

CHICO AUDI

## Gugu, alegria em compartilhar a vida até na despedida

P. 2



Desejamos a todos os nossos leitores um feliz Natal e um novo ano repleto de realizações espirituais, com muita paz, amor e harmonia. Estaremos em férias coletivas de 23/12/19 a 06/01/20. Equipe **Folha Espírita**.

Maior parte dos espíritas se converteu p. 4  
Morte, renascimento e evolução p. 6  
A Virgem Lorena e Léon Denis p. 8  
Raciocine e pondere antes de falar! p. 12

A gratidão modifica vidas p. 10

A lição de Henry Sobel p. 15



**Esther rocha**  
é jornalista, ceo do site OFuxico  
e assessora de comunicação de  
Gugu Liberato

# Gugu, um instrumento de amor

O mês de novembro de 2019 terminou com uma despedida muito triste e inesperada no universo da TV. Gugu Liberato retornou à pátria espiritual aos 60 anos, vítima de um acidente em sua casa em Orlando, nos Estados Unidos. A morte do apresentador calou fundo no coração do povo brasileiro, que, durante mais de uma semana, acompanhou cada minuto da *via crucis* dos familiares, inicialmente esgotando todas as possibilidades de salvá-lo, depois viabilizando o translado do corpo ao Brasil e acompanhando de perto os preparativos para velório e sepultamento.

Em meio a tanto sofrimento, a família de Gugu ainda conseguiu forças para realizar seu desejo de doar todos os órgãos. Pouco antes da cirurgia de retirada dos órgãos, foi lido pela equipe médica do hospital um texto escrito por seus irmãos. A mensagem traduziu de maneira amorosa a vontade e os valores do apresentador:

“Deus em sua infinita bondade nos dá a oportunidade da vida. Vivi minha jornada na Terra seguindo os ensinamentos que recebi de meus pais, Augusto e Maria do Céu. Com eles, aprendi a importância de olhar para o próximo com amor e fraternidade. Agora eu sigo adiante por um caminho que me levará mais próximo ao Pai. E neste momento quero praticar os ensinamentos do Mestre Jesus. Assim como ele compartilhou o pão com os seus, eu compartilho meu corpo com aqueles que necessitam de uma nova oportunidade de viver. Aos meus familiares eu agradeço por terem realizado a minha vontade. Tenham certeza que, a partir de agora, eu estarei batendo em muitos outros corações e

compartilhando minha vida com outros irmãos. Que eu seja um instrumento de amor, oportunidade e de luz. Gugu”.

Assim era Augusto Liberato, um homem tímido, discreto, reservado e sempre gentil. Filho e irmão amoroso, pai dedicado, ele nunca se deslumbrou com a fama ou o dinheiro. Dono de um império, tratava todos com cordialidade e praticava os ensinamentos do Mestre Jesus de maneira silenciosa. Ajudou muita gente, colaborou com causas nobres e jamais usou seus atos para se promover. Gugu fez tudo silenciosamente.

Convivi com Gugu por mais de 30 anos, nos conhecemos numa sala de aula da faculdade e trabalhamos juntos durante 28 anos. Ele nunca se portou como um chefe, nunca culpou um funcionário ou amigo por um erro. Assumia a responsabilidade de tudo, foi sempre parceiro e dividia seus acertos com quem estava ao seu lado. Não tinha o hábito de dizer “eu”, ele sempre falava “nós”.

Quem acompanhou de perto os últimos momentos de Gugu Liberato na Terra sentiu na pele que algo especial envolvia aquele irmão. Estive por perto durante todo o tempo, tentando organizar as coisas para que a família tivesse o mínimo conforto naquela hora. Era como se um poderoso facho de luz iluminasse a Assembleia Legislativa de São Paulo durante o velório. Mesmo depois de enfrentar cerca de 3 horas de fila e chuva, o público passava calmamente diante do caixão, demonstrando um amor inimaginável. No olhar das pessoas sentíamos o amor que todos tinham pelo apresentador e dividíamos com eles a mesma pergunta: de onde Maria do Céu,

uma senhora de 90 anos, tirava forças para se despedir do filho e atender a todos com tanto amor?

Naquela madrugada de despedida, em muitos momentos relembrei esta passagem do livro *O semeador de estrelas*, de Suely Caldas Schubert com base em depoimentos e relatos de Divaldo Franco. Nele Dr. Bezerra de Menezes relata seu momento de chegada ao Plano Maior. Imaginei meu amigo Gugu sendo recepcionado por seu pai e por tantas pessoas que direta ou indiretamente ele beneficiou:

“Chegaram os meus familiares, os companheiros queridos das hostes espíritas que me vinham saudar. Mas eu ouvia um murmúrio, que me parecia vir de fora. Então, Celina me disse:

– Venha ver, Bezerra.

Ajudando-me a erguer-me do

leito, amparou-me até uma sacada, e eu vi meu filho, uma multidão que me acenava, com ternura e lágrimas nos olhos.

– Quem são, Celina? – perguntei-lhe. – Não conheço ninguém. Quem são?

– São aqueles a quem você consolou, sem nunca perguntar-lhes o nome. São aqueles Espíritos atormentados que chegaram às sessões mediúnicas e sua palavra caiu sobre eles como um bálsamo numa ferida em chaga viva; são os esquecidos da Terra, os destroçados do mundo, a quem você estimulou e guiou. São eles que o vêm saudar no pórtico da eternidade...

E o Dr. Bezerra concluiu:

– A felicidade sem limites existe, meu filho, como decorência do bem que fazemos, das lágrimas que enxugamos, das palavras que semeamos no caminho, para atapetar a senda que um dia percorreremos”.

Segundo publicou o jornalista Gilberto Dimenstein em sua página na rede social LinkedIn, o ato de Gugu Liberato em doar todos os seus órgãos “aumentou o número de telefonemas e doações de órgãos para a Central Nacional de Transplantes. Nunca o assunto mereceu tanta atenção dos meios de comunicação. Repito, nunca. Isso se deve ao efeito Gugu, que resolveu doar seus órgãos, ajudando 50 pessoas. Nunca uma celebridade conseguiu produzir tanto interesse no assunto. Bateu de longe as campanhas oficiais. Digo: foi a melhor coisa que ele fez em toda a sua vida. Nada é mais importante do que salvar vidas. Nada. Esse o grande papel das celebridades: disseminar bons exemplos. Não se pode esquecer o papel das família”.

Desde a sua partida, um importante movimento teve início em nosso país. Gente que antes tinha medo ou sentia-se confuso sobre o assunto mudou sua maneira de entender esse ato de amor.

## Caminho de luz

A partida de Gugu foi envolvida em uma comoção popular jamais imaginada. Transmitido em detalhes por emissoras de TV e reportada em minúcias por rádios e sites de notícias, o adeus a Gugu mobilizou milhares de admiradores que durante as 22 horas do velório enfrentaram chuva e uma longa fila para se despedir do artista. Gente humilde e amorosa prestou uma última homenagem, cada um à sua maneira. Chorando, cantando, aplaudindo, lembrando momentos. As cenas se repetiram no início da tarde da sexta-feira, 29 de novembro, no cemitério Gethsêmani em São Paulo, onde Gugu foi sepultado.

Nem ele nem quem viveu ao seu lado imaginava o quanto era amado. Entendíamos que aquela multidão estava na fila para se despedir de um amigo próximo, de um filho querido, mas ninguém sabia a dimensão desse amor. Por seus atos durante a jornada neste plano, por seu sorriso de menino, por jeito quieto de dar a mão ao próximo, é certo que Gugu seguiu para o Plano Maior envolvido em uma onda de luz e amor. Praticou os ensinamentos do Mestre Jesus e certamente está colhendo frutos neste momento de transição.

E seguimos por aqui, até que um dia certamente nos encontraremos em nossa pátria espiritual para seguirmos caminhando juntos com bons e velhos parceiros.

“O ato de Gugu Liberato em doar todos os seus órgãos aumentou o número de telefonemas e doações de órgãos para a Central Nacional de Transplantes”

mor



## ARTIGO



**José Roberto Pereira Santos**  
é médico intensivista,  
coordenador do Departamento  
de Bioética da AME-Brasil e  
presidente da AME-ES

## Morte encefálica e doação de órgãos

Pelos critérios adotados pela ciência médica ocidental, a **morte encefálica** denota não só a falência irreversível do cérebro, mas, principalmente, do tronco encefálico, que é a região vital do encéfalo (o termo “encéfalo” engloba cérebro, tronco encefálico e cerebelo). Os critérios usados para o diagnóstico de morte encefálica testam basicamente as funções do tronco encefálico. Esses critérios foram desenvolvidos por uma Comissão, *ad hoc*, da Universidade de Harvard, em 1968, e até hoje, com poucas modificações, constituem a base fundamental para o diagnóstico de morte encefálica. Alguns autores já denominam **morte do tronco encefálico**, pois explicam que mesmo com alguma função presente nos hemisférios cerebrais, se houver perda irreversível da função do tronco encefálico, o indivíduo é considerado morto. Não há relato, comprovado, na literatura médica de paciente **com o diagnóstico firmado de morte encefálica** que tenha retornado à vida. Todos evoluíram para a morte dos outros órgãos em horas ou alguns dias, apesar de todo o aparato médico de suporte.

Segundo os ensinamentos espíritas, a Medicina terrena é bênção divina, e suas conquistas são idealizadas e acompanhadas pelo mundo espiritual. Sob a direção do Mestre Jesus, Espíritos de elevada condição fazem aparecer na Terra, no momento propício, progressos no campo da ciência que proporcionam o alívio ou a cura de males responsáveis pelos sofrimentos dos seres humanos. Médicos e cientistas recebem treinamento no mundo espiritual e reencarnam com o propósito de trazer novos conhecimentos para uso no campo da saúde.

A cirurgia de transplante de órgãos

é considerada como um dos maiores acontecimentos do século passado, pois possibilitou o alívio do sofrimento de várias pessoas que se encontravam sem perspectivas de vida antes do aparecimento desse recurso.

Na época da codificação não havia a problemática dos transplantes, pois os conhecimentos médicos da época não permitiam sequer pensar em tal hipótese. Apesar disso, podemos refletir sobre algumas questões contidas nas obras basilares do Espiritismo.

Kardec, na questão 156 de *O Livro dos Espíritos*, questiona: “A separação definitiva da alma e do corpo pode ocorrer antes da cessação completa da vida orgânica? Os espíritos respondem: “Na agonia, a alma algumas vezes, já tem deixado o corpo; nada mais há que a vida orgânica. O corpo é a máquina que o coração põe em movimento. Existe, enquanto o coração faz circular nas veias o sangue, para o que não necessita da alma”.

Podemos inferir que a resposta dos Espíritos se ajusta, hoje, à situação de alguns irmãos em morte encefálica, pois nessa condição o indivíduo é como uma máquina, em que o coração (mantido por aparelhos e drogas) faz circular o sangue que manterá temporariamente os outros órgãos em funcionamento. Esse entendimento confirma a possibilidade de não haver mais a presença do Espírito junto ao corpo em alguns pacientes em morte encefálica.

A doação de órgãos é um ato de amor, em qualquer circunstância, desde que não envolva o comércio de órgãos, e deve ser exercida com a total consciência do indivíduo. Para aqueles que têm muitas dúvidas e grandes preocupações com repercussões da doação em sua es-

trutura perispiritual, o recomendável é que não doem seus órgãos. Tal prerrogativa deve ser exercida por aqueles que já se despojaram de tais preconceitos.

A sensibilidade que o Espírito pode sentir após o desencarne vai depender de sua evolução moral. Um Espírito ligado às coisas materiais, aos vícios e prazeres fáceis e que trilhou o caminho do mal vai ter sensações ruins em quaisquer situações de desencarne, quer seja enterrado, cremado, retirado seus órgãos ou não.

A repercussão no perispírito é dependente de uma condição energética, da vontade e da intenção. Não é, meramente, um ato no corpo físico que vai repercutir no perispírito. Precisamos ter mais prioridades com as coisas essenciais à nossa evolução. Devemos nos preparar para a morte desde o início de nossa vida, em cada encarnação, vivenciando os exemplos do Mestre Jesus. Só assim deixaremos de nos preocupar com o que acontecerá com o nosso perispírito no momento de sua separação do corpo físico.

No momento de uma decisão importante em nossa vida, reflitamos sempre na máxima de Jesus: “Fazer ao próximo aquilo que gostaríamos que ele nos fizesse”. Há dor e sofrimento nos indivíduos portadores de doenças crônicas que necessitam de um órgão alheio para sobreviver ou ter uma vida mais digna. O que pensar da situação de um pai que vê o seu filho morrendo, vítima de uma doença grave no fígado, cujo único recurso de sobrevivência é o transplante de um novo fígado, mas um doador não é encontrado? As Leis Divinas são perfeitas, o não doador de hoje pode ser um receptor de órgãos amanhã.

## EDITORIAL

## 2019: mais uma etapa vencida

O ano de 2019 há tempos vinha sendo aguardado por todos nós, pois, conforme mensagens trazidas pelo médium Chico Xavier e divulgadas amplamente no meio espírita, haveria mudanças profundas atuando sobre o planeta Terra. A nossa humanidade, após tantos desacertos, guerras e conquistas no plano da matéria, e após ter dado os seus primeiros passos fora do orbe terrestre ao pisar na Lua, em 20 de julho de 1969, havia recebido uma moratória de 50 anos concedida pelo Plano Espiritual, pela intercessão de nosso governador Jesus Cristo, para que corrigíssemos a nossa rota rumo ao caminho do bem.

Havia a possibilidade de acontecerem grandes cataclismos e acidentes naturais caso não cumpríssemos com o acordo, e que seriam o resultado inequívoco dos inúmeros abusos cometidos por todos nós ao longo dos milênios, tais como a exploração descontrolada das riquezas naturais em nome de um avanço civilizatório insustentável. Seria de suma importância que os países que dominam o cenário global, por serem detentores do poder econômico e se configurarem como as potências bélicas do planeta, tais como Estados Unidos, Rússia e Coreia do Norte, pudessem se suportar de forma pacífica até a data de 20 de julho.

Estamos em dezembro de 2019 e, como podemos perceber, apesar das injustiças e dos desvios de comportamento que ainda se observam por toda a parte, vencemos mais uma etapa. A despeito das previsões tão amargas, a humanidade conseguiu prosseguir nutrindo a relativa harmonia que já é capaz.

Donald Trump, um dos homens mais poderosos do mundo, tornou-se em 2019 o primeiro presidente americano a pisar no solo da Coreia do Norte, apesar de todos os

rumores de uma possível guerra nuclear. A ativista sueca Greta Thunberg, de apenas 16 anos, inflamou as consciências de todos nós com sua retidão e persistência, em discursos corajosos ao redor do planeta, falando com propriedade sobre os problemas climáticos para representantes da ONU, presidentes e empresários.

No Brasil, as manchas de óleo que começaram a aparecer nas praias do Nordeste e do Sudeste desde o final de agosto, trazendo prejuízos incalculáveis para a natureza e para a economia do país, mobilizaram centenas de moradores dessas regiões, que se uniram por meio das redes sociais, buscaram a doação de equipamentos adequados, tais como máscaras e luvas, e foram voluntariamente recolher o óleo que se espalhava pelas areias, pedras e pelo oceano. Por amor à natureza, resolveram tomar uma atitude sem esperar que governo ou empresas comessem a fazer algo.

Depois desse exemplo de cidadania, outra boa-nova veio à tona: uma tecnologia desenvolvida na Universidade Federal da Bahia conseguiu transformar o óleo retirado das praias em carvão, dando assim a possibilidade para que o material tóxico pudesse ser reutilizado para outras finalidades, como a construção civil.

A humanidade possui inúmeros desafios a vencer, por isso precisaremos cada vez mais desenvolver nossa inteligência e habilidades para construir um planeta mais justo, fraterno e que faça jus a todo amor e amparo que recebemos constantemente do Plano Espiritual. Nós, espíritas cristãos, como já sabemos, devemos seguir os exemplos de amor ao próximo deixados por Jesus, ampliando cada vez mais os nossos trabalhos no bem, permitindo assim que possamos expressar a nossa melhor parte em nome de um mundo mais feliz.

## ATUALIDADE



Mário Peres

é médico neurologista, com doutorado pela Unifesp e pós-doutorado pela Thomas Jefferson University, no Jefferson Headache Center, nos EUA. Em 2007, foi eleito Fellow do American College of Physicians. É membro da Associação Médico-Espírita de São Paulo (AME-São Paulo)

## A maioria dos espíritas

Neste artigo, o sexto publicado na *Folha Espírita* sobre religiosidade no Brasil, mostraremos que a maior parte dos espíritas não nasceu em famílias espíritas e se converteu ao longo da vida.

O número de espíritas no Brasil apresenta um crescimento gradual desde os Censos de 2000 e 2010. Muitos fatores são considerados para esse aumento, como, por exemplo, a divulgação da obra de Chico Xavier e a apresentação do Espiritismo na mídia e nas artes cênicas. No entanto, não sabemos, dentre os que declaram o Espiritismo como afiliação principal, quantos são convertidos e quantos são nascidos em famílias espíritas.

No estudo “Crenças, práticas e experiências religiosas e espirituais na população brasileira”, foi possível avaliar esses dados, pois os respondentes disseram quais eram suas afiliações ao nascimento e qual a afiliação principal atual. Contudo, quais seriam as motivações para a conversão à Doutrina Espírita?

José do Carmo Rodrigues (2012), em sua tese de doutorado, avaliou 2.281 espíritas que foram convertidos, mostrando que as principais razões da conversão

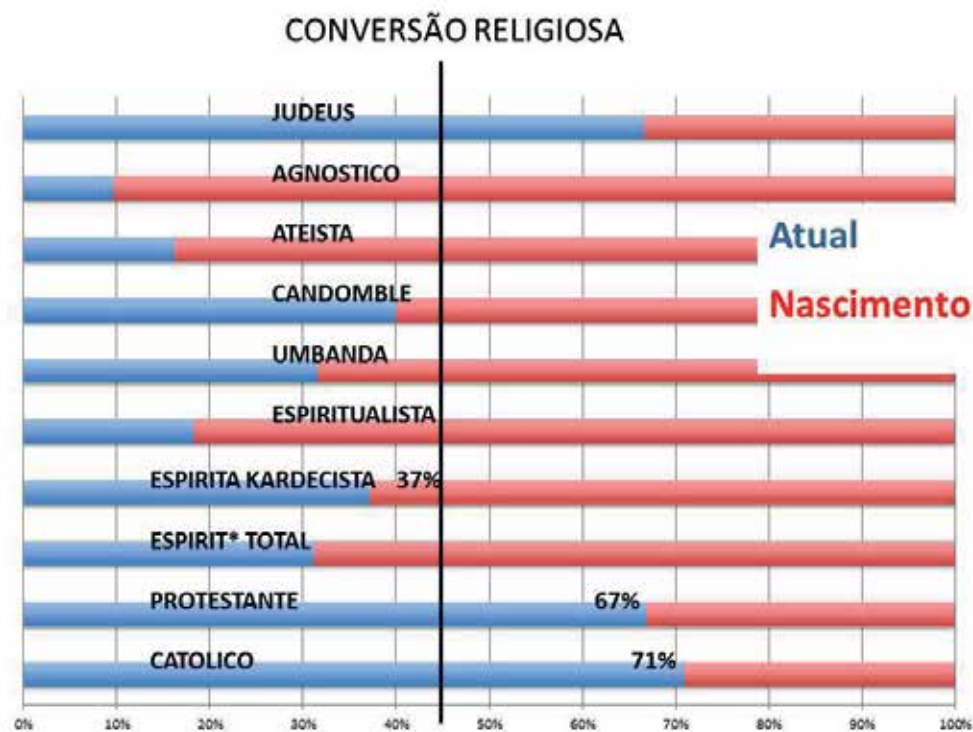
foram o encontro com melhores explicações para as dúvidas íntimas, simpatia com os princípios propostos pela Doutrina e a mudança na forma de pensar a vida. As principais dúvidas referidas pelos respondentes foram os motivos do sofrimento humano, as disparidades existentes na humanidade e o destino do Espírito após a morte.

## Metodologia

Para compreender o perfil de convertidos e nascidos dentro de cada afiliação religiosa, retiramos os dados do estudo “Crenças, práticas e experiências religiosas e espirituais na população brasileira”.

## Resultados

O Gráfico 1, a seguir, nos fornece informações acerca da conversão: entre cada religião, qual seria a proporção entre os convertidos e os já nascidos dentro daquela afiliação? Foi verificado que 63% dos espíritas foram convertidos de outras religiões, ou seja, não nasceram em famílias espíritas, enquanto católicos convertidos seriam 29% e protestantes, 33%.



## Folha Espírita

FUNDADORES: Freitas Nobre, Marlene Nobre e Paulo Rossi Severino (1974)  
 DIRETOR RESPONSÁVEL: Fábio Gandolfo Severino | JORNALISTA RESPONSÁVEL: Cláudia Santos MTb - 21.177 |  
 CRIAÇÃO - PROJETO GRÁFICO E SITE: Maçãv Comunicação www.macav.com.br | DIAGRAMAÇÃO: Sidney João  
 de Oliveira | SITE - PROGRAMAÇÃO: www.aboutdesign.com.br | REVISÃO: Gaia Revisão Textual | ASSINATURAS: Ana  
 Carolina G. Severino carol@folhaespirita.com.br | EXPEDIÇÃO: Sílvio do Espírito Santo e Silvana De Oliveira

Folha Espírita é uma publicação de FE - Editora Jornalística Ltda. - Av. Pedro Severino Jr., 325 - São Paulo - SP - CEP 04310-060 - Telefax: (11) 5585-1977 - CNPJ: 44.065.399/0001-64 - Insc. Mun. 8.113.8970 - Insc. Est. 109.282.551-110. Periodicidade: Mensal - www.folhaespirita.com.br - e-mail: folhaespirita@folhaespirita.com.br



**Ana Luiza Abicalil Momi**  
é membro do Departamento Acadêmico  
da Associação Médico-Espírita do Brasil  
(AME-Brasil)

# as no Brasil é convertida



O crescimento do Espiritismo se deve a uma série de fatores, tanto internos, vivenciados pelos indivíduos, como externos, pela exposição na mídia dos conceitos espíritas, de líderes espíritas, como Chico Xavier, e pela diversidade e multiplicidade de publicações.



(Mário Peres)



## Discussão

O crescimento do Espiritismo se deve a uma série de fatores, tanto internos, vivenciados pelos indivíduos, como externos, pela exposição na mídia dos conceitos espíritas, de líderes espíritas, como Chico Xavier, e pela diversidade e multiplicidade de publicações. No início do século XX, o suporte da maçonaria, a prescrição de homeopatia e a afinidade da classe média também contribuíram para o aumento de adeptos ao Espiritismo após sua chegada ao Brasil.

A crença na vida após a morte e na

reencarnação e um modelo explicativo de acontecimentos traumáticos na vida das pessoas podem ser um dos fatores determinantes para a conversão. No encontro com o Espiritismo, o indivíduo procura por um lugar de proteção, onde suas questões íntimas e necessidades profundas possam ser atendidas, mas também pela possibilidade de uma conversa com a Ciência.

Além do fenômeno mediúnico, o acolhimento e a racionalidade no entendimento da vida ganham mais espaço na Doutrina Espírita, construindo um ambiente propício para que seus

adeptos encontrem a compreensão de mundo e as motivações de vida que procuram.

Hoje, a prescrição mediúnica e a homeopatia, tão marcantes no início de sua história, são acrescidas da proposta de transformação moral. A solução duradoura para a saúde da alma nasce e se mantém no Evangelho e no crescente caráter consolador do Espiritismo, atraindo aqueles que buscam por bem-estar e harmonia, alívio de suas dores e esperança de que esta existência não é em vão.

## Conclusão

Desde os Censos de 2000 e 2010, o número de espíritas no Brasil aumenta gradualmente. Dentre estes, a maior parte não é nascida em família espírita, mas convertida (63% segundo o estudo “Crenças, práticas e experiências religiosas e espirituais na população brasileira”). Os principais motivos para a conversão são as respostas que a Doutrina oferece sobre o sofrimento humano, as desigualdades e a vida após a morte, a simpatia com seus princípios e a mudança do indivíduo na forma de pensar a vida. Além disso, a divulgação nas mídias, os líderes espíritas e a racionalidade e proximidade com uma visão científica atuam como força motriz na atração de novos adeptos. O modelo espírita sobre a encarnação, a morte do corpo físico e o que lhe sucede é consolo, acolhimento e medicação para o alívio das dores e a saúde da alma.

## Referências

RODRIGUES, J. C. *Espiritismo e conversão: fatores motivacionais da migração religiosa para o Espiritismo, no Brasil*. 2012. 390 f. Tese (Doutorado em Ciências da Religião) – Universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo, SP, 2012.  
VITORINO, L. M.; LUCCHETTI, G.; LEÃO, F. C.; VALLADA, H.; PERES, M. F. P. The association between spirituality and religiousness and mental health. *Scientific Reports*, v. 8, n. 1, p. 17233, 2018.

HERNANI GUIMARÃES ANDRADE



Ney Prieto Peres

é engenheiro, pós-graduado em Administração de Empresas e Engenharia de Segurança do Trabalho. Autor do livro *Manual prático do espírita* (Editora Pensamento), é o segundo vice-presidente, diretor de Departamento e Conselheiro da Federação Espírita do Estado de São Paulo (FEESP). Cofundador do IBPP e da Aliança Espírita Evangélica

# Morte, renascimento, evolução: uma biologia transcendental

Neste artigo, vamos iniciar o estudo da obra *Morte, renascimento, evolução: uma biologia transcendental*, de 1983, do Dr. Hernani Guimarães Andrade. Destacamos, inicialmente, o prefácio do professor Osmard Andrade Faria, médico psiquiatra, professor, capitão de fragata MD do Corpo de Saúde da Marinha, escritor e parapsicólogo. O professor doutor Osmard faz belíssimas citações: “[...] tudo o que é compreendido está certo (Oscar Wilde), o que nos obriga a reaprender a lição de Eddington: ‘a matéria-prima do Universo é o Espírito’. [...] Hernani Guimarães Andrade apenas conduz o nosso raciocínio quando postula: ‘não seriam tais campos (organizadores) produzidos por um princípio que se formou concomitantemente com a própria vida desde os seus primórdios?’ [...]”

Os primórdios remontam “há aproximadamente 3,1 bilhões de anos, lá onde devem ter surgido as primeiras moléculas animadas de estímulo vital, no momento mesmo em que o Acaso [embora seja admitido inexistir, e sim obediência a Leis Imutáveis, consideramos], aproveitando-se de condições fortuitas, construiu uma Ponte entre a química orgânica e a biologia”.

No Capítulo I, “O crisol das origens”, dr. Hernani inicia com um poema de Augusto dos Anjos, um dos seus mais admirados escritores poetas, extraído do livro *Monólogo de uma sombra*:

“Sou uma sombra! Venho de outras eras.

Do cosmopolitismo das modernas...

Pólipo de recônditas reentrâncias.

Larva do caos telúrico, procedo.

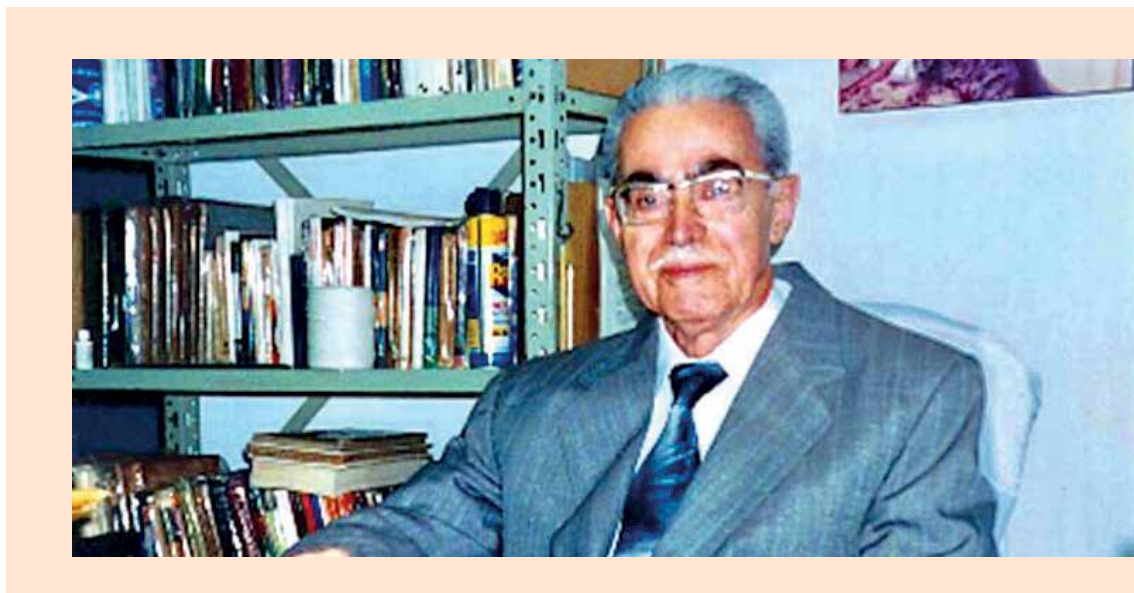
Da escuridão do cósmico segredo.

Da substância de todas as substâncias!”

No estudo de *A gênese*, resumimos as considerações do autor relativamente à origem do nosso planeta, “quando imensa massa de gases incandescentes envolvendo um núcleo mais denso formado por substâncias a altíssimas temperaturas, em que as condições eram impossíveis a existência de qualquer espécie de organismo vivo”. Admitido é o transcurso de 4,6 bilhões de anos para completar-se a formação da Terra.

Segundo Eglinton e Calvin, autores de *Fósseis químicos*, já teriam existido organismos vivos há 3,1 bilhões de anos. A vida deve ter-se iniciado após cerca de 1,5 bilhão de anos a partir da formação da Terra, de 4,6 bilhões de anos. Amparado em renomados autores, o Dr. Hernani apresenta a origem da vida na Terra até chegar à descrição da “Experiência de Miller e Urey”, em um livro lançado em 1952, intitulado *The Planets*.

Stanley L. Miller e Harold C. Urey realizaram uma série de experimentos nos laboratórios da Universidade de Chicago, nos Estados Unidos, na tentativa de reproduzir as condições ecológicas da Terra



de aproximadamente 3,5 bilhões de anos atrás. Para isso, projetaram um aparelho permitindo a circulação de vapor de água misturado a hidrogênio, metano e amônia, por meio de um percurso fechado, passando por um bulbo onde saltavam centelhas elétricas entre dois eletrodos.

As experiências mostraram a possibilidade de se sintetizarem substâncias orgânicas como aldeídos, ácidos carbônicos e aminoácidos, essencialmente indispensáveis à constituição dos tecidos vivos. Explicada experimentalmente como se deu a formação de complexos orgânicos há 3,5 bilhões de anos, tornou-se possível criar hipóteses consistentes acerca do aparecimento dos primeiros seres vivos unicelulares em nosso planeta.

No Capítulo II, “As fronteiras da vida”, o autor comenta: “Entretanto, a vida manifesta uma característica especialíssima



Hernani Guimarães Andrade e sua obra, de 1983: a vida ascende em direção a níveis crescentes de organização.



“

Entretanto, a vida manifesta uma característica especialíssima que a coloca em oposição à tendência geral e universal seguida pela matéria inanimada: a vida ascende em direção a níveis crescentes de organização. Ela acumula informação, utilizando-a em estágios sucessivos de progressão informacional e organizacional

”

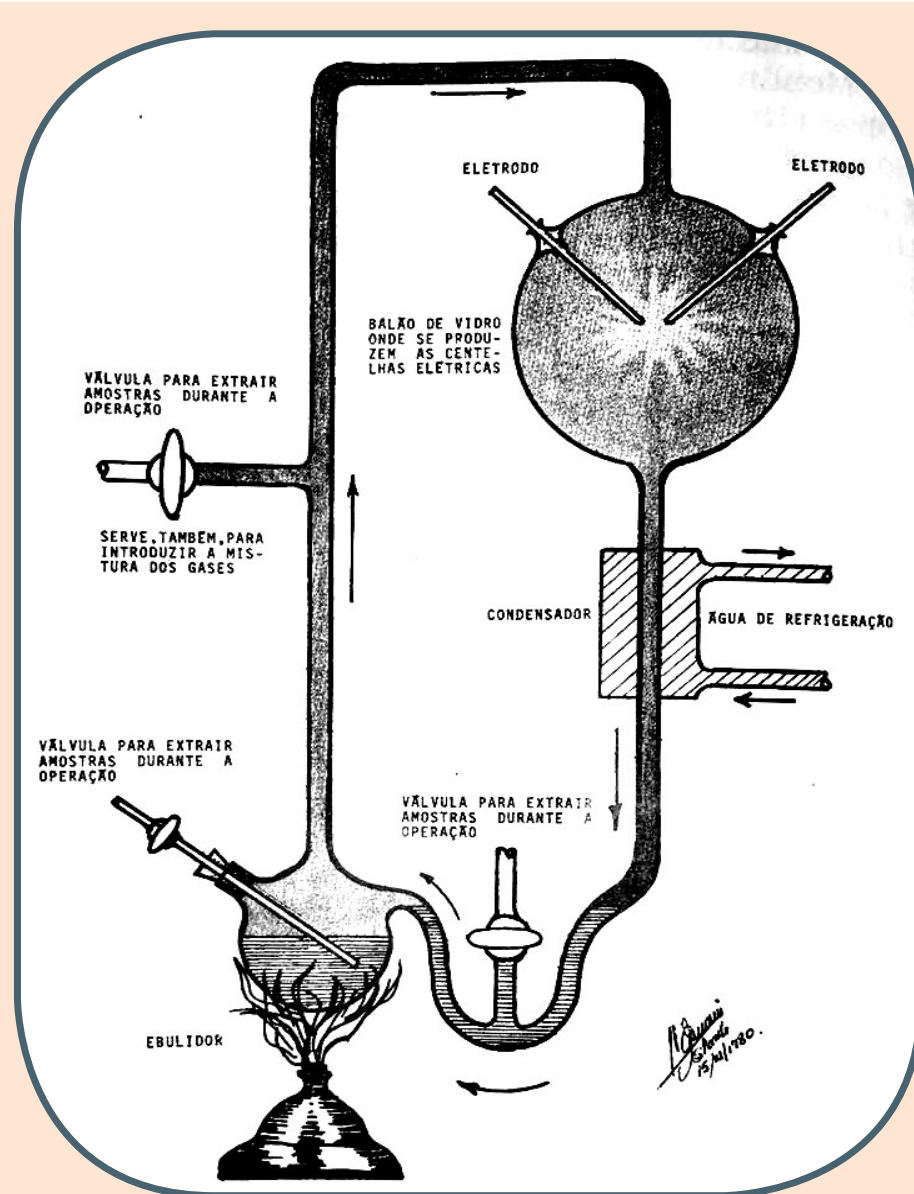
(Hernani Guimarães Andrade)

que a coloca em oposição à tendência geral e universal seguida pela matéria inanimada: a vida ascende em direção a níveis crescentes de organização. Ela acumula informação, utilizando-a em estágios sucessivos de progressão informacional e organizacional”.

Significa que não segue a segunda Lei da Termodinâmica, a Entropia, que se relaciona a um lento e progressivo processo de desorganização, como ocorre com a matéria inanimada dos minerais. Com o tempo, a vida segue uma direção oposta, aumenta seus níveis de informação, de ordem, seguindo um processo *neguentrópico*, ao contrário da *entropia*, que tende fatalmente a crescer em desgaste e em desorganização.

Desenvolvendo as considerações sobre a mesa-redonda com Ilya Prigogine e outros na Escola de Bruxelas, publicada em 1973, sobre a crucial pergunta: “Pode a termodinâmica explicar a ordem biológica?”, Dr. Hernani leva a ponderável opinião do também ilustre professor Ludwig von Bertalanffy, introduzindo na explicação da ordem crescente constatada na Biologia como fisicamente possível se entram em cena “forças organizacionais” de alguma espécie.

Considerando “os campos organizacionais” como fator contribuinte e interferente nas propriedades físico-químicas da matéria, daremos continuidade ao resumo desse livro nos próximos artigos da *Folha Espírita*.



**Aparelho de Urey Miller** – uma mistura de vapor, hidrogênio, metano e amônia circula através do aparelho. No recipiente inferior a água é aquecida, produzindo vapor. A mistura dos gases é introduzida, antes de cada operação, pela válvula superior à esquerda. No balão de vidro maior produzem-se centelhas elétricas no seio da mistura. No condensador, a mistura resfria-se, condensa-se e volta ao ebulidor, de onde são extraídas as amostras para análise química.

Outras misturas de gases, incluindo o monóxido de carbono e o nitrogênio, produzem resultados positivos, porém somente na ausência de oxigênio livre. Depois de algum tempo de operação, as amostras colhidas do líquido condensado revelam a presença de inúmeros compostos orgânicos sintetizados por este processo. Entre eles assinalam-se quatro dos vinte aminoácidos comumente presentes nas proteínas: glicina, alanina, ácido glutâmico e ácido aspártico.

#### REFERÊNCIA

ANDRADE, Hernani Guimarães. *Morte, renascimento, evolução: uma biologia transcendental*. Votuporanga, SP: Editora Didier, 2003.



**Kátia Marabuco**  
é médica oncologista e presidente da  
Associação Médico-Espírita do Piauí

# A Virgem Lorena e León

Entrei na Capela do Mercado Velho. Já havíamos passado na noite anterior nesse local histórico, no primeiro dia de estada em Rouen, na França, mas confesso que não havia percebido que aquele prédio de formas arrojadas, em formato de ondas, era uma Igreja no centro da Place du Vieux-Marché. De arquitetura diferente, encoberta pelas sombras da noite, mais parecia o mercado central da cidade. Por ser domingo à noite, estava fechado, então pensei que abrigasse o mercado tradicional e outras dependências históricas.

Mas qual surpresa no dia seguinte, ali era mesmo a igreja de Sainte-Jeanne-d'Arc e o exato local do seu martírio na fogueira ardente. A entrada da igreja situa-se à direita, a poucos passos da Rue Du Gros Horloge. Uma pesada e grande porta de madeira, rústica e singela, dá acesso ao interior da nave. Eram quase 10 horas da segunda-feira, 14 de outubro de 2019, e estava quase vazia.



O dia amanhecera escuro, com um frio sol que demorava a iluminar a cidade e a nos convidar a explorar e conhecer os arredores, o centro histórico da cidade.

Voltando àquele dia, lembro-

me que, dentro da igreja, havia poucas pessoas, no máximo 10. O ambiente é desprovido de adornos e decorações; um amplo espaço, austero. Percebi duas estátuas, embaixo à direita es-

tava uma delas, um belo trabalho representando a santa com elaborado e belo suporte para pequenas velas. Os magníficos vitrais deixavam os raios da luz passar, emprestavam uma respeitosa beleza transcendente.

À esquerda da entrada principal, observei três pessoas olhando um busto. Aproximei-me e, ao olhá-lo, era a representação de uma donzela e sua armadura, fui tomada por uma profunda emoção. Uma sensação incontável vinda dos redutos mais profundos de minha alma; como uma torrente de lágrimas que anseia em expressar-se mas é contida, me tomou de surpresa. Estive quase às lágrimas. Contive o choro, que já estava subindo pela minha garganta, e entendi que estava diante do busto de Joana D'Arc, a heroína da França, tal como se trajava, com a armadura de soldado para as batalhas.

Não imaginava que naquela manhã fosse experimentar tão forte emoção, pois antes esti-

ve defronte do monumento da Grande Cruz, símbolo do exato local do martírio de Joana D'Arc, e diante da estátua ao lado da igreja, que expressa na pedra fria as expressões faciais e corporais de sua hora derradeira – esculpida de forma tão extraordinária, expressa sua entrega total a Deus e às suas vozes – e nada senti de diferente, nenhuma sensação psíquica me chamou a atenção.

Como se explicam esses arroubos incontáveis e espontâneos de emoções? São naturais quando estamos diante de pessoas que amamos muito e que não víamos há algum tempo, mas também quando estamos na presença de algum ser espiritual de alta hierarquia. Já havia experienciado esse sentimento sublime e arrebatador e guardava na lembrança essa sensação. Nossos suprasentidos são acionados diante da sublimidade, e assim sentimos respeito, emoção e devoção; como um rio caudaloso que vem dos sentidos perispirituais, ele vem ganhando vigor e imprime no nosso corpo

## Amores DA ETERNIDADE

Paulo Sérgio Teixeira Diniz  
*Espírito Clara*

16x23cm / 224 páginas

“...Somente o conhecimento da Doutrina Espírita será capaz de explicar que, muitas vezes, a renúncia é a maior prova de fidelidade que podemos oferecer a quem amamos de verdade...”

Tel.: 2105-2600  
www.editoraalianca.com.br  
distribuidora@editoraalianca.com.br

Aliança



# Denis

físico os estímulos que acionam respostas fisiológicas e emocionais. É especial, puro deleite espiritual, uma vez sentido nunca se esquece, e não precisa ter privilégios, pois Deus presenteia seus exilados nos mundos inferiores com uma réstia das belezas espirituais.

Os sensitivos, que somos todos nós, ao permitirem a abertura dos canais que dão acesso a dimensões outras, sutis, experimentam sensações e vivências que escapam das explicações tangíveis, medidas e pesadas. São sentidos variados, às vezes nunca experimentados, que vão abrilhantar e colorir de uma forma tão extraordinária que é como se uma janela se abrisse e um mundo superlativo nos fosse revelado. Surpresos e maravilhados, nos damos conta: os sentidos usuais da matéria são escassos e incapazes de explicar a gama de intuições, aprendizados e *insights* que afloram quando se abre um portal entre o presente e o passado.

Estudantes da extraordinária obra de Léon Denis, escolhemos conhecer Rouen, não apenas pelo patrimônio histórico que representa, mas, sobretudo, por estar-

mos embalados pela lavra poética e o venerado amor que o mestre devotava à Virgem Lorena. No livro *O mundo invisível e a guerra*, Léon Denis dedica o capítulo IV à Joana, intitulado “O mês de Joana D’Arc” – maio. Segundo o estimado e respeitado autor, esse mês reúne as datas dos mais notáveis acontecimentos da vida de Joana D’Arc: dias 7 e 8, libertação de Orléans; dia 24, sua prisão em Compiègne; dia 30, seu martírio em Rouen. Assim ele se expressa:

“Nessa época do ano, meu pensamento comovido sempre busca a Virgem Lorena como um modelo de força e beleza moral, porque nela se encontram, na aparência, as qualidades mais antagônicas: energia e sensibilidade, firmeza e delicadeza, idealismo e senso prático. Invoco-lhe o espírito e medito em seu sacrifício.”

Essa veneração do Mestre de Tours pela Virgem de Orléans nos faz compreender também o enlevo poético de Léon quando nos fala sobre a dor no livro *O problema do ser, do destino e da dor*:

“Nas profundezas da alma dormem as potências da alma. Esperam nosso chamamento

para emergirem e aparecerem. O chamamento raras vezes se faz ouvir, a dor é um dos chamamentos. É necessário o choque das provações, as horas tristes e desoladas para a compreensão da fragilidade das coisas externas e encaminhá-la para o estudo de si mesmo, para a descobertas das verdadeiras riquezas espirituais. As grandes almas se enobrecem e se embelezam tanto mais quanto mais vivas são suas dores.”

Rouen, cidade portuária às margens do Sena, capital da Normandia, é uma próspera cidade, de um posto de comércio Celta, forte Romano, colônia Viking, capturada por Henrique V em 1419, após um cerco durante a Guerra dos Cem Anos, foi também o palco do martírio de Joana D’Arc em 1431, queimada na fogueira na place du Vieux-Marché.

Chegamos em Rouen em 13 de outubro, em uma tarde nublada de domingo. No percurso entre Rennes e Rouen, caía uma chuva leve, e divisamos a beleza da vida campestre, com campos cultivados, pecuária rica e farta produção de laticínios e derivados, que mostram o potencial de uma

região com um passado sofrido de tantas guerras e de valorosos cidadãos. Em Rouen, ao descermos na Avenue Champlain, avistamos de longe as torres do Palácio da Justiça, belíssima construção gótica, antigo parlamento normando, ao lado do nosso hotel.

Para a maioria das pessoas que não têm acesso aos sentidos mais sutis, determinados fatos, sensações, percepções e registros históricos passam despercebidos. Hermínio Miranda, ao nos falar das memórias cósmicas, diz que há como que um registro espiritual em tudo. O cenário se desdobra, dimensões se associam, e panoramas do passado, presente e futuro são possíveis de serem revelados, vistos e sentidos com uma clareza maior ou menor que varia na dependência do desenvolvimento das faculdades e do mérito de quem é sensitivo.

Léon Denis, na obra *Joana D’Arc médium*, afirma:

“No corpo fluidico está a verdadeira sede das nossas faculdades, da nossa consciência, do que os crentes de todas as eras chamaram alma. A alma não é uma entidade metafísica, mas, sim,

um centro imperecível de força e de vida, inseparável de sua forma sutilíssima. Misterioso laço une o visível ao Invisível. A mediunidade sempre existiu, pois que o homem sempre foi espírito, manteve em todas as épocas uma brecha aberta sobre o mundo inacessível aos nossos sentidos ordinários.”

Aí estão as sábias palavras do mestre para explicar vivências e memórias sutis para aqueles que, ao se depararem com algum registro espiritual de seu próprio passado remoto ou coletivo, sentem uma enxurrada de sensações, sentimentos que despertam uma saudade imensa, um choro incontido ou mesmo uma felicidade indescrevível.

Diante do busto de Joana D’Arc, a sublime energia que emana toca as fibras sutis de nossa alma, como se a força das irradiações fluidicas da Virgem Lorena estivesse sempre a nos envolver de esperanças, fidelidade a Deus e às nobres causas.

## Obras de Léon Denis

*O mundo invisível e a guerra.*

*O problema do ser, do destino e da dor.*

*Joana D’Arc médium.*

**Folha Espírita**  
**ASSINE**

IMPRESSA	MISTA	ON LINE
1 ANO – R\$ 55,00 <input type="checkbox"/>	1 ANO – R\$ 72,00 <input type="checkbox"/>	1 ANO – 45,00 <input type="checkbox"/>
2 ANOS – R\$ 100,00 <input type="checkbox"/>	2 ANOS – R\$ 131,00 <input type="checkbox"/>	2 ANOS – 81,00 <input type="checkbox"/>

FORMA DE PAGAMENTO: Dinheiro  Cheque  Cartão de crédito

CPF: \_\_\_\_\_ TELEFONE: \_\_\_\_\_  
 NOME: \_\_\_\_\_  
 ENDEREÇO: \_\_\_\_\_  
 CEP: \_\_\_\_\_  
 E-MAIL: \_\_\_\_\_

[www.folhaespirita.com.br](http://www.folhaespirita.com.br)

*Nos Passos do Mestre*  
**EGITO & ISRAEL**  
**10 ANOS**  
**NOVEMBRO 2019 - 19 DIAS**

**RW - Viagens e Turismo e Eventos**  
**+55 11 3667-3506 | 3664-9600**  
**Site: [www.rwturismo.com.br](http://www.rwturismo.com.br)**



Walther Graciano Júnior  
é pedagogo

# Gratidão, estado de espírito que m

“A gratidão é o ‘fator esquecido’ na pesquisa da felicidade” (Robert Emmons).

Regularmente, ouvimos sobre o poder da gratidão e como esse estado de espírito modifica substancialmente nossa vida. Trata-se de um poderoso catalisador de mudanças positivas. A palavra “gratidão” vem do latim *gratia*, que significa literalmente graça, favor, e de *gratus*, que se traduz como agradar ou agradável. Seu significado é diferente da palavra “obrigado”, forma de agradecimento, que vem do latim *obligatus*, participio do verbo *obligare*, que significa ligar, amarrar ou ficar obrigado (como se ficasse devendo algo ao outro).

Ser grato pelas pequenas coisas da vida pode causar grandes mudanças, inclusive cerebrais. De acordo com o Centro de Pesquisa Mindfulness da Universidade da Califórnia (UCLA), expressar a gratidão regularmente provoca uma mudança na estrutura molecular do cérebro, mantendo a massa cinzenta trabalhando em perfeita ordem e nos fazendo mais saudáveis e felizes. Quando você a sente, o seu Sistema Nervoso Autônomo Central é afetado, então você fica mais calmo, pacífico, menos reativo e menos resistente a mudanças. A gratidão é a prática mais efetiva para estimular sentimentos de felicidade.

Em *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, capítulo 28, item 28, Allan Kardec insere importante texto sobre a gratidão, lembrando o quanto temos de ser gratos a Deus por tudo o que recebemos na vida:

“É necessário não conside-

rarmos como felizes apenas os acontecimentos importantes, pois os que parecem insignificantes são frequentemente os que mais influem no nosso destino. O homem esquece facilmente o bem, e se lembra mais do que o aflige. Se diariamente notássemos os benefícios que recebemos, sem pedir, ficaríamos muitas vezes admirados de haver recebido tanta coisa que nos esquecemos, e nos sentiríamos humilhados pela nossa ingratidão. Cada noite, elevando nossa alma a Deus, devemos recordar intimamente os favores que Ele nos concedeu durante o dia, e agradecer-lhes. É sobretudo no momento em que experimentamos os benefícios da sua bondade e da sua proteção que, espontaneamente, devemos testemunhar-lhe a nossa gratidão. Basta para isso um pensamento que lhe atribua o benefício, sem necessidade de interromper o trabalho. Os favores de Deus não consistem apenas em benefícios materiais. Devemos igualmente agradecer-lhes as boas ideias, as inspirações felizes que nos são dadas. Enquanto o orgulhoso tudo atribui aos seus próprios méritos, e o incrédulo ao acaso, o homem de fé rende graças a Deus e aos Bons Espíritos pelo que recebeu. Para isso, são inúteis as longas frases. “Obrigado, meu Deus, pelo bom pensamento que me inspiraste!”, diz mais do que muitas palavras. O impulso espontâneo que nos faz atribuir a Deus tudo o que nos acontece de bom, é o testemunho natural de um hábito de reconhecimento e de humildade, que nos atrai a simpatia dos Bons Espíritos.”

## Diário

Uma técnica utilizada para

começar a expressar a gratidão é o Diário da Gratidão. Basta separar um caderno em que você vai, diariamente, no começo ou final de seu dia, listar as coisas ou fatos pelas quais sente-se grato. O interessante é determinar-se e estabelecer um número, por exemplo, escrever pelo menos 10 itens diariamente (aí você pode acrescentar o quanto quiser, mas é importante ter um número determinado como objetivo para agradecer). Pode ocorrer um cenário desfavorável, com coisas ou situações desagradáveis, e nesse momento você deve refletir e agradecer por isso, assim como questionar-se para saber o que você tem a aprender com o que aconteceu.



## Siga estas dicas iniciais simples:

<p><b>1</b></p> <p><b>Mantenha seu diário de gratidão em um local que você verá regularmente</b></p>	<p>Sua mesa de cabeceira é um bom lugar, que é a primeira coisa que verá quando acordar e a última coisa quando vai para a cama. Pessoalmente, eu gosto de manter o meu no balcão do banheiro, para que seja a primeira coisa que eu faça quando estou me preparando para começar o meu dia.</p>
<p><b>2</b></p> <p><b>Você não precisa encontrar as respostas certas</b></p>	<p>Comece mantendo as coisas simples e escreva qualquer coisa que lhe venha à mente. Você pode ser grato por coisas como uma refeição que acabou de comer, um filme que acabou de assistir ou um amigo com quem passou algum tempo.</p>
<p><b>3</b></p> <p><b>Desenvolva consistência</b></p>	<p>Tente criar o hábito de levar algum tempo regularmente para desacelerar e apenas refletir sobre as coisas pelas quais você é grato. Gastar apenas cinco minutos por dia mostrou ser eficaz. Se você perder um dia, está tudo bem.</p>



É importante escrever tudo, porque o registro em diário mostrou ativar o hemisfério direito do cérebro, que é a parte que processa emoções e sentimentos. Quando você começar a acompanhar as coisas pelas quais você é grato, começará a se sentir mais feliz por causa do fato de que o hemisfério direito do seu cérebro está se conectando com aquelas emoções boas, associadas à gratidão.

## CANTINHO DO EVANGELIZADOR

# odifica vidas



“

Ser grato pelas pequenas coisas da vida pode causar grandes mudanças, inclusive cerebrais.

”



**Fontes:**  
Psicologias do Brasil;  
Diário da Gratidão.

# Mais um ano de trabalho na seara de Jesus

Chegamos ao final de mais um ano de trabalho na Seara de Jesus. Agradecemos as oportunidades de aprendizado e os momentos felizes que vivemos com os leitores, os evangelizadores e os pequeninos irmãos da evangelização infantojuvenil. Almas que caminham lado a lado conosco rumo à elevação espiritual.

É gratificante observar o interesse, a dedicação e o amor com que são realizadas as tarefas de divulgação do Evangelho, por meio das obras dos “codificadores do Espiritismo”, tendo como base Allan Kardec.

Que ao iniciar 2020, estejamos com disposição e energia renovadas para superar os desafios que, a cada ano, se tornam ainda maiores.

Abraços fraternos! (WGI)

### Súplica de Natal

*Casimiro Cunha (Espírito)*

Na noite santificada,  
Em maravilhas de luz,  
Sobem preces, cantam vozes  
Lembrando-Te, meu Jesus!

Entre as doces alegrias  
De Teu Natal, meu Senhor,  
Volve ao mundo escuro e triste  
Os olhos cheios de amor.

Repara conosco a Terra,  
Angustiada e ferida,  
E perdoa, Mestre Amado,  
Os erros de nossa vida.

Onde puseste a alegria  
Da paz, da misericórdia,  
Desabam tormentas rudes  
De iniquidade e discórdia.

No lugar, onde plantaste  
As árvores da união,  
Vivem monstros implacáveis  
De dor e separação.

Ao longo de Teus caminhos  
Sublimes e abençoados,  
Surgem trevas pavorosas  
De abismos escancarados.

Ao invés de Teus ensinamentos  
De caridade e perdão,  
Predominam sobre os homens  
A sombra, o crime, a opressão.

Perdoa, Mestre, aos que vivem  
Erguendo-Te a nova cruz!  
Dá-nos, ainda, a bonança  
De Tua divina luz.

Desculpa mundo infeliz  
Distante das leis do bem,  
Releva as destruições  
Da humana Jerusalém...

Se a inteligência dos homens  
Claudicou a recaiu,  
A Tua paz não mudou  
E ao Teu amor não dormiu.

Por isso, ó Pastor Divino,  
Nos júbilos do Natal,  
Saudamos a Tua estrela  
De vida excelsa e imortal.

Que o mundo Te guarde a lei  
Pela fé que nos conduz  
Das sombras de nossa vida  
Ao reino de Tua luz!...



**Referência**  
ESPÍRITOS DIVERSOS. *Antologia mediúmica do Natal*. Psicografado por Francisco Cândido Xavier. Brasília, DF: FEB, 1967.



Sandra Marinho

é palestrante do Grupo Espírita Cairbar Schutel e apresentadora do programa Portal de Luz

## Raciocinar, ponderar e depois falar

Vivemos num mundo de relações. Creio que todos concordam que passamos a maior parte do tempo nos relacionando uns com os outros. Assim, influenciamos e somos influenciados por outras pessoas. Aí está um ponto que merece ser analisado, pois, geralmente, se não soubermos ponderar o que ouvimos, passamos a agir sob o impulso de emoções ocasionadas por sugestões exteriores, correndo o risco de passarmos tudo o que ouvimos e vimos sem antes passar pelo crivo da nossa razão.

O grande perigo está no fato de assimilarmos e assumirmos ideias alheias que nem sempre nos dizem respeito e acabarmos, na maioria das vezes, cometendo equívocos e até injustiças pelos quais teremos de responder em algum momento devido aos prejuízos causados. Essa constatação é muito séria. Atualmente, nosso cuidado deve se desdobrar no sentido de raciocinar antes de tirarmos qualquer conclusão, antes de julgarmos qualquer acontecimento, antes de passar para frente qualquer informação que ouvimos e vemos por meio dos diversos meios de comunicação.

A Internet, com destaque às redes sociais, é um eficiente instrumento de propagação de informações, notícias e opiniões. No entanto, pensemos bem: o que realmente de tudo o que nos chega por intermédio desses canais nos ajuda no enfrentamento dos nossos desafios ou nos adiciona conhecimento e experiência que agregam valor a nós e a outras pessoas? Até que ponto o acúmulo de informações que recebemos nesses contatos nos trazem conforto e soluções reais?



O problema está exatamente quando nós, assimilando a avalanche de ideias veiculadas, passamos a agir quase que instintivamente sob a influência dessas. Diante disso, perdemos a nossa própria personalidade, omitimos e escondemos o nosso verdadeiro eu.

É triste, mas, infelizmente, nunca na história, na minha opinião, tivemos tantas “Maria vai com as outras” – parafraseando o ensinamento recebido de nossos pais quando nos ensinavam a pensar e agir respeitando os nossos valores e não segundo o modo dos outros para “não ficar fora da turma”.

Praticamente todos os dias vemos homens e mulheres com suas vidas expostas e prejudicadas devido às notícias falaciosas e irresponsáveis que avidamente veiculam nos meios de comunicação, em especial nas redes sociais. As tão combatidas *fake News*. A melhor maneira de combater esse mal é ignorarmos essas notícias, não divulgá-las de forma alguma e simples-

mente deletá-las, e, conforme a gravidade do caso, denunciá-las.

Por outro lado, não vamos tecer a nossa opinião sobre os outros baseados nas informações publicadas nas redes! Cumpra a nós sermos responsáveis e termos todo o cuidado e discrição que esperamos dos outros em relação à nossa pessoa. Simples assim!

Conforme nos recomenda o mentor espiritual de Chico Xavier, Emmanuel, no livro *Encontro marcado*, no capítulo intitulado “Caridade e razão”, não nos entreguemos às impressões tumultuadas que venham a nos visitar o coração, por meio das ideias alheias que chegam a nós, mas, com isso, também não nos tornemos a palmatória da correção nem façamos ouvidos de pedra aos nossos semelhantes. Ele aconselha-nos a escutar, observar e ver sem escandalizar os interlocutores com censuras e contraditas que poderiam agravar ainda mais, pois a crítica e a discórdia são estopim para um problema maior.

Enfim, nos recomenda a aprender a filtrar aquilo que nos alcance o campo íntimo, aproveitando o que for bem e útil aos outros e a nós mesmos e esquecer tudo o que não nos sirva à construção do melhor. Ensina-nos que a conversação, na essência, é permuta de almas, bem como que por meio das palavras damos e recebemos.

Dessa forma, se considerarmos que atualmente as pessoas “conversam” muito mais utilizando as redes sociais, a lição se aplica aos “bate-papos” que alimentamos ao longo do dia e alguns até à noite. Fiquemos atentos sempre que possível. Busquemos atenuar os impactos negativos de uma conversa, não passemos adiante o que não tem proveito, o que não vai contribuir em nada para a vida do outro. Escolhamos muito bem aquilo que nos será proveitoso para o dia de hoje. Causa de agora será resultado depois.



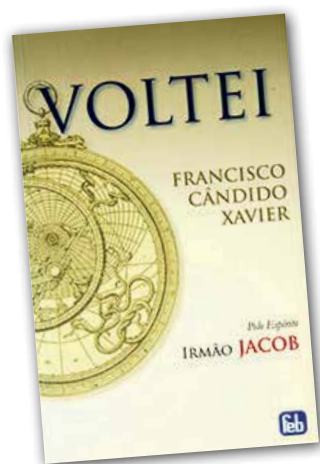
Busquemos atenuar os impactos negativos de uma conversa, não passemos adiante o que não tem proveito, o que não vai contribuir em nada para a vida do outro. Escolhamos muito bem aquilo que nos será proveitoso para o dia de hoje. Causa de agora será resultado depois.



## BIBLIOTECA

**Voltei**

Se a vida continua, para onde vai o Espírito depois da morte? Por meio da psicografia de Francisco Cândido Xavier, na obra *Voltei*, de 1949, o Espírito Irmão Jacob narra suas experiências no além-túmulo e esclarece temas como o desligamento do corpo físico, o intercâmbio mediúnico, o reajuste à nova vida e o reencontro com familiares e amigos. Por meio de histórias e comentários pessoais, o autor espiritual nos apresenta suas descobertas sobre a rotina que nos espera após a morte e a prática essencial do desenvolvimento pessoal para que possamos ter uma temporada feliz no retorno



ao mundo espiritual.

Ao invés do narrador se valer da condição de estudioso da Doutrina Espírita, Irmão Jacob teve a sabedoria de encarar o retorno à pátria espiritual como um verdadeiro recomeço. Depois de uma certa dificuldade inicial para se reajustar, soube rejuvenescer a alma para essa nova etapa da jornada evolutiva.

“Enquanto no corpo, não formulamos a ideia exata do que seja a realidade, além da

morte. Ainda mesmo quando o Espiritismo nos ajuda a pensar seriamente no assunto, debalde tentaremos calcular relativamente ao futuro, depois do sepulcro. Os quadros sublimes ou terríveis no plano externo correspondem, de alguma sorte, à nossa expectativa; contudo, os fenômenos morais, dentro de nós, são sempre fortes e inesperados. Antes da passagem, tudo me parecia infinitamente simples! Não passaria a morte de mera libertação do Espírito e mais nada. Seguiria nossa alma para esferas de julgamento, de onde voltaria a reencarnar, caso não se transferisse aos Mundos Felizes [...]”

## ESPIRITISMO NA WEB

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE DIVULGADORES DO ESPIRITISMO  
[www.abrade.com.br](http://www.abrade.com.br)



A **Abrade** tem por missão “promover e aprimorar a comunicação social espírita, fazendo interagir as ideias espíritas na sociedade de forma ética, fraterna e parceira, contribuindo para a transformação moral da humanidade, a promoção da felicidade do ser humano e o equilíbrio da natureza”. Entre os seus principais objetivos, podemos destacar a busca contínua da excelência na comunicação social espírita, bem como uma ampla interação com a sociedade em geral.

## CASA DE REPOUSO ALLAN KARDEC - ITAPIRA - SP



Uma vida boa  
para quem já viveu  
muitas vidas.

Uma casa de repouso voltada para oferecer uma vida boa, com conforto, atenção e carinho, em regime de longa permanência, a quem já viveu muitas vidas.

Saiba mais: visite  
[www.casadereposuallankardec.com.br](http://www.casadereposuallankardec.com.br)  
Itapira - SP - Fone: 19 3863.1577



ARTIGO



W.A. Cuin

é administrador de empresas, escritor e pres. da Associação Beneficente Irmão Mariano Dias, em Votuporanga (SP)

# Não estamos sozinhos

“- Há Espíritos que se ligam a um indivíduo, em particular, para o proteger? - Sim, o irmão espiritual; é o que chamais o bom Espírito ou o bom gênio” (Pergunta 489 de *O livro dos Espíritos* – Allan Kardec).

Dentro do código divino não existe o abandono de qualquer criatura. Mesmo que alguém, momentaneamente, se encontre em situação solitária, isso pode estar ocorrendo em relação às companhias físicas, visto que constantemente conta com a assistência e a proteção de Deus.

A bondade do Criador estabeleceu leis que abrangem todo o Universo e envolvem tudo, assim ninguém fica ao abandono. Sempre quando nos encontramos em dificuldades e temos a impressão de que estamos sós, em verdade a solidão tem origem dentro de nós mesmos, por isso basta apenas o leve desejo de receber assistência e logo a teremos, das formas mais variadas possíveis.

Deus, conhecendo as nossas limitações, destinou um Espírito benfeitor para nos se-



Quanto mais fiéis ao bem, quanto mais sintonizados com os padrões da dignidade, mais próximos estamos do nosso Espírito bom.

guir pelos caminhos da vida. Trata-se do nosso irmão espiritual, amigo que se propõe a nos ajudar na trilha da evolução. Todos contamos com a presença salutar de um companheiro de jornada. Mesmo não o vendo, ele caminha conosco, orientando-nos, socorrendo-nos e incentivando-nos à conquista dos valores que nos atestarão grandeza e sublimidade no porvir.

No entanto, com muita frequência, preferimos não ouvi-lo nem mesmo atendê-lo naquilo que nos aconselha, pois, cultivando a nossa característica rebeldia, preferimos,

com insistência, seguir por caminhos que deliberamos ser os melhores, quando muitas vezes naufragamos nas decepções e nos equívocos que promovem rios de lágrimas e poços de sofrimentos.

Nosso bom Espírito, no entanto, sabe perfeitamente respeitar o nosso livre-arbítrio, assim, sugere, informa, aponta direções, mas não realiza o trabalho que é nosso nem toma as decisões que nos pertencem. Se sabemos atendê-lo, nossas possibilidades de vitória e sucesso na caminhada evolutiva serão imensamente maiores do que se preferirmos ignorá-lo. A escolha será sempre nossa. Nisso está a grandeza da lei de Deus, que permite que colhamos experiências próprias, crescendo com os acertos e aprendendo com os erros. Caso o nosso irmão espiritual tomasse o nosso lugar nas múltiplas oportunidades de aprimoramento que temos, obviamente impediria a nossa colheita de lições e aprendizado, tão necessárias e indispensáveis ao nosso amadurecimento.

Em preces, devemos nos di-

rigir a esse bom companheiro, solicitando todo o apoio possível, na manutenção das nossas forças, principalmente em momentos de dificuldade e desafios, que nos ajude a transpor os caminhos mais áridos e nos incentive à luta redentora que precisamos travar, em busca de eliminar os nossos defeitos e adquirir as virtudes que ainda não temos, mas nunca esquecer que a tarefa a realizar será sempre nossa.

Quanto mais fiéis ao bem, quanto mais sintonizados com os padrões da dignidade, mais próximos estamos do nosso Espírito bom e, sem dúvida, melhores resultados obteremos, pois a presença dele em nossas vidas será sempre um grande alento, com notáveis reflexos e incontáveis benefícios.

A solidão total não existe. Podemos estar isolados das pessoas, mas nunca de Deus. Basta uma prece, basta um pequeno pensamento e a providência divina, prestativa e atenciosa como é, saberá como nos socorrer.

Em realidade, nunca estamos sozinhos.

**RÁDIO BOA NOVA**  
1450 AM GRANDE SÃO PAULO

youtube.com/redeboanova1  
facebook.com/redeboanovaderadio

Sintonia outras localidades, Parabólica Analógica ou Digital access: radioboanova.com.br

youtube.com/tvmundomaior  
facebook.com/tvmundomaior

Rede Aberta, Parabólica Analógica ou Digital access: tvmundomaior.com.br

**MUNDO MAIOR TV**

Google Play | Download on the App Store

**Sociedade Brasileira de Terapia de Vida Passada**

Curso de formação de terapeutas para médicos e psicólogos em São Paulo-SP, Belo Horizonte-MG, Rio de Janeiro-RJ, Santos-SP, Bauru-SP, Jundiaí-SP e Vale do Paraíba-SP.

Turmas em formação ao longo de todo ano com no mínimo de 5 alunos nas cidades sede.

Inscrições e informações: [sbtvp@sbtvp.com.br](mailto:sbtvp@sbtvp.com.br)  
[www.sbtvp.com.br](http://www.sbtvp.com.br)

## ATUALIDADE



**Conrado Santos**  
é marqueteiro, publicitário e colaborador  
do Grupo Espírita Cairbar Schutel

# Aprender a assumir nossas faltas nos ensina a perdoarmos

No último dia 22 de novembro de 2019, nosso país se despediu do rabino Henry Sobel, que deixou a existência física aos 75 anos de idade. De forma bem suscinta, cabe-nos compartilhar com os nossos leitores alguns dados sobre o rabino que desde a década de 1970 assumira a Congregação Israelita Paulista, vindo dos Estados Unidos, onde se tornara rabino. Sobel teve sua atuação reconhecida por atuar muito além das fronteiras limítrofes das lides religiosas. Juntamente com outros líderes religiosos à época, como Dom Paulo Evaristo Arns e o pastor inglês James Wright, realizaram uma cerimônia em homenagem ao jornalista Vladimir Herzog e na defesa de presos políticos. Sobel era reconhecido por ser um defensor dos direitos humanos, da liberdade de imprensa, dos jornalistas e veículos de comunicação. Além da participação política, também se envolveu em busca de justiça social para crianças, velhos, deficientes mentais, negros, mulheres e outras minorias. Sempre se ouviu ecoar a voz do rabino em defesa da liberdade e contra qualquer desrespeito.

Ao saber de sua morte, cabe-nos aqui registrar um aprendizado que marcou os últimos e difíceis anos de Sobel, que para nossa análise aqui nos ajudará a alargar os horizontes sobre

a importância do reconhecimento de nossas próprias sombras.

Em março de 2007, notícias dos Estados Unidos estampavam Sobel sendo preso sob a acusação de furtar gravatas na Flórida. O rabino então se transferiu para São Paulo, se internou no Hospital Israelita Albert Einstein e no dia 1º de abril fez uma coletiva de imprensa e assumiu sua falta: “Eu não sei como começar. Estou tomando medicamentos relativamente fortes. Quanto ao ocorrido, é muito difícil para mim explicar o inexplicável. Não possuo conhecimentos científicos e psicológicos para compreender, explicar e, menos ainda, justificar aquilo que aconteceu, mas uma coisa eu sei: o Henry Sobel que cometeu aquele ato não é o Henry Sobel que vocês conhecem”.

E concluiu: “Eu quero terminar com um pedido de desculpas, e por extensão, quero assumir um compromisso. Quero pedir desculpas pelo transtorno que eu criei, principalmente por ter tomado medicamentos sem permissão médica. Quero pedir desculpas pelo transtorno que criei para todos, e quero assumir um compromisso solene: pretendo continuar a defender todos os valores morais e éticos que sempre defendi, como judeu, como homem e como rabino”.

Não temos dúvidas que esse fato teve



um significado muito importante para sua alma, ao vir a público e assumir suas faltas. Henry Sobel dizia ver a morte como um navio que desaparece no horizonte para uns, mas que surge esplendoroso lá, do outro lado. Assim, com certeza, seu navio deverá chegar do outro lado um pouco mais leve.

Entendemos aqui a importância de reconhecermos um ensinamento que deve nos acompanhar, muito especialmente, quando somos levados a julgamentos aos nossos irmãos do caminho. Faz-se imprescindível reconhecer o que Kardec nos ensinou sobre como devemos reconhecer os homens que avançaram em seu progresso:

“918. Por que sinais se pode reconhecer em um homem o progresso real que deve elevar seu Espírito na hierarquia espírita? – O Espírito prova a sua elevação quando todos os atos de sua vida corporal representam a prática da lei de Deus, e quando ele compreende por antecipação a vida espiritual. O verdadeiro homem de bem é o que pratica a lei de justiça, amor e caridade, na sua maior pureza. Se interrogar a própria consciência sobre os atos que praticou, perguntará se não transgre-

diu essa lei, se não fez o mal, se fez todo o bem *que podia*, se ninguém tem motivos para dele se queixar, enfim se fez aos outros o que desejara que lhe fizessem. O homem, penetrado pelo sentimento de caridade e de amor ao próximo, faz o bem pelo bem, sem esperar nenhuma compensação, e sacrifica seu interesse à justiça. **É bom, humano e benevolente para com todos, porque vê irmãos em todos os homens, sem exceção de raças, nem de crenças.** Se Deus lhe outorgou o poder e a riqueza, considera essas coisas como UM DEPÓSITO, de que lhe cumpre usar para o bem; deles não se envaidece, pois sabe que Deus que lhas deu também lhas pode retirar. Se a ordem social colocou homens sob sua dependência, trata-os com bondade e benevolência, porque são seus iguais perante Deus; usa da sua autoridade para lhes levantar o moral, e não para os esmagar com seu orgulho. **É indulgente para com as fraquezas alheias, porque sabe que também precisa de indulgência e lembra-se destas palavras do Cristo: Atire a primeira pedra aquele que estiver sem pecado.** Não é vingativo: a exemplo de Jesus, perdoa as ofensas, para só se lembrar dos benefícios, pois sabe que *como houver perdoado, assim perdoado lhe será.* **Respeita, enfim, em seus semelhantes, todos os direitos que as leis da Natureza lhes concedem, como quer que os mesmos direitos lhe sejam respeitados.”**

Que o exemplo de Henry Sobel possa nos inspirar diante da necessidade de compreender que somos todos falíveis, não importando que posição de destaque ocupemos, e que no exercício de reconhecer nossas faltas, pedirmos perdão é um grande passo para nosso crescimento moral. Ao mesmo tempo, vale também exercitarmos essa compreensão para com os nossos semelhantes, que como nós são passíveis de cometer faltas. O aprendizado do não julgamento é uma conquista essencial para cada um de nós.

Está preocupado com a maneira de beber de alguém?

O AL-ANON PODE TE AJUDAR!



Grupos Familiares  
Al-Anon

Grupo Guarani  
Rua dos Jornalistas, 201-A  
Jabaquara  
Reuniões Terças e Sábados das 18h às 20h  
Serviço de Informações "SIPALANON": (11)3228.7425  
[www.al-anon.org.br](http://www.al-anon.org.br)

AJUDA PARA FAMILIARES E AMIGOS DE ALCOÓLICOS

# Presenteie hoje com uma mensagem para a eternidade

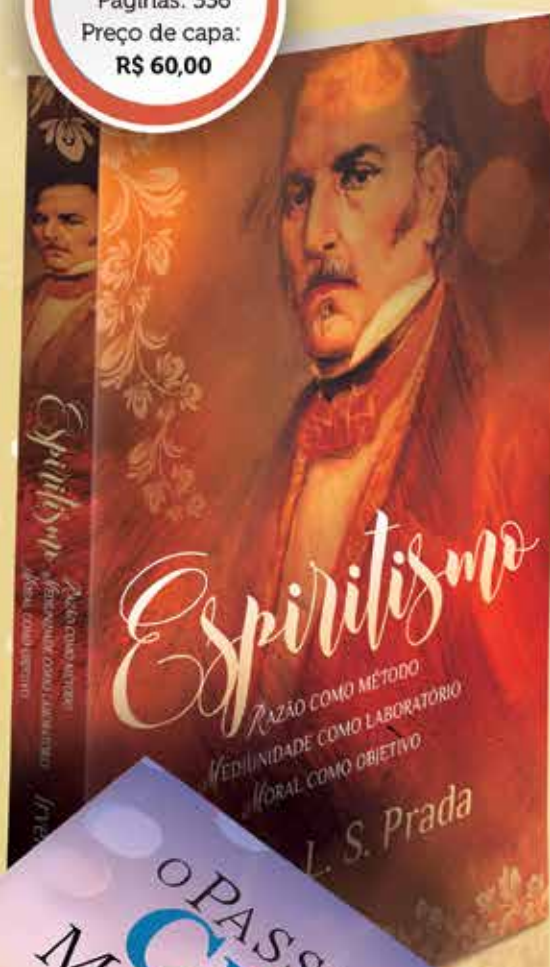
Aproveite o período de comemoração ao nascimento de Cristo e presenteie com livros que engrandecem e transformam.

Garanta já o seu:  
**(11) 5585-1977**  
folhaespirita.com.br

**EDIÇÃO  
REPAGINADA**  
224 páginas  
Formato: 16 x 23 cm  
Preço de capa:  
**R\$ 50,00**

Formato:  
16 x 23cm  
Páginas: 336  
Preço de capa:  
**R\$ 60,00**

**EDIÇÃO  
AMPLIADA E REVISTA**  
330 páginas | 4x4 cores  
Formato: 16 x 23 cm  
Preço de capa:  
**R\$ 70,00**



**EDIÇÃO  
REPAGINADA**  
240 páginas  
Formato:  
16 x 23 cm  
Preço de capa:  
**R\$ 50,00**

