.

*(Mentor da Instituição Beneficente “A Luz Divina”, juntamente com Brogotá, Pai Itajubá e irmão Rubens.)*

## Bazar Dia das Mães

Em homenagem ao Dia das Mães, realizou-se um Bazar Especial em 11/05/2013, Sábado, das 10h às 18h, no espaço Bazar Beneficente da Solidariedade, para o público frequentador e Amigos da "A Luz Divina". Com muito esmero e carinho, a equipe do Bazar preparou muitos itens, tais como roupas, calçados, acessórios, bijuterias, artigos domésticos e de decoração.

A renda foi revertida para a Campanha de Inverno 2013, cuja entrega às famílias previamente cadastradas, se deu em 29/06/2013.



## AGRADECIMENTO

CIDO E MALVINA são dois queridos irmãos de Doutrina e de trabalho. Ao longo de muitos anos, eles têm conduzido o trabalho da LANCHONETE "A LUZ DIVINA", mas ao findar do mês de junho, estão se despedindo desta atividade.

O local passará por reforma e se destinará a outras Áreas de trabalho da Casa. A continuidade do fornecimento de lanches e águas será informada ao público, brevemente.

Mas, nesta edição, queremos render nosso pleito de gratidão pelo trabalho e acolhimento que o casal Cido e Malvina, juntamente, com o filho Marcos Augusto, os netos Vitor e Arthur, bem como auxiliados por voluntários da "A Luz Divina", proporcionaram a todos os frequentadores.

O **Aparecido Pereira Neto** e a **Malvina Assi Pereira** em seu depoimento na Revista 50 Anos da Instituição, disseram que estavam como trabalhadores voluntários há mais de 40 anos, e acrescentaram que eram muitas as graças que haviam alcançado.

O casal chegou na "A Luz Divina" em fevereiro de 1964, na casa da Vila Morse (Vila Sônia), um dos locais de início da Instituição, e foram atendidos pelo saudoso médium, fundador da "A Luz Divina", irmão Rubens Waldemar Rigon. O Aparecido (Cido) participou da Escola de Educação e Treinamento Mediúnic, na turma de 1973 a 1976.

Em 03/01/1980, foi convidado pelo irmão Rubens a coordenar a Lanchonete, e o fez até então, quando se despede deste trabalho, em junho de 2013.

Em nome da Família "A Luz Divina", agradecemos aos irmãos, desejando-lhes saúde e sucesso em seus empreendimentos, certos de que estarão sempre conosco, no coração, e com sua participação em nossas atividades.

*Cido e Mal, sucesso para vocês e família!*



### Chá da tarde

O tradicional Chá da Tarde na Casa Luz funciona todas as quartas-feiras, das 15h às 18h30

Delicioso e variado Buffet com doces e salgados, pães, frios, chás, sucos e café

**Venha se deliciar!**

Local: Travessa Carlos Alberto G. Kfourri, Sl - Itaim Bibi - SP (entre os nºs 671 e 721 da Av. Horácio Lacerda)



### Dra. Celeste Pinto

Cirurgiã-Dentista  
CROSP 60722

Periodontia Implantodontia  
Endodontia Prótese Ortodontia

Rua Ribeirão Claro, 547 - Vila Olímpia - 04549-060 - São Paulo - SP  
Fone/Fax: (11) 3846-6428  
E-mail: celeste.fatima@terra.com.br

## CLÍNICA DE PSICOLOGIA

- Atendimento a crianças, adolescentes e adultos.
- Terapia Familiar e de Casal.
- Psicodiagnóstico.
- Atendimento a pacientes portadores de câncer e familiares.

### Convênios:



Psique - Psicologia de Qualidade para Estudantes

### Psicóloga Responsável:

**Valéria Pimazzoni**  
CRP 06/102864

Membro do CHRONOS - Centro Humanístico de Recuperação em Oncologia e Saúde da USP.

**R. Dr. Alceu de Campos Rodrigues, 309 - Cj. 72**  
Próximo ao Hospital São Luiz do Itaim  
Fones: 3045-9210 / 99618-9083  
email: valpimazzoni@uol.com.br  
site: www.p psicoetica.com.br

## Comemoração

As mães merecem a nossa atenção, carinho e homenagem. A família "A Luz Divina" reuniu-se no dia 11 de maio de 2013, para as festividades, junto com filhos, familiares e amigos.

Após a prece de abertura pelo presidente Euclides Rigon, o Coral entoou o Hino à "A Luz Divina", sob a regência do maestro Edgard Akira Yoshida, e no decorrer da festa, inúmeras vezes o Coral homenageou as mães.

As crianças da Escola de Evangelização Infantil e os participantes do Grupo de Jovens, sob a coordenação da Marina Ruocco, cantaram para os pais, juntamente com belo "clip" preparado previamente pela direção da Escola.

Como é de praxe, em toda comemoração às mães, são eleitas as mais idosas, de maior prole e as mais jovens, e este ano foram as seguintes premiadas:

"Mães mais idosas": Maria Madalena de Melo Couto, 90 anos, 4 filhos. Maria de Lourdes Assumpção de Arruda, 90 anos, 3 filhos. Marcolina Chaves, 90 anos, 2 filhos.

"Mães de maior prole": Neide Comin, 78 anos, 7 filhos. Sara Realti, 83 anos, 5 filhos. Leonilda Aparecida Ganz Rimán, 59 anos, 5 filhos.

"Mães mais jovens": Vanessa Fernandez Ortega, 33 anos, 2 filhos. Lilian Rigon, 33 anos, 2 filhos. Priscila Ramirez da Cruz de Moraes, 33 anos, 1 filho.

Na declamação de belíssimas mensagens, as jovens mães Maria de Fátima Rigon e Priscila Moraes enriqueceram ainda mais a tarde festiva.

A Dra. Carla Realti, ginecologista e obstetra, que atua no Curso às Gestantes durante todo ano, apresentou uma palestra, homenageando as mães em gestação.

Como não podia faltar música, Humberto Kenji cantou para todos.

Nesse clima de música e alegria, ao final da reunião foram distribuídos "botões de rosa" e o Templo ficou todo florido.

Na prece final, foram feitas as vibrações de amor às Mães desencarnadas e especialmente à Mãe Santíssima, e foi-lhes oferecido um ramalhete de flores. Na saída, todos receberam um belo "cartão comemorativo".

## Dia das Mães



**MARINA MILAN**

*Consultoria Imobiliária*

CRECI 84632

#1

marina.milan@maber.com.br 9213 9922



**"Deus de infinita bondade,  
ensinai-me a abraçar os filhos  
de outras mães, com o  
carinho que me insuflais no  
trato daqueles de que  
enriquestes minha alma!"**

MEIMEI



EQUILÍBRIO • MENTE & CORPO

**Yoga  
Pilates  
Psicoterapia  
Massoterapia**

(Drenagem Linfática, Shiatsu,  
Massagem Anti-Estresse)

R. Dr. Nilo Gomes Dias, 126 - Jaguaré

11 3768.3458 | 11 3628.3458

inspira.acao@terra.com.br

www.facebook.com/InspiraAcao

**Oficina de Embalagens Artesanais**

Criatividade em papel, projetos, caixas e embalagens para presentes e brindes. Papelaria artesanal. Sob encomenda e pronta entrega.

R. da Paz, 543

Alto da Boa Vista - SP

5181-4721

**Multi Espaço**  
*Oficina de Embalagens*

www.multiespaco.com.br  
multi@multiespaco.com.br

**N**as horas de crise você se coloca no lugar da pessoa em dificuldade?

Quem de nós já não passou por momentos difíceis, por horas intermináveis aos nossos olhos, mas fragmentos de tempo aos olhos divinos?

Vivemos num mundo cheio de atropelos. Já contamos com afeto de poucos.

As horas de entretenimento foram substituídas pelas máquinas de imagens sons que ocupam um lugar de destaque nas casas. A conversa gostosa e informal da família está desaparecendo devido aos compromissos assumidos também à hora das refeições. E tudo roda rapidamente e caminha dia-noite-noite-dia num quase tropeçar de ponteiros que vão indicando a passagem do tempo.

Não notamos como deveríamos notar o companheiro, seus insucessos, angústias, aflições e desequilíbrios resultantes da estafa diária.

E vamos tocando, até que de repente surge a crise entre pais e filhos; entre cônjuges que se amavam; entre sogra e nora, enfim crises as mais variadas.

E aí paramos perplexos e nos perguntamos: "onde errei ou onde erramos?" pergunta-se o casal, pasmo com sua própria reação.

Meus amigos, errar não é a palavra. A palavra exata é não acertar, é não perceber, é não notar.

Se a crise abala o seu lar neste momento, volte-se para você mesmo. Analise como tem sido sua atitude dentro de casa. Faça uma vistoria, item por item, vindo desde a alimentação até o carinho, a palavra doce pronunciada à chegada de cada um, o sorriso brando de quem perdoa sempre, a mão amiga estendida para o mais fraco, o mais difícil.

Na hora da crise não adianta levantar o dedo em riste e apontar o culpado: "foi você"!

Não, todos somos culpados porque geramos o fato e somos inocentes porque muitas vezes não

queríamos fazê-lo; não houve intenção de provocar tudo aquilo.

Mas não desanime. Coloque-se no lugar da pessoa em crise.

É o esposo?

Analise sua alma masculina, idade, anseios, ideais, as barreiras vencidas e as que têm ainda por vencer.

Coloque-se no lugar dele. Vá ao seu local de trabalho e procure sentir as pessoas que o circundam. Veja como é o chefe, o diretor ao qual ele está subordinado ou, ao contrário, examine um pouco os empregados que o servem. Enfrente o percurso de volta para casa à hora que ele enfrenta o trânsito. Veja a carga de trabalho que ele realiza no dia, as divergências existentes, as variedades de atitudes que deve tomar. E aí você irá entendê-lo melhor.

O mesmo vale para o marido.

Coloque-se no lugar de sua mulher. Fique um dia em casa respondendo por todas as funções que ela responde e no final do dia você irá entendê-la melhor.

Se é um filho, lembre-se de que você já foi jovem e procure ver o mundo como ele vê, para poder ajudá-lo.

Não grite. Não esbraveje. Não amaldiçoe a crise. Ao contrário, abençoe-a. Sem ela você não evolui.

A crise é o movimento contrário que nos leva a refletir profundamente sobre algo.

Peça a Deus força para vencê-la sempre.

Tenha paciência e a cada dia derrube um obstáculo com carinho, com amor, com resignação, com fé, sabendo que a cada momento nós nos deparemos com problemas diferentes em todos os mundos onde ainda não haja a perfeição absoluta.

Ame ao próximo mais do que a si mesmo; é a receita para sair vitorioso da crise.

*Mensagem recebida no Grupo de Psicografia*

**"A oração é conversar intimamente com Deus e cada um faz a sua maneira"**

Pai João

**Artesanato na "Casa Luz"**  
**Tricô – Crochê – Patchwork - artesanatos diversos**

As pessoas interessadas podem participar todas as Quartas-feiras, das 13h às 16h. Não é necessário trazer material, agulhas e acessórios. A equipe fornece todo material. Durante o ano, são confeccionadas várias peças que são destinadas ao Curso às Gestantes, Feira de Artesanato e Bazar interno da "A Luz Divina". Venha participar!

Fale com a Sra. Tomoe Yokota, coordenadora.  
No mesmo local: "CHÁ DA TARDE". Travessa Carlos Alberto G. Kfourri, 51 – Itaim Bibi – São Paulo (entre os nºs 671 e 721 da Av. Horácio Lafer)

**DÉBORA GUIMARÃES**  
**Psicóloga**

CRP 06/102860

Atendimentos em psicoterapia para:  
Adultos, crianças e idosos.

Atendimento em Psicoterapia Breve.

Arteterapia para:  
Pacientes com doenças crônicas.

Psicodiagnóstico:  
Orientação familiar.



Tel/Cel: 11 3045-9210 / 11 9.9994 8446  
Rua: Dr. Alceu de Campos, 309 - Cj 72  
debora.guimaraescg@gmail.com

Na noite de 1º de maio de 2013, tivemos o prazer de receber em nossa Instituição, para palestra e noite de autógrafos, o médium Pedro Camilo de Figueiredo Neto, expositor e escritor. Espírita desde os 13 anos de idade.

Trabalhador do Núcleo Espírita Telles de Menezes, em Salvador, BA, onde nasceu e reside.

Possui livros publicados, sendo que três deles focalizam a notável personalidade da médium Yvonne do Amaral Pereira e o último deles, *Mente Aberta*, do Espírito Bento José.

Pedro Camilo afirma que desde 1999 sente a presença de Yvonne Pereira do Amaral, que se revelou como um Espírito a quem ele se vincula por laços muito fortes.

O Espiritismo tem necessidade de médiuns valorosos que, espelhados nos exemplos de Yvonne do Amaral Pereira, não tenham receio de dar seu testemunho de seriedade e compromisso com a causa do bem. Em suas palavras, recomenda o estudo e o trabalho, caminhos indispensáveis para alcançar esse desiderato, aconselhando que o personalismo deve ficar de lado e todos auxiliarem-se mutuamente na caminhada.

O palestrante falou sobre a *Mediunidade como Oportunidade de Transformação* e disse que nenhuma obra superou *O Livro dos Médiuns* que é um tratado de mediunidade. O pensamento de Allan Kardec é atual.

Afinal, o que é Mediunidade? E quem são os médiuns?

No livro *Instruções Práticas sobre as Manifestações Espíritas*, a mediunidade e os médiuns não são especiais.

Temos dito que a mediunidade é a faculdade que permite aos homens o contato com os Espíritos. Um dos significados possíveis para a palavra "faculdade" é capacidade ou possibilidade. Alguém guarda a possibilidade de se comunicar com os Espíritos. Essa possibilidade não se apresenta de forma exclusiva; ela revela tipos e gradações variadas e se desdobra em um conjunto de características que permitem o intercâmbio espiritual.

Na questão 226, de *O Livro dos Médiuns*, Kardec pergunta: "O desenvolvimento da mediunidade guarda relação com o desenvolvimento moral dos médiuns?"

E a resposta: "Não. A faculdade propriamente se radica no organismo; independe da moral. O mesmo, porém, não se dá com o seu uso, que pode ser bom, ou mau, conforme as qualidades do médium".

A essência da faculdade mediúcnica está no organismo físico. É patrimônio da matéria.

Allan Kardec entendia que todos possuem mediunidade em estado latente, embora em graus diferentes.

A mediunidade como oportunidade de trans-

formação. Não é meio de elevação. O médium é o primeiro necessitado.

Kardec deixa muito claro que a presença da mediunidade nessa ou naquela pessoa não a assinala como privilegiada, como um ser fora do normal. Conquanto seja neutra em si mesma, a mediunidade deve ser entendida como uma coisa digna, que deve ser direcionada para objetivos verdadeiramente nobres.

Kardec, em todo o seu trabalho, teve diante de si médiuns em quem podia confiar, mas não se furtava ao confronto com as comunicações obtidas por outros médiuns, por entender que a verdade é universal, não sendo privilégio de uma única pessoa.

Perguntado a Kardec se existia médium perfeito, ele obtém a seguinte resposta dos Espíritos: "Perfeito, ah! Bem sabes que a perfeição não existe na Terra. Dize, portanto, bom médium e já é muito, é por isso que eles são raros".

Todos se equivocam. Os equívocos presentes na mediunidade são oriundos da própria imperfeição de médiuns e Espíritos. Não é possível esperar perfeição de seres imperfeitos, motivo pelo qual sempre haverá o que reparar nas comunicações mediúnicas, por estarem sujeitas às condições evolutivas de quem se utiliza delas.

Médium também é gente. O médium ostensivo é tão somente alguém que renasce com a faculdade de comunicar-se com os Espíritos, seja através da vidência, da audiência, da psicografia ou de outro tipo de mediunidade. Porém, nada disso é suficiente para considerá-lo uma pessoa especial.

Kardec propôs às pessoas uma vivência mediúcnica de transformação de si mesma, com seriedade, empregando-a no bem; exercê-la com segurança, com modéstia, com devoção, com espírito de sacrifício. Os médiuns não devem receber elogios e atenções especiais.

Ao encerrar, falou sobre o devotado espírito Yvonne do Amaral Pereira e sua mediunidade de missão.



(Fonte para consulta: "Mediunidade - para entender e refletir", de Pedro Camilo. Prefácio de Hermínio C. Miranda. Editora Mente Aberta.)

**SERVIÇOS DE LIMPEZA**  
Condomínios | Pós-Obras  
Lojas | Escritórios  
**VENDA PRODUTOS DE LIMPEZA**  
Tel.: (11) 4321-8133 | 99756-1543 (Vivo)  
Nextel: 7889-7632 ID: 122\*99014

## Feira de Artesanato



**A**s organizadoras do evento agradecem ao público frequentador, amigos e expositores que participaram da Feira de Artesanato e Presentes realizada em 20 de abril, sábado, das 10h às 19h, destinada ao "Dia das Mães".

Parte da renda obtida foi revertida para as obras assistenciais da "A Luz Divina".

As crianças participaram da Oficina de Scrapbook, preparada pela equipe da Escola de Evangelização Infantil.

A Área de Alimentação ofereceu delicioso lanche de pernil e salgadinhos. Mesa especial de bolos, tortinhas e docinhos. Participação especial do Pasteleiro.

Não percam nossa próxima Feira, em novembro.

Você vai se deliciar.

Local da realização: Casa Luz – Travessa Carlos Alberto G. Kfour, 51 – Itaim Bibi – SP (entre os nºs 671 e 721 da Av. Horácio Lafer).



## Oficina de Scrapbook na CASA LUZ



**D**urante a Feira de Artesanato e Presentes do Dia das Mães, em 20/04/2013, as crianças participaram de uma divertida Oficina de Scrapbook.

A arte é mania americana de decorar álbuns de fotografia, que chegou há 10 anos no Brasil e vem sendo praticada, especialmente, por adolescentes e jovens mães, que desejam guardar para sempre os momentos especiais registrados nas fotografias.

Na oficina, as crianças fizeram lindos quadrinhos para

presentear suas mães, enquanto aprenderam algumas técnicas do Scrapbook: emoldurar foto, sobreposição de papéis, colagem em alto-relevo, uso de fitas e colocação de apliques para enfeitar.

A diversão foi organizada pela Equipe da Escola de Evangelização Infantil, a quem agradecemos a participação.



### Psicóloga Clínica

Julia Rezende · CRP 06/104548

Atendimento a adultos, auxiliando em dificuldades de relacionamento afetivo, vida profissional, males físicos e psíquicos, buscando o equilíbrio, saúde e sucesso em todas as áreas.

Tel: (11) 98200-9430

E-mail: jurezende@me.com

## Adote!

Um animal de estimação pode completar sua vida!

PENSE NISSO!



**DORA - RESIDENTE NA VILA OLÍMPIA  
PROCURA EMPREGO RECEPCIONISTA/SECRETÁRIA  
EM CONSULTÓRIOS MÉDICOS DA MESMA REGIÃO**

E-mail: dora.giann@hotmail.com

Tel: (11)98570-9625

## Dicas

A Instituição Beneficente "A Luz Divina" têm colaboradores voluntários nas diversas áreas de atuação humana (nutricionistas, psicólogas, advogados, dentistas, médicos). Reservamos este pequeno espaço para que os leitores destas páginas recebam algumas sugestões para o bem estar físico, psíquico e espiritual. Os autores dessas pequenas dicas se revezarão, não há intenção de identificar os colaboradores para que não pareça aos desavisados uma maneira de divulgação gratuita de consultórios, escritórios ou clínicas. Dúvidas e sugestões poderão ser encaminhadas ao site, onde serão respondidas pelos nossos colaboradores participantes. [www.aluzdivina.org.br](http://www.aluzdivina.org.br)



### Ansiedade

*"Lançai sobre ele (Deus) toda a vossa ansiedade, porque é ele que cuida de vós (I Pedro, 5:7)*



Ansiedade é uma palavra derivada do latim e significa aflição, angústia, ânsia, impaciência e que, na sociedade atual, se tornou um grave fator de perturbação e desequilíbrio.

A ansiedade natural, o desejo de que ocorra o que se aguarda, a normal expectativa em torno dos acontecimentos da vida compõem um quadro saudável na existência de todas as pessoas equilibradas, porém, quando ela se transforma em fator de perturbação, necessita de correção imediata.

É necessário que a pessoa portadora de ansiedade deseje, realmente, sua recuperação e para isso, recomendam-se as leituras que promovam renovação mental e emocional, além das técnicas de relaxamento, como a Yôga e a meditação, que disciplinam a vontade e o sistema nervoso, induzindo à calma e ao bem-estar, inspirando à ação do bem, do amor, da compaixão e da caridade em relação a si mesmo e ao próximo.

As aflições que a ansiedade provoca podem ser eliminadas por meio de psicoterapia, que promove o autoconhecimento e a conscientização da origem dessa ansiedade descontrolada, em conjunto com a aplicação dos passes e da água magnetizada que restauram o campo vibratório e revitalizam as células. Além disso, o hábito da oração e o cultivo dos pensamentos dignificadores são o coroamento do processo curativo para o encontro da saúde e da paz.

### Informe Jurídico

**"Venda e Compra":** A Incorporadora não pode cobrar juros antes da entrega das chaves do imóvel vendido.



Considera-se a entrega efetiva do imóvel, quando for expedido o "Habite-se" (Auto de Conclusão) e após a averbação da construção e da vistoria final, através de um Termo, para a moradia efetiva do comprador, sob pena da incorporadora/vendedora ser obrigada a pagar perdas e danos, pela demora no cumprimento dessa obrigação (art. 44, da Lei 4.591/1964), sendo consideradas abusivas, pelo Código de

Defesa do Consumidor, cláusulas que estabeleçam, no contrato de venda e compra de imóvel, a incidência de juros antes da entrega das chaves.

### Saúde



Vamos lembrar itens importantes para nossa saúde: atividade física e alimentação.

Pratique uma atividade física.

A Organização Mundial de Saúde definiu que uma pessoa que não pratica 40 minutos de atividade física, quatro vezes por semana, é considerada sedentária, estando predisposta às doenças cardiovasculares.

Alimentos industrializados e o preparo de outros.

Habitue-se a ler os rótulos de alimentos processados e industrializados, fique atento às quantidades de sódio, gorduras saturadas e gordura trans. Os alimentos que são isentos ou apresentam diminutas quantidades de gordura saturada e gordura trans, são mais saudáveis.

Evite os embutidos e enlatados pela quantidade excessiva de gorduras saturadas e sódio.

Sódio em excesso sobrecarrega os nossos rins e o nosso coração, retire o sal da mesa e o uso de outros temperos, como o limão, alho, coentro etc.

Evite ingerir líquidos uma hora antes e duas horas após as refeições.

A alimentação ou nutrição saudável de comer bem e de forma equilibrada envolve a escolha de alimentos não somente para manter o peso ideal, mas também para garantir uma saúde plena.

Retire as frituras do seu cardápio e faça a opção por grelhados, assados ou cozidos. A temperatura do óleo, na frigideira, transforma a gordura insaturada em gordura saturada. A gordura saturada será depositada nas artérias, causando angina, infarto, isquemia cerebral.

Se você não conseguiu abster-se das carnes, faça a opção pelas carnes brancas: preferencialmente a carne de peixe, que de um modo geral é uma carne pobre em gorduras com proteínas de fácil digestão e assimilação pelo nosso sistema digestivo.

Lembre-se que devemos cuidar do nosso veículo físico, instrumento oferecido por Deus para o progresso e evolução do nosso espírito.

## Feijoada na CASA LUZ



Nossa feijoada já está ficando famosa! A cada almoço, a equipe de voluntários procura fazer o melhor atendimento, com amor, e a turma da cozinha se esmera. Esta é a declaração de um voluntário.

"Esperamos que nossos Amigos concordem, porque nesse esforço de bem servir, em ambiente descontraído, com boa música, o resultado final é para auxiliar nas obras assistenciais da Instituição."

Domingo festivo em 26/05/2013, na "Casa Luz", das 12h às 16h, foram atendidas 307 pessoas, com uma deliciosa e completa FEIJOADA.

A música ficou a cargo do "Grupo Outros 500", sambas e canções, e não houve quem não gostasse! Agradecemos aos componentes, através do seu representante Rubens T. Rodrigues (Rubão).

Contato através do e-mail: [rubens.tadeu2@terra.com.br](mailto:rubens.tadeu2@terra.com.br)



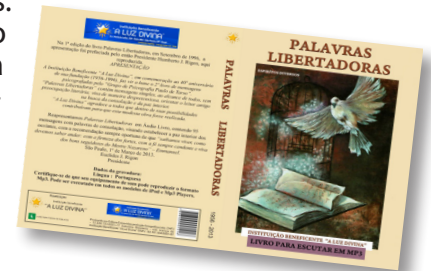
## CANTINHO DA LEITURA

## Palavras Libertadoras

Você poderá ouvir as mensagens enviadas por Espíritos Diversos. O áudio livro contém 95 mensagens contidas no livro de mesmo nome, lançado em setembro de 1996, cuja edição foi prefaciada pelo então Presidente Humberto J. Rigon, quando a Instituição Beneficente "A Luz Divina" comemorou o 40º aniversário de sua fundação (1956-1996).

As mensagens foram recebidas no "Grupo de Psicografia Paulo de Tarso", são de conteúdo simples, sem preocupação literária, visando servir de orientação, ao leitor amigo, na busca da consolação e da paz interior.

Dados da gravadora: Áudio em língua portuguesa. Certifique-se de que seu equipamento de som pode reproduzir o formato Mp3. Pode ser executado em todos os modelos de iPod e Mp3 Players. Produção: Entrevistas. Capa: Adriana Garibaldi. Duração: 07:22:05 [www.editoraentrevistas.com.br](http://www.editoraentrevistas.com.br)



## Assistência Espiritual



No bimestre março - abril de 2013, registramos o seguinte atendimento espiritual

	Março	Abril
Atendimento Fraterno	1.285	1.213
Cosmoterapia (Passes)	15.186	14.777
Público presente às reuniões	2.794	2.426
Total .....	19.265	18.416

Convidamos a todos para participarem das reuniões espirituais públicas que acontecem às segundas, quartas, quintas-feiras e sábados. Elas complementam os passes, relembram os ensinamentos do Evangelho, explicam a Doutrina Espírita.



*Perdoar aos inimigos é pedir perdão para si mesmo. Porque se sois duros, exigentes, inflexíveis, se tendes rigor mesmo por uma ofensa leve, como quereis que Deus esqueça que, cada dia, tendes maior necessidade de indulgência?*

*O Evangelho Segundo o Espiritismo, cap. X, item 15.*



**"Sede pacientes, pois a paciência é também caridade, e deveis praticar a lei de caridade, ensinada pelo Cristo, enviado de Deus".** O Evangelho Segundo o Espiritismo, cap. IX, item 7.