

Não Será em 2012

Autores debatem revelações de Chico Xavier sobre o final dos tempos

P. 3



EDUCA A TUA ALMA
Bode expiatório



Sandra Marinho
Página 6

PAPO CABEÇA

**Amigo real
X
amigo virtual**



Walther Graciano Jr.
Página 6

RIR E REFLETIR
Varas de avelaíra



Richard Simonetti
Página 7

Ciúme não é amor



Fernando Os
Página 7

**Morre o corpo;
prosssegue a vida**



W.A.Cuin
Página 7

Haitianos no Brasil?



CONRADO SANTOS

O movimento migratório de haitianos convida-nos ao desenvolvimento de uma postura mais fraterna e acolhedora, e deve nos preparar para os dias porvindouros, nos quais virão, de muitas partes do mundo, irmãos em busca de paz, amparo e sobrevivência. **Página 5**

Exemplo de fé

MARJORIE AUN

O exemplo de vida do artista californiano Doug Landis convida-nos a repensar com seriedade em nossa atual encarnação. **Página 5**



155 anos de Espiritismo

Pela primeira vez na história humana, a Doutrina Espírita procura se implantar como uma concepção religiosa natural, sem se render aos artificialismos dos dogmas e rituais e sem os constrangimentos das hierarquias impostas. **Página 2**

Número de suicídios cresce no Brasil e no exterior

P. 8

editorial**Espiritismo, 155 anos**

Desde 18 de abril de 1857, já lá se vão praticamente 155 anos, a *Doutrina Espírita* tem seguido um caminho único no mundo, porque, pela primeira vez na história humana, procura implantar-se, como uma concepção religiosa natural, sem render-se aos artificialismos dos dogmas e rituais e sem os constrangimentos das hierarquias impostas. É bem verdade que sua expansão maior praticamente só tem se verificado no Brasil, embora, nas últimas décadas, venha alcançando expressivo número de adeptos, em outros países, como é o caso de Portugal, Espanha, Colômbia, Guatemala, Cuba, Argentina e Porto Rico. Constatou-se o reflexo desse fato no aumento de adesão ao Conselho Espírita Internacional (CEI), que, praticamente, triplicou o número de países participantes, desde a sua fundação em outubro de 1992. Como fruto do seu desenvolvimento, o CEI já vai para a realização do seu 6º Congresso Espírita Mundial, em Cuba, em março de 2013.

Mas um fato ainda mais notável ocorre no Brasil. Mais de 50% de sua população crê em um ou mais princípios básicos do Espiritismo: a sobrevivência da alma, a reencarnação, a comunicabilidade dos espíritos, a pluralidade dos mundos habitados. Essas características especiais explicam o fato de que haja milhões de simpatizantes da Doutrina Espírita entre os brasileiros, que os fazem aceitar com naturalidade esses temas, quando veiculados na TV, no teatro ou no cinema.

São inequívocos também o amor e o respeito da população por Chico Xavier. O médium não apenas foi colocado, em pesquisa feita pela revista *Veja* de janeiro de 1996, entre as 20 personalidades que mais alegraram os brasileiros, como também ficou entre as cinco primeiras personalidades mais

votadas, indicadas pelos entrevistados para serem reproduzidas através de um processo de clonagem (O Estado de S. Paulo, 1/3/97). O médium foi eleito ainda em votação popular como o "Mineiro do Século" e mereceu uma homenagem cinematográfica das mais notáveis.

Certa vez, Chico Xavier disse-nos que o povo brasileiro tem um entranhado amor por Jesus Cristo. Talvez a explicação esteja aí. Quem ama Jesus tem facilidade para aceitar os princípios lastreados no coração.

Não temos dúvida, porém, de que o Movimento Espírita precisa amadurecer. Se entre os espíritas a pesquisa demonstrar estarem os mais aquinhoados financeiramente e também os que mais receberam em talentos intelectuais, não resta dúvida de que precisamos produzir mais. E cada um deve dar a sua contribuição na área em que foi chamado a atuar, mantendo a fraternidade legítima como guia.

Kardec entregou o Espiritismo ao povo, conforme se lê neste trecho (A Gênese, cap. 1): "... em suma, estudamos e demos ao público o fruto das nossas indagações, sem atribuímos aos nossos trabalhos valor maior do que o de uma obra filosófica deduzida da observação e da experiência, sem nunca nos considerarmos chefe da Doutrina, nem procurarmos impor as nossas ideias a quem quer que seja."

Vale a pena repetir: Kardec nunca se considerou chefe. Ele entregou a responsabilidade da vivência doutrinária a cada um dos seguidores. Por isso, onde quer que estejamos, seja qual for a profissão que exercemos, o Plano Superior cobrará de nós, segundo os talentos recebidos.

Teremos de prestar contas do que fizemos para viver, divulgar e respeitar a Doutrina.

Espiritismo na internet**Vade Mecum Espírita**www.vademecumespirita.com.br

Importante veículo de pesquisa, o site foi totalmente reformulado e atualizado. Além da pesquisa, podemos encontrar entrevistas, notícias do movimento espírita, biografias, artigos, apostilas, indicação de filmes e agenda de eventos. Através de cadastro é possível receber as notícias e atualizações diretamente no e-mail. Acesse e divulgue!

**biblioteca do leitor****A Homossexualidade sob a Ótica do Espírito Imortal**

Qual a visão da homossexualidade e da diversidade sexual à luz da reencarnação e da imortalidade da alma? Como compreender o papel e significado dessa orientação sexual na vida dos homossexuais, de suas famílias e comunidades, numa perspectiva evolucionista? Aliam-se, nesta obra, de Andrei Moreira, médico homeopata e presidente da AME-Minas Gerais, da AME Editora, conhecimentos científicos e reflexões à luz dos ensinamentos da Doutrina Espírita, objetivando o incentivo ao desenvolvimento de uma cultura inclusiva e amorosa, de alteridade e promoção humana.

**O Mundo dos Bonecos de Papel**

Do mesmo autor e editora, o livro trata de um mundo de bonecos de papel. Uma história humana com enredo divino. O valor da diferença e do diferente, a riqueza da diversidade. Uma história para crianças e para aquelas que existem nos adultos também.

Notícias das AMEs

■ **1/2 – AME-Campinas (SP)** – Estudo Evolução em Dois Mundos, às 20h, na Casa de Apoio à Vida, à Rua Irmã Serafina, 687 – Centro – Campinas (SP).

■ **2/2 – AME-Nova Friburgo (RJ)** – Palestra: A Porta Estreita, com dr. José Henrique Rubim de Carvalho, às 20h, no Centro Espírita Caminhos do Bem, à Rua Pres. Backer, 14, Olaria – Nova Friburgo (RJ).

■ **2/2 – AME-Minas Gerais (MG)** – Palestra: Ansiedade e Síndrome do Pânico, com dr. Jaider Rodrigues de Paulo, às 20h, à Rua Conselheiro Joaquim Caetano, 1.160 – Nova Granada – Belo Horizonte (MG).

■ **5/2 – AME-Lagos (RJ)** – Palestra: Enfermidades Físicas e Espirituais da Rigidez e a Autocura, com dr. José Henrique Rubim de Carvalho, às 20h, no Centro Espírita Léon Denis – Rua Antonio de Oliveira da Gama – 209 c – Jardim Flamboyant – Cabo Frio (RJ).

■ **8/2 – AME-Paraíba (PB)** – Palestra: Metodologia da Pesquisa Científica em Saúde e Espiritualidade, com dra. Monica Rodrigues, às 20h, no auditório do Hospital da Unimed de João Pessoa, à Avenida Ministro José Américo de Almeida, 1.450 – Torre – João Pessoa (PB).

■ **9/2 – AME-Minas Gerais (MG)** – Palestra: Efeitos da Arrogância na Saúde, com dra. Elaine Coelho, às 20h, à Rua Conselheiro Joaquim Caetano, 1.160 – Nova Granada – Belo Horizonte (MG).

■ **12/2 – AME-Estado do Pernambuco (PE)** – Palestra: Cuidar do Corpo e da Alma, com dr. Leonardo Machado, às 9h, no G. E. Francisco de Assis, à Rua José Felix Damasceno, 94 – Piedade – Recife (PE).

■ **15/2 – AME-São Paulo (SP)** – Aspectos Históricos entre Psiquiatria e Espiritismo no Final

do Séc. XIX e Início do Séc. XX no Brasil, com dr. Alejandro Vera, às 20h, no Grupo Espírita Casa do Caminho, à Rua Estado de Israel, 59 – Vila Mariana – São Paulo (SP).

■ **16/2 – AME-Ceará (CE)** – Palestra: Drogadição, Responsabilidades e Consequências, com Valterdes Fábio, às 19h30, no Instituto de Cultura Espírita, à Av. Benjamin Barroso, 795 – Monte Castelo – Fortaleza (CE).

■ **16/2 – AME-Minas Gerais (MG)** – Palestra: As Curas de Jesus: Paradigma de Cura Integral, com dr. Andrei Moreira, às 20h, à Rua Conselheiro Joaquim Caetano, 1.160 – Nova Granada – Belo Horizonte (MG).

■ **18/2 – AME-Campinas (SP)** – Estudo Evolução em Dois Mundos, às 20h, no CEAK Campinas – Núcleo Alvorada de Cristo, à Rua do Professor, 292 – Proença – Campinas (SP).

■ **20/2 – AME-Distrito Federal (DF)** – Palestra: Por Que Adoecemos?, com dra. Fabíola Zanetti, às 20h, na Comunhão Espírita de Brasília, auditório Bezerra de Menezes, Av. L2 Sul, 604 – Brasília (DF).

■ **23/2 – AME-Minas Gerais (MG)** – Palestra: A Ação dos Corpos Espirituais na Saúde e na Doença, com dr. Martinho Menezes, às 20h, à Rua Conselheiro Joaquim Caetano, 1.160 – Nova Granada – Belo Horizonte (MG).

■ **24/2 – AME-Distrito Federal (DF)** – Palestra: Pensamento e Vontade – Atributos do Ser Espiritual, com dra. Arlilma Brum, às 20h, no Centro Espírita O Consolador – Casa de Ismael – Quadra 914 Norte – Brasília (DF).

■ **26/2 – AME-Distrito Federal (DF)** – Palestra: A Missão do Médico Espírita, com dr. Alberto Luiz Berh, às 9h, na Federação Espírita Brasileira, Av. L2 Norte 604 – Brasília (DF).

Curtas

2º **Conjuresp** – A Associação Jurídico-Espírita do Estado de São Paulo (AJE-SP) promove, de 7 a 9 de junho, no Hotel Nacional Inn, em Campinas, o 2º Congresso Jurídico-Espírita do Estado de São Paulo (Conjuresp). O evento terá como tema central Direitos Constitucionais e Espiritismo e tem como expositores confirmados: Alysson Leandro Mascaro, Décio Iandoli Jr., Dora Incontri, Eduardo Ferreira Valerio, Luciano de Alencar Cunha e Maria Odete Duque Bertasi. Agende. Participe! Outras informações: www.ajesaopaulo.com.br

INTERNACIONAL

Feira do Livro e Festival de Cinema em Londres

O Conselho Espírita Internacional, Coordenadoria Europa, promove, de 21 a 25 de fevereiro, em Londres, Inglaterra, a 1ª Feira Internacional do Livro Espírita. Paralelamente, acontece também o 1º Festival de Cinema Espírita e Espiritualista Lusofônico na Europa, com curadoria de Oceano Vieira e Paulo Rufino e apoio da Queen Mary University of London / professor Else Vieira.

O festival contará com o melhor da produção espírita do Brasil. Todos os filmes terão as apresentações originais, com versões em português e legendagem em inglês. Alguns serão seguidos de debate. Os ingressos para o evento, que contará também com a venda de livros, são gratuitos. O festival de cinema acontece na Sala G34 - Arts Building, Queen Mary University of London, 327 Mile End Road (estação de metrô de Mile End).

Dentre os filmes a serem apresentados estão *O Filme dos Espíritos*, *As Mães de Chico Xavier*, *As Cartas*, *A Grande Síntese de Pietro Ubaldi*, *Bezerra de Menezes O Diário de um Espírita*, *Allan Kardec, o Educador*, e *Nosso Lar*, entre outros. Outras informações também podem ser obtidas com a BUSS (*British Union of Spiritist Societies*).

História da Evolução Espiritual da Humanidade

Zéjorj Arnaud

TRILOGIA + de 700 mil livros vendidos

Os Exilados da Capela	Na Cortina do Tempo	Almas Afins
176 páginas 14 x 21 cm	96 páginas 14 x 21 cm	128 páginas 14 x 21 cm
R\$22,90	R\$14,90	R\$16,90

FUNDADOR - Piedra Nobre (1974)

JORNALISTA RESPONSÁVEL - Cláudio Santos - MTB - 21.177

DIRETOR RESPONSÁVEL - Marlene Nobre

DIRETOR DE REDAÇÃO - Paulo Rossi Severino

DIRETOR COMERCIAL - Fábio Gasparini Severino

CRIAÇÃO - PROJETO GRÁFICO E SITE - Mídia Comunicação - www.midiacom.com.br

Diagramação - Sidney João de Oliveira

SITE - PROGRAMAÇÃO - www.abocadegi.com.br

REVISÃO - Sílvia de Maltos

ASSINATURAS - Ana Carolina G. Severino

EXPEDIÇÃO - Arnaldo M. Orso "In memoriam" - Silvio do Espírito Santo - Alencar Leme Martins

Folha Espírita é uma publicação da FE - Editora Jornalística Ltda. - Av. Pedro Severino Jr., 325 - São Paulo - SP - CEP 04310-000 - Tel/Fax: (11) 5585-1977 - CIP-2 - 44.050.389/001-64 - Insc. Mun. 8.113.887/11 - Insc. Est. 109.282.531-110. Periodicidade: Mensal - www.folhaespirita.com.br - e-mail: folhaespirita@folhaespirita.com.br

Não Será em 2012 e as revelações de Chico Xavier

MARLENE NOBRE / GERALDO LEMOS NETO

Em fevereiro de 2011 lançamos a série *Não Será em 2012* por meio deste jornal. Desde então, temos tido apoios e restrições diversos ao livro *Não Será em 2012*, Chico Xavier Revela a Data-Limite do Velho Mundo, que surgiu em consequência da série. Em comemoração ao primeiro ano de sua divulgação, vamos voltar ao tema, nesta e nas edições subsequentes, procurando responder aos diferentes questionamentos que nos têm chegado. O primeiro deles diz respeito ao item 267, número 8, do capítulo XXIV de *O Livro dos Médiuns*, que poderíamos nomear como sendo "Profecia com data prefixada".

No referido item, Kardec diz o seguinte: "Reconhecem-se ainda os Espíritos levianos pela facilidade com que predizem o futuro e precisam fatos materiais de que não nos é dado ter conhecimento. Os bons Espíritos fazem com que as coisas futuras sejam presentes, quando esse presentimento convenha; nunca, porém, determinam datas. A previsão de qualquer acontecimento para uma época determinada é indicio de mistificação."

Evidentemente, só posso concordar com a colocação de Kardec em *O Livro dos Médiuns* sobre as profecias com data e hora certa para acontecer, como tem ocorrido entre os fanáticos religiosos de todos os tempos, fascinados por suas próprias fantasias e por aquelas inspiradas por espíritos mistificadores, e que são, inevitavelmente, desmascarados com o correr dos dias. Creio, no entanto, que não ocorreria a ninguém classificar Chico Xavier como fanático religioso ou médium fascinado. Na verdade, ele não fez previsão nenhuma, apenas relatou fatos ocorridos no mundo espiritual e dos quais teve ciência através de sua mediunidade ímpar.

Para raciocinarmos melhor a respeito das revelações que ele nos deixou, é preciso analisar mais amplamente a questão do prazo que foi dado pelas Potências Angélicas. Primeiramente, é preciso lembrar que esse prazo de 50 anos já fora levantado pelo próprio médium no programa *Pinga-Fogo* conforme relembramos na manchete deste jornal em julho do ano passado. Nesse programa, de 1971, Chico Xavier,



por, de certa forma, ressalta que a transformação do velho mundo se dará através de um processo (e nem poderia deixar de ser), que ainda estaria vigente em 2021 e nos anos subsequentes. Isso é confirmado por outras pessoas, além de Geraldinho Lemos, que privavam da intimidade do médium em Uberaba e que ouviram dele referências às transformações mais profundas, que ocorreriam em nosso planeta nos anos de 2021 e 2022, com início em 2019.

Por que a data-limite seria 2019? A data teve origem em uma grande conquista da humanidade – a chegada do homem à Lua em 19 e 20 de junho de 1969. Uma conquista extraordinária da nossa ciência, mas preocupante. Esse fato foi determinante na marcação da Reunião de 20 de julho de 1969 na

qual tomaram parte os Governadores Espirituais do sistema solar, preocupados com os destinos da família planetária. E a preocupação era e é mais do que justa, por não termos ainda, nós terráqueos, nos desvinculado dos ciclos de guerras.

Ressaltamos, portanto, que o pedido de prazo de 50 anos, a contar da data dessa Reunião, feito por Nosso Senhor Jesus Cristo aos demais membros dessa gloriosa falange, teve um ponto de partida – uma data precisa, vinculada à própria conduta humana. Como vimos por todas as informações do querido Chico, alguns membros da falange angélica estavam relutantes em conceder esse prazo, mas prevaleceu a intercessão feita por nosso Mestre Jesus, em favor da humanidade terrestre.

Assim, foi concedido o prazo de 50 anos, a partir da data daquela Reunião, na esperança de que a humanidade escolha o melhor caminho, o da paz legítima. Nós sabemos que as melhores organizações terrestres trabalham com prazos para poderem planejar com segurança e eficiência. Nada mais justo, portanto, transpormos esse raciocínio para as organizações espíritas, sempre levando em consideração que estas têm planejamentos que vão muito além da nossa capacidade de compreensão, porque são muito superiores às do plano terrestre.

Não vemos contradição alguma entre os ensinamentos de Kardec e o que expusimos em nossa série pela *Folha Espírita* e no nosso livro: *Não Será em 2012*. Acreditamos que o prazo que Jesus Cristo deu a todos nós esgota-se em 2019, mas que o processo de transformação do velho mundo continuará, seja qual for o caminho que tenhamos escolhido.

Destacamos a seguir a resposta do nosso irmão Geraldo Lemos Neto: "Os nossos confrades estão se esquecendo de que a nossa conversa com Chico Xavier aconteceu no ano de 1986, portanto a Reunião dos Espíritos Angélicos sob a coordenação do Cristo já havia acontecido há 17 anos, uma vez que ela se dera em julho de 1969. Então, nem Chico Xavier e nem o espírito Emmanuel estavam prevendo coisa alguma. Através de nossa conversa, Chico estava revelando-nos as determinações de Jesus. Essas decisões do Cristo sobre o futuro da humanidade terrestre haviam sido tomadas em 1969, e Chico/Emmanuel, como já concededores delas em 1986, estavam, por conseguinte, apenas relatando-nos a sua ciência dos fatos. Como espíritos perfeitos e angélicos, tanto Jesus quanto as demais Potências Angélicas do sistema solar tinham como têm o poder e a prerrogativa de decidir sobre o nosso futuro planetário, estabelecendo determinações de ordem superior que nos cabe acatar em termos de prazo de tempo e datas-limites condicionais. Isso está em perfeita sintonia com a codificação espírita."

Agradecemos aos que nos escreveram, dando-nos mais oportunidade de estudo e reflexão.

Jerusalém, Jerusalém!

PAULO ROGÉRIO D. C. AGUIAR

Revelações recentes trazidas a público por nobres colegas do ideal espírita, com o destemor necessário àqueles que se fazem portadores de mensagem renovadora, permitem que lancemos um novo olhar sobre ocorrências que marcaram as últimas décadas da vida em nosso planeta. Referimo-nos, em especial, às luminares e proféticas previsões que nosso amososo Chico Xavier confidenciou nos idos da década de 1980 a Geraldo Lemos Neto e a Marlene Nobre, já devidamente divulgadas neste jornal e em outras mídias.

Eis que no ano de 1969, mais precisamente em 20 de julho, data marcada pela conquista assombrosa da ciência humana com sua ida ao satélite lunar, deu-se uma inimaginável reunião na psicosfera terrestre, sob a coordenação do Mestre Nazareno, congregando outros irmãos de igual envergadura espiritual de orbes vizinhos, e que se dispunha a decidir os futuros de nosso acanhado planeta. A humanidade, candidatando-se à convivência interplanetária, ainda não havia "vestido a túnica nupcial" da moralidade necessária à convivência em harmonia, ensejando deliberações dos atiriplanos da espiritualidade.

Essa ocasião marcou, conforme informações testemunhais de alta confiabilidade, o início de um período de 50 anos, nos quais deveríamos nos adequar a um novo padrão vibratório, por assim dizer, caracterizado pelo abandono da belicosidade desvairada, evitando o cumprimento de profecias anunciadoras de atrozes sofrimentos à humanidade terrestre.

Sob o influxo magnético de um amor quase incompreensível ao nosso estágio evolutivo, nosso Mestre Jesus e seus prepostos puseram-se à execução da renovação acelerada da Terra, nas cinco décadas restantes, quando, então, as injunções cármicas de longos séculos de rebelião confluíram inevitavelmente. Estamos num momento grave. Os

anos derradeiros correm em nosso calendário contemporâneo, e o que antes era um futuro profético constitui-se agora histórico.

O Sermão Profético do evangelista Lucas traz-nos informações singulares que convidam a um exercício reflexivo: "Mas quando virdes Jerusalém cercada de exércitos, sabei então que é chegada a sua desolação" (Lucas, 21: 20-24), sugerindo-nos que "A Grande Tribulação" se daria a partir de eventos cujo palco encontra-se em Jerusalém, hoje pertencente ao território de Israel.

Sabemos todos das longas e antigas tensões existentes naquela região do planeta, bem como em todo o Oriente Médio, sempre sob ameaça e rumores de guerra, o que nos torna quase insensíveis e desatentos a essa advertência bíblica. Mas certamente esse não é o caso de nossos irmãos do plano maior.

Curiosamente, apenas cinco anos após a referida reunião das Potências Angélicas, deu-se a criação da quase desconhecida UNDOF – United Nations Disengagement Observer Force, em 31 de maio de 1974, a partir da deliberação do Conselho de Segurança das Nações Unidas, cujo escopo principal era estabelecer uma zona de paz entre Israel e Síria, que fazia fronteira ao Norte, envolvidas em guerra armada nas chamadas Colinas de Golá, hoje um território controlado por essa organização militar internacional.

Essa é uma área de 80 quilômetros de comprimento e de até 10 quilômetros de largura entre os dois países, que desde aquela época se mantém militarmente ocupada, evitando o agravamento de tensões ainda existentes entre as duas nações, cumprindo um papel pacificador indispensável à viabilidade dos planos de paz e de evolução da Terra à categoria de globo de regeneração.

Parece-nos possível supor que, sem perda de tempo e de forma estratégica, a Espiritualidade



Maior tem conduzido os homens envolvidos nessa nobre tarefa de buscar, numa região sob o peso de profecias seculares, a paz redentora de toda a humanidade. Segundo relatórios recentes, a zona ainda é marcada pela tensão bélica, justificando a renovação da ocupação internacional, que se faz programada a cada semestre.

Primavera árabe

Ainda nas imediações de Israel, recentemente nos fatos históricos e de grande importância aos destinos espirituais do planeta vieram a lume nos últimos dois anos, no que se convencionou denominar de Primavera Árabe – uma onda revolucionária

de manifestações e protestos que vêm ocorrendo no Oriente Médio e no Norte da África desde 18 de dezembro de 2010. Os protestos da população resultaram na derrubada de três chefes de Estado: Tunísia, Egito e Líbia, esta última com cenas bárbaras divulgadas pela grande mídia, quando da captura de seu antigo líder. Durante este período de instabilidade regional, vários outros líderes anunciaram sua intenção de renunciar, como do Iêmen, Sudão e Jordânia. Os ventos da mudança estão soprando naquele continente e os baluartes da tirania cedendo lugar a propostas substitutas. Momento delicado este que vivenciamos, pois o vazio deixado pela tirania exigirá, de nossa parte, orações constantes àquele região para que o processo se dê de maneira pacífica. Antigas desavenças locais entre as comunidades precisam ser deixadas de lado, dando oportunidade a um verdadeiro progresso político, social e, porque não dizer, espiritual daqueles povos.

Ainda lembrando nosso Mestre Jesus, nos registros de Lucas, vemos ao referir-se à Grande Tribulação: "Porque virá como um laço sobre todos os que habitam na face de toda a terra. Vigiai pois em todo o tempo, orando, para que sejais havidos por dignos de evitar todas estas coisas que hão de acontecer e de estar em pé diante do Filho do Homem." (Lucas, 21: 35-36.) Mais forte do que nunca abramos nossos corações à recomendação da vigilância e da oração, não apenas aos nossos entes mais próximos, mas, sobretudo, para que a humanidade tenha adquirido forças morais para resistir aos ímpetus da guerra e suportar seus irmãos em evolução, adquirindo assim o certificado de herdeiros do planeta azul.



Paulo Rogério D. C. Aguiar é médico psiquiatra e membro da Associação Médico-Espírita do Rio Grande do Sul (AMERGS)

Crucificação e Liberdade

Assis Assenda
Pelo Espírito João Maria

Desde a ditadura militar, em 1964, o povo brasileiro, de 25 anos, luta contra as atrocidades cometidas durante o regime, do qual não foi possível a libertação do governo militar, as ditaduras e os regimes. Parado e sem momento de libertação, Assenda se vê atormentado por insuportáveis visões, sonhos e premonições, que o levam a um encontro do mundo de Jesus, em que se liberta a Cristo Príncipe.

A obra escrita por João Maria, sob a inspiração de Assis Assenda, traz a um período entre duas épocas, marcada por revoluções e lutas.

R\$29,90 | Romance Mediúnico
352 páginas | 14x21cm

Adquira pelo site: www.oclarim.com.br

pele-o-mail: ocharim@ocharim.com.br | fone: (31) 3342-1066 e 3362-1471
fax: (34 horas) (31) 3342-1647 | em atendimento: Cx. Postal 09 CEP: 31990-902 - Maripá, SP

ENTRE EM SINTONIA COM A ESPIRITUALIDADE

RÁDIO RIO DE JANEIRO

Ajude a Emissora através do Clube da Fraternidade!
Ouça e informe-se no site: www.radioriodejaneiro.am.br

A RÁDIO QUE
TODA A FAMÍLIA
PODE OUVIR

RÁDIO RIO DE JANEIRO
1400 AM

Eficácia da psicoterapia comprovada pela neuroimagem

GIOVANA CAMPOS

Realizado anualmente pela Editora Abril e promovido pela revista Saúde!, o Prêmio Abril de Saúde Mental tem o objetivo de valorizar, incentivar e divulgar campanhas de prevenção e educação, trabalhos clínicos ou da área cirúrgica e outras ações que tenham contribuído para melhorar a saúde e a qualidade de vida dos brasileiros. Na categoria Saúde Mental e Emocional, o trabalho apresentado pelo psicólogo Júlio Fernando Prieto Peres foi o vencedor da edição 2011 e teve como base a utilização de exames de ressonância magnética funcional para analisar os efeitos da psicoterapia no transtorno do estresse pós-traumático (TEPT). Esse distúrbio tem, entre seus principais sintomas, insônia, irritabilidade, hipersensibilidade a ruídos e pode desencadear a síndrome do pânico e a depressão.

Na avaliação realizada nesse estudo, 36 policiais militares da cidade de São Paulo, que sofreram ataques de uma facção criminosa em maio de 2006, foram convidados a participar desse trabalho. Os resultados foram animadores também na questão da resiliência, a habilidade ou capacidade de se sobpor a eventos traumáticos.

Folha Espirita – Recentemente, um trabalho realizado por sua equipe ganhou o Prêmio Abril de Saúde Mental e Emocional. O que significa ganhar esse prêmio?

Júlio Peres – O Prêmio Abril de Saúde Mental e Emocional indica o reconhecimento crescente do impacto positivo da boa psicoterapia na qualidade de vida de pessoas que atravessaram traumas ou adversidades importantes. Tal certificação foi mais um passo importante, considerando que havia no passado algumas dúvidas do público leigo e também dos profissionais da Saúde a respeito da eficácia da psicoterapia. O estudo que realizamos foi intitulado por jornalistas da Editora Abril de “Efeitos Nítidos da Psicoterapia no Cérebro” e, de fato, a pesquisa mostrou que o aprendizado adquirido no processo psicoterápico remitiu os sintomas e modificou as expressões neurais associadas ao trauma. Costumo dizer aos meus pacientes que o psiquismo, por meio dos diálogos internos, é o mais importante gerador neuroquímico e influencia tanto o sofrimento quanto o bem-estar. Portanto, é fundamental considerar o universo subjetivo das pessoas engajadas em quaisquer tratamentos endereçados ao bem-estar. Ficamos felizes com o prêmio, especialmente por saber que os avaliadores dos trabalhos científicos são reconhecidos profissionais/pesquisadores da Saúde (psicólogos, psiquiatras, neurocientistas, educadores, entre outros) vinculados ao meio acadêmico, que legitimaram em suas escolhas, entre excelentes outros trabalhos, os benefícios da psicoterapia também mensuráveis no cérebro.

FE – O trabalho enfocou o trauma vivenciado por policiais militares na cidade de São Paulo. É alto o número de profissionais que sofrem estresse pós-traumático?

Peres – Sim. Os estudos epidemiológicos mostram que a maioria de nós sofreu ou sofrerá eventos potencialmente traumáticos, como perda de entes queridos, acidentes, enfermidades, entre outros. Contudo, alguns configuram o trauma e outros não. A prevalência do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) na população geral é estimada em aproximadamente 10%, enquanto a prevalência do TEPT parcial (pessoas que manifestam alguns sintomas pós-traumáticos) pode chegar a 30%. Quando grupos de risco, que confrontam eventos potencialmente traumáticos com frequência, são estudados, tal como os policiais, o percentual de indivíduos com TEPT aumenta significativamente. Há duas décadas pesquisadores têm procurado compreender quais são os diferenciais para o desenvolvimento ou não do trauma psicológico, e algumas pesquisas já revelam os fatores envolvidos na superação. Em linhas gerais o crescimento pós-trauma envolve cinco aprendizados: (1) Abertura para novas experiências, interesses e objetivos de vida; (2) Apreciação e valorização da vida; (3) Melhor relação familiar e interpessoal permeada por gratidão, bondade e amor; (4) Desenvolvimento ou resgate da religiosidade/espiritualidade no dia a dia; e (5) Descoberta de força, coragem e perseverança para superação de adversidades. Um belo estudo (Peterson C, Park N, Pole N, D’Andrea W, Seligman ME, *Journal Trauma Stress*. 2008 Apr;21(2):214-7) mostrou que o crescimento pós-trauma relaciona-se diretamente com o fortalecimento do caráter e o desenvolvimento das virtudes: coragem, justiça, temperança, sabedoria, paciência, amor e esperança. Nosso estudo mostrou que a religiosidade e a espiritualidade tiveram um papel ativo na resiliência conforme a escala DUREL e RCOPE. Dois principais fatores de enfrentamento religioso mostraram destacada significância estatística: (1) “Busquei o amor e o cuidado de Deus” (procura de apoio spi-

ritual) e (2) “Eu procurei colocar meus planos em ação junto com Deus” (enfrentamento religioso colaborativo).

FE – Em linhas gerais, como a neuroimagem auxiliou os trabalhos psicoterapêuticos?

Peres – O estudo avaliou pela primeira vez os mecanismos neurais relacionados à resiliência (capacidade de o indivíduo lidar com problemas, superar obstáculos ou resistir à pressão de situações adversas – choque, estresse, etc.) espontânea e à superação do trauma no processo psicoterápico. O estudo utilizou a Ressonância Magnética Funcional para examinar os policiais resilientes e os acometidos do transtorno de estresse pós-traumático submetidos à psicoterapia. A neuroimagem funcional ajudou-nos a compreender as reciprocidades neurais associadas à superação traumática. Nosso estudo mostrou que a resiliência não é algo que alguns têm e outros não. Pode ser desenvolvida, e a psicoterapia favorece esse aprendizado. Vale lembrar que os conhecimentos desse processo não são restritos ao momento: beneficiam também outros domínios da vida ao longo do tempo. O sofrimento traumático pode ser, de fato, parte de uma história de superação. Além da neuroimagem funcional, outros aspectos como sintomas, qualidade de vida e preditivos de superação foram investigados, e uma pesquisa como a que fizemos envolve necessariamente a participação de vários colaboradores multidisciplinares. Três universidades estiveram envolvidas no estudo (Unifesp, Faculdade de Ciências Médicas Santa Casa de São Paulo e Universidade Federal de Juiz de Fora), além da Polícia Militar do Estado de São Paulo. É importante que tenhamos o princípio da colaboração fortalecido para que objetivos nobres sejam alcançados. O artigo *Police officers under attack: Resilience implications of an fMRI study* foi publicado recentemente na Edição Especial de Comemoração dos 50 anos do *Journal of Psychiatric Research*. O trabalho de construir pontes entre a psicoterapia e a neuroimagem deve continuar. Juntas, as duas abordagens complementares e interdependentes podem levar a tratamentos cada vez mais eficazes para pessoas que sofreram traumas.

FE – No trabalho apresentado fala-se em resiliência. Como ela pode ajudar a superar esse tipo de estresse?

Peres – A psicoterapia pode ajudar as pessoas a desenvolverem resiliência. Para isso, é preciso construir uma aliança positiva com as experiências dolorosas, fortalecer os aprendizados para uma vida melhor e tirar o foco do lado ruim, ainda que este pareça mais evidente. Observo em minha clínica que a superação ocorre quando uma aliança de aprendizado com o sofrimento é construída, favorecendo benefícios adicionais à qualidade de vida anterior à ocorrência do trauma. Os resultados de nosso estudo também enfatizaram a importância da brevidade do atendimento psicológico especializado após a ocorrência de um evento com grande potencial traumático, uma vez que os indivíduos submetidos à psicoterapia não mais preenchiam os critérios de TEPT enquanto os indivíduos não submetidos à psicoterapia pioraram os sintomas. As pessoas traumatizadas sem tratamento apresentam risco três vezes maior para emergência de comorbidades como Transtorno Depressivo, Transtorno do Pânico, abuso de substâncias e Transtorno Somatoforme, conforme mostramos em Peres et al., *Psychological trauma in chronic pain: implications of PTSD for fibromyalgia and headache disorders*. *Curr Pain Headache Rep*. 2009, 13(5):350-7.



Peres: “Prêmio indica reconhecimento crescente do impacto positivo da boa psicoterapia”

Sobre o autor

Júlio Peres é psicólogo clínico e doutor em Neurociências e Comportamento pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. Pós-doutorado no Center for Spirituality and the Mind, University of Pennsylvania, e na Radiologia Clínica – Diagnóstico de Imagem pela Unifesp, é autor de estudos que investigam os efeitos neurobiológicos da psicoterapia através da neuroimagem funcional (*Psychological Medicine* 2007 e *Journal of Psychiatric Research* 2011). Pesquisador do Programa de Saúde, Espiritualidade e Religiosidade (PROSER) do Instituto de Psiquiatria da Universidade de São Paulo e professor titular de Psicotraumatologia Clínica do Hospital Pérola Byington, é autor de artigos científicos sobre psicoterapia, espiritualidade, resiliência, reencarnação, superação e dos livros *Trauma e Superação: O Que a Psicologia, a Neurociência e a Espiritualidade Ensinam*, editora ROCA (www.julioperes.com.br), e *Neuroimaging for Clinicians: Combining Research and Practice*, Editora InTech (<http://www.intechweb.org/books/show/title/neuroimaging-for-clinicians-combining-research-and-practice>). É colaborador do Departamento de Pesquisa da AME-Brasil.

Haitianos no Brasil?

CONRADO SANTOS

A notícia "Brasil decide fechar as fronteiras aos haitianos", publicada no jornal *O Globo*, em 10 de janeiro, saltou-nos aos olhos. Estávamos diante de uma resolução que poderia mudar o rumo da vida de milhares e milhares de pessoas, que, após dois anos, tentam de alguma forma juntar as forças que restam e não mais são capazes de reerguer as ruínas das cidades abaladas pelos tremores de 2009, bem como devastadas pela miséria e sofrimento que já assolavam suas vidas.

E, com nossos pensamentos envolvidos na complexidade e importância do momento, decidimos avaliar o que essa notícia causou às pessoas. Pesquisando na internet, pudemos colher inúmeros relatos de pessoas que se levantaram em protesto contra a presença e a permanência dos nossos irmãos haitianos, muitos até com insultos pesados demonstrando uma completa falta de compaixão. Foi então que despertamos para a relevância do fato e decidimos refletir sobre o assunto.

Vale reforçar que nossa intenção não é, de forma alguma, discutir aqui a política migratória de nosso país, mas, sim, apenas tentarmos olhar para o fato e buscarmos nos apoiar em entendimentos que possam ir além da perspectiva apresentada pela imprensa, e as justificativas dos governantes. Enfim, não importa se fechar ou não as fronteiras são as atitudes mais corretas, mas vale pensarmos como essa questão pode influenciar nossas vidas, pois, ao observarmos as manifestações de leitores, vemos que tal notícia desperta sentimentos muito adversos ao acolhimento de nossos irmãos.

Reflexão

Uma reflexão necessária é sobre a questão de nossas origens, lembrando que, conceitualmente, o Brasil é um país que foi construído com participação efetiva de imigrantes, e isso desde a época da colônia, com grande movimentação nas guerras mundiais, e depois até mesmo como oportunidade de povos fugirem de regimes opressores. Devemos muito a essas corações que abandonaram suas pátrias mães para adotarem o solo brasileiro como sua terra e aqui lutaram e se dedicaram para trazer tanto crescimento e progresso.

Uma constatação que deve ser percebida é que, no atual cenário socioeconômico, nosso país passa a atrair os holofotes que apontam oportunidades de



crescimento e sobrevivência para muitos, ou seja, nós, que durante muitos anos vimos nosso povo sofrer e lançar ao mundo em busca de melhores condições financeiras, e até mesmo respeito e igualdade, passamos a ser vistos como o país promissor, realmente, o País do Futuro e, pelo jeito, não só do nosso futuro.

Em 1941 o escritor austríaco Stefan Zweig, em sua obra *Brasil, País do Futuro*, justificaria fatores que reforçam o título de seu livro, ao concluir na introdução da obra: "Por isso, na existência do Brasil, cuja vontade está dirigida unicamente para um desenvolvimento pacífico, repousa uma das nossas melhores esperanças de uma futura civilização e da pacificação do nosso mundo devastado pelo ódio e pela loucura. Mas onde se acham em ação forças morais é nosso dever fortalecermos essa vontade. Onde na nossa época de perturbação ainda vemos esperança de um futuro novo em novas zonas, é nosso dever

indicarmos esse país, essas possibilidades."

Zweig reforçou em sua obra sua crença, como artista e humanista, de que o futuro da humanidade deveria passar por uma evolução onde os países não deveriam manter fronteiras e todos teriam condições de transitar sem dificuldades pelo globo. Segundo ele, esse movimento integraria os povos e facilitaria as relações.

E por que não lembrarmos as brilhantes páginas de Humberto de Campos, em *Brasil, Coração do Mundo, Pátria do Evangelho*, quando na narrativa surgem as palavras do Cristo: "Para esta terra maravilhosa e bendita será transplantada a árvore do meu Evangelho de piedade e de amor. No seu solo dádivo e fértilíssimo, todos os povos da Terra aprenderão a lei da fraternidade universal."

E, em sua entrevista para a *Folha Espírita* de 1992, Chico Xavier afirma: "Somos o Coração do Mundo, mas ainda não somos a Pátria do

Evangelho". E, se desejássemos sé-la, deveríamos demonstrar fraternidade e darmos apoio aos povos de outros países que chegam aqui.

A percepção de Zweig — a de um judeu refugiado de guerra que encontra em nossas terras uma oportunidade de expor seus pensamentos e ideias e se apaixonou a tal ponto de registrar em sua obra as suas expectativas otimistas para o Brasil — realmente nos faz refletir que temos um compromisso com a humanidade, e isso já é percebido e sentido pelos corações que aqui aportam, como aconteceu com esse austríaco quando aqui chegou.

Além disso, a clareza das orientações de Humberto de Campos e a afirmativa de Chico Xavier convidam-nos a pensar: como deveríamos agir perante nossos irmãos haitianos que aqui aportam em busca de amparo? O que podemos dizer para famílias que atravessam dias viajando e fugem da miséria e destruição absolutas sonhando com um futuro em nosso país?

O movimento migratório de nossos irmãos haitianos já nos convida ao desenvolvimento de uma postura mais fraterna e acolhedora, e deve nos preparar para os dias porvindouros, nos quais virão, de muitas partes do mundo, irmãos em busca de paz, amparo e sobrevivência.

Como falamos ao iniciarmos, não queremos discutir as resoluções do governo frente ao assunto, mas, sim, fazer enxergar como nós, brasileiros que somos, estamos nos postando frente à tamanha responsabilidade, na qual deveremos demonstrar se realmente desejamos vivenciar o Evangelho do Cristo em nossas vidas.

Que venham os haitianos! Que sejam recebidos com amor, fraternidade e responsabilidade pelas autoridades. E vamos seguir confiantes, porque a Providência Divina sabe de nossas necessidades, e nada acontece por acaso. Oremos para que nossos governantes recebam as melhores intuições e decidam em favor de nossos irmãos estrangeiros que chegam. E que possamos aproveitar para exercitar a fraternidade, e, quem sabe um dia, sermos a Pátria do Evangelho.



Conrado Santos (conradogs@terra.com.br) é marqueteiro, publicitário e colaborador do Grupo Espírita Carbar Schutel, na capital paulista

Arte e superação são exemplos de fé

MARJORIE AUN

Imaginem um jovem estudante de 15 anos, saudável e feliz, que, repentinamente, após um grave acidente durante esportes com luta, sofre uma lesão irreversível na coluna. Até ali, ele era um garoto ativo, sem nenhuma aptidão especial para a arte e com uma rotina repleta de atividades, como todos os meninos nessa idade. Tetraplégico, o jovem se vê à beira da depressão e passa a gastar os seus dias parado diante da televisão.

Assim começa a história do artista Doug Landis, que só descobriu o seu incomparável talento para o desenho após ficar imóvel do pescoço para baixo. A descoberta aconteceu pela iniciativa do irmão de Doug. Triste por vê-lo cair em depressão logo após a tragédia, o irmão tentou inspirá-lo a produzir algo posicionando um lápis na sua boca. O que se viu a partir dali surpreendeu a todos e mudou definitivamente o destino de Doug.

Com muita paciência e dedicação, Doug começou a desenhar e retomar o gosto pela vida. Criou e aprimorou um estilo próprio com o uso do grafite. E eleger o tema principal retratar animais selvagens em extinção.

Ele hoje diz que ama desenhar e que se emociona ao ver que seu trabalho inspira outras pessoas a fazerem algo por suas próprias vidas. Mesmo tendo perdido sua liberdade física numa fase da vida repleta de oportunidades e sonhos, Doug, através do amor de seu irmão, conseguiu libertar seu espírito e desenvolver um talento real.

Ele é categórico ao afirmar: Encontrei um talento escondido em mim, o que me leva a crer que todos tenham algum também. Encontrar seu talento

ajuda a ter esperança e a atravessar melhor a vida."

O artista, que neste mês completa 53 anos, gasta em cada obra um tempo variado, dependendo do tamanho e do nível de detalhamento de cada uma. Ele não ultrapassa a cota diária de quatro horas de trabalho, a fim de não danificar a musculatura do pescoço. No início, empolgado, ele despendia até 8 horas seguidas desenhando e logo passou a sofrer fortes dores. Foi forçado a interromper o ritmo, concluindo que as estruturas do pescoço não poderiam suportar movimentos repetitivos como os que ele precisava fazer para realizar sua arte, e foi então necessário disciplina e um novo planejamento.

Poderíamos, neste momento, pensar em quantos projetos nós mesmos, detentores de braços e mãos perfeitos, deixamos de lado por preguiça ou desinteresse.

Exemplos existem no mundo, de homens e mulheres como Doug Landis, que desafiam os limites do próprio conforto, superam problemas que pareciam definitivos e, sem buscar dentro de si a revolta ou as reclamações que diariamente nós mesmos preferimos por motivos tão mais corriqueiros, realizam obras incríveis. Mães sem braços e pernas que educam suas crianças e cuidam de seus lares, homens com defeitos congênitos que levam projetos grandiosos a cabo, sobreviventes de tragédias que não se acomodam na dor da perda de seus membros e nos deixam boquiabertos com suas realizações. Na era do *YouTube*, não faltam vídeos para nos emocionar com tais exemplos, e Doug Landis é mais um entre eles.

O objetivo deste texto não é somente expor o exemplo de vida trazido por Doug, mas, sim, convi-

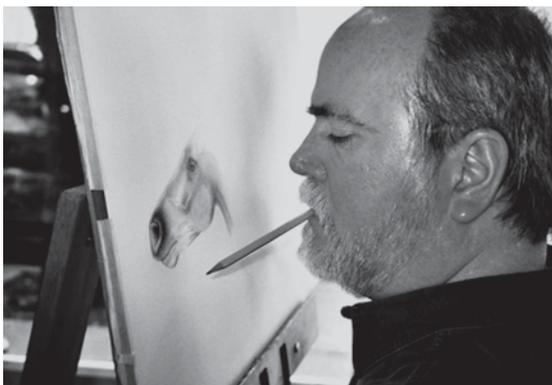
dar cada um de nós a repensar com seriedade sobre nossa atual encarnação. Voltaremos de mãos vazias ao Plano Espiritual se continuarmos a julgar o que nos desagrada no comportamento dos outros ao redor, se nos acomodamos nas reclamações vazias para justificarmos nossas próprias falhas de caráter. Improdutiva e egocêntrica, essa postura que repetimos incessantemente, sem nos darmos conta, somente pode ser vencida pela consciência renovada na Fé e no estudo de si mesmo. Será necessário perdemos uma função do organismo para valorizarmos o tempo real que nos foi dado para trabalhar, amar e evoluir?

Emmanuel, em *Pensamento e Vida*, ajuda-nos a refletir sobre o tema: Dar novo pasto à mente pelo

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



Marjorie Aun (contato@marjorieaun.com.br) é arquiteta, ilustradora e membro do Grupo Espírita Carbar Schutel, na capital paulista



Landis gasta em cada obra um tempo variado, dependendo do tamanho e nível de detalhamento



NOVO SATÉLITE

TVCEI e TV MUNDO MAIOR
AGORA JUNTAS NO MESMO SATÉLITE

A partir do dia 7 de novembro de 2011, a TVCEI e a TV Mundo Maior iniciam uma importante parceria que irá beneficiar a distribuição mundial através do satélite.

Esta união de experiências irá trazer para os telespectadores uma TV Espírita muito mais forte, consolidada e com uma programação ainda melhor, além de ampliar a área de cobertura, através do sistema CI e diversas vantagens de TV a cabo.



A PROGRAMAÇÃO SERÁ REENCALADA EM TRÊS HORAS PARA CADA EMISSORA.

Dados para acessar com antena parabólica:
Satélite StarOne C2 (banda C digital)
Frequência: 3944 MHz
Símbol Rate (SR): 1875

Nota: quem possui a kit de recepção da TVCEI poderá manter o mesmo receptor, bastando trocar o sistema para outra compatível com banda C digital. O sinal do Estrelo do Sul já está desativado.

Informações: www.tvcei.com/satelite

Educa a Tua Alma**Bode expiatório**

SANDRA MARINHO

Queridos amigos e amigas leitores. Já repararam como é difícil encontrar alguém que, diante dos problemas pelos quais está passando, assume, sem pestanejar, a responsabilidade por eles? Realmente, diante de situações que nos fazem sofrer, o mais comum é responsabilizar outra pessoa ou alguma situação pelo acontecimento.

O fato é que esse tipo de comportamento torna-se o principal empecilho para encontrarmos a solução efetiva do problema. Quando lemos uma matéria ou assistimos a uma entrevista com especialistas da área da Medicina ou da Psicologia, é comum observar que todos são unânimes ao citar a importância do reconhecimento por parte do paciente da sua parcela de responsabilidade sobre a doença e também pela cura.

O hábito de não assumir a responsabilidade pelos erros e também pela sua correção estende-se a muitas situações individuais e coletivas.

Alguns exemplos:

A pessoa que não admite seu vício, ou, se admite, acredita que outros são os culpados ou que a situação ficou dessa maneira por conta das circunstâncias em que viveu.

Um governo que não assume as falhas cometidas e atribui os problemas de governança às crises externas, etc.

Mas sejamos honestos. Onde pretendemos chegar com esse tipo de comportamento? Devemos pensar bem. Por que reencarnamos e reencarnamos e estamos ainda nesse ponto na atual existência senão pela nossa dificuldade de assumir e prosseguir como os únicos responsáveis pela nossa infelicidade ou felicidade? É uma questão de escolha.



Se escolhermos ser os responsáveis, viveremos com sabedoria e isso nos dará a certeza de que estamos no leme, no comando do nosso destino. Se optarmos pelo contrário, sabe-se lá para onde seremos levados! E qual conforto isso nos dá realmente? Nenhum! Pura ilusão! A ilusão de que não nos cabe a responsabilidade pelo estrago! Ledo engano! Pois, indubitavelmente, somos sempre nós os responsáveis pelo que plantamos e pelo que colhemos! Melhor não nos iludirmos!

Tomemos o exemplo da Associação dos Alcoólicos Anônimos, que alerta para a importância de

primeiro admitir que o problema existe antes de poder começar a mudar. E isso não acontece com um dedo apontado para a pessoa ou por condições externas. Significa aceitar a responsabilidade pelas próprias dificuldades e fazer um esforço genuíno para mudar.

Velho Testamento

Certamente vocês já ouviram a expressão "bode expiatório". Trata-se de uma história do *Levítico*, do *Velho Testamento*, sobre uma reunião sagrada chamada "O bode expiatório". Naquela época, quando os problemas do povo pareciam não ter solução, um

bode saudável era levado até o templo, e o sumo sacerdote da tribo, com a mão sobre a cabeça do animal, recitava solenemente uma lista de desgraças. Em seguida, o animal, que supostamente levava com ele todos os problemas humanos e os espíritos malignos, era solto.

Por incrível que pareça, embora esse ritual acontecesse há mais de 4 mil anos, até hoje permanece o conceito de bode expiatório. E tem muita gente nos dias atuais que mesmo sem saber se apoia nessa crença, acreditando que atribuindo a outrem a carga de seus problemas está isenta da responsabilidade de resolvê-los.

Vamos aproveitar que estamos ainda no começo do ano e, em vez de carregar o nosso "bode expiatório" para então soltá-lo na ilusão de ficarmos livres de tudo o que na verdade cabe a nós e somente a nós encarar, destrinchar e solucionar, vamos ouvir os bons conselhos dos nossos espíritos amigos e protetores, e criamos coragem para segurar firmes no leme de nossos destinos e avançarmos com paciência e determinação.

E, com certeza, muitas das situações que hoje nos incomodam e parecem não ter fim, daqui a um ano serão apenas vagas lembranças. Vale a pena tentar!



Sandra Marinho é palestrante do Grupo Espírita Cairbar Schutel e apresentadora do programa *Portal de Luz*, exibido pela seção *Educa a Tua Alma*, exibido pela TV aberta, sábado às 9 horas, e no site da TV Mundo Maior

papo cabeça**Amigo real X amigo virtual**

"Valorizemos o amigo que nos socorre, que se interessa por nós, que nos escreve, que nos telefona para saber como estamos indo. A amizade é uma dívida de Deus. Mais tarde, haveremos de sentir falta daqueles que não nos deixam experimentar solidão!" Chico Xavier

O universo virtual tomou definitivamente conta das nossas vidas. Fazemos parte de um mundo que se formou em torno das telas de nossos computadores. Alguns jovens têm uma facilidade incrível para fazer amizades novas, mesmo com aqueles que ele mal conhece. São as amizades virtuais.

Segundo pesquisa realizada pelo *Norton Online Living Report (NOLR)*, da Symantec, crianças e jovens brasileiros de 8 a 17 anos passam 70 horas por mês conectados à internet. Muitos conectados a "amigos" que nunca viram na vida, gente que nem conhecem pessoalmente.

De qualquer forma, ter um amigo para conversar é muito bom. Podemos desabafar, contar as nossas frustrações e angústias ou comemorar com ele as nossas vitórias e realizações.

Seja esse amigo virtual ou real, é preciso confiança, segurança, respeito e amor. Certa ocasião recebi um e-mail de uma amiga real, que tratava do assunto e cujo título era Amigo real X amigo virtual.

O autor, desconhecido segundo o e-mail, colocava na balança vantagens e desvantagens das amizades virtuais e reais sob cinco aspectos. Veja abaixo:

Confiança

Amigo real: É mais fácil confiar em alguém que você conhece de fato. E, conforme a amizade se fortalece, a confiança se torna mais intensa.

Amigo virtual: Pode-se mentir sobre idade, cidade onde mora e até sexo... É arriscado confiar, mesmo vendo a pessoa pela webcam.

Intimidade

Amigo real: O convívio, na escola, academia ou balada, faz com que a intimidade role naturalmente.

Amigo virtual: Escondido atrás do computador, você se sente à vontade para falar da sua vida (coisa da qual pode se arrepende depois).

Presença

Amigo real: Em época de escola, é difícil arrumar tempo para encontrar os amigos. Ou seja, vocês acabam se falando menos.

Amigo virtual: É mais presente. Basta estar na frente do computador para se falar, em fins de semana, nas férias ou de madrugada.

Conselhos

Amigo real: Esse amigo conhece você muito bem, assim como sua família, seus outros amigos e namorado(a). Por isso, pode dar ótimas dicas.

Amigo virtual: Nem sempre conhece detalhes da sua vida. Ou seja, talvez não consiga dar o conselho mais adequado para um problema.

Sinceridade

Amigo real: Nada melhor do que o olho no olho, o tom de voz e o ritmo de uma conversa com um amigo real para checar se há sinceridade.

Amigo virtual: Complicado saber se uma conversa pelo MSN, ou qualquer outro site de relacionamento, está sendo levada a sério pela outra pessoa. Nessa hora, a frieza da internet atrapalha.

Quem vence, ou seja, quem tem maior peso? A amizade real ou a amizade virtual? Você decide. Ah, e se você quiser conhecer um amigo virtual pessoalmente, avise seus pais sobre o encontro, marque em um local público e leve sempre uma companhia. Boa sorte!

(WGJ)

cantinho do evangelizador**O entrosamento entre alunos e professores**

WALTER GRACIANO JR.

A cada ano que se inicia, novos grupos de evangelizadores e alunos se formam. É frequente a busca do evangelizador em realizar um trabalho eficaz que desperte o interesse, a criatividade e estimule o desenvolvimento do evangelizando. Afinal, todo trabalho sério exige continuidade e disciplina e, quando há comprometimento, há satisfação geral.

Engana-se quem pensa que efetuar a matrícula, formar uma classe e levar os alunos para a sala de aula com material e planejamento já tem o trabalho completo. Muito pelo contrário, está apenas começando, e esse início é fundamental para a continuidade das tarefas.

Engana-se quem pensa que efetuar a matrícula, formar uma classe e levar os alunos para a sala de aula com material e planejamento já tem o trabalho completo. Muito pelo contrário, está apenas começando, e esse início é fundamental para a continuidade das tarefas.

Vale lembrar que não é pelas mãos que vamos conduzir esses espíritos que foram colocados em nossos caminhos, e sim pelos corações. Com certeza eles não estão frequentando as aulas para verificarem o nosso nível de conhecimento. O que eles querem saber é quanto nós nos importamos com eles.

A evangelização espírita não deve ser interpretada como a escola tradicional, porém alguns hábitos devem ser cultivados pelos seus trabalhadores, sejam eles evangelizadores, coordenadores ou auxiliares.

Seguem algumas dicas dadas pela pedagoga e psicopedagoga Roseli Brito para a prática do entrosamento em sala de aula:

- 1- Ria junto com eles.
- 2- Diga-lhes o quanto você gosta de estar com eles.
- 3- Encoraje-os a pensar grande.
- 4- Incentive-os a persistirem e celebre os resultados.
- 5- Compartilhe do entusiasmo deles.
- 6- Quando estiverem doentes envie uma carta ou um bilhete.
- 7- Ajude-os a tornarem-se "experts" em algo.
- 8- Elogie mais e critique menos.
- 9- Converse a respeito dos sonhos ou do que os afigem.
- 10- Respeite-os sempre.
- 11- Esteja sempre disponível para ouvi-los.
- 12- Apareça nos eventos que eles realizarem.
- 13- Encontre interesses em comum.
- 14- Desculpe-se quando fizer algo errado.
- 15- Ouça a música favorita deles com eles.
- 16- Acene e sorria quando estiver longe.
- 17- Agradeça-os.
- 18- Deixe claro o que você gosta neles.
- 19- Recorte figuras, artigos de revistas que possam interessá-los.
- 20- Pegue-os fazendo algo certo e cumprimente-os por isso.
- 21- Dê-lhes sua atenção individual.

Esses 25 comportamentos traduzem a essência do que é criar um relacionamento baseado no amor. São detalhes fundamentais que devem ser constantemente lembrados.

Bom trabalho em 2012!

Fonte: Roseli Brito - pedagoga, psicopedagoga, neuroeducadora e coach



Walther Graciano Júnior é pedagogo (graciano@folhaespirita.com.br)

música

Fonte: Roseli Brito - pedagoga, psicopedagoga, neuroeducadora e coach

INSTITUTO BAIRRAL

Clínicas Psiquiátricas

Tratamento em unidades específicas para cada perfil diagnóstico, cada uma delas dotada de sua própria equipe técnica multiprofissional. As edificações situam-se em meio a 40 hectares de área verde, dispostas em sua infra-estrutura de piscinas, quadras poliesportivas, gramados de futebol, cancha de bochas, quadras de tênis, cine-teatro, ateliês de terapia ocupacional e extensas áreas de convívio. O Instituto Bairral é mantido pela Fundação Espírita "Américo Bairral", entidade filantrópica sem fins lucrativos, e localiza-se a 170 km de São Paulo, na região das estâncias de Águas de Lindóia e Serra Negra. Mantém convênios com as principais entidades e planos de saúde.

Rua Dr Hortêncio Pereira da Silva, 313 - Fone (19) 3863-8400
ITAPIRA(SP) - CEP 13970-905
E-mail: bairral@bairral.com.br - Site: www.bairral.com.br

rir e refletir

Varas de avelaíra

RICHARD SIMONETTI

Conta-se que quando Lutero ouvia determinadas perguntas sobre a fé evangélica, respondia: *Deus está sentado por detrás de uma avelaíra com varas cortadas para aplicá-las aos interrogadores indiscretos.*

Bela maneira de furta-se a questões perturbadoras, irresponsáveis à luz dos princípios que espovava.

Por exemplo:
Por que, sendo Deus absolutamente justo e bom, permite que convivam na Terra:

- Ricos e pobres...
- Sãos e doentes...
- Gênios e idiotas...
- Bons e maus...
- Santos e facínoras...
- Sãos e doentes...
- Atletas e paralíticos...

Não vale dizer que a origem desses desníveis está na combinação de elementos hereditários, no ambiente social, na cultura, na educação...

Essa explicação só serve para os materialistas. Sem Deus não importam as injustiças.

Nem vale informar, como pretendia Lutero, que Deus tem seus eleitos, como se já nascessem com passaporte para o paraíso, dotados de valores espirituais que não favorecem o homem comum.

Essa explicação só serve para os ingênuos. Se Deus tem favoritos, como fica a justiça?

Se pretendermos que haja equidade nas situações humanas, a única saída está na Doutrina Espírita, que, mais cedo ou mais tarde, neste século ou em futuro remoto, será assimilada pelas religiões tradicionais.

Iso por uma razão muito simples: seus princípios enunciam os mecanismos que regem a evolução e o destino dos Espíritos, os seres pensantes da Criação.

Com o Espiritismo aprendemos que não fomos criados no momento da concepção, nem todos ao mesmo tempo.

Já vivíamos antes do berço; seguiremos vivendo depois do túmulo, como seres imortais destinados à perfeição, cada qual num estágio de evolução correspondente à sua idade e ao aproveitamento das experiências evolutivas.

Em nosso mundo convivem Espíritos de diferentes graduações, o que explica a diferença de aptidões, tendências, vocações...

Espíritos bons são mais vividos, mais experientes, conscientes de suas responsabilidades.

Espíritos maus ainda não assimilaram a noção básica de que o Universo é regido por mecanismos de causa e efeito que sempre fazem repercutir em nós mesmos o que fazemos, para que aprendamos a distinguir o que devemos ou não fazer.

Faz parte dessa estrutura a reencarnação, que nos oferece incontáveis oportunidades de mergulhar na carne, para experiências compatíveis com nossas



necessidades evolutivas.

No atual estágio, a carne funciona, basicamente, como uma lixa grossa que desbasta nossas imperfeições mais grosseiras.

Doenças, dores e limitações físicas representam os elementos de contenção e eliminação das tendências inferiores que desenvolvemos em nossa personalidade, em razão de nossa própria imaturidade.

Houvesse Deus de usar as varas de uma avelaíra para impor castigos, isso certamente não seria para os questionadores que procuram uma explicação para a Vida.

Seria destinado aos acomodados, aos que enveredam por caminhos de sombras, aos que se comprometem no erro, no vício, no crime...

Sabemos, no entanto, que esse deus estaria bem próximo do Jeová da tradição mosaica, um despota terrível, vingativo, que governa o mundo com mão de ferro, sempre disposto a perseguir, até à quarta geração, aqueles que o aborrecem, como está na Bíblia (Êxodo, 20:5).

O Deus que o Espiritismo nos propõe é aquele Deus revelado por Jesus, o pai de infinito amor e misericórdia que trabalha incessantemente pela felicidade de seus filhos.

Se varas de avelaíra nos vergastam, frequentemente, não são empunhadas por Deus, mas por nossa própria consciência, a nos advertir que é preciso dar jeito em nossa vida, buscando um comportamento compatível com nossa condição de filhos do Eterno, programados para a perfeição.



Richard Simonetti (simonetti@folhaespirita.com.br) é escritor e presidente do Centro Espírita Amor e Caridade, em Bauru (SP)

Ciúme não é amor

FERNANDO ÓS

Vou logo contando um episódio para mim inesquecível, antes de me perder em citações de autores célebres e seus pensamentos profundos ou superficiais.

De certa forma também protagonizei este caso. Era uma sexta-feira de inverno e me dei conta de que já escurecia. Não havia ninguém visível nos longos corredores do Lar Irmã Esther, em Guaíba (RS), ou melhor, pude distinguir doisultos escuros ao lado da recepção. Os trabalhos de atendimento haviam terminado uma hora antes, mas os dois vultos ali estavam quietos e mudos. Mesmo sentindo algum receio, caminhei em direção aos dois.

Conto a seguir como iniciamos o diálogo, eu quase não via seus rostos devido à minha pequena visão ocular. Eu lhes disse: "Olá, como vão?" Ninguém me respondeu. Então acrescentei: "Posso lhes servir em alguma coisa?" Logo o homem, meio pardo, se mexeu e disse-me: "Queremos falar com alguém daqui, quem pode nos atender?" Expliquei-lhe que nossos atendimentos públicos já estavam encerrados naquela tarde, lembrando que às 20 horas haveria palestra e passes. O homem então disse: "Venho da Barra do Ribeiro e plantava fumo, com esta aí, minha mãe. Ela insistiu para que eu viesse aqui. Vim com a condição de que seria a última vez. Não quero mais viver e esta será minha última noite."

Convidei-os a entrar numa sala de orientação para conversarmos sem pressa. Para não me alongar demais nesta crônica, vou sintetizar a história que o entrevistado me contou e os lances finais do que aconteceu. Esqueci-me do seu nome, mas aqui vou citá-lo como Júlio e assim reproduzo, a seguir, os fatos que me relatou: "Eu ajudava minha mãe na plantação de fumo, depois vendi arroz da região na cooperativa e depois larguei tudo ao conhecer Luana. Não sei dizer como, mas acho que alguém me botava espíritos na cabeça."

Breve história

"Sou como minha mãe, de poucas palavras. Penso mil coisas, mas ajo por impulso. Tudo ia bem entre eu e Luana, até que um dia ela me disse que havia pensado no nosso namoro e decidira terminar, nós seríamos apenas amigos, cada um no seu espaço. Deois de dizer isso friamente, ela me mandou embora."

Final inesperado

Eu então lhe perguntei se ele poderia tentar um diálogo com sua amada e ele me disse: "Já tentei duas vezes e ela me expulsou da sua casa. Em prantos, supliquei-lhe que voltasse pra mim. Aí o irmão dela, que ouvia tudo em outra sala, veio até nós, me pegou pelo braço, me botou porta afora e me disse ao gritar: 'Se você voltar aqui, quem vai recebê-lo será meu revólver calibre 32.'"

Secundo as lágrimas, Júlio me olhou resolutamente e me declarou, abrindo uma caixa de sapatos: "Vou sair daqui e pegar um ônibus para a Barra do Ribeiro. Tenho no tambor estas quatro balas: duas para o irmão dela, uma para ela e outra para minha cabeça." Após longa conversa, eu lhe expliquei o



que, na visão espiritual da imortalidade, significa suicidar-se. Descrevi-lhe o Vale dos Suicidas. Fui à biblioteca ao lado e trouxe-lhe o livro de Sueli Franco intitulado *No Vale dos Suicidas*, pedindo-lhe que lesse antes de ir à casa de sua ex-companheira.

A mãe do rapaz, ali do seu lado, apenas chorava silenciosamente. Súbito, olhei meu relógio e, com certo alívio, lhe disse: "Agora são mais de 8 horas, o último ônibus da noite já partiu, entregue a arma para sua mãe, nós vamos formar um grupo de oração ainda esta noite pedindo ao dr. Bezerra de Menezes que lhe defenda dos obsessores que estão em torno de você." Expliquei-lhe que seu sentimento de posse era excessivo. "É um egoísmo feroz, e ciúme não é amor. Ninguém deve ser dono de ninguém."

A volta

Passaram-se uns nove meses quando recebi a visita daquela mãe sofrida. Só que agora voltava alegre, queria contar as novidades e transformações ocorridas. Disse que três dias depois da visita feita ao Lar Irmã Esther, com seu filho doente da alma, teve um sonho com dr. Bezerra de Menezes, num lugar com árvores, muito verde e flores de um amarelo fúlgido. Ela me relatou que, segundo dr. Bezerra, suas preces tinham sido ouvidas junto ao trono de Deus. Seu filho havia obtido um ótimo emprego de vendedor de cereais, o irmão de sua amada havia falecido em um desastre de trânsito, a moça havia ido morar com sua mãe viúva e alguns meses depois Júlio se encontraria com a ex-amada e acabariam se casando. Ele havia construído uma linda casa e estavam felizes. Sumiram as nuvens e o céu resplandeceu.

Bom Deus, grande Deus, misericordioso do Universo, que a tua Luz Infinita se amplie sobre os corações sofredores nas suas lutas evolutivas em prol do progresso e da Sabedoria.



Fernando Ós (fernando_os@folhaespirita.com.br) é jornalista e presidente do Lar Irmã Esther, em Guaíba (RS). www.lefernando.com.br

Morre o corpo; prossegue a vida

W. A. CUIN

"... Em que se transforma a alma no instante da morte?"

"... Volta a ser Espírito, ou seja, retorna ao mundo dos Espíritos, que ela havia deixado temporariamente." (Questão 149, de *O Livro dos Espíritos*, de Allan Kardec)

Somos Espíritos eternos que, momentaneamente, possuímos um corpo físico. Esse veículo carnal teve um começo quando reencarnamos aqui na Terra, e, obviamente, terá um fim, quando deixarmos a presente existência para voltarmos ao mundo espiritual, de onde partimos um dia carregando no íntimo inúmeras propostas de progresso e aprimoramento.

O que a morte é capaz de fazer, pelas leis naturais da matéria, é ceifar a vitalidade desse corpo físico que utilizamos, jamais tendo qualquer atuação sobre a nossa vida, esta imortal e definitiva.

No momento em que tomarmos absoluta consciência dessa incontestável realidade, por certo a humanidade caminhará sob a rota de novas perspectivas e esperanças, pois que não mais viverá preocupada com a brevidade da vida na Terra, uma vez que terá a eternidade diante dos olhos.

À pressa, o apego exagerado à matéria, a ganância em desfrutar de tudo rapidamente, a busca desesperada por posições de destaque, de mando, de poder, de fama, o medo da velhice, por certo, não terão o mesmo peso de agora, haja vista a certeza de que os milênios nos esperam, e, dentro do tempo, logaremos realizar nossos sonhos e metas com mais equilíbrio e serenidade.

E mais ajustados ainda seremos à medida que nos conscientizarmos de que somos absolutamente livres, para vivermos como desejamos, construindo com mais rapidez a nossa paz ou ainda caminhando entre vacilações, no contexto das nossas dores e angústias.

Somos, em realidade, hoje, o que fizemos de nós ao longo do tempo. Aquele que se esforçou mais, que aproveitou mais as oportunidades que teve, sob o comando das sábias lições da dignidade, honradez e sublimidade, logrou encontrar um patamar de alegria e realizações. Quem viveu na contramão desse caminho, naturalmente amarga as decepções e os equívocos que, descuidadamente, cultivou.

Tendo a eternidade pela frente e a responsabilidade de construirmos a vida que queremos desfrutar,



será preciso apenas observar ao nosso redor e fazer uso dos recursos e mecanismos que as sábias leis de Deus colocam à nossa disposição, sem atropelos, ansiedades e precipitações.

Dentro da vida, na busca pela perfeição a que estamos destinados, na qual logaremos desfrutar a paz que sonhamos e a felicidade que queremos, ainda teremos muitos nascimentos e mortes físicas aqui na Terra, nos vários e sucessivos processos reencarnatórios que nos aguardam.

O importante é não esquecermos que ninguém poderá impedir a nossa escalada de progresso e evolução espiritual. O código divino que rege as diretrizes da humanidade dispõe de todos os recursos a nosso favor, bastando que cada um faça uso desses mecanismos, conforme seus interesses.

Compreendendo, pela lógica e evidência da razão, que a morte do corpo físico se caracteriza apenas como o encerramento de uma etapa de trabalho na Terra, e que a vida prossegue pela eternidade afora, sem dívida, viveremos com mais serenidade para edificarmos os dias do futuro.

Temos um corpo material que morre, e uma vida espiritual imortal.

Refletamos...



Waldenir Aparecido Cui (wcuin@folhaespirita.com.br) é administrador de empresas, escritor e pres. da Associação Beneficente Irmão Mariano Dias, em Votuporanga (SP)

Está preocupado com a maneira de beber de alguém?

O AL-ANON PODE TE AJUDAR!

Grupos Familiares Al-Anon

Grupo Guarani
Rua dos Jornaleiros, 201-A
Jaboticatubas
Reuniões Terças e Sábados das 19h às 20h
Serviço de Informações "SIPALANON" (11) 3228.7425
www.al-anon.org.br

AJUDA PARA FAMILIARES E AMIGOS DE ALCOÓLICOS

REDE BOA NOVA DE RÁDIO, A COMUNICAÇÃO EM PROL DE UM PLANETA DE REGENERAÇÃO.

Sintonias Via Rádio

Grande São Paulo	Rádio Boa Nova 1430 AM
Serviços e Reg. São Paulo	Rádio Boa Nova 1600 AM
Mirassol - SP	Rádio Boa Nova 1140 AM
Sul de Mato Grosso do Sul	Rádio Cruzeiro RC Vale 720 AM
Jacareí RJ	Rádio Cidade 870 AM

Sintonias Via Parabólica

Parabólica São Paulo	Parabólica São Paulo	Parabólica São Paulo	Parabólica São Paulo
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

Rádio Via Internet

www.radiobonova.com.br - OiClix (em vivo) - DDLive (gratuito)

rede@radiobonova.com.br
(11) 2457.7000 - 0800 879 50 11

SUICÍDIO:

números aumentam no Brasil e no exterior

GIOVANA CAMPOS

Estudo divulgado pelo Ministério da Justiça em 2011 mostra que, de 1998 a 2008, o total de suicídios no Brasil passou de 6.985 para 9.328, representando aumento de 33,5%. Esse crescimento foi superior ao da população do País no mesmo período, que foi de 17,8%; ao dos homicídios, que cresceram 19,5%; e ao dos óbitos por acidentes de transporte, 26,5%. Nesse período, o Estado do Piauí registrou um aumento de 221,7% nos casos de suicídio, passando a ser o maior índice brasileiro tanto em números totais como entre a população jovem. A capital piauiense, Teresina, é a segunda do País com a maior taxa de suicídios entre a população jovem: 14,4 suicídios para cada grupo de 100 mil habitantes.

Tabela 5.2.5. Ordenamento das Capitais por Taxas de Suicídio (em 100 mil) na População Total e na População Jovem. Capital, 1998/2008

CAPITAL	POPULAÇÃO TOTAL			
	1998		2008	
	TAXA	POS.	TAXA	POS.
TERESINA	6,0	8ª	9,6	1ª
PORTO ALEGRE	11,8	1ª	8,5	2ª
GOIÂNIA	4,9	15ª	8,1	3ª
ARACAJU	3,6	18ª	8,0	4ª
PALMAS	2,7	23ª	7,1	5ª

CAPITAL	POPULAÇÃO JOVEM			
	1998		2008	
	TAXA	POS.	TAXA	POS.
BOA VISTA	19,7	1ª	15,7	1ª
TERESINA	5,7	15ª	14,4	2ª
PORTO VELHO	8,9	6ª	12,8	3ª
MACAPÁ	5,2	16ª	12,0	4ª
PALMAS	7,4	8ª	10,2	5ª

Fonte: SIM/SIVISMS (Sistema de Informações sobre Mortalidade / Secretaria de Vigilância em Saúde / Ministério da Saúde)

Se os números crescem no País conforme aponta o Mapa da Violência 2011, que dedica um capítulo inteiro ao tema, no exterior não é diferente. Há uma crescente onda de suicídios assolando a Europa, devido aos desajustes socioeconômicos ocorridos nos últimos anos. Um levantamento realizado por especialistas dos Estados Unidos e da Grã-Bretanha e divulgado pela publicação científica *The Lancet*, realizado em dez países, observou aumentos que variaram de 5% a 17% de 2007 a 2009 entre pessoas com menos de 65 anos.

Os aumentos mais acentuados foram registrados em dois dos países mais castigados pela crise: a



Arquivo

Lopes: "O número de suicídios é crescente em todo o planeta. A cada 40 segundos uma pessoa comete suicídio no mundo e o ato está entre as três maiores causas de morte entre pessoas com idade de 15 a 35 anos"

Grécia, onde o índice de suicídios cresceu 17%, e a Irlanda, onde o aumento foi de 13%. Em setembro de 2011 o ministro da Saúde da Grécia, Andreas Loverdos, afirmou que o número de suicídios no país pode ter subido 40% nos primeiros meses de 2011 em relação aos outros anos.

Mas quais as implicações de tal ato? O psiquiatra Sérgio Luís Lopes, da Associação Médico-Espírita de Pelotas (RS), falou sobre o tema, tratado por ele no Congresso Nacional Médico-Espírita (Mednesp) realizado no ano passado, em Belo Horizonte (MG).

Folha Espírita – Como estão as estatísticas de suicídio no Brasil e no mundo?

Sérgio Lopes – O número de suicídios é crescente em todo o mundo. Já no início do século XXI o Departamento de Saúde Mental da Organização Mundial de Saúde (OMS) editou, em Genebra, o seu manual de prevenção do suicídio para profissionais da saúde primária. Nesse documento, temos o problema do suicídio em sua real dimensão. Os números são preocupantes:

Estima-se que um milhão de pessoas cometeram suicídio em 2000 em todo o mundo.

A cada 40 segundos uma pessoa comete suicídio no mundo.

A cada 3 segundos uma pessoa atenta contra a própria vida.

O suicídio está entre as três maiores causas de morte entre pessoas com idade de 15 a 35 anos.

O impacto dos números atinge também o

Brasil, embora com índices inferiores a outros países, nos quais, de forma paradoxal, percebe-se uma realidade socioeconômica superior a do Brasil. No Brasil o suicídio gira em torno de 4,5 (7,5 em homens; 2 em mulheres) ao ano em coeficiente de 100 mil habitantes. Esse número, se considerado em termos relativos, parece baixo, porém o Brasil é um país muito populoso, o que o faz em números absolutos alcançar a nona colocação em países com altas taxas de suicídio.

FE – Quais as causas que podem favorecer essa situação? Há predisposição genética?

Lopes – Sabemos que a genética está subordinada às leis espirituais. É o grupo espiritual que se reúne compondo a família, através da reencarnação, ativando os fatores genéticos. Os transtornos de humor apresentam forte predisposição hereditária, indicando que os espíritos reencarnados, nesse contexto familiar, estão ligados pelos canais de sintonia.

O suicídio e as tentativas de suicídio raramente são vistos fora do contexto de um transtorno psiquiátrico. O risco de suicídio pode ser considerado como a consequência de uma alteração clínica disfuncional, que demanda uma avaliação cuidadosa e tratamento psiquiátrico prioritário. Em contrapartida, a prevalência de transtornos de personalidade e problemas interpessoais é elevada entre os casos de tentativas de suicídio.

FE – A obsessão está diretamente relacionada às tentativas de suicídio?

Lopes – Sim, podemos dizer também que um suicídio ocorre sempre cercado de perturbações espirituais, as obsessões. Isso se deve aos fatores de sintonia que mencionamos. Conforme Allan Kardec: "Um dia a obsessão será colocada entre as causas patológicas, como o é hoje a ação de animais microscópicos, de cuja existência não se suspeitava antes da invenção do microscópio." Kardec, A. – Estudo Sobre os Possessos de Morzine (III artigo). Revista Espírita 6(2):33-40, 1863. Ed. FEB.

FE – É possível prevenir o suicídio? Como?

Lopes – A melhor prevenção é a vivência ativa do paradigma espírita. A visão da imortalidade e o conhecimento das leis espirituais são fatores de proteção. A religiosidade age como fator de proteção contra o suicídio. No entanto, sob o ponto de vista prático, é muito importante sabermos identificar uma pessoa sob risco de suicídio, com vistas à prevenção. São sinais para procurar na história de vida e no comportamento das pessoas: comportamento retraído, inabilidade para se relacionar com a família e amigos, doença psiquiátrica, alcoolismo, ansiedade ou pânico, mudança na personalidade, irritabilidade, pessimismo, depressão ou apatia, mudança no hábito alimentar e de sono, tentativa de suicídio anterior, uma perda recente importante – morte, divórcio, separação –, história familiar de suicídio, sentimentos de solidão, impotência, entre outros.

Doutrina age como antídoto

Desde seu início, a Doutrina Espírita é o maior antídoto para o suicídio, começando por Allan Kardec em *O Livro dos Espíritos*:

957. Quais, em geral, com relação ao estado de Espírito, as consequências do suicídio?

Muito diversas são as consequências do suicídio. Não há penas determinadas e, em todos os casos, correspondem sempre às causas que o produziram. Há, porém, uma consequência a que o suicida não pode escapar; é o desapontamento. Mas, a sorte não é a mesma para todos; depende das circunstâncias. Alguns expiam a falta imediatamente, outros em nova existência, que será pior do que aquela cujo curso interromperam. A observação mostra, de fato, que as consequências do suicídio nem sempre são as mesmas; mas existem as que são comuns a todos os casos de morte violenta, pela interrupção brusca da vida. Primeiramente, há a persistência mais prolongada e insistente do laço que une o Espírito ao corpo, porque esse laço está quase sempre na plenitude de sua força no momento em que é quebrado, enquanto na morte natural ele se enfraquece gradualmente, e muitas vezes se rompe antes que a vida seja completamente extinta. As consequências dessa situação são o prolongamento da perturbação espiritual e a ilusão que, durante certo tempo mais ou menos longo, faz o Espírito acreditar que ainda está entre os vivos.

Sobre esse trecho, exposto na questão 957 de *O Livro dos Espíritos*, o autor espiritual Emmanuel nos traz, por meio da psicografia de Chico Xavier, no livro *Religião dos Espíritos*:

No suicídio intencional, sem as atenuantes da moléstia ou da ignorância, há que considerar não somente o problema da infração ante as Leis Divinas, mas também o ato de violência que a criatura comete contra si mesma, através da premeditação mais profunda, com remorso mais amplo.

Atormentada de dor, a consciência desperta no nível de sombra a que se precipitou, suportando compulsoriamente as companhias que elegeu para si própria, pelo tempo indispensável à justa renovação.



Contudo, os resultados não se circunscrevem aos fenômenos de sofrimento íntimo, porque surgem os desequilíbrios consequentes nas sinergias do corpo espiritual, com impositivos de reajuste em existências próximas.

É assim que, após determinado tempo de reeducação, nos círculos de trabalho fronteiriços da Terra, os suicidas são habitualmente reinternados no plano carnal, em regime de hospitalização na cela física, que lhes reflete as penas e angústias na forma de enfermidades e inibições.

Ser-nos-á fácil, desse modo, identificá-los, no berço em que reportam, entrementrando a expiação a que se acolhem.

Os que se envenenaram, conforme os tóxicos de que se valeram, renascem trazendo as afecções vulvulares, os achaques do aparelho digestivo, as doenças do sangue e as disfunções endócrinas, tanto quanto outros males de etiologia obscura; os que incendiarão a própria carne amargam as agruras da icterise ou do pênfigo; os que se asfixiaram, seja no leito das águas ou nas correntes de gás, exibem os processos mórbidos das vias respiratórias; os que no caso do enfisema ou dos cistos pulmonares; os que se enforcaram carecem consigo os dolorosos

distúrbios do sistema nervoso, como sejam as neoplasias diversas e a paralisia cerebral infantil; os que estilhaçaram o crânio ou deitaram a própria cabeça sob rodas destruidoras, experimentam desarmonias da mesma espécie, notadamente as que se relacionam com o cretinismo; e os que se atiraram de grande altura reaparecem portando os padecimentos da distrofia muscular progressiva ou da osteíte difusa.

Segundo o tipo de suicídio, direto ou indireto, surgem as distonias orgânicas derivadas, que correspondem a diversas calamidades congênitas, inclusive a mutilação e o cêncer, a surdez e a mudez, a cegueira e a loucura, a representarem terapêutica providencial na cura da alma.

Junto de semelhantes quadros de provação regenerativa, funciona a ciência médica por missionariedade da redenção, conseguindo ajudar e melhorar os enfermos de conformidade com os créditos morais que atingiram ou segundo o merecimento de que dispõem.

Guarda, pois, a existência como dom inefável, porque teu corpo é sempre instrumento divino, para que nele aprendas a crescer para a luz e a viver para o amor, ante a glória de Deus.

Ferramenta em rede social tenta impedir ato

Com 800 milhões de usuários, a rede social Facebook lançou ferramenta com o intuito de prevenir uma das principais causas de morte no mundo: o suicídio. O serviço, por enquanto disponível apenas nos Estados Unidos e no Canadá, funciona 24 horas por dia por meio da caixa de bate-papo, no qual psicólogos irão aconselhar as pessoas inclinadas a tal prática a mudarem de ideia.

A proposta desse recurso surgiu após a publicação de uma mensagem, em janeiro do ano passado, deixada por Jane Simone Back, uma britânica de 42 anos, anunciando em seu perfil que iria cometer o suicídio, não tendo nenhum de seus 1.082 "amigos" impedido o fato. "Tomei todos os meus remédios, morrerei logo. Adeus a todos", dizia a nota publicada por Back em seu muro de recados. Após quase 20 horas dessa mensagem, seu corpo foi encontrado pela polícia, vítima de overdose medicamentosa. A intenção da empresa de Zuckerberg é que, com o novo serviço, situações como essa não se repitam.