

# Quer ser feliz? Pratique a bondade!

P. 2



Crítica negativa	P. 8
As lições do Cristo	P. 10
Você sabe o que é resiliência?	P. 10
A guerra contra as drogas	P. 8

2015 rumo ao nosso grande destino ..... P. 11 e 12

Papa Francisco e os animais ..... P. 4

## ATUALIDADE

Amantino Freitas (tradução)

# “Como atos de bondade – e muita prática – me

Em um determinado momento de sua vida, M. J. Ryan – uma das criadoras do livro *Random Acts of Kindness* (*Atos Aleatórios de Bondade*), best-seller do jornal *The New York Times*, e de várias outras obras, dentre elas *How to Survive Change You Didn't Ask For* (*Como Sobreviver à Mudança Que Você não Pediu*), *The Power of Patience* (*O poder da Paciência*), *The Happiness Makeover* (*A Felicidade do Fazer Mais*) e *Attitudes of Gratitude* (*Atitudes de Gratidão*) – sentia-se infeliz, mas virou o jogo,

criando um movimento sobre como pequenos atos de bondade poderiam deixar cada um de nós mais feliz. Consultora internacional e conferencista de organizações como Institutos Omega e Esalen, ela conversou com o site de notícias americano *Everydayhealth*, cuja entrevista reproduzimos abaixo. Neste início de 2015, vale a pena, assim como ela o fez, repensarmos nossos atos e nos melhorarmos como pessoas, criando um movimento de bondade e felicidade ao nosso redor! Feliz 2015!

## Um novo movimento

Não estava tentando ser mais feliz, estava tentando apenas ganhar a vida. Corria o ano de 1992 e eu era uma típica pessoa de pouco mais de 30 anos, muito infeliz. Quando tinha uns 20 anos, fiz análise e fiquei sabendo tudo a respeito de como minha infância infeliz estava afetando minha vida adulta, mas não sabia o que fazer para me livrar disso. Sofria de uma dor de coluna crônica que me impedia de dançar, nadar ou permanecer em pé por mais de meia hora. Houve uma ocasião em que tive de ficar em repouso absoluto por um ano, o que me deixou muito aborrecida.

Naquela época eu era sócia de uma editora e buscávamos uma boa ideia para gerar receita para nossa empresa. Meu sócio leu um artigo no jornal *San Francisco Chronicle* sobre Anne Herbert, a pessoa que havia inventado a frase “Pratique ao acaso atos de bondade e de beleza sem sentido” (*Practice random kindness and senseless acts of beauty*). Isso nos pareceu uma ótima ideia. Que tal publicarmos um livro sobre atos de bondade ao acaso? Reunimos um grupo de pessoas e registramos pequenas histórias de indivíduos que trocavam pneus para desconhecidos, refeições deixadas nas portas das casas, e uma palavra amiga no mo-

mento certo. Na capa posterior do livro, fizemos a sugestão para que os leitores nos enviassem suas próprias histórias. Jamais imaginávamos que tínhamos iniciado um novo movimento.

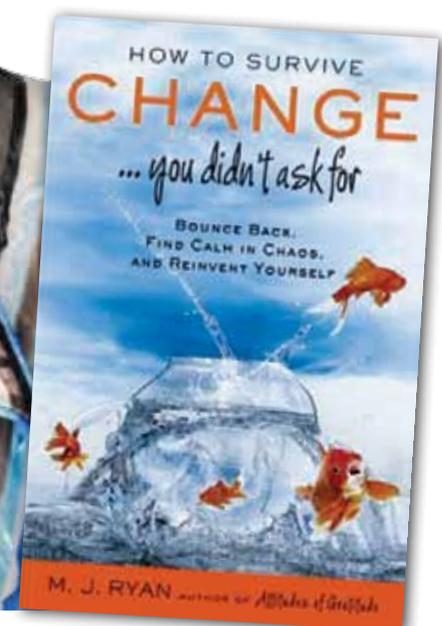
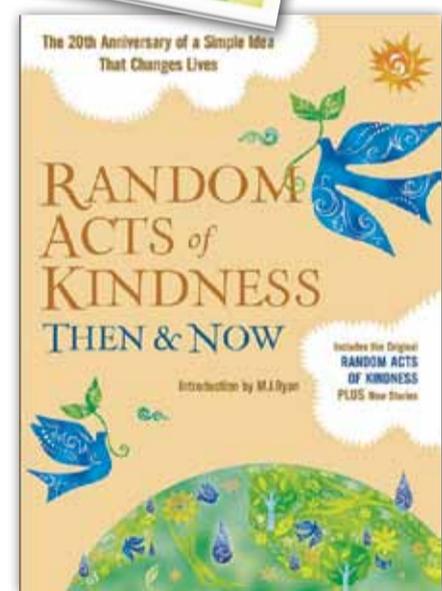
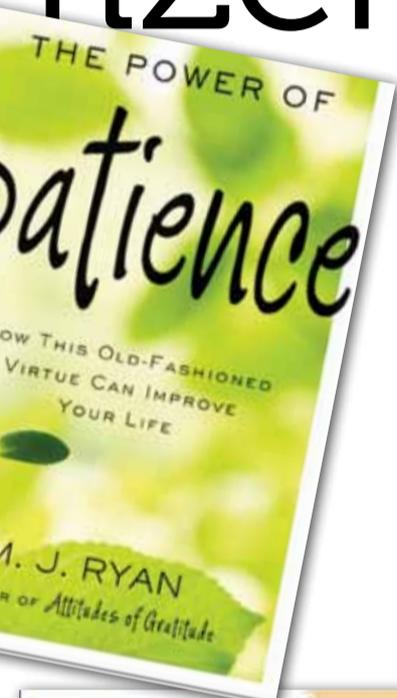
De repente, nos vimos inundados de cartas – jovens, idosos, gente de toda parte nos escrevia. Todos os dias o carteiro chegava, como Papai Noel, carregando um enorme saco de correspondências. Fomos bombardeados com pedidos para participarmos de entrevistas – TV, rádio, jornais, revistas. Não queria ser hipócrita e achei que seria melhor atender a esses pedidos praticando a gentileza que eu mesma recomendava.

E foi então que tudo se transformou. Descobri que estava me sentindo mais feliz. Isso foi uma grande surpresa para mim, principalmente porque nesse tempo estava sofrendo com um processo unilateral de divórcio. De fato, sentia muita tristeza e mágoa, mas notei que minha autoestima melhorava sempre que me desligava um pouco dos meus problemas e tentava ajudar os outros – mesmo que fosse apenas um sorriso para uma pessoa estranha ou o fato de colocar uma moeda num parquímetro com tempo expirado. Até minhas dores de coluna melhoraram!

**A conferencista M. J. Ryan é autora de vários livros de sucesso**



# e ao acaso fizeram mais feliz”



## Uma carta marcante

Um dia recebemos uma carta de um jovem que acabara de concluir o curso colegial. Contava que sua mãe havia lhe dado um exemplar do nosso livro *Atos de Bondade ao Acaso* como presente de formatura. Estava pensando em se matar, mas, ao ler as histórias do livro, decidiu que valeria a pena continuar vivendo. Fiquei abismada em saber que um livro que ajudei a editar poderia ter esse resultado. O jovem se animou ao ler a respeito da generosidade das pessoas. A partir daí, cheguei à conclusão que deveria procurar entender muito mais sobre o poder desses atos aparentemente insignificantes.

No momento em que havia entendido como as ações dos indivíduos podem influenciar fortemente nossas emoções, decidi estudar as pessoas felizes para descobrir se faziam outras coisas de maneira diferente de mim. A primeira coisa que notei foi que eram mais agradecidas. Então, comecei a praticar a gratidão, e também bondades e gentilezas e – acreditem – me tornei mais feliz. Procurei ser mais generosa, paciente e otimista. Tudo isso ajudava, mas o que realmente reforçava muito meu sentimento de felicidade era agradecer diariamente as boas coisas que a vida me proporcionava. Meu problema era que me preocupava demais com tudo, o que me causava enorme ansiedade e baixa autoestima. As preocupações são sempre com eventos futuros, mesmo que seja sobre o resultado de um exame que estará disponível nos próximos 30 minutos. A gratidão nos traz de volta ao momento presente, quando a má notícia ainda não chegou e ainda estamos bem. Posso dizer que usei essa prática muitas vezes nos dias em que estava enfrentando problemas financeiros e de relacionamento. Isso me ajudou muito a manter minha paz de consciência a cada momento.

## O avanço da Psicologia Positiva

Quando comecei a escrever sobre essas qualidades positivas que podemos estimular dentro de nós próprios para nos sentirmos mais alegres, não havia pesquisa científica sobre esse assunto. Contudo, recentemente tem havido um aumento extraordinário do interesse nessas qualidades pelos membros do movimento “Psicologia Positiva”, iniciado por Martin Seligman. Tenho observado essa questão com entusiasmo, particularmente as pesquisas de David McCullough, Robert Emmons e David Snowdon a respeito da gratidão. O que esses pesquisadores descobriram confirma totalmente as conclusões a que cheguei pelas minhas observações de filósofa amadora. Um dos estudos mais profundos é apresentado no site do cientista Seligman sobre Felicidade Reflexiva (<http://www.happier.com>). A equipe desse cientista concluiu que, depois de

agradecer por uma semana as boas coisas que tinham, 92% dos pesquisados se sentiram mais felizes. Das pessoas que se diziam deprimidas, 94% passaram a se sentir menos deprimidas. Isso significa que a gratidão é tão poderosa quanto terapia e medicamentos antidepressivos. Não estou dizendo para descartar seus remédios – apenas inclua essa prática benéfica na sua rotina.

Mas não é apenas a gratidão que proporciona efeitos positivos – são todas as emoções positivas, inclusive o otimismo deliberado, a generosidade e a esperança. Os estudos da pesquisadora Barbara Fredrickson, professora de Psicologia na Universidade da Carolina do Norte, em Chapel Hill, mostram que se as emoções positivas superarem as negativas na proporção de três para uma, as pessoas tendem a ser mais felizes.

## Felicidade exige prática

O que se passa realmente? O que temos até agora é uma hipótese, mas creio que é uma hipótese robusta. As pesquisas conduzidas sobre a atividade cerebral de monges budistas indicam que, se tivermos pensamentos positivos – de gratidão, bondade, otimismo e outros –, ativamos nosso córtex pré-frontal esquerdo e inundamos nosso corpo com bons hormônios que nos proporcionam sentimentos de bem-estar em curto prazo e, em longo prazo, nos fortalecem o sistema imunológico. Por outro lado, quando temos pensamentos negativos – de ira, preocupação, ansiedade, pessimismo –, ativamos nosso córtex pré-frontal direito, que produz hormônios de estresse que nos colocam em condições de luta ou de fuga, nos deprimem e prejudicam nosso sistema imunológico. Em outras palavras, de acordo com nossos pensamentos, podemos mergulhar nosso corpo/mente/espírito em substâncias benéficas ou deletérias.

Isso não é uma receita pronta que se usa uma vez e se obtém efeitos duradouros. Temos de praticá-la conscientemente todos os dias – sermos agradecidos, generosos e otimistas. Mas, mesmo assim, isso é contra meus sentimentos inatos de tristeza e ruína. Mas quanto mais pratico, mais fácil isso se torna – e eu fico mais feliz.

“ Pesquisas conduzidas sobre a atividade cerebral de monges budistas indicam que, se tivermos pensamentos positivos – de gratidão, bondade, otimismo e outros –, inundamos nosso corpo com bons hormônios, que nos proporcionam sentimentos de bem-estar

”



Irvênia Prada  
é veterinária e membro da AME-Brasil

## Cérebro e coração, a medida certa no ano novo

Hoje, como sempre, precisamos das lições de sabedoria de Chico Xavier para colocarmos espiritualidade em nossas vidas, e, assim, nos tornarmos pessoas melhores a cada dia.

Disse-nos ele certa vez: “Os espíritos amigos que se comunicam são unânimes em afirmar que essa taxa crescente de perturbação na atualidade decorre do desequilíbrio existente entre as nossas conquistas de ordem científica e o atraso de nossos sentimentos. Existe grave desequilíbrio na balança cérebro-coração...” (A Terra e o Semeador)

Em outra oportunidade, o querido médium afirmou: “Deveríamos agir 80% com o coração e 20% com o intelecto.” Essa seria a única fórmula para vencermos a distorção, o desequilíbrio da época atual: agirmos 80% com o coração.

Existe na literatura mediúnica um texto extraordinário que aborda esse assunto. Trata-se de A Preleção de Eusébio, capítulo 2, do livro No Mundo Maior, de André Luiz, psicografado por Chico Xavier. Eusébio é um dos instrutores espirituais, altamente iluminado, que veio das esferas superiores para fazer o diagnóstico do momento atual e relembrar-nos as lições de Jesus. E o seu diagnóstico é o mesmo de Chico Xavier quanto ao desequilíbrio da época atual. Não temos amor uns pelos outros.

Por que as ameaças de guerra entre os países? Qual a razão de tantas mortes entre irmãos da mesma pátria? Por que tantos atos de violência individuais e coletivos? Por que tanta corrupção e utilização do poder para fins egoísticos? Enfim, qual a razão de tantos desvios?

Eusébio diz que a fonte de todo esse desequilíbrio é a defasagem entre razão e sentimento. Evoluímos muito em ciência e tecnologia, mas estamos de pauperados nas expressões sublimadas

do coração, cujo sentimento por excelência é o amor. Compete à religião desenvolver esse lado mais elevado do ser humano com o qual ele se integrará ao Amor Divino, evoluindo sempre.

Embora retornemos constantemente ao planeta, há milênios, em reencarnações sucessivas, nossos compromissos com a religião têm sido praticamente nulos. Em geral, entramos para uma determinada religião, mas ela não entra em nosso coração.

Destaca ainda o grande mentor: “Não basta crer na imortalidade da alma. Inadiável é a iluminação de nós mesmos, a fim de que sejamos claridade sublime.”

De que forma, então, devemos agir para colocar o coração à frente? O exercício tem de ser constante, consciente e diário. Somente conseguiremos bons resultados se nos vincularmos aos planos superiores através da oração e do trabalho.

A maneira que temos de vencer é realizar as tarefas pequeninas dentro do próprio lar ou fora dele com humildade e amor. Aí, dentro das paredes do reduto familiar, repontam muitas vezes as lutas do sofrimento reparador. Aparecem problemas dos mais diversos, que precisam de muita paciência, de muita tolerância e de muito amor para serem resolvidos. São pais, amigos, filhos, parentes, que pressionam o nosso dia a dia e estão a exigir de nós entendimento e amor. Quando Chico Xavier refere-se à necessidade de desenvolver o amor, ele está se referindo a esses pequeninos atos de todos os dias.

E, no limiar de um novo ano, nada melhor do que desejar a todos os nossos amigos e amigas o empenho constante na aquisição desse sentimento sublime, único caminho para a conquista da verdadeira felicidade.

## Papa Francisco abre as portas do céu para os animais

Quem assistiu ao filme *O Pagador de Promessas* (1962) há de se lembrar que o matuto Zé faz a promessa de levar pesada cruz ao altar de sua igreja, na esperança de cura de seu estimado burro. A história foca o descompasso entre as santas intenções do devoto e a autoridade do padre, que o impede, após ouvir a razão de seu gesto. Pelo seu caráter antropocêntrico, a instituição religiosa pressupõe a existência de alma imortal apenas nos seres humanos, por isso únicos mercedores de promessas.

Mas, de repente, conforme noticiou a mídia, o Papa Francisco, que vem mostrando mente aberta a vários assuntos polêmicos, surpreende mais uma vez. Em recente aparição na Praça de São Pedro, ao consolar um menino que chorava pela morte de seu cão, disse-lhe: “O paraíso está aberto a todas as criaturas de Deus... um dia vamos rever nossos animais na eternidade do Cristo.” Alvorço geral! Teólogos discutem e organizações de proteção e defesa dos animais – como a Peta (sigla inglesa para Pessoas pelo Trato Ético dos Animais) e a Humane Society (o maior grupo desse contexto, nos EUA) – regozijam-se!

Não é difícil calcular as repercussões: se os animais vão para o céu, é porque têm alma, o que implica o dever ético de tratá-los com respeito; pânico geral nas empresas que industrializam a carne dos animais; desconforto na utilização de animais em pesquisas; esperanças renovadas para vegetarianos e veganos. E assim por diante...

Mas esse questionamento sobre a verdadeira natureza dos animais não é novidade na Doutrina Espírita, que o antecipou em mais de 150 anos. A literatura espírita é farta em esclarecimentos a respeito do assunto – que condensei no livro *A Questão Espiritual dos Animais*, FE Editora, 10ª edição, 2013 –, com informações sobre: a existência de um princípio inteligente nos animais, que sobrevive à morte do corpo (*O Livro dos Espíritos* – item 597); a desencarnação e o processo reencarnatório dos animais (*O Livro dos Espíritos* – 599 a 601); a evolução do ser, tanto física (*A Gênese*

– capítulo X) quanto espiritual (*A Gênese* – capítulo XI); o processo liberatório da crisálida da consciência nos animais (André Luiz – *No Mundo Maior*, cap. 3); o mecanismo de aquisição do pensamento contínuo, que se firma nos seres humanos, a partir do pensamento fragmentário dos animais (André Luiz – *Evolução em Dois Mundos*, cap. X); o fato de mostrar-se “o cérebro como órgão sagrado de manifestação da mente, em trânsito da animalidade primitiva para a espiritualidade humana” (André Luiz e seu mentor Calderaro – *No Mundo Maior*, cap. 4).

Sempre provoquei reflexões no meio acadêmico sobre os animais, haja vista o artigo que escrevi em 1989 na Revista de Educação Continuada da FMVZ – USP (“Os Animais têm Alma?”). Hoje fico feliz ao ver que a Biologia, a Antropologia e a Neurociência confirmam dados constantes da literatura espírita a respeito dos animais, demonstrando metodologicamente que são seres sencientes (sensíveis e inteligentes); que as diferentes espécies do gênero humano são evolutivamente originárias do *Australopithecus* (uma espécie de macaco); que os animais têm consciência (Manifesto de Cambridge, assinado por 26 neurocientistas no Reino Unido, em 2012); e que o cérebro humano se estrutura em blocos herdados filogeneticamente dos animais (*O Cérebro Trino em Evolução* – Paul Mac Lean, 1970).

Mas o princípio inteligente dos animais desencarnados não vai diretamente ao “céu”. Há um longo processo evolutivo a percorrer (André Luiz – *Evolução em Dois Mundos*, 1ª, I e III): “Das cristalizações atômicas e dos minerais, dos vírus e do protoplasma... o princípio espiritual... esboçou a estrutura esquelética... ensaiou os sistemas vascular e nervoso... conquistou o instinto e a inteligência e penetrou nas faixas inaugurais da razão... na romagem para o reino angélico...”

Como diz a canção popular, “a lição sabemos de cor, só nos resta aprender” (que os animais são nossos companheiros de jornada evolutiva).

## Folha Espírita

FUNDADOR: Freitas Nobre (1974)  
DIRETORA RESPONSÁVEL: Marlene Nobre | DIRETOR DE REDAÇÃO: Paulo Rossi Severino | JORNALISTA RESPONSÁVEL: Cláudia Santos MTb - 21.177 | DIRETOR COMERCIAL: Fábio Gandolfo Severino | CRIAÇÃO - PROJETO GRÁFICO E SITE: MaçãV Comunicação www.macav.com.br | DIAGRAMAÇÃO: Sidney João de Oliveira | SITE - PROGRAMAÇÃO: www.aboutdesign.com.br | REVISÃO: Sidônio de Matos | ASSINATURAS: Ana Carolina G. Severino carol@folhaespirita.com.br | EXPEDIÇÃO: Arnaldo M. Orso “in memória” Sílvio do Espírito Santo Alencar Leme Martins

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



**Marjorie Aun**  
arquiteta, ilustradora e membro  
do Grupo Espírita Cairbar Schutel

## A desigualdade social e o consumo de alimentos

De um lado, países assolados pela fome e pela desnutrição, e de outro, toda uma população habituada a comer e consumir além do necessário, aumentando alarmantemente os índices de obesidade e o desperdício de alimentos, e ocasionando ainda a degradação ambiental do nosso planeta. Esse cenário caótico retrata bem o mundo atual e sua difícil relação com o consumo humano. Enfim, como alimentar adequadamente uma população que não para de crescer, chegando hoje a 7,2 bilhões de pessoas, sem ferir ainda mais o meio ambiente?

Nas últimas décadas, a população mundial migrou em

peso para os centros urbanos, colaborando, num primeiro momento, para a diminuição da fome ao facilitar o acesso a empregos e bens de consumo. Ainda assim, são 842 milhões de habitantes que não têm o que comer ao redor do mundo (ONU, 2013), especialmente em países do Sul da Ásia e da África. Triste realidade para um planeta que, estima-se atualmente, já produz uma quantidade de alimentos suficiente para sustentar a sua população total. Ou seja, a desigualdade social, a ganância de alguns e as dificuldades dos mais pobres para adquirir o alimento são os motivos de um estado tão desequi-

librado de fome e desnutrição.

No outro extremo, temos os polos urbanos que abrigam uma população economicamente ativa e cada vez mais semelhante em suas escolhas à mesa. Há uma forte tendência de as famílias no mundo todo abandonarem cada vez mais hábitos alimentares regionais, naturalmente ricos em nutrientes e em tradições culturais, adotando uma espécie de alimentação "globalizada", à base de carnes, laticínios e produtos industrializados em excesso, o que provoca sobrepeso, carências nutricionais, doenças cardíacas, diabetes e impacta em cheio a saúde pública. O desper-

dício ao longo de toda a cadeia produtiva e dentro dos lares também é enorme, quase um terço do que se produz.

Fruto de nosso comportamento egoísta e habituado a excessos de todo tipo, não somente aos da comida e da bebida, o cenário atual tornou-se um grande desafio, tanto para autoridades políticas e da saúde pública como para cada cidadão vivente deste planeta. Ideias simples e inteligentes, como "Fruta Feia", em Portugal, que comercializa não somente frutas perfeitas, mas também aquelas com pequenos defeitos, formatos diferentes e manchinhas, podem diminuir o

desperdício. Mas somente com uma grande mudança de conduta, com respeito aos recursos naturais que Deus nos deu e com um sentimento de verdadeira fraternidade, é que poderemos erradicar a fome por um lado e o consumo exagerado por outro.

Nosso país é um dos principais produtores mundiais de alimentos, tanto animais quanto vegetais, e a previsão é de que cresça ainda mais no futuro próximo. Esperamos que esse crescimento venha acompanhado do espírito cristão e do senso de responsabilidade diante da generosa Providência Divina.

### 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.casaderepousoallankardec.com.br](http://www.casaderepousoallankardec.com.br)  
Itapira - SP - Fone: 19 3863.1577



## CAUSOS DO DR. NÚBOR FACURE



Núbior Facure

Para meditar e aprender

# Compromissos em família

O velho Antenor, aos 80 anos, já não anda mais. Obrigado a ficar na cama, a família tem de se revezar no seu atendimento dia e noite. Trocas de fraldas repetidas vezes, o banho desacomodado, sonda de alimentação que é preciso manter sempre limpa e desobstruída, não esquecer nunca dos horários da medicação e, diariamente, abastecer a despensa dos suplementos alimentares.

Fatos novos todos os dias: vômitos, grumos na urina, tosse a madrugada toda, febre repentina, tremores e noite inteira sem dormir. Parece haver sangue nas fraldas. Justamente agora a plantonista da noite avisa que não vem, o médico só passará na próxima semana e, amanhã, é dia de coleta de sangue para exames.

Depois de dois ou três meses a família ainda mantinha esperanças de melhora, mas, hoje, já são completados três anos de luta nessa rotina de imprevistos – os mesmos sobressaltos que não

deixam ninguém dormir ou descansar, nem se conformar com as constantes surpresas, pelas quais ninguém jamais sonhou que iria passar.

Uma nomenclatura nova e difícil foi conhecida às pressas, no atacado – um dicionário médico nomeando cada detalhe foi aprendido em casa – bradicardia, rolha de catarro, venóclise, intracate, alimentação parenteral, drenagem vesical, leucopenia, febre central, apneia, estertores pulmonares, tromboflebite e midríase.

Na família do seu Antenor todos são, de uma forma ou de outra, prisioneiros dos acontecimentos e das necessidades. Transparecem, aos poucos, nos familiares mais íntimos, os traços da personalidade de cada um, que se manifestam em comportamentos conhecidos – tolerância, rispidez, insegurança, ciúme, desprezo, motivação, indiferença.

Compromissos religiosos e conceitos filosóficos são reavivados: “é preciso manter a fé”; “vamos perseverar”; “deixemos nas mãos de Deus”; “faço o que posso”; “nunca deixei de orar”; “não atrapalhar já é ajudar”; “deixemos por conta da natureza”.

A família de Antenor vive nesses três anos uma experiência coletiva. Resgatam-se valores morais; superam-se diferenças mesquinhas; reforçam-se os vínculos afetivos; confirmam-se o desprendimento e a doação do sacrifício pessoal. Enquanto muitos se esforçam para viver cada vez melhor, eles aprenderam a se capacitar para morrer mais bem preparados espiritualmente.

*Núbior Facure é neurologista, diretor do Instituto do Cérebro, em Campinas (SP), e autor dos livros O Cérebro e a Mente – Uma Conexão Espiritual, Muito Além dos Neurônios e A Ciência da Alma – De Mesmer a Kardec, da FE Editora. Por meio dos “Causos espíritas”, espera contribuir com a divulgação e reflexão sobre a Doutrina.*

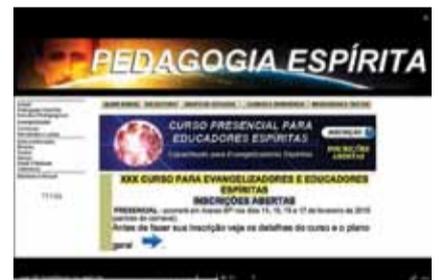


## ESPIRITISMO NA WEB

Pedagogia Espírita

[www.pedagogiaespirta.net.br](http://www.pedagogiaespirta.net.br)

Em janeiro e fevereiro o site Pedagogia Espírita estará com inscrições abertas para os cursos: Capacitação para Evangelizadores Espíritas, Curso on-line de Pedagogia Espírita e Curso on-line de Neuropsicopedagogia. O início do trabalho do grupo ocorreu em 1974, no Instituto de Difusão Espírita, em Araras (SP), nas atividades de Evangelização Espírita Infantojuvenil, e está sob a responsabilidade de uma equipe de pedagogos, psicólogos, evangelizadores e vários participantes de grupos de artes, como música, teatro, dança, artes plásticas e literatura. Acesse, divulgue e participe!



“Enquanto muitos se esforçam para viver cada vez melhor, eles aprenderam a se capacitar para morrer mais bem preparados espiritualmente.”

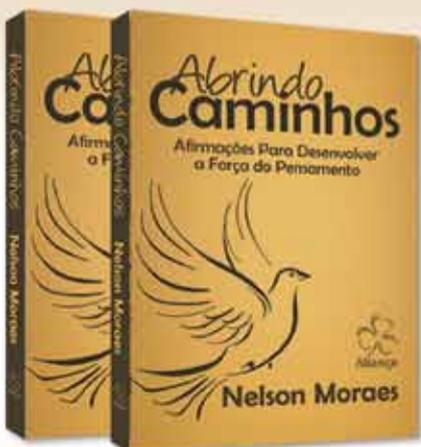
## Lançamento Nelson Moraes



Aliança

O autor sofreu aos 44 anos um enfarto agudo do miocárdio e mais tarde sofreu quatro enfartes e submeteu-se a duas angioplastias.

Apesar disso, graças ao pensamento positivo inseridos neste livro, hoje seu ritmo de vida é o mesmo ou ainda mais intenso do que quando era jovem.



11 x 7,5 cm | 144 páginas

www.editoraalianca.com.br  
Tel. (11) 2105-2600 - Fax (11) 2105-2626

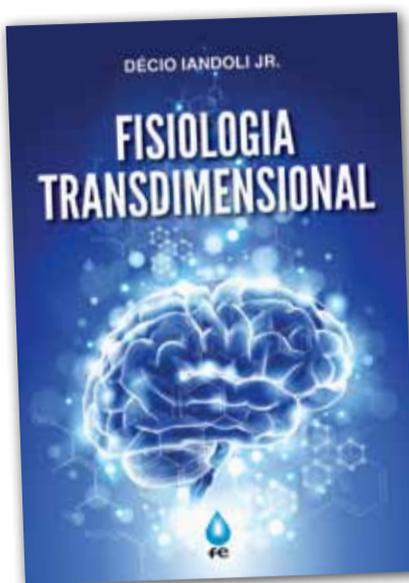
## BIBLIOTECA

## Fisiologia Transdimensional

No segundo semestre de 1997, a Associação Médico-Espírita da Baixada Santista (AME-BS), hoje AME-Santos, iniciou na Universidade Santa Cecília o primeiro curso de extensão universitária, intitulado Bases da Integração Cérebro-Mente-Corpo-Espírito. Contando com o total apoio da universidade, a associação foi surpreendida com cerca de 200 inscrições, quando a projeção inicial era de apenas 40.

Após quatro semestres de palestras e discussões, com professores como o dr. Sérgio Felipe de Oliveira e dra. Irvênia Prada, dentre muitos outros colaboradores da AME-BS, foi coroado de êxito um trabalho que continua até os dias de hoje.

**Fisiologia Transdimensional** é um dos frutos desse curso pioneiro, tendo o autor, dr. Décio Iandoli Jr., dado o módulo de Anatomia e Fisiologia.



Nele, estão estudos e discussões acerca da fisiologia médica e os conceitos espíritos, que procuram construir uma ponte entre a ciência convencional e a Doutrina Espírita, e ainda – fiéis aos objetivos das Associações Médico-Espíritas de todo o Brasil, sejam elas quais forem – levar o centro

espírita à universidade e a universidade ao centro espírita.

Décio Iandoli Jr. é médico, especialista em Cirurgia Geral, Cirurgia do Aparelho Digestivo e Endoscopia. Doutor em Medicina na Universidade Federal Paulista (Unifesp), em 2009 transferiu-se de Santos (SP) – onde foi professor de Fisiologia na Universidade Santa Cecília (Unisantia) e professor de Cirurgia na Faculdade de Ciências Médicas de Santos – para Campo Grande (MS). Hoje, é professor da Faculdade de Medicina da Universidade Anhanguera-Uniderp e exerce a função de presidente da Associação Médico-Espírita do Mato Grosso do Sul.

Informações e compras pelo site da FE Editora ([www.feeditora.com.br](http://www.feeditora.com.br)) ou telefone (11) 5585-1977.

## A Vida Entra em Cena

A vida imita a arte e o cinema transpõe para a tela tanto a nossa realidade quanto a nossa ficção, muitas vezes fazendo com que os filmes funcionem como a extensão das nossas vidas. A sua existência, a de amigos ou familiares podem dar não um, mas vários filmes. Somos o ator ou a atriz principal do filme da nossa vida!

**A Vida Entra em Cena**, de Carlos Durgante, médico geriatra da Associação Médico-Espírita do Rio Grande do Sul, utiliza o cinema para fazer reflexões sobre diversas temáticas do cotidiano da vida humana real, além de contar a história de vida de três pessoas, levando o leitor a refletir sobre a questão de que a existência de qualquer um de nós poderia perfeitamente dar um ou vários filmes.

Vida real, ficção ou fantasia, drama, ação, aventura,



suspense, terror, comédia ou romance. Em quais filmes passaram cenas da sua vida?

O livro pode ser adquirido pela Rede Candeia de livros (<http://www.candeia.com/>) ou no site da Olsen Editora: <http://www.olseneditora.com.br>



### 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)

ENTRE EM SINTONIA COM A ESPIRITUALIDADE

## RÁDIO RIO DE JANEIRO

Colabore com a Emissora através do Clube da Fraternidade!  
Ouça e informe-se no site: [www.radioriodejaneiro.am.br](http://www.radioriodejaneiro.am.br)

A RÁDIO QUE  
TODA A FAMÍLIA  
PODE OUVIR



1400 AM

## REDE BOA NOVA DE RÁDIO

A COMUNICAÇÃO EM PROL DE UM PLANETA DE REGENERAÇÃO.

### Sintonias Via Rádio

Grande São Paulo	Rádio Boa Nova 1450 AM
Sorocaba e Reg. Sudeste	Rádio Boa Nova 1080 AM
Mococa -SP	Rádio Boa Nova 1160 AM
Sul de MG SP e Sul do RJ	Rádio Cruzeiro RC Vale 720 AM
Juazeiro BA Petrolina PE	Rádio Cidade 870 AM
Argentina Santo Tomé	São Borja e região / RS 92,1 FM

### Sintonias Via Parabólica

Parabólica Analógica	Leilão TV (Canal do Boi) Altere áudio para 6,2Mhz Polarização Horizontal Frequência 1280 Mhz
Satélite C2	Polarização Horizontal Banda C 3.964 Mhz Symbol Rate a 1875 MSB/s
Parabólica Digital	

### Rádio Via Internet

[www.radioboanova.com.br](http://www.radioboanova.com.br)  
OnLine (ao vivo)  
OffLine (gravado)



Clube Amigos da Boa Nova - 0800 12 18 38

Cada vez mais cresce a conscientização e as atitudes em prol da caridade da palavra, do esclarecimento, do consolo. Através de contribuição mensal, os sócios do clube possibilitam um conjunto de ações de sustentação espiritual e equilíbrio de milhares de pessoas.



VOCÊ GOSTARIA DE AJUDAR  
A EXPANDIR O ESPIRITISMO NA TV?



Associe-se agora mesmo! Acesse:

[WWW.AMIGOSDOESPIRITISMO.COM.BR](http://WWW.AMIGOSDOESPIRITISMO.COM.BR) | 61 3038.8411



## CANTINHO DO EVANGELIZADOR

Walther Graciano Júnior  
é pedagogo

## 50º Congresso Brasileiro de Esperanto

Após o sucesso em Florianópolis, a próxima cidade a sediar o Congresso Brasileiro de Esperanto será o Rio de Janeiro, de 23 a 27 de janeiro.

O “50-a Brazila Kongreso de Esperanto” (50º Congresso Brasileiro de Esperanto) terá como tema das atividades: “Congresso do Jubileu de Ouro – Nós conseguimos?”. A organização está sob a responsabilidade da Associação das Emissoras de Rádio e TV do Estado do Rio de Janeiro, com o apoio da Liga Brasileira de Esperanto.

Um marco para a história do Esperanto, denominada uma segunda língua para todos.

**O que é o Esperanto**

Para aqueles que ainda não conhecem, o Esperanto é uma língua internacional planejada, que foi lançada em 1887, com objetivo de facilitar a comunicação entre os povos de diferentes países e culturas.

O autor do Esperanto foi o médico polonês Lázaro Luís Zamenhof (1859-1917), que o lançou com o pseudônimo “Dr. Esperanto”, que significa nesse idioma “aquele que tem esperança”, em

um livro denominado Unua Libro de la Lingvo Internacia.

A proposta do Esperanto não é a de substituir qualquer outra língua nacional, mas complementá-la, sendo assim utilizado como uma língua neutra quando falado com alguém que não tenha a mesma língua do interlocutor.

O uso do Esperanto também protege as línguas minoritárias. Essas línguas culturais teriam maior chance de sobrevivência em um mundo dominado por poucas línguas poderosas.

Presentemente, o Esperanto é falado por cerca de 2 milhões de pessoas em mais de 120 países.

**Os periódicos**

O ano de 1975 marca o nascimento da “Spirita Eldona Societo F.V. Lorenz”. Surgida de uma ideia discutida no Departamento de Esperanto da FEB, pelos amigos Nelson e Délio Pereira de Souza com Getúlio Soares de Araújo, a Sociedade passou a dedicar-se à tradução de livros espíritas para o Esperanto e sua distribuição pelo mundo, trabalhando de forma semelhante a um “clubes do livro”. Seus periódicos Almanako



Lorenz (anual) e Komunikoj também são dedicados a artigos sobre a Doutrina.

**Tejo**

A Tejo é uma organização internacional juvenil não governamental, fundada em 1938, que trabalha pela promoção da paz e da compreensão intercultural entre jovens de todo o mundo por meio do Esperanto. Dedicase ativamente aos problemas e temas atuais de jovens, em especial com relação a assuntos culturais e linguísticos. Do seu escritório central, nos Paí-

ses Baixos, coordena o trabalho de mais de 40 seções nacionais, com membros em mais de 80 países. Página eletrônica: [www.tejo.org](http://www.tejo.org)

**Unesco**

O tema Esperanto já esteve diversas vezes na ordem do dia da Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (Unesco). Desde 1954 a Associação Universal de Esperanto (UEA) mantém relações consultivas oficiais com a Unesco, enviando-lhe relatórios regularmente e incentivando seus

membros e associações a colaborar ativamente com aquela organização para efetivar seus objetivos comuns.

Em duas ocasiões a Conferência Geral da Unesco, que se reúne a cada dois anos, aprovou uma resolução especial dedicada ao Esperanto. A resolução da Quarta Conferência Geral (Montevideu, 1954) foi resultado de uma campanha coordenada pela UEA, principalmente por seu diretor Ivo Lapenna. A resolução do ano do Centenário, aprovada pela Vigésima Terceira Conferência Geral (Sófia, 1985), foi fruto da colaboração, por três décadas, e de bons contatos com algumas delegações nacionais. Juntas, as duas resoluções consistem no mais claro reconhecimento do valor do Esperanto feito por uma importante organização internacional.

**FONTE:** Esperanto é uma língua útil pra tudo – [www.youtube.com](http://www.youtube.com) – Doutor Esperanto, autor: Walter Francini, editora: FEB – [www.esperanto.com.br](http://www.esperanto.com.br) – <http://esperanto.org.br> – [www.tejo.org](http://www.tejo.org)

## na guerra contra as drogas

entrada do restaurante, há uma parede de oito metros quadrados onde flutua a “projeção” das mentes dos frequentadores, pois cada um pode personalizar a própria imagem do cérebro em duas dimensões, fotografá-la com um tablet e projetá-la em 3D.

Quando um cliente se aproxima do enorme monitor, fotocélulas sensíveis ao movimento provocam a “fuga” dos cérebros flutuantes, que vibram, tremem, param e escapam. A experiência ainda simula a reação dos neurônios ao uso da cocaína

na. Quando o usuário passa a mão sobre algumas fileiras de farinha branca dispostas numa bandeja no final da parede, o sistema eletrônico é acionado e uma “chuva virtual” de cocaína invade o monitor. Em seguida, o cérebro do usuário entra numa espécie de curto-circuito e implode na tela.

**Proposta**

Pela manhã, o lugar abre as portas para encontros com estudantes das escolas vizinhas para debater o uso de drogas, com pa-

lestras de pesquisadores e estudiosos sobre o tema. Depois dos alunos, entram os clientes para uma experiência gastronômica.

**Ousadia**

O “I Love Cocaine” custou quase 2 milhões de euros (aproximadamente 6 milhões de reais), um investimento raro em tempos de crise econômica na Itália.

O designer do ambiente, Ermanno Preti, em entrevista à BBC Brasil, esclareceu: “Não sabemos se não virá ninguém ou se vai lotar. É difícil administrar um espa-

ço assim, com essa proposta.”

O proprietário do restaurante, o empresário Mino Dal Doso, também diz ter se sentido, em princípio, inseguro com o projeto e com o nome do restaurante. “Depois abracei o projeto, que passa uma importante mensagem ética e social, num lugar público.” “Abri um restaurante um mês antes do começo da crise de 2008. Temos hoje 40 empregados e dobramos o faturamento. Honestamente, não acredito na crise, acho que existe uma crise, sim, de valores,

uma crise da falta de vontade dos empresários de arriscar”, argumenta o dono. “Achamos que esse conceito ético e social pode funcionar em outros países. Registramos a marca e estamos procurando novos mercados.”

A notícia da abertura do restaurante correu o mundo, e o “I Love Cocaine” prepara-se para se instalar em Londres e Berlim. Vale tudo na guerra contra as drogas. (WGJ)

**FONTE:** BBC Brasil, <http://www.bbc.co.uk/portuguese>

## RIR E REFLETIR



**Richard Simonetti**  
é escritor e primeiro vice-presidente do Centro Espírita Amor e Caridade, em Bauru (SP)

# Resiliência

Você sabe o que é resiliência, amigo leitor?

Se ignora, fique tranquilo, não está sozinho. A Língua Portuguesa tem perto de quatrocentas mil palavras e geralmente as pessoas usam, quando muito, alguns milhares.

Quanto à citada, há duas definições no Houaiss:

Na Física.

*Propriedade que alguns corpos apresentam de retornar à forma original, após terem sido submetidos a uma deformação elástica.*

Vem do Inglês *resilience*, que significa *elasticidade*.

Apertamos uma mola, por exemplo, e, ao eliminarmos a pressão, ela retorna à forma original. Esticamos um elástico e ocorre o mesmo tão logo o soltemos.

Em sentido figurado.

O estudo da Doutrina Espírita nos oferece uma visão objetiva dos porquês da existência humana, particularmente aqueles que nos afetam, nos deixam perplexos e desajustados

*Capacidade de se recobrar facilmente ou se adaptar à sorte ou às mudanças.*

Interessa-nos essa segunda acepção.

Nas lutas de boxe há uma expressão que lhe guarda referência: assimilar o golpe.

É o lutador que recebe um soco violento e logo se recupera, sem sofrer danos ou com um dano mínimo, que não o impeça de continuar no ringue.

Rocky Balboa, o boxeador interpretado por Sylvester Stallone no cinema, era o lutador que apanhava muito e ganhava a luta, porque era capaz de *assimilar* sucessivos golpes do adversário, levando-o à exaustão.

\*\*\*

Transpondo a expressão para o nosso cotidiano, podemos considerar que o que tor-

na as pessoas desajustadas e infelizes não são os golpes da vida, próprios deste planeta de provas e expiações em que estamos, e sim a dificuldade em assimilá-los, de forma a manter o equilíbrio e a serenidade, em situações como:

- Morte de um ente querido.
- Demissão de um emprego.
- Doença grave.
- Limitação física.
- Desilusão amorosa.
- Prejuízo financeiro.

O boxeador treina muito, desenvolvendo os músculos, a agilidade, o fôlego, a técnica, a fim de assimilar os golpes do adversário sem danos, ou com danos menores.

Existencialmente, é importante desenvolver a resiliência, a fim de que, ante os *golpes da vida*, não desabemos na perturbação e no desequilíbrio, com

todas as reações que lhe são conseqüentes: enfermidade, depressão, angústia, ansiedade, infelicidade...

O treinamento em favor desse propósito implica três disciplinas fundamentais: o estudo, a reflexão e a solidariedade.

O estudo da Doutrina Espírita nos oferece uma visão objetiva dos porquês da existência humana, particularmente aqueles que nos afetam, nos deixam perplexos e desajustados, como, por exemplo, a morte súbita de um ente querido.

A visão da vida espiritual como nossa pátria legítima, para onde retornaremos todos, quando chegar nossa hora, e onde reencontraremos os entes queridos que nos precederam, faz do Espiritismo aquele maravilhoso consolador prometido por Jesus.

Não basta, porém, esse co-

## ARTIGO



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

# A luminosidade das lições do Cristo

*“Bem-aventurados os que choram, porque serão consolados. Bem-aventurados os que têm fome e sede de justiça, porque serão fartos.”* (Jesus – Mateus, V: 5,6)

Estando no mundo há mais de dois mil anos, as valiosas lições de Jesus espalharam-se por todos os continentes. Os povos não as ignoram, no entanto, a prática delas ainda é muito acanhada, e, em decorrência disso, vive a humanidade colhendo suas safras de dores e intensos sofrimentos.

A inteligência humana tem conseguido feitos notáveis no campo da ciência, da tecnologia, mas apresenta reconhecidas dificuldades em posicionar-se com equilíbrio no campo moral, em que é possível notar com facilidade a grande vocação dos homens para permanecer atolados no orgulho e no egoísmo,

É muito natural que cada um receba de acordo com os seus merecimentos

essas terríveis chagas que têm atrasado o nosso progresso.

Quando Jesus ensinou ao mundo: *“Bem-aventurados os que choram, porque serão consolados. Bem-aventurados os que têm fome e sede de justiça, porque serão fartos”* (Mateus, V: 5,6), informou sobre a vida futura.

Não podemos ignorar; o homem possui duas naturezas: a física e a espiritual.

Pela natureza física, vive de conformidade com as leis da matéria. Para manter seu corpo saudável e em condições de seguir pela vida, necessita dos recursos materiais que estão à sua disposição. Ela é passageira.

Pela natureza espiritual, vive a vida fora da matéria, sendo ela eterna. A sustentação da vida espiritual dentro do equilíbrio depende de realização que envolve desprendimento, amor ao próxi-



mo, solidariedade, caridade, etc.

Sendo definitiva a vida espiritual, significa que, depois de deixarmos o corpo na Terra, seguiremos vivos por ela, onde encontraremos as consolações anunciadas por Jesus, depois de conhecer e vivenciar as experiências no mundo físico.

É muito natural que cada

um receba de acordo com os seus merecimentos, mas, se no primeiro momento, na chegada à vida espiritual, não for possível encontrar a felicidade que queremos, mais adiante a encontraremos, pois que por lá a vida não acaba.

Devemos, sim, fazer o maior esforço para viver bem, com se-

## ARTIGO



**Carlos Durgante**  
é médico geriatra e membro da Associação  
Médico-Espírita do Rio Grande do Sul (AMERGS)

# O que esperar de 2015?

nhecimento. Já vi muitos espíritas literalmente desabarem no desequilíbrio em situação dessa natureza. Aqui entra a segunda disciplina no treinamento: a reflexão, para que os princípios espíritas não sejam apenas uma ideia vaga, distante, mas algo que ganhe as entranhas de nossa alma, ajudando-nos a raciocinar como espíritas.

Um confrade, estudioso da Doutrina Espírita, sempre me dizia que, exercitando a reflexão em torno dos eventos humanos, avaliava a possibilidade de que um filho viesse a antecedê-lo no retorno à espiritualidade, o que acabou acontecendo, em face de um acidente.

Seu empenho nesse particular permitiu-lhe manter a serenidade, confortando e ajudando outros familiares chocados com o acontecimento.

Sem dúvida o estudo e a reflexão são fundamentais para que tenhamos *um pé atrás*, considerando que vivemos num planeta de provas e expiações, onde coisas más podem acontecer também aos homens de bem, que não o terão sido em pretéritas existências ou não estariam mourejando aqui.

Completando a tríade, temos a solidariedade, a capacidade de sentir a dor alheia e trabalhar por aliviá-la, o que implica a disposição de socorrer os sofredores de todos os matices, elegendo o bem do próximo como inspiração da existência.

Cumprindo as três disciplinas – estudo, reflexão e solidariedade –, conquistaremos abençoada resiliência, sem espaço em nossa mente para perturbações e desajustes quando chegar nosso tempo de sofrer.

renidade e paz, já aqui na Terra, mas sendo isso ainda pouco possível por enquanto, não nos percamos nos labirintos da revolta ou do inconformismo, pois que a verdadeira felicidade, como anunciou a palavra evangélica, “não é deste mundo”.

Não teriam nenhum sentido as informações de Jesus, quando fala das bem-aventuranças, se a nossa vida fosse vivida somente na Terra. Como ser bem-aventurado por chorar? Por sofrer? Por ter sede e fome de justiça?

Mas enquanto a criatura humana não adquirir a convicção da sua imortalidade, terá dificuldades em usufruir uma vida pacificada. Buscando por constantes realizações materiais, muitas vezes desnecessárias e supérfluas, ao não conseguir seus intentos, mergulha em frustrações e desequilíbrios que desembocam

em notáveis decepções, daí seguindo para quadros depressivos e angustiantes.

Vivamos no mundo material, pois se aqui estamos é porque muito temos de aprender, mas sem esquecer as imprescindíveis lições de Jesus Cristo, que nos foram entregues como rota e bússola a serem fielmente seguidas.

As escolhas e decisões serão sempre nossas, pois que contamos com o livre-arbítrio em nosso favor, mas será muito interessante observar que, até o presente momento, vivendo como vivemos até agora, não conseguimos a paz que sonhamos e nem a felicidade que desejamos.

Distantes da luminosidade de Jesus Cristo, somente nos restará a colheita de trevas, bem representada pelos tormentos aterradores que nos envolvem.

Pensemos nisso...

Eu espero o melhor, apesar de pairar sobre nós, povo brasileiro, tantas perspectivas ruins e sombrias na área política, social, econômica, educacional, ambiental, de segurança pública e saúde.

Contra todas essas tendências desfavoráveis para a nossa nação e extensivas ao planeta, precisamos fazer a nossa parte como bons e responsáveis espíritas que somos ou que pretendemos ser.

Na crônica que escrevi na edição de janeiro de 2014 deste jornal, lembro-me que falei sobre um antigo hábito cultural de pegarmos carona no simbolismo ou na magia da troca de ano para projetar sonhos, planos, mudanças ou até mesmo “deixar tudo como está, porque se mudar vai estragar”.

Comentei também que seria interessante fazermos o tal do *checklist*, aquela nossa listinha (listão) das expectativas futuras, bem como das nossas reais necessidades.

Então vamos a elas, pois o ano novo é sempre uma boa hora para fazermos esse “balanço”. Mas é bom lembrarmos que micro e macrocosmo, individual e coletivo, família e sociedade, enfim, eu e o próximo, são indissociáveis.

O que desejo de bom, edificante, encorajador para mim, deve passar também pelo bem-estar do outro e do planeta. De grandes a pequeninas transformações que executo em meus atos e atitudes, desde que feitas com amor, dignidade e humanização, são de inestimável valor nessa grandiosa rede de trocas e compartilhamentos que é a nossa vida.

Mesmo que a situação atual do nosso país não esteja nada boa para muitos milhões de brasileiros, não será por isso que vamos entrar nesse clima ruim, de baixas vibrações, agravando ainda mais os problemas já existentes.

À medida que vamos conseguindo viver mais intensamente a essência da fraternidade cristã, seja ela pela Doutrina Espírita ou por qualquer outra



“  
À medida  
que vamos  
conseguindo viver  
mais intensamente  
a essência da  
fraternidade cristã,  
seja ela pela  
Doutrina Espírita  
ou por qualquer  
outra crença ou  
prática religiosa,  
nosso papel na  
transformação  
moral do País vai  
mudando também

”

crença ou prática religiosa, nosso papel na transformação moral do País vai mudando também. De meros coadjuvantes, passamos a protagonistas!

Só conseguiremos esse “papel principal”, esse protagonismo em nossa existência, se incluímos nela o nosso próximo.

Deixo a vocês esta inquietante e necessária reflexão para o novo ano e um profundo sentimento de gratidão pelo ano que passou!

*O próximo, em cada minuto, é aquele coração que se acha mais próximo do nosso, por divina sugestão de amor no caminho da vida.*

*No lar, é a esposa e o esposo, os pais e os filhos, os parentes e os hóspedes. No templo do trabalho comum, é o chefe e o subordinado, o cooperador e o companheiro.*

*Na via pública, é o irmão ou o amigo anônimo que nos partilham a mesma estrada e o mesmo clima. Na esfera social, é a criança e o doente, o desesperado e o triste, as afeições e os laços da solidariedade comum.*

*Na luta contundente do esforço humano, é o adversário e o colaborador, o inimigo declarado e oculto ou, ainda, o associado de ideais que nos surgem por instruções.*

*Em toda parte, encontrarás o próximo, buscando-te a capacidade de entender e ajudar.*

*Auxilia os outros com aquilo que possuas de melhor.*

*Chico Xavier.*

Feliz 2015 para todos nós!



**Acílton de Mattos**  
é consultor em Tecnologia da  
Informação e Educação a Distância.  
Foi presidente da União Nacional dos  
Estudantes (UNE) em 1983 e 1984

# 2015 rumo ao nosso grande destino

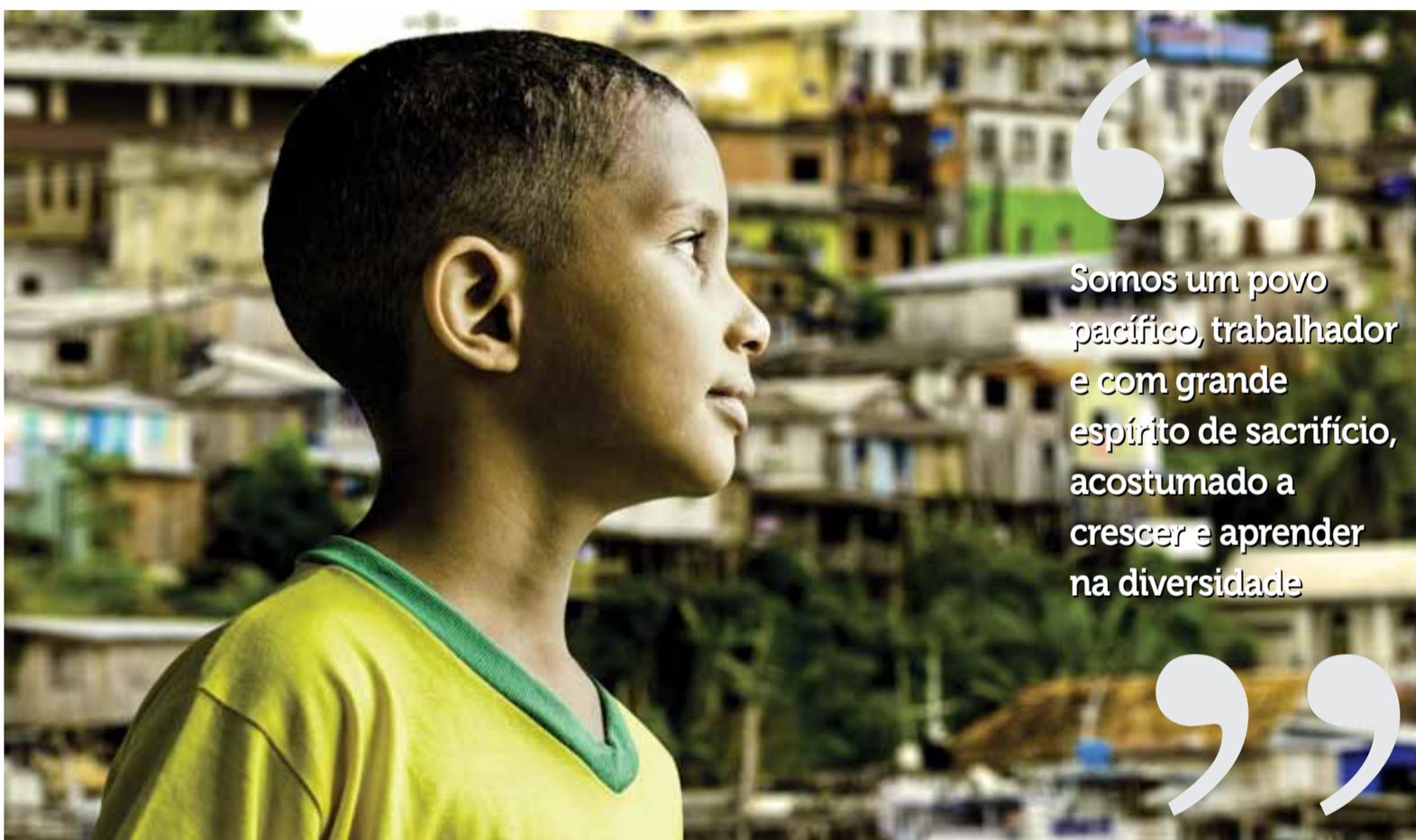
Análises divulgadas pelos meios de comunicação brasileiros são unânimes em prever que 2015 será um ano difícil para o Brasil. Argumentam que a atual situação política e econômica é de crise e que, diante disso, teremos um ano marcado por problemas de diversos matizes.

Do ponto de vista econômico, avaliam que teremos um crescimento muito baixo, com inflação em alta, elevação da taxa de juros, aumento do desemprego, aumento da carga tributária, aumento do dólar, um freio no ritmo de aumento do salário mínimo, diminuição dos investimentos e dos recursos destinados aos programas sociais.

Sobre o quadro político, informam que o Governo Dilma saiu das eleições fragilizado, com pouca credibilidade e margem de manobra para fazer frente às adversidades vividas pelo País. Preveem ainda grandes dificuldades políticas geradas pelo desvio de recursos da Petrobras e pela crise energética.

O governo federal teria ainda de enfrentar tudo isso sem poder contar com um apoio sólido no Congresso Nacional. A base de sustentação do governo está fragmentada e a oposição mais atuante, no embalo da grande votação recebida por Aécio Neves nas eleições presidenciais. Vemos ainda, nas análises, que os ânimos estão acirrados e o Brasil está dividido.

Ou seja, é um quadro pintado com tintas negras (peço a permissão do leitor para abrir aqui um parêntese para sugerir uma reflexão: por que razão o noticiário e as análises divulgados nos meios de comunicação brasileiros sobre o Brasil têm, em sua esmagadora maioria, um viés tão pessimista?)



Somos um povo  
pacífico, trabalhador  
e com grande  
espírito de sacrifício,  
acostumado a  
crescer e aprender  
na diversidade

## Brasil, um país único

Há, porém, o outro lado dessa moeda.

O Brasil, ao longo de sua história, forjou alguns elementos que o tornam um país único: somos uma das maiores economias do mundo, com enorme mercado interno, uma economia geradora de múltiplas oportunidades, uma democracia consolidada, acompanhada de estabilidade institucional e com cada um dos três poderes independente e em pleno funcionamento. Deus ainda nos presenteou com um vasto território, ótimo clima para produção e recursos naturais extraordinários. Poucos países no mundo podem contar com tantas vantagens.

Esse outro lado da moeda leva também em conta a gigantesca capacidade da população brasileira em vencer

desafios. Somos um povo pacífico, trabalhador e com grande espírito de sacrifício, acostumado a crescer e aprender na diversidade, além de uma grande criatividade empreendedora. Uma amostra disso é a formalização de 4 milhões de microempreendedores individuais, desde o lançamento do Programa MEI, coordenado pelo Sebrae. Outros tantos milhões de trabalhadores informais estão aderindo ao programa, que só traz benefícios para os empreendedores e para a economia brasileira como um todo.

Pesquisa do instituto Datafolha divulgada em 7 de setembro nos dá uma boa pista do que pensam os brasileiros: creem em Deus, desejam a diminuição da pobreza, condenam a pena de morte e pre-

ocupam-se com a liberação das drogas em decorrência de seu efeito na sociedade.

Se o Brasil foi levado a uma situação de dificuldades, o povo brasileiro responde com trabalho, espírito empreendedor, fé, fraternidade e paz. Ele é a grande força motriz que impulsiona este país.

Lembremos do ensinamento de Humberto de Campos, no livro *Brasil – Coração do Mundo, Pátria do Evangelho* (psicografado por Chico Xavier), esclarecendo-nos sobre a necessidade constante da paz, da união e do trabalho:

– *Brasileiros, ensarilhemos, para sempre, as armas homicidas das revoluções!... Consideremos o valor espiritual do nosso grande destino! Engrandeçamos a pátria no*

*cumprimento do dever pela ordem e traduzamos a nossa dedicação mediante o trabalho honesto pela sua grandeza! Consideremos, acima de tudo, que todas as suas realizações não merecem a luminosa sanção de Jesus, antes de se fixarem nos bastidores do poder transitório e precário dos homens! Nos dias de provação, como nas horas de venturas, estejamos irmanados numa doce aliança de fraternidade e paz indestrutível, dentro da qual deveremos esperar as clarezas do futuro. Não nos compete estacionar, em nenhuma circunstância, e sim marchar, sempre, com a educação e com a fé realizadora, ao encontro do Brasil, na sua admirável espiritualidade e na sua grandeza imperecível!*