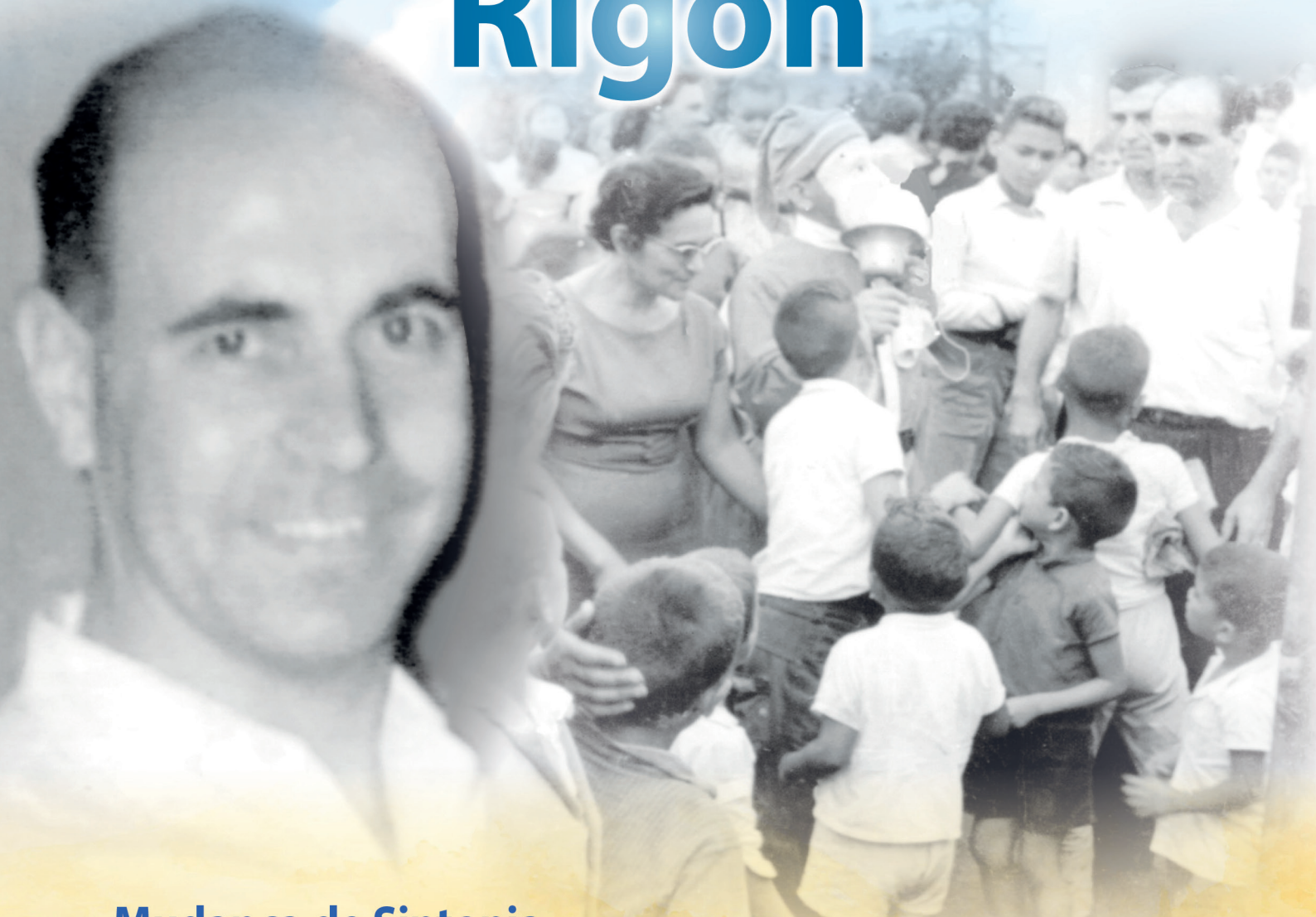




# Informativo A LUZ DIVINA

Ano 57 - Nº 409 - JAN/FEV 2025

## Rubens Waldemar Rigon



**Mudança de Sintonia** – Pág. 3

**O amor é o reflexo do Criador em Suas criaturas** – Pág. 5

**13ª Semana "Prevenção e Reflexão sobre Drogas"** – Pág. 7

**Bem-aventurados os Aflitos** – Pág. 10

**Dia Internacional da Mulher** – Pág. 13

# Atendimento

Instituição Beneficente "A Luz Divina"  
Entidade Espírita

**Todo atendimento é gratuito**

**Não é necessário agendar Assistência Espiritual.**

**Comparecer nos dias/horários informados no Site [www.aluzdivina.org.br](http://www.aluzdivina.org.br)**

**Atendimento Fraterno** – 2ª. e 4ª. feiras e sábados

**Passes** – 2ª, 4ª, e 5ª. feiras e sábados

**Grupo Mãe Benvinda** – Sábados, 15h15 às 16h45  
(Pessoas que perderam seus entes queridos)

**Grupo Manoel Philomeno de Miranda**  
(Dependentes químicos) - Terça-feira, 19h00 às 21h20

**Grupo João Nunes Maia**  
(Pacientes com diagnóstico de tumores)  
- Quartas-feiras, 19h30 às 20h30

## Reuniões Espirituais Públicas Híbridas

**Virtuais e presenciais:**  
às Quartas-feiras (20h30) e Sábados (15h30)

**Somente presenciais:**  
às Segundas-feiras, às 14h30  
às Quintas-feiras, às 14h30  
[www.aluzdivina.org.br/reunioes-espirituais/](http://www.aluzdivina.org.br/reunioes-espirituais/)

## Pedidos de vibrações

[www.aluzdivina.org.br/vibracoes/](http://www.aluzdivina.org.br/vibracoes/)  
Caixa de Vibrações (presencial)

## Área de Divulgação Espírita

Curso Integrado de Aprendizes do Evangelho e Educação Mediúnic - CIAEETM  
Formato EAD – Ensino a Distância (Aulas Virtuais)  
Escola de Evangelização Infante Juvenil / Projeto Família  
Inscrições: 13/janeiro a 15/fevereiro/2025

## Atendimentos:

**Área de Assistência Material**  
Quartas-feiras, às 18h00 / Sábados, às 10h00

**Setor Antialcoólico**  
Grupo Socorrista "Aura Celeste"  
(moradores em situação de rua)

**Livraria**  
Ambulatório Médico: Sábado, às 09h00  
Ambulatório Dentário: Segunda-feira e Sábado  
Curso às Gestantes: Inscrições: <https://aluzdivina.org.br/assistencia-as-gestantes/>

Comparecer nos dias/ horários informados:  
Quarta-feira, às 18h00 / Sábados, às 10h00

**Bazar Beneficente da Solidariedade**  
Casa Luz: Travessa Carlos Alberto G. Kfour, 51  
(entre os nºs 671-723 da Av. Horácio Lafer) Itaim Bibi

# Expediente



## Informativo "A Luz Divina"

Publicação bimestral 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: [secretaria@aluzdivina.org.br](mailto:secretaria@aluzdivina.org.br)

### Conselho Editorial:

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

### Jornalista Responsável:

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

### Projeto Gráfico:

Fabiana Heiderscheidt – [fabiheider@gmail.com](mailto:fabiheider@gmail.com)

### Ilustração/Imagens:

Fabiana Heiderscheidt

### Fotos:

Erica Mayumi Ikeda – [erica.ikeda@gmail.com](mailto:erica.ikeda@gmail.com)

### Redação:

Equipe da Área de Divulgação Espírita e autores diversos.

### Revisão de textos:

Verônica A. Borges / Maria de Lourdes A. V. Magri

### Manutenção Site/Instagram/Blog/Facebook:

André Luiz Helmeister / Fabiana Guena

### Distribuição interna e gratuita

Impressão: AtivaOnline Editora e Indústria Gráfica Ltda.  
Tiragem: 1.000 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.*

*As ilustrações e imagens publicadas neste Informativo são retiradas da Internet. As fotos pertencem ao acervo pessoal da Instituição.*

*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, no Posto de Informações. "A Luz Divina" não autoriza a comercialização deste impresso.*

# Índice

PÁG

- 03 Editorial: Mudança de sintonia  
Campanha do Enxoval para o Bebê
- 04 Institucional: Eleição de Diretoria para Triênio 2025-2028  
Aconteceu: Campanha de Natal 2024 (em 07.12.2024)
- 05 Matéria de Capa: Rubens Waldemar Rigon
- 06 Cursos (Diretoria da Área de Divulgação Espírita)  
-Escola de Evangelização Infante/Juvenil Projeto Família  
-Curso Integrado de Aprendizes do Evangelho e Educação Mediúnic - CIAEETM 2025  
-Desenvolvimento Prático Mediúnic (Diretoria de Assistência Espiritual)  
-Curso Acolhimento aos Enlutados / Grupo Mãe Benvinda
- 07 Grupo Manoel Philomeno de Miranda: 13ª Semana sobre "Prevenção e Reflexão sobre Álcool, Tabaco e outras Drogas / Palestra por William Aude Correia da Silva (em 27.11.2024)
- 10 Palestra: Bem-aventurados os aflitos / Marco Antônio Maiuri Miranda (em 18.01.2025)
- 11 Mensagem: A Caridade Maior / Irmão X (Livro "Ideias e Ilustrações", capítulo 8)  
Aconteceu: Bazar Beneficente de Natal (em 07.12.2024)
- 12 Falecimento: Sra. Janete Ortiz Bortolotti (em 24.01.2025)  
Mensagem: Partida e Chegada / Parábola (Autor desconhecido)
- 13 Dia Internacional da Mulher: Benedita Fernandes - A Dama da Caridade / Trechos recolhidos da Revista Semanal de Divulgação Espírita "O Consolador"
- 14 Evangelho: Culto Cristão no Lar / Emmanuel (Livro "Instrumentos do Tempo")  
A Água Magnetizada: Emmanuel (Livro "Segue-me")
- 15 Psicografia: Ore com Fé / Grupo de Psicografia "Paulo de Tarso" (Pasta 12)  
Fonte Viva: Solidão / Emmanuel (Livro "Fonte Viva", 70)
- 16 Mensagem: Fé e Trabalho / G.P. Paulo de Tarso (Pasta de Mensagens Gerais 2020)  
Colabore com a "A Luz Divina"- QR Code  
Relatório de Assistência Espiritual



**Comentários, sugestões, críticas enviar para e-mail:**  
[secretaria@aluzdivina.org.br](mailto:secretaria@aluzdivina.org.br)

**E**mbara os meses de janeiro e fevereiro já vão dando o seu adeus, consideramos que ainda estamos no início do ano, tempo em que colocamos em prática nossas promessas de ano novo, ou ao menos tentamos, vamos fazer um convite a todos. Um convite que também nos é feito em *O Livro dos Espíritos*. Este ano, vamos cooperar com a mudança de sintonia do nosso planeta, para transformar o mundo, como muitos de nós desejamos, fazendo aquilo que nos é possível.

Não mudaremos o mundo, se não começarmos por nós.

Nosso convite é para que, a cada mensagem lida, a cada palestra assistida, a cada reunião espiritual pública, a cada aula estudada, que reflitamos sobre o que podemos trazer para nós. O que aquele ensinamento, me oferece? O que farei diferente e melhor em minha vida, para que eu me transforme e, pelo exemplo, contribua para modificar o mundo? De que maneira esta nova informação me faz refletir sobre o caminho que estou seguindo?

Enfim, em 2025, que olhemos menos para os defeitos do outro, e mais, para os caminhos que trilharemos, ascendendo moral e intelectualmente a caminho de Jesus, o nosso modelo e guia. Que sejamos menos críticos do externo, e mais, construtores do interno, lembrando que o Cristo a muitos envolveu e, com isso, criou uma revolução de pensamentos e ações, por meio de seus atos e exemplos.

Em 2025, queremos sentir mais as coisas boas, e menos os sentimentos ruins que nos acompanharam ao longo de 2024. Ao invés de incertezas, que tenhamos mais segurança de nossos destinos. Ao invés de medo, que tenhamos coragem de arriscar e seguir adiante. No lugar das frustrações, que tenhamos as alegrias e satisfações de nossas conquistas.



Ano passado, "A Luz Divina" realizou 186 reuniões espirituais considerando às segundas, quartas, quintas-feiras e sábados, e foram transmitidas ao vivo 94 reuniões, contemplando palestras e direção, e disponibilizadas as 92 palestras das segundas e quintas-feiras, com o conteúdo do estudo de 2024.

Lembramos a todos que participam presencialmente das reuniões espirituais públicas e aos irmãos que nos assistem pelo Youtube, que em 2025, além de selecionar o link disponibilizado semanalmente, todos podem também seguir o nosso canal e selecionar o pequeno "sino" ou o botão de "inscrever-se" para que recebam um alerta toda vez que for disponibilizado ou iniciado um novo vídeo.

Se no decorrer deste ano, as coisas não saírem como o planejado, mas tivermos feito a nossa parte, com amor, caridade e fraternidade, aceitemos com resignação os sofrimentos transcorridos, lembrando as palavras de Jesus: *"Vinde a mim todos vós que estais aflitos e sobrecarregados, que eu vos aliviarei. (Mateus, 11:28)"*.

Como nos traz *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, capítulo VI, todos os sofrimentos encontram consolação na fé no futuro, na confiança e na Justiça de Deus, que o Cristo veio ensinar aos homens.

Que tenhamos o ano de 2025 repleto de trabalho, esforços, fé e renovação, para colhermos afeto, carinho, amor e muitas alegrias.



## Campanha do Enxoval para o Bebê



**A** Campanha se realiza em **todo o mês de março**, para arrecadar peças de roupinhas e itens variáveis para compor os *Enxovais para o Bebê*, que são ofertados às gestantes em primeira gestação, que participam do Curso e para atendimento de mães carentes em qualquer estágio de gestação.

Os itens que compõem o enxoval básico estão disponíveis em folheto, na Área de Assistencial Material, são eles:

Camisetas de manga longa ou manga curta \* Mijões \* Bodies de manga longa ou manga curta \* Macaquinhos \* Casaquinhos \* Babetes \* Meinhas

/gorrinhos \* Cueiro \* Fraldas de pano \* Fraldas descartáveis \* Toalha de banho infantil \* Lençol ou forro \* Cobertor \* Manta \* Peças variáveis: sabonete infantil, shampoo, lenços umedecidos, creme para assadura, etc.

Aceitamos, também, peças de roupinhas usadas, em bom estado.

Contamos com sua generosidade.

**As doações são bem-vindas o ano todo!**  
**Entregue sua doação na Área de Assistência Material.**

Diretoria da Área de Assistência Material

## ELEIÇÃO DE DIRETORIA PARA TRIÊNIO 2025-2028



O Presidente vitalício da **Instituição Beneficente “A Luz Divina”**, Sr. Euclides José Rigon, convocou e presidiu, no último dia dezoito de janeiro de 2025, na Sede da Instituição, à Avenida Horácio Lafer 720, no bairro do Itaim Bibi, em São Paulo, a Assembleia Geral Ordinária para a composição da Diretoria para o Triênio 2025-2028.

Foram eleitos e empossados os seguintes diretores:

Vice–Presidência: Regina Gimenez Nicodemo  
 Secretário: Alaciel Valentim  
 Primeiro Tesoureiro: Roberto Mamoru Goto  
 Segundo Tesoureiro: Paulo Cesar Félix (\*)  
 Diretor de Assistência Material: Willian Rigon Pardo  
 Diretor de Assistência Espiritual: Alaciel Valentim  
 Diretor de Divulgação Espírita: William Aude Correia da Silva  
 Diretora Administrativa: Larissa Toledo Prado dos Santos

### Membros do Conselho Consultivo:

Gilberto Cabral Martins / Gentil Barbosa / Maria de Lourdes Rigon

### Suplentes do Conselho Consultivo:

João Batista da Silva / Wagner de Moraes Valentim

Os diretores eleitos, após a posse, em atendimento ao Artigo 16, parágrafo 2º, do Estatuto Social em vigor, indicaram os seguintes Coordenadores de Área para auxiliarem nas tarefas de cada diretoria. São eles:

### Diretoria de Assistência Material

- Atendimento às Famílias: Terezinha Dechen Cezar
- Atendimento às Entidades: Glória Leite da Silva
- Atendimento Médico: Maria Luiza Rivitti

- Atendimento Odontológico: Maria Aparecida da Cunha Picone
- Atendimento aos irmãos em Situação de Rua: Eduardo Augusto de Almeida (Grupo Socorrista “Aura Celeste”)
- Acolhimento às Gestantes: Maria Luiza Rivitti

### Diretoria de Assistência Espiritual

- Prática Mediúnica: Regina Gimenez Nicodemo

### Diretoria de Divulgação Espírita

- Comunicação Institucional: Willian Rigon Pardo
- Informativos e Impressos: Maria de Lourdes Alves Videira Magri
- Mídias Sociais: Fabiana Soncini de Oliveira Guena
- Curso Integrado – EAD: Vera Cecília Antonio Borges
- Evangelização Infanto Juvenil: Vera Cecília Antonio Borges

### Diretoria Administrativa

- Lanchonete: Maria de Lourdes Rigon
- Coral: Emi Ohta Paulucci
- Zeladoria: Eduardo Augusto de Almeida
- Informática: Selma de Jesus Vicentim
- Representação Social: João Batista da Silva
- Eventos: Maria de Lourdes Rigon

(\*) Em 27 de fevereiro de 2025, Luís Roberto Strano Otero, eleito em Assembleia Ordinária, solicitou desligamento do cargo de Segundo Tesoureiro. Em 06 de março de 2025, em Reunião Extraordinária, Paulo Cesar Félix foi nomeado o Segundo Tesoureiro, de acordo com o Artigo 16, parágrafo 7º, item I, letra h.

## CAMPANHA DE NATAL 2024

**N**a Campanha de Natal de 2024, contemplamos o atendimento de 2.040 famílias, com cestas básicas, em vários locais de São Paulo, com auxílio de Entidades parceiras.

Em sábado festivo, no dia **07 de dezembro de 2024**, em nossa Sede, atendemos 419 famílias, previamente cadastradas, que receberam cestas básicas com mais de 30 kg de mantimentos, além de Panetone, pacotes de doces, brinquedos novos e conjunto de roupas novas para 699 crianças, de 0 a 12 anos, com a presença de Papai Noel.

A Campanha de Natal de 2024 atendeu, também, com mantimentos, 35 Entidades, dentre elas: casas congêneres e comunidades carentes.

Junto às Entidades parceiras a “A Luz Divina” destinou 1.621 cestas básicas que atenderam famílias carentes em diversas regiões da Grande São Paulo.

O trabalho coletivo de divulgação, arrecadação e planejamento, iniciado em setembro de 2024, com a colaboração de todos os participantes da “A Luz Divina”, e com o amparo



dos Amigos Espirituais, obteve êxito total em dezembro de 2024.

Às doações de nossa Campanha somadas aos atendimentos das Entidades parceiras totalizou 55 toneladas de mantimentos 4.080 litros de óleo, 4.080 pacotes de leite, 4.080 pacotes de chocolate, 1.500 pacotes de doces, além de brinquedos, roupas e panetones, alegrando o Natal de muitas famílias.

Agradecemos carinhosamente a colaboração de todos!

**Que 2025 continue repleto de amor, acolhimento e caridade!**

# Rubens Waldemar Rigon

## Amor, Acolhimento e Caridade

Quando voltamos o olhar para esta casa, “A Luz Divina”, retrocedemos no tempo, lembrando do seu fundador, que chamamos de *Irmão Rubens*.

**E**m 22 de janeiro de 1931 nascia Rubens Waldemar Rigon, que retornou à Pátria Espiritual no dia 28 de maio de 1981. Seu espírito faz parte da Cúpula Espiritual Protetora desta Casa, continuando o seu trabalho na Espiritualidade.

Formou-se em Ciências Contábeis e Analista de Organização e Métodos. Anos depois, concluiu a Faculdade de Psicanálise, cuja formatura foi marcada por um emocionante discurso realizado por ele junto de outros três dirigentes de outras religiões, ensinando-nos o respeito diante da diversidade.

A leitura, o estudo, além do conhecimento, eram seus desafios prediletos e, também, adorava música clássica! Uma das suas prediletas era: “Jesus, Alegria dos Homens”, de Johann Sebastian Bach (1685-1750), que trazia na “A Luz Divina”, gravada em fita K7, para tocar na última reunião do ano!

Em uma ocasião, inspirado pelos Mentores da Casa, desenhou a estrela de cinco pontas, que se tornou o símbolo da “A Luz Divina”. Nas cinco pontas da estrela, podemos encontrar as virtudes: *Amor, Paz, Trabalho, Harmonia e Espiritualidade*.

*Irmão Rubens* trabalhou como jardineiro de Jesus. Foi plantando sementes de amor, de caridade, construindo o seu jardim, mas sempre convidando a todos para conhecer e ajudar. Muitos juntaram-se ao grande ideal de Rubens para dividir as responsabilidades deste abençoado projeto.

Em suas mensagens, ele falava de amor, e dizia:

*“O amor é o reflexo do Criador em Suas criaturas. Brilha em tudo e em tudo palpita na mesma vibração de sabedoria e beleza. É fundamento da vida e justiça de toda a lei.*

*O amor de Deus se compadece de todos e a ninguém violenta, embora, em razão do mesmo amor infinito, determina que estejamos sob a lei da responsabilidade, que se manifesta para cada consciência, de acordo com as suas obras.*

*Eis por que Jesus, enviado por Ele à Terra para clarear-nos a senda com seu ministério, tomou o amor ao Pai por inspiração de toda a vida, amando sem a preocupação de ser amado e auxiliando sem ideia de recompensa.*

*Descendo à esfera dos homens por amor, Jesus passa no mundo de sentimento erguido ao Pai, refletindo-Lhe a vontade sábia e misericordiosa. E, para que a vida e o pensamento de todos lhes resgatem as pegadas de luz, legou-nos, em nome de Deus, a fórmula inesquecível: amai-vos uns aos outros.”*

Com o passar do tempo, as sementes foram crescendo e muitas tornaram-se árvores frondosas que hoje acolhem e consolam todos aqueles que chegam cansados, necessitados de uma palavra na “A Luz Divina”. Todos foram regados com muita bondade, muito amor, muita fraternidade, porque foram cultivados no terreno fértil, abençoado e protegido pelo Mestre Jesus.

*Irmão Rubens* retirava as palavras do Evangelho para instruir:

*“Nossa Doutrina prescreve o Evangelho como receita segura. As lições de Jesus são bálsamo eficaz*

*contra qualquer desequilíbrio físico ou mental. Porém, ainda seguimos ouvindo a palavra do Mestre para, em seguida, abusar do veículo físico, distanciando-nos do respeito devido à saúde.*

*Não esperemos o “momento certo”: é sempre tempo de começar obras úteis, pois é forçoso que o homem se despoje das imperfeições e adquira qualidades. E completava: Não receemos, pois, confiar n’Ele ainda que não vejamos resposta imediata às nossas orações. Lembremo-nos da promessa do Mestre Amado: “Pedi e dar-se-vos-á” (Mateus, 7:7).*

Contudo, é bom lembrar que a vida se apresentou para *Irmão Rubens* com suas próprias dificuldades, tribulações e a doença no corpo físico, mas em momento algum ele pôs em dúvida a sua fé, a sua crença e por isso colocou à frente de tudo, além do seu entusiasmo e alegria, amor, o bom ânimo e a boa vontade para auxiliar o próximo.

Rogamos que, na Espiritualidade, continue a orientar a jornada que estamos perfazendo, nesta bendita Casa, “A Luz Divina”, juntamente com Brogotá, Itajubá e Pai João, em nome de Jesus, nosso Mestre e Amigo.

**Nota:** Rubens Waldemar Rigon, fundador da Instituição Beneficente “A Luz Divina”. Presidente de 1956 a 1981.



# CURSOS

## ESCOLA DE EVANGELIZAÇÃO INFANTO JUVENIL - PROJETO FAMÍLIA

**A**ulas online, quinzenais, aos sábados, período da manhã, com duração de 50 minutos, portanto, será necessária a internet, e a utilização de notebook.

É importante transmitirmos para as crianças e jovens os ensinamentos da moral espírita cristã, com o objetivo de possibilitar que sejam cidadãos do futuro, semeadores da paz.

A E.E.I.J. – Projeto Família está estruturada em turmas dividi-

das por faixa etária. Podem participar crianças de 5 a 12 anos e jovens de 13 e 14 anos, de qualquer lugar do Brasil.

Os pais e/ou responsáveis **devem participar em conjunto** com a criança que tenha até 10 anos.

Os encontros são coordenados por tutoras, cuja tarefa é a condução da estrutura da aula, com apresentação de vídeos, histórias e atividades, tudo adequado à faixa etária de cada criança e jovem. Ao todo serão realizados



17 encontros, incluindo a aula inaugural e a de encerramento.

As inscrições para 2025 estiveram disponíveis no período de 13/janeiro/2025 até 13/março/2025. Início das aulas em 15/março/2025.

Email: [ensino.ead@aluzdivina.org.br](mailto:ensino.ead@aluzdivina.org.br)

**Diretoria da Área de Divulgação Espírita**

## CURSO INTEGRADO DE APRENDIZES DO EVANGELHO E EDUCAÇÃO MEDIÚNICA - CIAEETM – 2025

**E**m março de 2021, a “A Luz Divina” inaugurou o seu formato EAD – Ensino à Distância do CIAEETM.

As inscrições para o primeiro semestre de 2025, iniciaram-se em 13/01/2025 e foram

encerradas em 15/02/2025. As aulas on-line iniciaram-se em 10/03/2025.

Alunos matriculados neste primeiro semestre: 301

Dentre novos inscritos 39 residem no interior de São Paulo,

12 são de outros Estados do Brasil, 01 da Alemanha, 01 de Portugal e 01 da Espanha.

Total de alunos matriculados no EAD, do 1º. ao 5º. Ano: 822

**Diretoria da Área de Divulgação Espírita**

## DESENVOLVIMENTO PRÁTICO MEDIÚNICO

**A**pós a conclusão dos cinco semestres do Curso Integrado de Aprendizes do Evangelho e Educação Mediúnica, os alunos que se disponibilizaram, ingressaram na nova turma 2025, para participar do Desenvolvimento Prático Mediúnico.

**Diretoria de Assistência Espiritual**

## CURSO ACOLHIMENTO AOS ENLUTADOS

**O** curso em formato EAD (Ensino a Distância), baseado na Doutrina Espírita, é 100% em formato on-line, aborda questões sobre o “Luto, o Ciclo de Vida, o Suicídio e todas as etapas de atuação do **Grupo Mãe Benvinda**, desde o acolhimento, a assistência espiritual, o esclarecimento doutrinário por meio de exposições até a orientação fraterna.

As inscrições para o Curso estiveram abertas de 13/janeiro a 15/fevereiro de 2025.

O Curso é exclusivo para médiuns trabalhadores da “A Luz Divina”, e foi desenvolvido pelo Grupo “Mãe Benvinda”, em 13 módulos, apresentados em três (3) meses. As aulas se iniciaram em 10 de março de 2025.



*Não jogue fora cartuchos e jornais velhos, são itens preciosos para nossa Instituição. Traga-os para nós; com isto, você colabora para cobrir os custos de manutenção da “A Luz Divina”.*



## 13ª SEMANA SOBRE “PREVENÇÃO E REFLEXÃO SOBRE ÁLCOOL, TABACO E OUTRAS DROGAS”

No dia 27 de novembro de 2024, iniciou-se a 13ª Semana de Prevenção e Reflexão sobre Álcool, Tabaco e Outras Drogas.

Embora o tema seja extenso, ele é esclarecedor, porque nos convida à reflexão sobre questões relacionadas a essas substâncias. Muitas vezes, pensamos que álcool e tabaco não são drogas, mas são. Por isso, esta semana tem o objetivo de promover reflexões sobre como essas substâncias podem influenciar as nossas vidas.

O tema aborda a **“doença TUS”**. Essa sigla se refere ao **“Transtorno por Uso de Substâncias”**, uma atualização terminológica adotada pela ciência e pela medicina para o que, antes, era chamado de “Dependência Química”. Esse transtorno abrange o uso de substâncias psicoativas, como álcool, tabaco e outras drogas.

Primeiramente, precisamos compreender o conceito que, droga é qualquer substância que não é produzida pelo corpo humano e que, quando introduzida, modifica o sistema nervoso central, comprometendo e prejudicando a capacidade de discernimento, decisão e escolha da pessoa.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) já classificou o “Transtorno por Uso de Substâncias” como uma doença. Essa abordagem nos ajuda a eliminar alguns preconceitos. Muitas vezes, ouvimos denominações pejorativas associadas a pessoas

que fazem uso de drogas. Na verdade, estamos lidando com indivíduos doentes, que enfrentam um transtorno relacionado ao uso de substâncias.

Compreender isso é essencial para esclarecermos o tema e para trabalharmos na prevenção, que deve começar desde cedo, dentro de casa. Idealmente, a prevenção deve ocorrer antes mesmo do nascimento, mas, como isso seria possível, esclarecendo-nos sobre as consequências do uso de qualquer substância?

Por que qualquer substância? Porque toda e qualquer substância consumida traz riscos. Não existe consumo totalmente isento de perigo. Além disso, não há como prever se uma pessoa será ou não dependente de determinada substância, pois não existe um teste que indique essa predisposição. Para tanto, a melhor forma de lidar com isso é por meio da prevenção: deve se evitar o uso.

Uma pessoa pode tomar um gole de bebida e, imediatamente, desencadear uma dependência ou desenvolver um transtorno. Por outro lado, pode haver casos em que os efeitos não se manifestem de forma tão evidente ou imediata. No entanto, no meio clínico, é amplamente reconhecido, especialmente no caso do álcool, que ele está associado à chamada “doença do ainda”.

E o que significa “doença do ainda”? O álcool, por exemplo, pode levar muito tempo para manifestar suas consequências de forma visível. Uma pessoa pode estar trabalhando, aparen-

temente cumprindo suas responsabilidades, e parecer que não há problemas relacionados ao consumo. Contudo, isso não significa que não haverá, já que estamos lidando com uma doença crônica. OTUS é uma condição crônica, progressiva e potencialmente fatal, semelhante a outras doenças crônicas, como diabetes e hipertensão.

É importantíssimo que nos informemos sobre esse assunto, pois ele afeta toda a sociedade. Além de tudo, essa é uma doença biopsicossocial e espiritual, confirmado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), que significa que ela afeta:

- Biologicamente (aspectos físicos),
- Psiquicamente (questões psicológicas),
- Socialmente (impactando toda a sociedade) e
- Espiritualmente (afetando o bem-estar em um nível mais profundo).

Esses dados são respaldados por estudos científicos. É, portanto, um campo muito vasto e urgente para que busquemos mais informações.

Atendendo ao nosso convite, tivemos o depoimento do Cláudio, que frequenta a “A Luz Divina”, aproximadamente 27 anos e também participa de outros grupos de apoio. Ele compartilhou sua experiência para ilustrar como o “transtorno por uso de substâncias” (TUS) pode afetar uma vida e como o tratamento pode transformar essa realidade.

Ele trouxe ilustrações reais de como essa condição pode impactar a vida de alguém. E, mais importante, foi falado sobre o tratamento, que é fundamental, após a doença já estar instalada. Afinal, ela é, de fato, uma doença.

No meio científico, essa é considerada uma doença sem cura. Vocês podem estar se perguntando: “E agora, o que se deve fazer da vida?”

Uma pessoa que já se classifica como dependente ou com esse transtorno, ela deve saber que não há cura, mas existe tratamento.

Por exemplo, a hipertensão pode não ter cura, mas tem tratamento. O tratamento, nesse caso, é fundamental para que a pessoa se mantenha bem e equilibrada.

Então, foi dada a palavra para o Cláudio, que compartilhou seu histórico. Ao final, William Aude, dirigente do Grupo de Apoio, retornou para o encerramento.

## DEPOIMENTO...

**M**eu nome é Cláudio. Sou alcoólatra, sou adicto e, hoje, não bebi, não usei drogas e não acordei de ressaca. Estou “limpo” há 25 anos.

Muitas pessoas já chegaram até mim e perguntaram: “Então, você é um ex-alcoólatra, não bebe há 25 anos, certo?”

Minha resposta é: “Não. Eu sou alcoólatra.” É uma doença incurável. Eu apenas não bebo. Tenho certeza de que se eu ingerir o primeiro gole, o primeiro copo, eu não pararia, porque, em toda a minha vida, toda vez que eu bebia, eu não conseguia parar.

Como o William Aude falou: alcoolismo e adicção são doenças incuráveis, que afetam o corpo, a mente e podem levar à loucura — eu já fiz muitas loucuras —, e levar também à morte prematura. São doenças emocionais e espirituais.

Comecei a beber aos 14 anos. Fiquei bêbado e quis me mostrar para os amigos. Eu ainda era esportista, e não tinha experimentado

drogas. Aos 17 anos, experimentei, mas não gostei. Até que entrei para o Exército e comecei a usar todos os dias, durante o serviço militar, e depois na Faculdade.

Usava a droga desde a hora em que acordava até o fim do dia, por 25 anos, dos 14 aos 39 anos. Praticamente, tudo o que fiz, por um longo período, foi baseado em álcool e drogas.

Quando casei, estava bêbado. Quando minha ex-esposa ficou grávida, eu disse a todos que quando minha filha nascesse, eu pararia de beber. Eu acreditava nisso, mas não sabia que essa doença não era uma questão de querer; eu queria parar, mas não conseguia.

Minha filha nasceu e foi para a UTI e eu fui para o bar. Quando ela tinha três meses, fui dar banho nela, mas estava completamente bêbado e drogado. Recebi um “cartão vermelho”, com justa causa. Bebi um dia inteiro de vergonha, mas no dia seguinte, pedi ajuda à minha mãe.

Voltei a frequentar a “A Luz Divina” e parei de beber e usar drogas. Já conhecia esta Casa, porque um amigo me recomendou. Ele fazia tudo comigo, mas não participava do tratamento, porque sua esposa não podia saber, já que ela frequentava a Casa. Ele a acompanhava às quartas-feiras. Ele não fez o tratamento e morreu em um episódio de uso de drogas.

Meu padrinho de casamento foi diagnosticado com alcoolismo severo e problema de fígado, e o médico disse que ele nunca mais poderia beber. Ele morreu, deixando a mulher e filhos. Nada disso me fez parar. Por isso, eu digo que sou um milagre.

O tratamento para mim precisa ser quase diário, porque se eu esquecer que sou alcoólatra e que tenho uma doença, e alguém me oferecer um “happy hour” e eu aceitar, não paro de beber.

Quando o William Aude falou que é a “doença do ainda”, é real. Não fui internado, porque ninguém me internou e eu não tinha coragem de me internar.

Experimentei todas as drogas possíveis. Não vou entrar em de-

talhes, mas usei muito e fiz coisas que hoje considero horríveis: roubei pequenas quantias de dinheiro, fiz tráfico em menor escala, iludi meninas com promessas falsas e fiz tudo o que não faria hoje.

Ninguém que tem recaída conta uma história alegre. As histórias são sempre tristes, de perdas e derrotas. Isso me faz ficar mais forte. É por isso que até hoje frequento as reuniões nesta Casa e nos “Alcoólicos Anônimos”.

Os depoimentos dos outros mostram como minha recuperação aconteceu e como ela é válida. Hoje, eu levo uma vida boa, produtiva, procuro não atrapalhar a vida dos outros, procuro ser honesto e fazer o que é certo.

Todo tratamento para alcoolismo e adicção é um tratamento de mudança. É quase impossível parar de beber e de usar drogas e continuar sendo manipulador, desonesto e mentiroso. Tudo o que ouço aqui e nos outros grupos é sobre se tornar uma pessoa melhor, fazer o bem e procurar o seu melhor a cada dia.

Eu me afastei de Deus. Só me lembrava de Deus quando a situação apertava, então eu pedia ajuda. Quando tudo estava bem, eu não me lembrava de Deus.

Emocionalmente, o alcoólatra, em geral, não sabe lidar com as emoções. Se as coisas estão ruins, ele bebe; se as coisas estão bem, ele comemora bebendo.

O alcoólatra é como uma criança, sempre achando que a culpa é do outro.

No tratamento, aprendi que sou responsável por minha vida e pelas minhas ações. Não sou culpado de ser doente; é uma doença incurável. Sou responsável por tudo que fiz, anteriormente, e pelos meus atos e vivo uma vida de adulto.

Hoje, eu pratico o que me está sendo ensinado na “A Luz Divina”: **orar e vigiar.**

Há algum tempo, me afastei um pouco do grupo e estava priorizando o treino no esporte. Mas, percebi que estava mais irritado e começando a apontar defeitos nos outros. Então, voltei a frequentar as reuniões na “A Luz Divina”, e isso faz toda a



diferença. Antes de apontar o defeito do outro, penso: “E você? É perfeito?” Não. Não sou. Então, procuro ser uma pessoa melhor no dia a dia.

A minha filha decidiu não cursar a Faculdade, e eu aceitei sua decisão. É assim que funciona o tratamento: aceitar as pessoas como elas são. Algumas pessoas não conseguem parar de beber, e eu preciso aceitar isso e rezar por elas. Mas preciso fazer o meu tratamento. A doença não tem cura, mas há tratamento.

---

**Agradecemos ao Cláudio,** pelo seu depoimento, porque o que ele fez não foi fácil. Não usar as substâncias e fazer um depoimento, é muito difícil. É para quem tem coragem.

Costumamos dizer, no Grupo Manoel Philomeno de Miranda, às terças-feiras, aqui na “A Luz Divina”, que na verdade, usar qualquer substância é muito fácil: beber, fumar, usar drogas - qualquer um pode fazer. Há convites a todo momento, principalmente, nas confraternizações de fim de ano.

Normalmente, a sociedade, e até nós mesmos, colocamos pressão nas pessoas que estão tentando resistir, dizendo: “Poxa, você não vai beber só um golinho?” Isso pode constranger a pessoa e, às vezes, fazemos isso sem perceber. Por isso, é importante estarmos atentos a isso. Dizer “não” é um ato de coragem.

A decisão é sempre pessoal, mas é importante lembrar que qualquer substância pode tirar a capacidade de escolha da pessoa.

Como o Cláudio mencionou, ele acabou fazendo coisas que não queria, perdeu o discernimento. Essa perda de controle acontece porque as drogas atuam diretamente no sistema nervoso central, prejudicando a capacidade de decidir e discernir.

Em alguns jornais, embora muitos não divulguem, pois, os patrocinadores dos jornais são da indústria de bebidas, encontramos exemplos. No entanto, há uma marca famosa que, de for-

ma estratégica, promove ações que podem nos surpreender, mas que fazem parte de uma estratégia de marketing.

Hoje em dia, é comum ouvirmos falar sobre os “*youtubers* mirins”, crianças de 7 a 8 anos que já são quase empresários. À primeira vista, pode parecer algo muito legal e bacana, mas o tema que trazemos vai além disso.

Um desses meninos, que tem um número imenso de seguidores, e é de interesse da indústria, foi celebrar o aumento de seus seguidores e, entre os brindes que recebeu, havia uma garrafa de álcool. Podemos pensar: “Mas o que isso tem demais?” É importante entender que essas são armadilhas que, muitas vezes, caímos sem perceber.

Queremos provocar uma reflexão: o uso de álcool e tabaco é proibido. É crime consumir álcool e tabaco antes dos 18 anos.

E o que vemos em casa? Às vezes, alguém diz: “Experimente só um golinho”, mas isso é crime. Um simples gole pode estar relacionado a um drama muito maior. Além disso, essa doença — o transtorno por uso de substâncias — é algo que afeta não apenas o indivíduo, mas toda a família e, por consequência, a sociedade.

Quem fornece, favorece ou consome bebidas nessas condições está desrespeitando a lei. Em mercados, por exemplo, vemos adolescentes de 14 a 15 anos comprando bebidas, algo que é ilegal. Mesmo assim, há sempre quem se ofereça para comprar por eles, e acabamos nos tornando cúmplices sem perceber.

Este assunto é para refletirmos sobre como essas questões podem impactar nossas vidas e como podemos ser coniventes com certos comportamentos. Se você já enfrenta esse problema, procure ajuda. Aqui, na “A Luz Divina”, temos um Grupo de Apoio que atende, tanto dependentes quanto seus familiares, com atendimento sigiloso e separado, - familiares e o dependente -, incluindo suporte psicológico e espiritual.

Para quem não tem esse problema em casa, é importante manter-se atento e trabalhar na

prevenção. Para quem já está enfrentando essa situação, procure ajuda, seja em um grupo de autoajuda ou com um especialista em tratamento médico. É fundamental que o profissional seja especializado em dependência química.

Como o Cláudio mencionou, uma característica do dependente é a manipulação. Eles têm um pensamento constante em como usar, e se buscarem tratamento com profissionais não especializados, podem manipular até mesmo o terapeuta para obter a medicação que desejam, o que torna essencial procurar profissionais que compreendam profundamente essa doença.

A dependência química é uma doença crônica, progressiva e, segundo a OMS, sem cura. Mas, para quem é espírita, há uma perspectiva diferente. Embora a doença seja considerada sem cura, sabemos que o espírito é imortal e pode encontrar a cura através da transformação de pensamentos e hábitos. Essa cura pode ser difícil nesta vida, mas, se trabalharmos, podemos promover a mudança para as próximas existências. Ninguém está aqui para sofrer eternamente. Entre as Leis Morais, Leis Divinas, temos a Lei do Progresso para nos guiar.

O tratamento deve ser contínuo e persistente para manter-se “limpo”. Lembre-se de uma frase importante de Jesus, que se aplica especialmente à dependência química: “*Vinde a mim, todos que estais cansados e sobrecarregados, e eu vos aliviarei.*” (Mateus 11:28)

Quando um dependente químico busca alívio, não é apenas pelo uso da substância, mas pelo alívio das suas emoções. Jesus veio para nos trazer essa resposta e mostrar o caminho da paz.

**William Aude Correia da Silva**  
Palestra e depoimento proferidos  
no dia 27 de novembro de 2024.

**Grupo Manoel Philomeno de Miranda:**  
Atende às terças-feiras das 19h00 às 21h20 / Dependentes e familiares (sigiloso e separado) (A porta será fechada às 20h00) Site: [www.aluzdivina.org.br](http://www.aluzdivina.org.br)

# BEM-AVENTURADOS OS AFLITOS

Uma das lições mais bonitas, de *O Evangelho Segundo o Espiritismo* está no capítulo *Bem-Aventurados os Aflitos*. É uma lição importante, porque fala a respeito da Justiça Divina, e como ela atua em nossa existência.

Jesus sempre comentava a respeito do Reino dos Céus, inclusive o título *Bem-aventurados os aflitos* é um compêndio de todos os tipos de aflição que a pessoa passa e que, se suportar com fé, com resignação, com humildade, será então um bem-aventurado.

O Reino dos Céus não está nas paredes estreitas dos Templos, não está nas religiões. Ele está em nosso coração, esperando, em germe, o nosso desenvolvimento, o nosso despertar, a amplidão da nossa consciência espiritual. Só se consegue esse desenvolvimento, através da multiplicidade das existências, conforme disse Jesus em um encontro com o mestre Nicodemos: para se encontrar o Reino dos Céus é necessário renascer de novo. 'O que nasceu da carne é carne, o que nasceu do Espírito é espírito'. Jesus estava falando sobre a reencarnação. (João 3:1-21)

A reencarnação tem como papel fundamental aprimorar o nosso ser, preencher os vazios espirituais, recuperar convivências e a nossa consciência.

Estamos em um munção de provas e expiações. Não é um mundo feliz. Existem espíritos de variados graus evolutivos, convivendo lado a lado, às vezes, dentro da própria família terrena.

Vemos famílias desajustadas que, ao nascimento de uma criança, o comportamento muda, e vemos também as que permanecem perturbadas, em conflitos familiares muito grandes.

A verdadeira felicidade ainda não é deste mundo, conforme nos disse Jesus. Mas, os Espíritos são claros em afirmar, no capítulo V, de *O Evangelho Segundo o Espiritismo*: nem todos os aflitos são bem-aventurados. São bem-aventurados aqueles que conseguem entender os recursos dados pelo Criador. Muitas vezes, é através da dor, da perda, da enfermidade e da situação difícil social, onde estamos colocados, que é o lugar certo e a hora exata, com as pessoas que necessitamos para o nosso aprimoramento.

A primeira parte desse capítulo, "Justiça das aflições", diz muito claramente: nunca temos em nossa existência o que não podemos suportar.

Quando chegamos aqui na Terra, nos deparamos com duas questões importantes: com as provas e as expiações. Os espíritos dizem em *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, que escolhemos o gênero da prova, porque ao chegar na vida espiritual, sentimos arrependimento pelos nossos atos passados e pedimos para reparar, e o fazemos através da reencarnação.

No livro *O Céu e o Inferno*, de Allan Kardec, no capítulo VII – "Código Penal da Vida Futura" nos diz que as fases de

recuperação dos espíritos são as seguintes: a primeira, é o arrependimento, a segunda, é o entendimento, e a terceira, é a reparação, que se dá através da reencarnação.

O espírito, ao reencarnar também terá as expiações, advindas do passado. Expições de sentimentos não trabalhados, de casos mal resolvidos, casos em que prejudicamos alguém ou uma coletividade ou prejudicamos a nós mesmos.

À medida que o espírito vai se aprimorando, ele tem condições de sanar os débitos do passado. Isso explica, porque as pessoas de bem sofrem.

Na Primeira Carta do apóstolo Paulo de Tarso aos Coríntios, ele diz: "Quando vier o que é perfeito, o que é imperfeito desaparecerá. Antes eu prestava atenção nas coisas de menino, e agora que não sou mais menino, presto atenção naquilo que realmente é importante." Todos nós chegaremos a essa maturidade do espírito. A fatalidade dos seres humanos é a felicidade.

O capítulo V, de *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, no item 10 – "Causas Anteriores das Aflições", cita uma frase muito importante de que, enquanto os espíritos não estão puros, isto os impede de entrar nos mundos felizes.

A maior felicidade dos Espíritos superiores é socorrer os que estão na retaguarda.

Além disso tudo, Deus nos deu o recurso da prece como forma de vencermos as aflições. Allan Kardec diz tratar-se de uma evocação. Devemos fazer a prece de maneira sincera, que esteja realmente dentro dos padrões espirituais. A pessoa não deve pedir para se libertar de todas as dores. Ela se libertaria se fosse um espírito puro.

Em nossas preces, devemos pedir três coisas: coragem, paciência e resignação para podermos suportar tudo aquilo que realmente damos conta. A prece é um sustentáculo da alma. Deus não põe um fardo pesado em ombros frágeis. O fardo é proporcional às forças, como a recompensa será proporcional à resignação e à coragem.

No capítulo V, *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, nos itens 15 a 17, fala a respeito de pessoas que se desesperam de uma maneira incontrolável, não valorizam e tiram a vida.

Diante de uma aflição muito grande, que possamos sintonizar com o Criador, que é a maior fonte de força que podemos ter. Roguemos, "Meu Deus", e uma força invadirá nosso coração e estaremos prontos para enfrentar mais um desafio.

Finalizando, no item 10, diz assim: "Aquele que muito sofre, deve dizer que tem muito a expiar e alegrar-se de ser curado logo." Depende dele, por meio da resignação, tornar proveitoso o seu sofrimento, sem o que terá de recomeçar.

**Marco Antônio Maiuri Miranda**

Trechos da palestra proferida no dia 18 de janeiro de 2025.



**A**o Homem que alcançara o Céu, pedindo orientação sobre as tarefas de benemerência social que pretendia estender na Terra, o Anjo da Caridade falou compassivo:

- Volta ao mundo e cumpre de boa-vontade as obrigações que o destino te assinalou! . . .

Para que te sintas de pé, cada dia, milhões de vidas microscópicas esforçam-se em tua carne garantindo-te o bem-estar . . .

Cada órgão e cada membro de teu corpo amparam-te, abnegadamente, para que te faças abençoado discípulo da civilização.

Os olhos identificam as imagens que já podes perceber livrando-te da desordem interior.

Os ouvidos selecionam soma e vozes para que não vivas desorientado.

A língua auxilia-te a expressar os pensamentos enriquecendo-te de sabedoria.

As mãos realizam-te os sonhos engrandecendo-te o caminho na ciência e na arte no progresso e na indústria.

Os pés sustentam-te a máquina física para que te não arrojes à inércia.

A boca mastiga os alimentos para que te não condenes à inação.

Os pulmões asseguram-te o ar puro contra a asfixia.

O estômago digere as peças com que nutrirás o próprio sangue.

O fígado gera forças vitais que te entretêm a harmonia orgânica.

O coração movimentava-se sem parar escorando-te a existência.

Vives da caridade de inúmeras vidas inferiores que te obedecem a mente.

Torna, pois, ao lugar em que o Senhor te situou e satisfaz as tarefas imediatas que o

mundo te reserva! . . .

Caridade é servir sem descanso ainda mesmo quando a enfermidade sem importância te convoque ao repouso;

é cooperar espontaneamente nas boas obras sem aguardar o convite dos outros;

é não incomodar quem trabalha;

é aperfeiçoar-se alguém naquilo que faz para ser mais útil;

é suportar sem revolta a bília do companheiro;

é auxiliar os parentes, sem reprovação;

é rejubilar-se com a prosperidade do próximo;

é resumir a conversação de duas horas em três ou quatro frases;

é não afligir quem nos acompanha;

e ensurdecer-se para a difamação;

é guardar o bom humor, cancelando a queixa de qualquer procedência;

é respeitar cada pessoa e cada coisa na posição que lhe é própria . . .

E porque o Homem ensaiasse inoportunas indagações o Anjo concluiu:

- Volta ao corpo e age incessantemente no bem! .

.. Não percas um minuto em descabidas inquirições. Conduze os problemas que te atormentam o espírito ao teu próprio trabalho e o teu próprio trabalho liquidá-los-á . . . A experiência aclara o caminho de quantos lhe adquirem o tesouro de luz. Recolhe as crianças desvalidas, ampara os doentes, consola os infelizes e socorre os necessitados. Não olvides, pois, que a execução de teus deveres para com o próximo será sempre a tua caridade maior.

**IRMÃO X**

(Fonte: Livro "Ideias e Ilustrações", Diversos Espíritos, capítulo 8, psicografia de Francisco Cândido Xavier)

## BAZAR BENEFICENTE DE NATAL

**A** equipe do Bazar Beneficente de Solidariedade promoveu o tradicional *Bazar de Natal*, no dia **07/12/2024**, sábado, das 10h00 às 16h00, utilizando o amplo espaço da *Casa Luz*. (\*)

A coordenadora Cleide Fineli e a equipe de voluntários, com muito esmero e carinho, receberam o público, oferecendo artigos em excelente estado de conservação, como roupas, calçados, acessórios, bijuterias, objetos de decoração, louças e utilidades para o lar, tudo a preços acessíveis.

A renda total foi revertida para as obras assistenciais e a manutenção da "A Luz Divina".

(\*) *Casa Luz* – Travessa Carlos Alberto G. Kfour, 51 (n<sup>os</sup> 671-723 da Av. Horácio Lafer



A "A Luz Divina" recebe doações de todos os tipos, durante o ano todo. Não realizamos retiradas. Para doar, basta entregar seus itens em bom estado de conservação, de Segunda-feira a Sábado, das 08h00 às 15h00, em nossa Sede: Avenida Horácio Lafer, 720 – Itaim Bibi – São Paulo – SP.

# Falecimento



## JANETE ORTIZ BORTOLOTTI

partiu para a Pátria Espiritual no dia 24 de janeiro de 2025, aos 79 anos de idade.

Ela nasceu na capital de São Paulo, no bairro da Penha.

**Janete** foi uma querida e amada irmã, exemplo de força e doçura, trabalhadora voluntária dedicada na "A Luz Divina". Ela chegou em 1969, acompanhada pela saudosa Olga Graziani. Participou do Curso Integrado de Aprendizizes do Evangelho e Educação Mediúnica. Sua mediunidade a levou a trabalhar no Grupo de Passes Complementares "Scheilla", e foi sua dirigente. Trabalhou no "Atendimento Fraternal" e foi dirigente de Reuniões Espirituais Públicas.

Em seu depoimento, em setembro de 2021, nas comemorações dos 65 anos da "A Luz Divina", **Janete** disse que conheceu a Instituição ainda na época do irmão Rubens Waldemar Rigon e a Doutrina Espírita foi para ela, "como um farol, iluminando sua vida".

**Janete** foi casada por 57 anos, deixou o esposo Waldemir, três filhos, quatro netos e um bisneta. Constituiu uma linda família espírita, tendo atualmente um de seus netos, como dirigente e palestrante em Centro Espírita, no Canadá.

Seu sepultamento se deu no dia 25/01/2025, no Cemitério Memorial Parque Paulista no Jardim Mimas, Embu das Artes, SP.

Rogamos aos Benfeitores Espirituais o acolhimento amoroso ao seu Espírito. Aos familiares enviamos as nossas vibrações de amor para que estejam sempre fortalecidos.

# men sagem

## Partida e Chegada

Quando observamos, da praia, um veleiro a afastar-se da costa, navegando mar adentro, impelido pela brisa matinal, estamos diante de um espetáculo de rara beleza.

O barco, impulsionado pela força dos ventos, vai ganhando o mar azul e nos parece cada vez menor.

Não demora muito e só podemos contemplar um pequeno ponto branco na linha remota e indecisa, onde o mar e o céu se encontram.

Quem observa o veleiro sumir no horizonte, certamente exclamará: "Já se foi". Terá ele sumido? Evaporado?

Não, certamente. Apenas o perdemos de vista. O barco continua do mesmo tamanho e com a mesma capacidade que tinha quando estava próximo de nós. Continua tão capaz quanto antes de levar ao porto de destino as cargas recebidas.

O veleiro não evaporou, apenas não o podemos mais ver.

Mas ele continua o mesmo. E talvez, no exato instante em que alguém diz "Já se foi", haverá outras vozes, mais além, a afirmar: Lá vem o veleiro!"

Assim é a morte.

Quando o veleiro parte, levando a preciosa carga de um amor que nos foi caro, e o vemos sumir na linha que separa o visível do invisível, dizemos: "Já se foi".

Terá ele sumido? Evaporado? Não, certamente.

Apenas o perdemos de vista.

O ser a quem amamos continua o mesmo, suas conquistas persistem na nova dimensão espiritual.

Nada se perde, a não ser o corpo físico de que já não mais necessita. E é assim que, no mesmo instante em que dizemos: "Já se foi", no além, outro alguém dirá: "Já está chegando". Chegou ao destino, levando consigo as aquisições feitas durante a vida.

Na vida, cada um leva sua própria carga de vícios e virtudes, de afetos e desafetos, até que se resolva por desfazer-se do que julgar desnecessário ou incomodo.

A vida é feita de partidas e chegadas. De idas e vindas. Assim, o que para uns parece ser o momento da partida, para outros é o da chegada.

Assim, um dia, todos nós partimos como seres imortais que somos todos nós ao encontro d'Aquele que nos criou.

(Henry Sobel, rabino, por ocasião da morte de Mário Covas (2001), contou essa parábola: *Partida e Chegada*.

Autor desconhecido.

Mensagem traduzida de original em espanhol.)

# Dia Internacional da Mulher



## Benedita Fernandes – A Dama da Caridade

**B**enedita Fernandes nasceu aos 27 de junho de 1883, em Campos Novos de Cunha (SP). Portadora de atroz obsessão, autêntica subjugação, Benedita perdeu o contato com a família e perambulava sem rumo, porém, causava tantos incômodos à população que foi recolhida à Cadeia Pública da cidade de Penápolis.

Àquela época não existiam hospitais ou atendimentos para tal fim. Então, o carcereiro Padial e depois o Sr. Marcheze deram assistência à mulher doente, principalmente com passes e ela, premida pela necessidade, recebeu o chamamento libertador. Certo dia, depois de uma crise muito forte, ouvira: "*Benedita, se prometes consagrar-te, inteiramente, aos enfermos e pobres, sairás curada daqui!*"

Ela recobrou a consciência e resolveu ir para Araçatuba, localizada a seis horas da capital paulista. Chegou, totalmente desequilibrada pela medunidade que lhe aflorava os sentidos e foi bondosamente amparada e recolhida por um casal amigo. Mais tarde, refeita, começou a recolher aqui e ali, crianças desvalidas, surgindo assim um modestíssimo lar, hoje o *Lar Benedita Fernandes de Araçatuba*.

Certa feita, as crianças não tinham o que comer. Benedita explicou-lhes que se elas fossem ao portão, Jesus as auxiliaria. Elas se postaram à entrada do Lar, com o estômago a doer. Passava por ali um homem chamado Ricieri, vendedor com uma carrocinha de buchos, rins, fígado enfim, um tripeiro. Ricieri perguntou-lhes o que faziam ali fora. "Estamos esperando Jesus para nos dar de comer". Ele lhes respondeu: "Digam para a mãezinha de vocês, que Jesus chegou!" E, daquele dia em diante, com as sobras do tripeiro, não houve mais fome por lá.

Conta-se que, um dia, Benedita Fernandes viu jogado sobre um

monte de lixo, morto, e quase devorado por urubus, o corpo de um antigo mendigo, seu conhecido, que era considerado louco. Ela, ali mesmo, jurou que jamais alguém, considerado louco, ou mesmo os loucos, ficariam sem o seu amparo.

Passou a recolhê-los e abrigá-los num quatinho. Quando em crise, os dementes avançavam sobre ela, mas essa mulher de seios fartos, cabelos carapinha e sorriso de esperança, sentava-se numa cadeira próxima, aconchegava-os ao seu regaço, colocava a cabeça dos desvairados no seu colo, acalmava-os com preces, passes e boas palavras e a crise ia regredindo, e eles ficavam calmos, pacificados pela força irresistível do amor.

O Prefeito da cidade, vendo que aquela era uma boa causa, passou a auxiliá-la com recursos financeiros, mas um dia, esse dinheiro, essencial, não mais chegou. E ela, ao reclamá-lo com o Prefeito, soube que não mais o teria. Não titubeou. Era mulher de fibra vigorosa e avisou ao mandatário que soltaria todos os loucos por não poder sustentá-los. Eles ficaram vagando pela cidade de Araçatuba e, assim, Benedita Fernandes obteve novamente a subvenção e pôde continuar a tratá-los.

Hoje, existe o *Sanatório Benedita Fernandes de Araçatuba*.

O Espírito que anteriormente a obediava, veio a se transformar em um dos seus colaboradores espirituais.

Benedita Fernandes tornou-se igualmente uma das pioneiras do atual movimento de unificação dos espíritas quando fundou em 30/08/1940, a *União Espírita Regional da Noroeste*, sendo eleita sua presidente.

Benedita Fernandes desencarnou no dia nove de outubro de 1947, aos 64 anos, vítima de colapso por insuficiência cardíaca.

Muitos anos mais tarde, Ricieri (o tripeiro) passou a consultar-se no atual INCA - Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva, no Rio de Janeiro, devido a um doloroso câncer no pulmão.

Sabedor que Divaldo Pereira Franco estava no Rio de Janeiro, num Culto na residência do casal Irene e Aristides Silva, no Flamengo, para lá se dirigiu com a esposa Matilde e com os confrades Ana e Geraldo Guimarães.

Divaldo Franco, naquele dia, tomando conhecimento do caso do doente, disse-lhe de repente, para espanto de todos que ali se encontravam: "É, Ricieri, você, como todos nós, vai desencarnar, mas há aqui um venerando Espírito a me dizer que irá recebê-lo e auxiliá-lo no trânsito pós-morte. Diz-me ela também, que você a conhece bem, desde os tempos das sobras... Está a agradecer".

"Sobras? Ah, então é Dona Benedita Fernandes! Pergunte-lhe se eu não poderia ter uma moratória. Preciso de um tempo para terminar a obra dos esgotos no Lar de Crianças da minha cidade. Divaldo, será que posso pedir além da moratória, que minhas dores sejam minimizadas?"

Divaldo ficou a escutar e disse: "Ela me diz que sim, que a moratória ser-lhe-á concedida. Mais tarde, você sentirá uma dor forte no coração e no pulmão. Aí será chegada a hora da viagem..." Depois, o médium ofereceu ao doente a terapêutica do passe renovador e suave perfume balsâmico invadiu o ambiente.

A psicografia de Francisco Cândido Xavier registra o trabalho de Benedita Fernandes, que é intitulada *Num Domingo de Calor*, assinada por Hilário Silva, e publicada pelo *Anuário Espírita* 1964 (IDE).

Fonte: Trechos recolhidos da Revista Semanal de Divulgação Espírita "O Consolador". [www.oconsolador.com.br](http://www.oconsolador.com.br).

“O culto do Evangelho no lar não é uma inovação, é uma necessidade”

## EVANGELHO

# Culto Cristão no Lar

O culto do Evangelho no lar não é uma inovação. É uma necessidade em toda parte, onde o cristianismo lança raízes de aperfeiçoamento e sublimação.

A Boa Nova seguiu da manjedoura para as praças públicas e avançou da casa humilde de Simão Pedro para a glorificação de Pentecostes.

A palavra do Senhor soou, primeiramente, sob o teto simples de Nazaré e, certo, se fará ouvir, de novo, por nosso intermédio, antes de tudo, no círculo dos nossos familiares e afeiçoados, com os quais devemos atender as obrigações que nos competem no tempo.

Quando o ensinamento do Mestre vibra entre as quatro paredes de um templo doméstico, os pequeninos sacrifícios tecem a felicidade comum.

A observação impensada é ouvida sem revolta.

A calúnia é isolada no algodão do silêncio.

A enfermidade é recebida com calma.

O erro alheio obtém compaixão.

A maldade não encontra brechas para insinuar-se.

E aí, dentro desse paraíso que alguns já estão edificando, a benefício deles e dos outros, o estímulo é cântico de solidariedade incessante, a bondade é uma fonte inexaurível de paz e entendimento, a gentileza é inspiração de todas as horas, o sorriso é a senha de cada um e a palavra permanece revestida de luz, vinculada ao amor que o Amigo Celeste nos legou.

Somente depois da experiência evangélica do lar, o coração está realmente habilitado para distribuir o pão divino da Boa Nova, junto da multidão, embora devamos o esclarecimento amigo e o conselho santificante aos companheiros da ramagem humana em todas as circunstâncias.

Não olvidemos os impositivos da aplicação com o Cristo, no

santuário familiar, onde nos cabe o exemplo da paciência, compreensão, fraternidade, serviço, fé e bom ânimo, sob o reinado legítimo do amor, porque, estudando a Palavra do Céu em quatro Evangelhos, que constituem o Testamento da Luz, somos cada um de nós, o quinto Evangelho inacabado, mas, vivo e atuante, que estamos escrevendo com os próprios testemunhos, a fim de que a nossa vida seja uma revelação de Jesus, aberta ao olhar e a apreciação de todos, sem necessidade de utilizarmos muitas palavras na advertência ou na pregação.

**Emmanuel**

(Fonte: Livro “Instrumentos do Tempo”, psicografia de Francisco Cândido Xavier.)

## A Água Magnetizada

*“E qualquer que tiver dado só que seja um copo d’água fria por ser meu discípulo, em verdade vos digo que, de modo algum, perderá o seu galardão.” (recompensa) Mateus, 10:42*

Meu amigo, quando Jesus se referiu à bênção do copo de água fria, em Seu nome, não se reportava apenas à compaixão rotineira que sacia a sede comum. Detinha-se o Mestre no exame de valores espirituais mais profundos.

A água é dos corpos o mais simples e receptivo da Terra. É como que a base pura, em que a meditação do Céu pode ser impressa, através de recursos substanciais de assistência ao corpo e à alma, embora em processo invisível aos olhos mortais.

A prece intercessora e o pensamento de bondade representam irradiações de nossas melhores energias.

A criatura que ora ou medita exterioriza poderes, emanações e flui-

dos que, por enquanto, escapam à análise da inteligência vulgar, e a linfa potável recebe-nos a influência, de modo claro, condensando, linhas de força magnética e princípios elétricos, que aliviam e sustentam, ajudam e curam.

A fonte que procede do coração da Terra e a rogativa que flui do imo d’alma, quando se unem na difusão do bem, operam milagres.

O espírito que se eleva na direção do Céu é antena viva captando potenciais de natureza superior, podendo distribuí-los a benefício de todos os que lhe seguem a marcha.

Ninguém existe órfão de semelhante amparo.

Para auxiliar a outrem e a si mesmo, bastam a boa vontade e a confiança positiva.

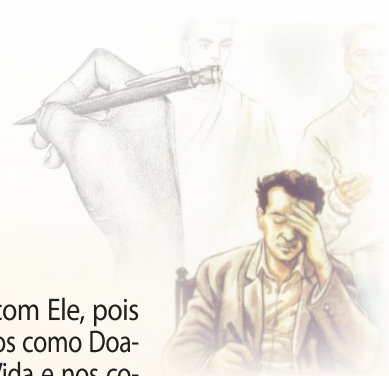
Reconheçamos, pois, que o Mestre,

quando se referiu à água simples, doada em nome de Sua memória, reportava-se ao valor real de providência a benefício da carne e do espírito, sempre que estacione através de zonas enfermas.

Se desejás, portanto o concurso dos Amigos Espirituais na solução de tuas necessidades físico-psíquicas ou nos problemas de saúde e equilíbrio dos companheiros, coloca o teu recipiente de água cristalina, à frente de tuas orações, espera e confia. O orvalho do Plano Divino magnetizara o líquido, com raios de amor, em forma de bênçãos, e estarás, então, consagrando o sublime ensinamento do copo de água pura, abençoado nos Céus.

**Emmanuel**

(Página recebida por Francisco Cândido Xavier, em 05/06/1950. Livro “Segue-me”)



O Evangelho de Jesus é pleno de citações sobre a oração.

Aconselha-nos a que oremos recolhidos, sem ostentação, com humildade para que possamos enviar ao Pai nossa vibração com mais fidelidade.

Para orar com fidelidade é preciso, em primeiro lugar, que limpemos o nosso íntimo de todos os sentimentos menos dignos, ou seja, que expulsemos de nosso íntimo todos os sentimentos de ódio, rancor, ciúmes. Antes de orar é preciso que façamos as pazes com aqueles a quem ofendemos e perdemos a todos aqueles que, de alguma forma nos causaram algum mal-estar.

Depois de higienizar o nosso íntimo, procuremos uma ligação mental com o nosso Criador, calando todas as vozes internas e externas. Cultivemos durante o maior tempo possível a quietude, a paz.

Agora sim, enviemos ao Pai nossos sentimentos de amor, abramos as comportas de nossos corações e deixemos que o amor se expanda e, como vibração cristalina, se eleve até Deus.

Se preciso for à sua mente, esta vibração pode ser acompanhada por

palavras. Se não, basta esta ligação.

Todas as preces têm em seu bojo o intuito de pedir, glorificar e agradecer.

Quando pedimos, não sejamos egoístas, não peçamos em benefício próprio, pois nosso Pai que está nos céus sabe do que precisamos. Tenhamos fé que o Todo Misericordioso nos proverá com o que mais necessitarmos para o nosso progresso espiritual.

Se fizermos as vibrações como ensina a Doutrina Espírita, sem dúvida nos encontraremos no seio de algum dos grupos pelos quais pedimos, como por exemplo, dos desempregados, dos doentes, dos solitários, dos que não tem fé.

Não peçamos ao Pai para que mude Seus planos em nosso favor, para que aconteça ou deixe de acontecer algo, porque certamente não temos como arcar com a responsabilidade de tal mudança. Não esqueçamos nunca que o mundo é todo harmonioso e só o Pai conduz o mundo com total equilíbrio.

Glorifiquemos o Senhor da Vida porque Ele é a fonte eterna de onde haurimos todo o bem e progresso e quando O glorificamos, estamos em

total sintonia com Ele, pois O reconhecemos como Doador Eterno da Vida e nos colocamos como filhos que somos a caminho do bem que Ele nos preparou.

Finalmente, agradeçamos, em primeiro lugar porque Deus nos criou perfeitos, para através da eternidade alcançarmos a faculdade de co-criadores de Sua obra, como filhos seus que somos. É importantíssimo que reconheçamos com profundidade a paternidade de Deus, pois ela nos dará consciência de todas as nossas possibilidades.

Reconheçamos também, com humildade, nossa condição de aprendizes dos bens do Universo, mas tenhamos fé que um dia, amparados pelo amor dos grandes emissários, como Nosso Senhor Jesus Cristo, alcançaremos a sabedoria e então, queridos irmãos, teremos conhecimento completo das dimensões da fé, do poder da prece e teremos alcançado um lugar mais próximo d'Aquele que é Fonte de todo o conhecimento e sabedoria.

*(Mensagem recebida no Grupo de Psicografia "Paulo de Tarso" – Pasta 12)*

## FONTE VIVA **Solidão**

*"Pilatos tornou a dizer: "Mas que mal ele fez?" Eles, porém, gritavam com mais veemência: "Seja crucificado!" – (Mateus 27:23)*

À medida que te elevas, monte acima, no desempenho do próprio dever, experimentas a solidão dos cimos e incomensurável tristeza te constringe a alma sensível...

Onde se encontram os que sorriram contigo no parque primaveril da primeira mocidade? Onde pousam os corações que te buscavam o aconchego nas horas de fantasia? Onde se acolhem quantos te partilhavam o pão e o sonho nas aventuras ridículas do início?

Certo ficaram...

Ficaram no vale voejando em círculo estreito à maneira das borboletas douradas, que se esfacelam ao primeiro contato da menor chama de luz que se lhes descortine à frente.

Em torno de ti, a claridade, mas também o silêncio...

Dentro de ti, a felicidade de saber, mas igualmente a dor de

não seres compreendido...

Tua voz grita sem eco e o teu anseio se alonga em vão.

Entretanto, se realmente sobes, que ouvidos te poderiam escutar a grande distância e que coração faminto de calor do vale se abalançaria a entender, de pronto, os teus ideais de altura?

Choras, indagas e sofres...

Contudo, que espécie de renascimento não será doloroso?

A ave, para libertar-se, destrói o berço da casca em que se formou, e a semente para produzir, sofre a dilaceração na cova desconhecida...

A solidão com o serviço aos semelhantes gera a grandeza.

A rocha que sustenta a planície costuma viver isolada e o Sol que alimenta o mundo inteiro brilha sozinho.

Não te canses de aprender a ciência da elevação.

Lembra-te do Senhor que escalou o Calvário, de cruz nos ombros feridos. Ninguém o seguiu na morte afrontosa, à exceção de dois malfetores, constringidos à punição, em obediência à justiça.

Recorda-te dEle e segue...

Não relaciones os bens que já espalhaste...

Confia no Infinito Bem que te aguarda.

Não esperes pelos outros na marcha de sacrifício e engrandecimento. E não olvides que, pelo ministério da redenção que exerceu para todas as criaturas, o Divino Amigo dos Homens não somente viveu, lutou e sofreu sozinho, mas também foi perseguido e crucificado.

**EMMANUEL**

*(Fonte: Livro "Fonte Viva", 70, psicografia de Francisco Cândido Xavier.)*



# Fé e Trabalho

*“Entre os chamados para o Espiritismo, muitos se transviaram. Como reconhecer os que se acham no bom caminho?” (O Evangelho Segundo o Espiritismo, capítulo XX)*

Os homens se encontram em um período de renovação de valores sobre a Terra. Aqueles que têm fé inabalável em Deus, Pai amantíssimo, passarão pela tempestade que devasta o mundo. Haverá tempo em que não poderão se reunir para louvar o Senhor, mas seus corações permanecerão em prece diariamente e serão os sustentadores de pensamentos elevados, testemunhando o amor para com todos, independentemente de sua filiação religiosa.

Contudo, conclamamos os adeptos do Espiritismo, eleitos de Deus, que já abrigam em suas mentes a fé raciocinada, que falem e apregoem as verdades eternas dadas pelo Cristo.

Não importa o grau de instrução e conhecimento, mas se já tiverem o amor a Jesus impregnado em seus corações, e o conhecimento da Doutrina Espírita sedimentado em seu íntimo, devem falar, expor, esclarecer aos menos avisados, mas de boa índole, que necessitam saber que nada se perde nesta vida, mas que se acumula em seus espíritos, tornando-os criaturas melhores, sofridas muitas vezes, mas não desamparadas.

Como Jesus disse: “A fé é a virtude que transporta montanhas”, ou seja, pela verdadeira fé sempre saberemos remover as dificuldades que encontramos na estrada da vida.

O convite da Espiritualidade para os espíritas cristãos é que armem-se de coragem e amor ao próximo, e coloquem as mãos no trabalho da caridade.

Embora muitos são chamados para o Espiritismo, que pede fé raciocinada e trabalho incessante para fazer surgir um mundo melhor, muitos desistem no meio do caminho e se transviam para caminhos mais fáceis, representados pela “porta larga da falsa felicidade terrena”.

Como reconhecer os que se acham no bom caminho? E a Espiritualidade responde: serão reconhecidos pela prática da caridade, pelas sinceras palavras de consolo que transmitem aos aflitos, enfim pelo seu altruísmo, pelo perdão às ofensas e pelas mãos sempre estendidas prontas a auxiliar aos irmãos do caminho.

*(Grupo de Psicografia “Paulo de Tarso” - Pasta de Mensagens Gerais. 2020)*

## COLABORE COM A “A LUZ DIVINA”!

Toda contribuição é bem-vinda!

Escaneie o qr code ou utilize a chave:



  
tesouraria@aluzdivina.org.br

BANCO SANTANDER  
AGÊNCIA: 4435 / CONTA: 13000188-3  
INSTITUIÇÃO BENEFICENTE “A LUZ DIVINA”  
CNPJ. 62.161.534/0001-57



## RELATÓRIO DE ASSISTÊNCIA ESPIRITUAL

Toda a Assistência Espiritual disponibilizada ao público que nos procura durante o ano é feita gratuitamente. Informações disponibilizadas no site [www.aluzdivina.org.br](http://www.aluzdivina.org.br). Foi prestada assistência espiritual presencial, nos meses de novembro e dezembro de 2024.

ATENDIMENTOS	NOVEMBRO	DEZEMBRO
Atendimento fraterno	612	67
Assistência espiritual (passes)	6.256	2.610
Acolhimento aos enlutados		
Grupo Mãe Bemvinda:		
- Atendimentos	18	6
- Vibrações	347	24
Grupo MPM – Assistência:		
- aos dependentes químicos	28	11
- aos familiares	29	13
Grupo João Nunes Maia:		
- Assistência (tumores)	61	46
- Passes	138	73
Grupo de Vibrações (*) (quarta-feira e sábado)	1.227	465
Público presente às Reuniões:		
- Segunda-feira	137	60
- Quarta-feira	305	148
- Quinta-feira	64	32
- Sábado	312	246
Presentes às Reuniões - TOTAL	818	426

Os **Grupos de Vibrações (\*)**, de quartas-feiras e sábados, fazem a Assistência Espiritual à distância, atendendo aos pedidos de Vibrações, solicitados através do Site.

Nas Reuniões Espirituais Públicas Híbridas realizadas na “A Luz Divina” às quartas-feiras e aos sábados dá-se a complementação dos passes recebidos individualmente. Temos ainda a oportunidade, além de aprender com as palestras e mensagens apresentadas, também de doar, através das vibrações.

Convidamos a todos os assistidos que estejam em Assistência Espiritual que participem presencialmente das reuniões, **complementando seu tratamento**, ou virtualmente através do YouTube.

*“Estejamos convencidos de que as palavras que nos escapam da boca ou da escrita assemelham-se, de maneira simbólica, ao ferro gusa: após escorrerem do forno de nossa mente, solidificam-se nos trilhos, bons ou maus, sobre os quais o comboio de nossa existência estará no caminho.”*

EMMANUEL  
*(Livro Bênção de Paz, Francisco Cândido Xavier)*