

André Trigueiro, da Globonews: "Não existe eu e a natureza. Somos uma coisa só. Estamos todos misturados na teia da vida"

Espiritismo e ecologia: de mãos dadas pelo futuro do planeta

Na pergunta 705 de *O Livro dos Espíritos*, no capítulo que versa sobre a Lei de Conservação, Allan Kardec, ao questionar a espiritualidade "por que nem sempre a terra produz bastante para fornecer ao homem o necessário?", recebe uma resposta que exemplifica bem o que o planeta Terra vive hoje: "É que, ingrato, o homem a despreza! Ela, no entanto, é excelente mãe. Muitas vezes, também, ele acusa a Natureza do que só é resultado da sua imperícia ou da sua imprevidência. A terra produziria sempre o necessário, se com o necessário soubesse o homem contentar-se" (...). Nessa resposta, a espiritualidade nos mostra que o materialismo exacerbado, que o "ter por ter", cada vez mais presente no modelo de desenvolvimento econômico que vivemos hoje, precisa ser revisto, do contrário o homem acabará padecendo junto com o planeta em que vive. **Página 3**

Pesquisa revela menor tolerância ao aborto

Depois de nove anos de ampla pesquisa realizada pelo Datafolha sobre as opiniões, valores e comportamento dos brasileiros em relação à família, novo levantamento mostra que 87% dos entrevistados consideram fazer um aborto moralmente errado. A interrupção da gravidez não desejada despontou na pesquisa, realizada nos dias 1º e 2 de agosto, com a variação mais significativa: um salto de 61% para 71% na taxa de rejeição. "Nossa mobilização deve ser permanente", alerta Marília de Castro, do Movimento em Defesa da Vida, que lançou, em outubro, campanha nacional pela coleta de 5 milhões de assinaturas contra a descriminalização do aborto no País. **Página 5**

Congresso reúne 1,4 mil na Colômbia

Nestor Masotti, presidente da Federação Espírita Brasileira, foi reeleito secretário-geral do Conselho Espírita Internacional, no 5º Congresso Espírita Mundial, ocorrido em outubro, na Colômbia. Representantes de 27 países estiveram presentes. **Página 2**

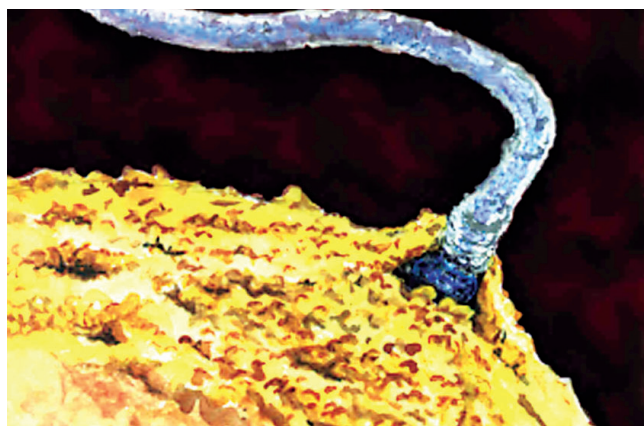


Um terapeuta transpessoal chamado Jesus

Alberto Almeida, diretor científico da Associação Médico-Espírita do Pará, considera Jesus um grande psicoterapeuta, cuja magnitude a humanidade não encontra precedentes. "O jeito de abordar o ser hu-

mano, de olhar a vida indo além de uma consciência de vigília, fez e faz de Jesus um ser inigualável, que demonstra sua transpessoalidade nos fenômenos paranormais", afirma. **Página 8**

O momento exato da reencarnação



Sérgio Felipe de Oliveira, mestre em Ciências pela USP, que realiza trabalhos para a Associação Médico-Espírita de São Paulo (AME-SP) e é diretor clínico do Pineal Mind, fala, em entrevista à *Folha Espírita*, do momento exato da reencarnação. "O retorno do espírito a um novo corpo é um fenômeno que não ocorre ao acaso, pelo contrário, é cuidadosamente planejado", afirma. **Página 4**

Outras leis espirituais para os pais

Para finalizar nossa conversa sobre o livro *As Sete Leis Espirituais para os Pais*, de Deepak Chopra, falaremos, nesta edição, sobre as duas últimas leis espirituais. Como vimos na *Folha Espírita* de setembro e outubro, cada lei é trabalhada em um dia da semana, sempre acompanhada de uma mensagem e de três tarefas que devem ser executadas nesse dia. **Página 6**

Seminário exclusivo sobre **MEDIUNIDADE** com Marlene Nobre

Venha participar do Seminário "O Dom da Mediunidade" com a médica Marlene Nobre, que apresentará um estudo sobre o tema com base na obra de André Luiz.

Duração: 3hs
Data: 24 de novembro das 9hs as 13hs
Local: Century Plaza - R. Teixeira Silva, 647 São Paulo - SP

VAGAS LIMITADAS



Inscrições:
AME-SP - (11) 5581-7089 ou 5585-1703
atendimento@amesaopaulo.org.br



Violência infantil-juvenil
Walther Graciano Jr.
Página 6

Nós também negamos Jesus
W.A.Cuin
Página 7

Uma forma de oração
Richard Simonetti
Página 7

editorial

Aborto é crime

No momento atual, é mais do que oportuno lembrar as ponderações de Chico Xavier no livro *Lições de Sabedoria*: “Sabendo que o aborto, mesmo legalizado no mundo, é uma falha nossa na Terra, estamos certos de que ninguém deveria praticá-lo seja no regime das convenções humanas ou fora delas. Se há anticoncepcional, por que promover a morte de criaturas nascituras ou em formação?” O médium ensina que se deve evitar o crime do aborto, favorecendo o planejamento familiar.

Há quem diga que o aborto é um direito da mulher. Não existe engano maior. A vida pertence ao embrião, ninguém tem o direito de tirá-la.

Felizmente o povo brasileiro em sua esmagadora maioria tem se manifestado contrário à legalização do aborto, convicção que cresce a cada ano, e que se evidenciou na última pesquisa do Datafolha. Aliás, as leis do nosso País espelham essa certeza. O artigo 5º da Constituição Brasileira garante a inviolabilidade do direito à vida, defendendo-o como bem fundamental do ser humano. É certo que o artigo 4º afirma que a personalidade civil do homem começa no nascimento com vida, mas a lei põe a salvo que ela deve ser defendida

desde a concepção (Código Civil, Lei Federal 3.071). E mais, a Convenção Americana sobre Direitos Humanos celebrou, em 22 de novembro de 1969, o chamado Pacto de São José da Costa Rica, assinado por inúmeros países, entre os quais o Brasil, garantindo esse direito, desde a concepção.

Assim, qualquer projeto de lei em prol da legalização do aborto, que tramite no Parlamento brasileiro, é, antes de tudo, inconstitucional.

O que a gestante realmente precisa é de amparo à maternidade, de esclarecimentos quanto ao uso de métodos anticoncepcionais e de vias fáceis de acesso a eles. Uma sociedade organizada, segundo as leis de Deus, obrigatoriamente, deve ter o amor na sua base de sustentação. Deve cuidar da educação de crianças e jovens, dar todo o apoio à maternidade e à paternidade responsáveis, além de cuidar dos que trabalharam uma vida toda e têm de ser amparados na velhice.

A sociedade que apela para o aborto declara-se falida em suas bases educacionais, porque dá guarida à violência no que ela tem de pior, que é a pena de morte para inocentes. Compromete, portanto, o seu projeto mais sagrado que é o da construção da paz.

Colômbia reúne 1,4 mil participantes em congresso mundial

Ernesto Passador



Da esq.p/dir. a recém-eleita comissão executiva do CEI: César Perri, Fabio Villarraga, Nestor Masotti, Elsa Rossi, Vanderlei Marques e Salvador Martin. Ao fundo, Jean-Paul Evrard e Charles Kempf

O 5º Congresso Espírita Mundial, ocorrido de 10 a 13 de outubro, em Cartagena das Índias, Colômbia, contou com a participação de 1.414 pessoas, de 27 países (Argentina, Áustria, Bélgica, Bolívia, Brasil, Chile, Colômbia, Cuba, Equador, El Salvador, Espanha, Estados Unidos, França, Guatemala, Holanda, Honduras, Reino Unido, Japão, Panamá, Paraguai, Peru, Portugal, Porto Rico, Suécia, Suíça, Uruguai e Venezuela). O evento, que teve por tema principal a *Doutrina Espírita – 150 Anos de Luz e Paz*, foi promovido pelo Conselho Espírita Internacional e organizado pela Confederação Espiritista Colombiana, tendo como presidente da Comissão Organizadora Ricardo Lequerica.

O local do congresso, salão Barahona do Palácio de Convenções, reuniu duas mil pessoas na palestra pré-congresso, proferida por José Raul Teixeira. No saguão, uma bela exposição de painéis sobre a Vida de Allan Kardec e outros baluartes do Espiritismo pelos 150 Anos de *O Livro dos Espíritos*. Nos estandes, livros em vários idiomas, apostilas e material de divulgação estavam à disposição do público presente. Os salões Barahona e Getsemany foram palcos de palestras e painéis.

Na abertura do evento, às 16h do dia 10, estiveram presentes representantes de todos os países membros do CEI, além de Nestor Masotti,

secretário-geral do CEI; Raul Teixeira; e Divaldo Pereira Franco, que fez a palestra de abertura; além do prefeito da cidade de Cartagena, que entregou a Masotti e Franco a chave da cidade. Trinta crianças do Lar Remanso Fraterno cantaram músicas folclóricas de boas-vindas aos congressistas. Divaldo Franco foi homenageado por elas, por conta de seus 60 anos de mediunidade e visitas à Colômbia.

No segundo dia de congresso, ocorreram várias conferências, dentre elas a de Marlene Nobre, presidenta das associações médico-espíritas do Brasil e Internacional, e, à noite, o público pôde assistir à pré-estréia do filme sobre a vida de Adolfo Bezerra de Menezes. Apresentações de Nando Cordel e Ana Ariel também encantaram o público presente. O último dia do evento teve apresentações dos médicos brasileiros Maria de la Gracia de Ender (*A Defesa da Vida*), Décio Iandoli Júnior (*Reencarnação*) e Alberto Almeida (*Obsessões e Distúrbios Psicofísicos*).

Na cerimônia de encerramento, houve apresentação do folclore colombiano, palestra do presidente da Confecol, Jorge Francisco Leon, e também de Nestor Masotti, além de Jorge Berrio, da Comissão Organizadora; com conferência final de Divaldo Pereira Franco. Ficou definido que o 6º Congresso Espírita Mundial será realizado na Espanha, em 2010.

@ Espiritismo na internet

Atendimento de retaguarda a portadores do câncer

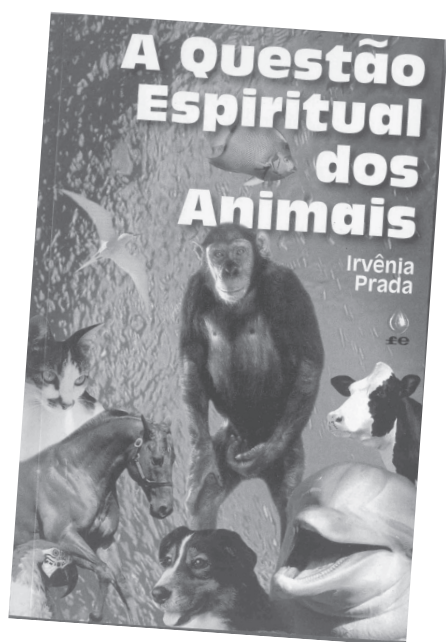
www.hefc.org.br

Um grupo de pessoas do Núcleo Espírita Cristão realizava, desde 1978, o serviço assistencial domiciliar denominado Serviço Ostensivo da Luz (SOL), destinado a enfermos em convalescença e carência social. Notando as dificuldades que esses doentes tinham em se recuperar, em decorrência da situação socioeconômica, o grupo foi orientado a construir um abrigo para atender a essa demanda. Em 1992, foi constituído juridicamente o Hospital Espírita Fabiano de Cristo, com a finalidade de ser um hospital de retaguarda. Hoje, localizado em Caieiras (SP), possui ambulatório, farmácia, enfermagem, terapias e serviço social. O site orienta sobre como participar da obra, seja através de doações ou de serviço voluntário. Divulgue!

biblioteca do leitor

A Questão Espiritual dos Animais

A FE Editora acaba de lançar a 8ª edição do livro *A Questão Espiritual dos Animais*, da médica Veterinária Irvénia Di Santis Prada. Ele é um convite à reflexão sobre o significado da existência dos animais: suceder de etapas da longa jornada evolutiva do princípio inteligente. “Companheiros de morada deste planeta, eles merecem ser compreendidos, respeitados e principalmente amados aos trilharem os mesmos caminhos que já percorremos”, comenta a autora. Informações: (11) 5585-1977.



Curtas

● Paralelas à reunião do Conselho Federativo Nacional, em 9, 10 e 11 de novembro, na Federação Espírita Brasileira, estão programadas palestras com os médiuns conferencistas Divaldo Pereira Franco e José Raul Teixeira. No dia 10, Raul Teixeira fará exposição de tema, a sua escolha, às 20h30, na Federação Espírita Brasileira. Já no dia 11 de novembro, será a vez de Divaldo Franco apresentar o público com apresentação de tema livre, no Quartel General

do Exército, no Auditório Pedro Calmon, às 16h. As palestras são gratuitas.

● Divaldo Pereira Franco também estará, em 24 de novembro, às 19h, no Clube Recreativo Sumaré (avenida Rebouças, 863, Sumaré - SP). Informações: (19) 3873-5996 ou e-mail juliocarlos@kachenca.com.br. O evento é uma promoção da Fraternidade Espírita do Grande Coração.

Médicos reunidos

A Associação Médico-Espírita Internacional, presidida por Marlene Nobre, promoveu reunião informal com médicos e profissionais de saúde presentes no congresso. Participaram 43 pessoas, dentre elas, Sabino Antonio Luna, que falou das atividades da Federação dos Médicos da Argentina; Maria de La Gracia de Ender, da Associação Médico-Espírita do Panamá; Décio Iandoli Jr., que fez um apanhado

das atividades da AME-Brasil e sua experiência na AME-Santos, em São Paulo, além da própria Marlene Nobre, acerca das atividades da AME-Internacional. Vários médicos da Colômbia mostraram-se interessados em iniciar núcleos das AMEs, sob a orientação do dr. Fabio Villarraga, de Bogotá. Representantes de sete cidades comprometeram-se a formar núcleos na Colômbia.

Reunião do CEI

Na seqüência do congresso, dias 14 e 15, aconteceu a 12ª Reunião do Conselho Espírita Internacional, presidida pelo Uruguai, com a presença de 29 países membros e observadores. Ao falar sobre as lições deixadas pelo 5º congresso, Ricardo Lequerica, presidente da Comissão Organizadora, afirmou que a realização de conferências simultâneas, em auditórios distintos, não se revelou uma boa fórmula, porque ela gera insatisfação no grande público, que gostaria de assistir a tudo. A próxima reunião do CEI acontecerá na Bélgica, em abril de 2009, e o país que a presidirá será a Guatemala.

Livros

O evento da Colômbia contou com o lançamento de alguns títulos, entre eles *Aprendendo a Orar*, livro de preces para crianças, de Elsa Rossi, publicado pela Editora Arami Grupo Empresarial de Paraguay; e *O Dom da Mediunidade*, de Marlene Nobre, da FE Editora. A obra *Cuestion Espiritual de los Animales*, da médica veterinária Irvénia Di Santis Prada, publicado pela FE Editora, esgotou-se rapidamente, graças à procura.

A história da humanidade sob a lente espiritual

UNIVERSO DE DEUS - Uma visão espiritual da humanidade

Déa Bertran tem a ousadia, em seu novo livro, de traçar uma história da filosofia sob a ótica espiritual e consegue se desempenhar com brilhantismo. É uma obra ímpar que aborda um assunto complexo, mas escrita com a leveza de um bate-papo entre amigos, sem abrir mão da seriedade que o tema exige. Imperdível!



editora LACHÂTE

14X21cm
320 pág.

(11) 3879-3838



Expediente	FUNDADOR Freitas Nobre (1974)	DIRETOR COMERCIAL Fabio Gandolfo Severino	SITE - PROGRAMAÇÃO www.aboutdesign.com.br	ASSINATURAS Ana Carolina G. Severino Lilian S. R. Severino
	JORNALISTA RESPONSÁVEL Cláudia Santos MTB - 21.177	CRIAÇÃO - PROJETO GRÁFICO E SITE Mac&V Comunicação www.macav.com.br	FOTOGRAFIA Benedito Jesus Valvassoura	EXPEDIÇÃO Arnaldo M. Orso Sílvia do Espírito Santo Alencar Leme Martins
	DIRETORA RESPONSÁVEL Marlene Nobre	Diagramação Sidney João de Oliveira	REVISÃO Sidônio de Matos	
	DIRETOR DE REDAÇÃO Paulo Rossi Severino			
	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. Muni. 8.113.897.0 - Insc. Est. 109.282.551-110. Periodicidade: Mensal - www.folhaespirita.com.br - e-mail: folhaespirita@folhaespirita.com.br			

Ecologia e Espiritismo

CLÁUDIA SANTOS

Ao se deparar com o tema Ecologia e Espiritismo, é muito provável que, em um primeiro momento, muitos de nós nos perguntemos o que um teria a ver com o outro. De fato, logo de cara, eles não aparentam ser assuntos correlatos. Mas, analisando a origem de ambos, vemos que, assim como Ernst Haeckel, cientista alemão que primeiro usou o termo Ecologia e a definiu como "o estudo da casa ou do lugar onde vivemos", seu contemporâneo Allan Kardec, o Codificador do Espiritismo, nos trouxe respostas, através dos espíritos, sobre as relações entre os seres vivos e o ambiente em que vivem e o quanto um depende do outro. A partir daí, está dada a resposta: a Ecologia anda, sim, de braços dados com a Doutrina de Kardec.

"Assim como o conceito de Espiritismo de-

mandou tempo para ser incorporado, o mesmo ocorreu com a Ecologia, do ponto de vista científico e filosófico. Há coincidências entre Espiritismo e Ecologia. O primeiro tem uma visão sistêmica. Por exemplo, demonstra-se que nas diferentes moradas do Pai existe relação de interação constante entre os mundos, uma conexão entre diferentes fenômenos. Desdobra-se um olhar que vai além e que explica a teia, como tudo está conectado. Sabemos que estamos inseridos num contexto. Que cada um de nós tem companhias nos planos denso e espiritual e vai tendo uma série de experiências. Sentimo-nos mergulhados em algo maior e estamos misturados a outros. A visão ecológico-sistêmica tem o mesmo alcance", analisa o carioca André Trigueiro, 41, apresentador do programa Cidades e Soluções, transmitido aos domingos,

às 21h30, pela Globonews e Canal Futura, e que acaba de completar um ano no ar.

Na pergunta 705 de *O Livro dos Espíritos*, no capítulo que versa sobre a Lei de Conservação, Kardec, ao questionar a espiritualidade "por que nem sempre a terra produz bastante para fornecer ao homem o necessário?", recebe uma resposta que exemplifica bem o que vivemos hoje: "É que, ingrato, o homem a despreza! Ela, no entanto, é excelente mãe. Muitas vezes, também, ele acusa a Natureza do que só é resultado da sua imperícia ou da sua imprevidência. A terra produziria sempre o necessário, se com o necessário soubesse o homem contentar-se" (...).

Com essa resposta, a Espiritualidade nos mostra que o materialismo exacerbado, que o "ter por ter", cada vez mais presente em um modelo

de desenvolvimento econômico que promove a produção de bens de consumo sempre mais caros e sofisticados, precisa ser revisto. O homem começa a perceber, hoje, dados os alardes sobre o avanço da degradação do planeta, que não há como haver uma produção ilimitada deles na biosfera, que é finita e limitada. Essa produção e consumo exagerados esbarram na Ecologia. "O problema é que em uma sociedade de consumo como a nossa nenhum de nós se contenta apenas com o necessário", afirma Trigueiro. "A publicidade encarrega-se de despertar apetites vorazes de consumo do que não é necessário, daquilo que é supérfluo, descartável e inessencial, renovando a cada nova campanha a promessa de felicidade que advém da posse de mais um objeto", analisa.

Relação com o ambiente comprometida

Você já parou para pensar como anda nossa relação com o ambiente em que vivemos? E o que temos a ver com a emissão de carbono na atmosfera, o conseqüente aquecimento global, a produção exagerada de lixo e um possível esgotamento dos recursos naturais no nosso planeta? Acredita que não tem nada a ver com isso? Que até faz algo, mas que sozinho não pode mudar o mundo? A verdade é que cada um de nós é responsável por tudo isso que está aí. E se não frearmos o modelo de desenvolvimento que temos adotado acabaremos padecendo junto com a Terra. Assim, não importa se nossas ações possam parecer pequenas diante do universo, mas se elas acontecerem, influenciarão as do seu vizinho e muito provavelmente de toda uma sociedade.

É preciso lembrar que nos lembrar que a questão ambiental está muito fortemente associada a modelos de desenvolvimento, a um projeto de civilização. O meio ambiente somos nós, o meio que nos cerca e as relações que estabelecemos com ele. Nossa qualidade de vida depende da forma como estabelecemos essa relação. Ele transcende ao gueto da fauna, flora e preservação. É muito mais que isso.

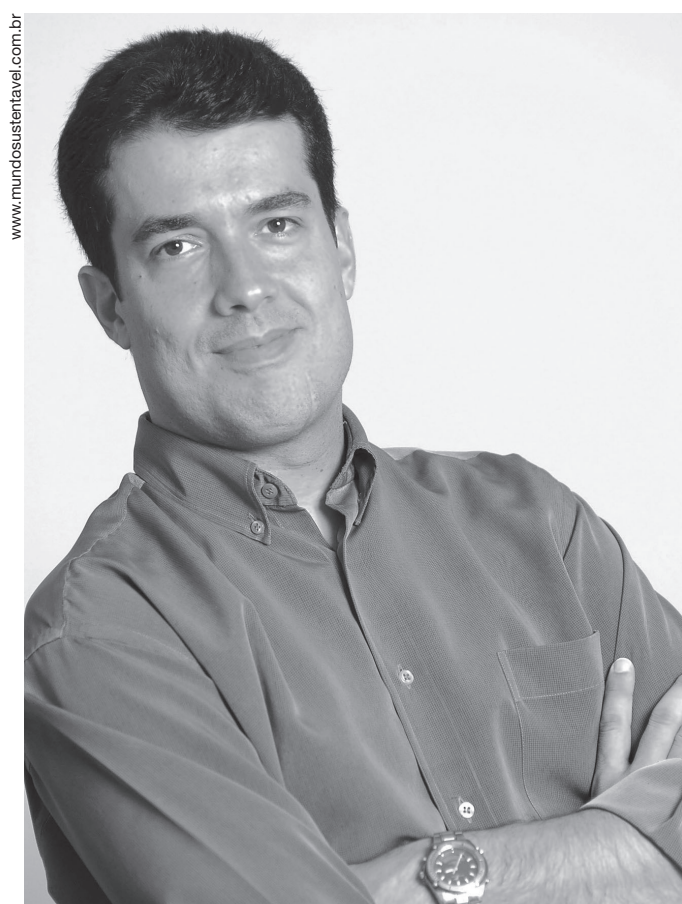
Trigueiro, jornalista com pós-graduação em Gestão Ambiental pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, professor e criador do curso de Jornalismo Ambiental da PUC/RJ, autor do livro *Mundo Sustentável - Abrindo Espaço na Mídia para um Planeta em Transformação* (Editora Globo, 2005), coordenador editorial e um dos autores do livro *Meio Ambiente no Século XXI* (Editora Sextante, 2003), acredita que ser imprescindível que o Movimento Espírita absorva e contextualize, à luz da Doutrina, os sucessivos relatórios científicos que denunciam a destruição sem precedentes dos recursos naturais não renováveis, no maior desastre ecológico de origem antrópica da história do planeta.

"Os atuais meios de produção e consumo precipitaram a humanidade na direção de um impasse civilizatório, onde a maximização dos lucros tem justificado o uso insustentável dos mananciais de água doce, a desertificação do solo, o aquecimento global, a monumental produção de lixo, entre outros efeitos colaterais de um modelo de desenvolvimento ecologicamente predatório, socialmente perverso e politicamente injusto", avalia.

Segundo Trigueiro, para nós, espíritas, é fundamental que o alerta contra o consumismo seja entendido como uma dupla proteção: ao meio ambiente, que não suporta as crescentes demandas de matéria-prima e energia da sociedade de consumo, onde a natureza é vista como um grande e inesgotável supermercado, e ao nosso espírito imortal, já que, de acordo com a Doutrina Espírita, uma das características predominantes dos mundos inferiores da Criação é justamente a atração pela matéria. "Nesse sentido, não há distinção entre consumismo e materialismo e nossa invigilância poderá custar caro ao projeto evolutivo que desejamos encetar", alerta.

De acordo com o jornalista, uma das mais respeitadas referências em sustentabilidade no País, essa questão é tão crucial para o Espiritismo, que, na pergunta 799 de *O Livro dos Espíritos*, quando Kardec indaga "de que maneira pode o Espiritismo contribuir para o progresso?", a resposta é taxativa: "Destruindo o materialismo, que é uma das chagas da sociedade (...)".

"Uma das mais prestigiadas organizações não-governamentais do mundo, o *Worldwatch Institute*, com sede em Washington (EUA), divulga anualmente o relatório 'Estado do Mundo', uma grande compilação de dados e estudos científicos que revelam os estragos causados pelo atual modelo de desenvolvimento. Em um dos últimos relatórios, publicado em 2004, afirma-se que o consumismo desenfreado é a maior ameaça à humanidade. Os pesquisadores do *Worldwatch* denunciam que altos níveis de obesidade e dívidas pessoais, menos tempo livre e meio ambiente danificado são sinais de que o consumo excessivo está diminuindo a qualidade de vida das pessoas",



informa Trigueiro, que, abaixo, conta um pouco mais sobre ele próprio, nossa relação com o meio ambiente e a Doutrina Espírita.

FE – Como e quando você se tornou espírita?

Trigueiro – Meu pai era católico, quase foi padre, e minha mãe espírita. Tivemos uma formação cristã. Meu ano de fome de conhecimento espírita foi 1987. Fui buscar na Doutrina as respostas que não encontrava no Catolicismo. Estava naquele momento da juventude de indagar o que seria a realidade espiritual, sentido da dor e sofrimento, em que medida interagimos com o plano espiritual e aquele contentamento que se tem quando nos deparamos com as respostas da espiritualidade maior. Comecei a devorar livros, a freqüentar o centro Joanna de Angelis, em Copacabana, a participar das atividades da Mocidade Espírita, a me engajar nos trabalhos da casa, na Baixada Fluminense, etc.

FE – Como surgiu seu interesse pela Ecologia?

Trigueiro – A cobertura da Eco-92 mexeu comigo. Eu era repórter da Rádio Jornal do Brasil e cobri o Fórum Global, o encontro paralelo das ONGs, que reuniu organizações do mundo inteiro no Aterro do Flamengo. Nas horas vagas permanecia no local, acompanhando os debates. Na ocasião, a questão ambiental era para mim algo instigante, embora restrito a um círculo de iniciados. Mas logo descobri que esse era um assunto que deveria ser de domínio público, cada vez mais disseminado em nossa cultura. Ele determina comportamentos, é um novo paradigma.

FE – Você costuma dar palestras em centros espíritas? Quais temas costuma abordar?

Trigueiro – Além da Ecologia, um outro assunto recorrente em palestras é o suicídio. A Espiritualidade maior nos dirige um apelo para que atemos mais fortemente na prevenção do suicídio, e eu passei a me interessar e me envolver com o assunto. O suicídio no Brasil é um caso de saúde pública. Sua incidência vem aumentando e isso é muito preocupante.

FE – Os espíritos dizem que precisamos destruir o materialismo e que ele é uma chaga na sociedade. Como você vê essa afirmação?

Trigueiro – Precisamos refletir sobre o que é necessário e supérfluo em nossas vidas, reduzir a nossa atração pelo que é apenas matéria e, portanto, descartável e perecível. Ser consumista significa ostentar onde há escassez, o que é um problema moral. O consumismo não é ecológico, pois acelera a degradação, a exaustão dos recursos naturais. Quando atacamos a biodiversidade como estamos fazendo, estamos subtraindo a vida de espécies importantes para que o equilíbrio em escala planetária seja possível. Cada pequena espécie, por mais insignificante que seja, colabora para que

“
Nosso planeta está no vermelho. Avançamos com voracidade e ele não responde à demanda. Nosso consumismo está acelerando a exaustão dos recursos
”

esse equilíbrio exista. Devemos nos lembrar que quanto mais atrasado o espírito, maior sua atração pela matéria e maior a vulnerabilidade aos valores da sociedade de consumo.

FE – Qual a responsabilidade do espírita para com o planeta?

Trigueiro – O espírita precisa se dar conta de que quando o planeta adoecer, nosso projeto evolutivo fica comprometido. Emmanuel, em *O Consolador*, diz que o meio ambiente influi no espírito. Aos espíritas que mantém uma atitude comodista diante desse cenário, escorados talvez na premissa determinista de que tudo se resolverá quando se completar a transição da Terra (de mundo de expiações e de provas para o mundo de regeneração), é bom lembrar do que disse Santo

Agostinho, no capítulo III, de *O Evangelho Segundo o Espiritismo*. Ao descrever o mundo de regeneração, Santo Agostinho afirma que, mesmo livre das paixões desordenadas, num clima de calma e repouso, a humanidade ainda estará sujeita às vicissitudes de que não estão isentos senão os seres completamente desmaterializados há ainda provas a suportar (...) e que 'nesses mundos, o homem ainda é falível, e o espírito do mal não perdeu, ali, completamente o seu império. Não avançar é recuar e se não está firme no caminho do bem, pode voltar a cair nos mundos de expiação, onde o esperam novas e terríveis provas'. Ou seja, não há mágica no processo evolutivo: nós já somos os construtores do mundo de regeneração.

FE – O que deve ser corrigido?

Trigueiro – Se não corrigirmos o rumo na direção do desenvolvimento sustentável, prorrogaremos situações de desconforto já amplamente diagnosticadas. Não é possível esperar a chegada do mundo de regeneração de braços cruzados. Até porque, sem os devidos méritos evolutivos, boa parte de nós deverá retornar a esse mundo pelas portas da reencarnação. Se ainda quisermos encontrar aqui estoques razoáveis de água doce, ar puro, terra fértil, menos lixo e um clima estável, sem os flagelos previstos pela queima crescente de petróleo, gás e carvão que agravam o efeito estufa, deveremos agir agora, sem perda de tempo.

FE – Como fica o Brasil, nesse contexto?

Trigueiro – O Brasil é a maior nação espírita do mundo. Segundo Humberto de Campos, seria também o coração do mundo, a pátria do Evangelho. Mas efetivamente o país campeão mundial de água doce, de biodiversidade, com a maior área de solos férteis disponíveis. Há um patrimônio biodiverso invejável. Temos uma riqueza que devemos explorar e respeitar, dentro de uma configuração do que será o mundo. Temos um trunfo que precisamos saber usar, não apenas economicamente, mas eticamente. Conheça mais o trabalho de André Trigueiro acessando o site www.mundosustentavel.com.br

Uma nova era na divulgação do Espiritismo



WWW.
tvcei.com
A primeira WebTV espírita do mundo
24 horas no ar



Eventos ao vivo, conteúdos exclusivos, filmes, programas de TV espíritas e muito mais, com as possibilidades que a Internet oferece. É só ligar e começar a assistir.

tvcei.com, nova forma de ver TV espírita!



Maiores informações: tvcei@tvcei.com

A volta ao mundo corporal: o processo reencarnatório

O momento exato da reencarnação: sinais biomoleculares

ISMAEL GOBBO

igobi@uol.com.br

A Volta ao Mundo Corporal: o Processo Reencarnatório foi o tema do primeiro painel do segundo dia do Medinesp, o congresso internacional da Associação Médico-Espírita, ocorrido de 7 a 9 de junho, em São Paulo (SP). Sérgio Felipe de Oliveira, mestre em Ciências pela USP, que realiza trabalhos para a Associação Médico-Espírita de São Paulo (AME-SP) e é diretor clínico do Pineal Mind, onde faz seus atendimentos e aplica suas pesquisas, abriu o painel, falando do momento exato da reencarnação, seguido depois pela ginecologista e obstetra Cristiane Ribeiro Assis. Sobre o assunto, ele falou à Folha Espírita:

Folha Espírita – Existem preparativos para a reencarnação?

Sérgio Felipe de Oliveira – Os preparativos espirituais para a reencarnação são tratados de forma muito clara nos livros ditados pelo espírito André Luiz através da psicografia de Chico Xavier. A reencarnação, ou seja, o retorno do espírito a um novo corpo, é um fenômeno que não ocorre ao acaso, ao contrário, é cuidadosamente planejado. Podemos dizer que existem “obstetras” no mundo espiritual que preparam o processo reencarnatório. O espírito Emmanuel, também pela psicografia de Chico Xavier na obra *Pensamento e Vida*, um livro pequeno, mas de grande conteúdo, refere-se a esses preparativos como uma cartilha que se recebe antes de se escorregar para o berço.

FE – Como o espírito sabe se está pronto para reencarnar? Há condições preestabelecidas para isso?

Sérgio Felipe – Consoante nos assevera a Doutrina Espírita, nem todos os espíritos têm plena consciência do processo reencarnatório, motivo pelo qual existem as chamadas reencarnações compulsórias, casos que se assemelham a uma internação psiquiátrica, quando o paciente violento e fora de si necessita ser tratado sob os cuidados de um hospital. São os casos de internação psiquiátrica nas condições de psicose, quando, quase sempre, ocorrem compulsoriamente. Nesta linha de raciocínio, diria que há espíritos que se encontram em determinado nível de sofrimento e comprometimento que somente numa encarnação compulsória poderiam alcançar algum nível de consciência de si e da sua situação. Entendemos que, fora esses casos pontuais, as encarnações são planejadas, e nascemos com alguma missão a ser realizada. Deus é econômico e não colocaria alguém no mundo se não tivesse alguma tarefa a cumprir, consigo próprio, com a família e com a sociedade.

FE – O perispírito, ou corpo espiritual, passa por alguma modificação em seu estado antes de reencarnar?

Sérgio Felipe – Não resta dúvida de que passa, porque a lógica nos diz que o perispírito precisa adaptar-se à crosta terrestre, tendo em vista que há uma relação entre ele e a força gravitacional. Por exemplo, o espírito reencarnante precisa de uma etapa intermediária no que diz respeito à força gravitacional. Não é por acaso que o bebê fica mergulhado no líquido amniótico, que possibilita essa adequação entre a força gravitacional do mundo espiritual e a do mundo físico. Isso também ocorre com o cérebro dentro do líquido céfalo-raquidiano. A explicação para esse mecanismo



Benedito Valvassouras

“
Uma nova vida se inicia no exato momento em que o espermatozóide beija a membrana do oócito que a mulher produz a cada 28 dias. É nesse momento que o espírito assume o comando do novo corpo em formação, tendo o seu perispírito como molde organizador
”

providencial é que o líquido possibilita diminuir o empuxo gravitacional. Tanto isso é verdade que o desenvolvimento psíquico, que tem seus registros no perispírito, depende igualmente da força gravitacional. Por exemplo, o bebê precisa ser colocado no colo, ser ninado, aprende a engatinhar, pular e escorregar numa autêntica brincadeira com a força da gravidade. Allan Kardec fala sobre isso quando faz referência à necessidade de mudança no perispírito, quando o espírito precisa mudar de um mundo para outro. Há que se adaptar às peculiaridades de cada mundo.

FE – Podemos dizer que os elementos que constituem o perispírito resultam de uma atração, em que cada espírito atrai partículas inerentes ao seu estado evolutivo?

Sérgio Felipe – Acho que é como se fosse uma sintonia, quando você liga o rádio em determinada estação e com ela se conecta para ouvir uma música, um noticiário ou outra coisa que queira. Acredito que o perispírito possa ser construído por algum

tipo de espectro do eletromagnetismo, que deve funcionar similarmente ao mecanismo de sintonia, atraindo as partículas do meio onde é formado, segundo o grau evolutivo de cada indivíduo.

FE – No livro *Missionários da Luz*, o espírito André Luiz descreve que no processo reencarnatório, para a formação do novo corpo, o perispírito se constitui no molde que atrai os elementos materiais fornecidos pela mãe à semelhança de um ímã. Qual a explicação para as anomalias físicas durante a formação do novo corpo?

Sérgio Felipe – Quando nós temos um envolvimento muito grave com o passado e a nossa consciência não se desliga desse passado no momento da reencarnação, a mente, voltada para o passado, não permite a sustentação da força suficiente para a formação perfeita do embrião. Então, os genes ficam sem o suporte que o espírito deve dar. Com isso, o indivíduo vem com seqüelas, seja pela má-formação embrionária ou genética, seja pela interferência do espírito reencarnante – e ele freqüentemente interfere – na genética herdada. Assim, as fortes ligações mentais arrastadas do passado, como remorsos, culpas, ódios, mágoas, dentre outras, impossibilitam ao espírito concentrar-se naquele momento e projetar suas energias para o devir, ou seja, o vir a ser, e, então, não sustenta o desenvolvimento genético com a perfeição que deveria sustentar. No entanto, e ao mesmo tempo, essa ligação com o passado pode ser necessária para sua recuperação.

FE – É possível os encarnados detectarem o momento exato da reencarnação? Quais são os sinais biomoleculares que sinalizam esse momento?

Sérgio Felipe – Sim, perfeitamente. Uma nova vida se inicia no exato momento em que o espermatozóide beija a membrana do oócito que a mulher produz a cada 28 dias. É nesse momento que o espírito assume o comando do novo corpo em formação, tendo o seu perispírito como molde organizador.

FE – Existe algum equipamento, hoje, que pode detectar esses sinais biomoleculares?

Sérgio Felipe – Sim, e podemos destacar o microscópio eletrônico e o microscópio de luz.

FE – Há pesquisas sobre esse assunto?

Sérgio Felipe – Esse exato instante já foi fotografado pela Ciência. (Foto ao lado)

FE – Quanto à Física, os seus avanços vêm ajudando a entender mais as questões do espírito?

Sérgio Felipe – Necessariamente, porque o espírito pensa e sente no mundo e só pensa e sente pela interação com o mundo. E o mundo que nos envolve é material, e a nossa comunicação de um para com o outro se dá através do som, que é matéria, pelo eletromagnetismo, a visão. Então, a compreensão da Física nos permite entender o meio no qual estamos submersos. É também uma forma

de nos localizarmos do ponto de vista existencial e na transcendência. Emmanuel, na introdução do livro *Nos Domínios da Mediunidade*, de autoria do espírito André Luiz, pela psicografia de Chico Xavier, deixa evidente que os cientistas materialistas também são pesquisadores de Deus, porque, ao estudarem a estrutura íntima da matéria, descobriam que a matéria, como a concebem, não existe e perderão o objeto de sua própria convicção.

FE – Com base no que expôs, como está enxergando o projeto de lei que tramita no Congresso Nacional buscando descriminalizar o aborto?

Sérgio Felipe – Acho que essa questão da descriminalização do aborto envolve uma percepção muito sutil da representação da vida. Só mesmo uma pessoa envolvida com a causa do bem entende o valor da vida em todas as suas condições. Quando a pessoa tem a sensibilidade de perceber que não pode pisar uma plantinha e estragar o jardim, ela toma cuidado. Assim, temos de entender que o nascituro, ou conceito, também é uma flor no jardim que nós não vamos pisar, porque ela é vida. Então, para dar esse valor essencial, a pessoa precisa estar muito envolvida com a bondade e o amor. Não é só uma questão de lógica, é uma percepção de sentimento. E a humanidade está vivendo uma situação hedonista, muito superficial. É difícil para a maioria das pessoas ter essa percepção, sobretudo nos países onde o aborto é permitido. Nos Estados Unidos, por exemplo, 30% das gestações são abortadas. Mas muitas pessoas, mesmo aquelas que abortaram, já admitem que cometeram algum atentado à vida.

FE – Não seria o caso de perguntar aos defensores do aborto se eles não estão contentes com suas vidas e a de seus entes queridos?

Sérgio Felipe – Temos muita gente trabalhando o assunto junto aos parlamentares. O que eu entendo é que o Brasil precisa de gente. Na Itália já não nascem pessoas suficientes. O Japão já tem a mesma população do Brasil. Veja a sua dimensão territorial. Então, no Brasil, cabe muita gente ainda. E qual seria a força de expressão de nosso País se não fossem as pessoas? Quem é que não sabe disso no mundo? Quando se fala em brasileiro, os estrangeiros já sorriem. Então por que não vamos deixar nascer mais brasileiros, se esta é a nossa riqueza?



www.planetabebe.com.br


MEDINESP 2007
 150 anos em busca da integração
 corpo-mente-espírito
ADQUIRA JÁ
OS DVDS DO MEDINESP 2007.
 Acesse www.amebrasil.org.br/medinesp2007
 ou ligue (11) 5585-1703

Pesquisa revela menor tolerância ao aborto

Depois de nove anos de ampla pesquisa realizada pelo Datafolha sobre as opiniões, valores e o comportamento dos brasileiros em relação à família, novo levantamento mostra que 87% dos entrevistados consideram fazer um aborto moralmente errado.

A interrupção da gravidez não desejada desportou na pesquisa, realizada dias 1º e 2 de agosto, com 2.095 brasileiros, de 211 municípios brasileiros, com uma variação mais significativa, com um salto de 61% para 71% na taxa de rejeição, ou seja, 10 anos após a última pesquisa, ela cresceu 10 pontos percentuais.

“Nunca se falou tanto sobre aborto quanto nos últimos anos. Ele passou a ser uma bandeira de afirmação de que lado você está. No confronto, a posição compartilhada dos valores morais se reforça. Você quer se enquadrar no julgamento de uma boa mãe. Não podemos afirmar que são mudanças de prática, mas de narrativa”, disse a antropóloga Débora Diniz, professora de Bioética da Universidade de Brasília, à Revista da Folha, em edição especial publicada sobre o assunto em 7 de outubro. A também antropóloga Maria Luiza Heilborn, coordenadora do Centro Latino-Americano em Sexualidade e Direitos Humanos, aponta outro fator responsável pelo crescimento

da rejeição: a ultrassonografia. “Ao mostrarem uma imagem assemelhada à imagem humana, as novas tecnologias de visualização do feto proporcionaram uma mudança muito grande no imaginário social. Uma coisa que era oculta passou a ser visível”, afirma ela, que enxerga hoje, segundo a matéria, uma “ressacralização da vida pré-uterina”.

Gilson Luís Roberto, presidente da Associação Médico-Espírita do Rio Grande do Sul, avalia que a pesquisa do Datafolha é uma resposta da sociedade ao desrespeito, que se observa por parte de muitos, ao ser humano e à vida. “Apesar do panorama materialista e utilitarista em que vive o mundo, a sociedade brasileira dá uma lição de profunda sensibilidade e dignidade humanas. Ela vem referendar todo o esforço que se tem feito em defesa da vida, fortalecendo o movimento que trabalha nesse sentido e mostrando que estamos no caminho certo”, afirma.

O médico acredita ainda que a sociedade precisa estar bem informada, desmascarando os apelos abortistas sustentados por ‘verdadeiras falácias e poderosos interesses econômicos’. “É preciso entender que a evolução de uma sociedade se dá pela sua capacidade de defender o mais fraco e que a criança abortada é aquela que mais necessita do nosso braço forte e amoroso”, declara.

Marília de Castro, do Movimento em Defesa da Vida, acredita que a expressiva maioria dos brasileiros valoriza a vida desde a concepção. “Em todos os cantos do mundo, somos vistos como um povo fraterno e alegre. E quem tem verdadeira alegria no coração, quem é fraterno, defende a vida de todos, não só a de si mesmo. É importante destacar que, embora um pequeno grupo queira mascarar o crime do aborto como algo moderno, as pessoas saem do silêncio e se colocam com espontânea coragem, protegendo o mais frágil: o nenê, a criança”.

Para a advogada, o resultado da pesquisa do Datafolha é um estímulo a todas as ações do Movimento em Defesa da Vida. “O povo está dando o recado. Sigamos em frente! Vamos levar esta bandeira do Norte ao Sul do País. A nossa mobilização deve ser permanente, desde pequenos grupos a grandes atos públicos. Ninguém pode ter liberdade, dignidade e igualdade se não tem o primeiro de todos os direitos: a vida. E nosso movimento de cidadania seguirá neste rumo”, avisa.

Família ganha pontos

A pesquisa do Datafolha traz outras informações importantes. O percentual dos que dizem que a família é muito importante em suas

vidas subiu de 61% para 69%. Ela ocupa agora o primeiro lugar, em um ranking que inclui ainda estudo, trabalho, religião, lazer, casamento e dinheiro. A religião foi outro item que ganhou pontos: subiu de 38% para 45% a taxa dos que a consideram muito importante.

Abaixo-assinado

O Movimento Nacional em Defesa da Vida – Brasil sem Aborto lançou, em 4 de outubro, na Câmara dos Deputados, em Brasília, campanha nacional pela coleta de cinco milhões de assinaturas contra a descriminalização do aborto no País.

O site do Movimento (www.brasilemaborto.com.br) traz um modelo de abaixo-assinado, que pode ser acessado por qualquer pessoa ou entidade interessada em coletar as assinaturas em sua comunidade ou região. O material recolhido deve ser enviado para o comitê estadual mais próximo (os endereços podem ser encontrados no site), ou para a coordenação nacional, em Brasília: SEPS 714/914, sala 212, Edifício Porto Alegre. Telefone (61) 3345-0221.

Outras informações no site ou com o coordenador nacional do Movimento Nacional em Defesa da Vida – Brasil sem Aborto, Jaime Ferreira Lopes, pelo telefone (61) 8117-9107.

Os vícios à luz da Doutrina Espírita

FERNANDO ANTÔNIO NEVES

Os vícios são, sem dúvida alguma, a maior chaga moral da humanidade, nos tempos atuais. Segundo o neurocientista Stefan Klein, em seu livro *A Fórmula da Felicidade*, quando enveredamos na obtenção dos prazeres grosseiros, a área cerebral estimulada é exatamente a mesma, com larga produção de serotonina e dopamina, que nos dão uma sensação transitória de prazer. A má notícia é que, imediatamente após, os hormônios contrarreguladores são liberados, dando-nos uma sensação de mal-estar e indisposição.

Quando ingerimos bebidas alcoólicas, buscamos a sexolatria sem afetividade, comemos doces exageradamente ou nos drogamos, estamos, portanto, estimulando a mesma área do sistema límbico, numa busca desenfreada por serotonina em nosso organismo. O problema é que, após a bebida, vem a ressaca; após os lautos banquetes, a indigestão e a sonolência; após o sexo sem amor, a melancolia e o desinteresse. No longo prazo, destruímos prematuramente o nosso templo físico, pois, como diz Paulo de Tarso, “o salário do pecado (vício) é a morte” (*Romanos 6:23*).

Esta é a diferença básica entre os prazeres materiais e espirituais: os primeiros são transitórios e imediatamente sucedidos pela dor, levando-nos lentamente à desencarnação prematura; os segundos, embora mais sutis, têm maior durabilidade e nenhuma dor, pois tudo o que se refere ao espírito se eterniza e vivifica por si, pela vinculação intrínseca à Fonte de Tudo.

Esses prazeres espirituais a que me refiro são o bem que fazemos aos outros e a nós mesmos, através da caridade, da oração e da meditação. Quando fazemos, por exemplo, uma campanha do quilo ou visitamos um hospital ou abrigo de idosos, sentimos uma agradável sensação que, muitas vezes, persiste a semana inteira.

Uma forma simples, portanto, de vencermos as tendências inferiores é substituímos os prazeres materiais pelos espirituais. Substituímos os pensamentos negativos por positivos. Na pergunta 917 de *O Livro dos Espíritos*, Fénelon nos orienta que a predominância da vida moral sobre a vida material é um poderoso instrumento para enfraquecermos o nosso egoísmo, causa de todos os vícios (p. 913). **Ocuparmos o nosso tempo com leituras edificantes, palestras esclarecedoras e tarefas evangélicas é instrumento valioso para bem empregarmos a nossa libido e direcionarmos nossos pensamentos, preenchendo com sabedoria os horários vagos.**

No primeiro mandamento “Ama a Deus sobre todas as coisas”, Jesus nos orienta, com exatidão, sobre como nos libertarmos da escravidão material. Como tudo, no universo, está impregnado da Divina Presença, segundo nos esclarece o mestre de Lyon no capítulo II da gênese kardequiana (a Providência Divina) ao nos apegarmos a algo material, estamos substituindo o Todo pela parte e isso nos causa dor e dependência. Quando direcionamos nossas mentes para a Fonte, fazemos o processo contrário e, portanto, plenificamos o nosso vazio psicológico pela consciência de plenitude, a solidão pelo Amor Maior, a parte pelo todo, o sofrimento pela felicidade da percepção do contato íntimo com o Cristo, numa forma de prazer infinitamente maior e mais duradoura.

“Amar a Deus sobre todas as coisas” significa, portanto, **substituímos prazeres menores, materiais, grosseiros e efêmeros por um prazer incomensuravelmente maior, mais suave e eterno.** Quando seguimos o primeiro mandamento, portanto, colocamos o que é espiritual acima do material e isso nos põe em contato com a nossa verdadeira essência, nos reposicionando nos trilhos da nossa missão na Terra e nos felicitando com a paz espiritual dos justos.

Vale salientar que existe um forte sinergismo entre o “Amar a Deus”, “Amar ao próximo” e “Amar a si”, pois esses mandamentos áureos se retroalimentam:

1. Não poderemos amar ao nosso próximo, sem amarmos a nós mesmos, se estamos nos desvalorizando e autodestruindo fisicamente através dos vícios.

2. Amar a Deus é amar a si da melhor forma possível, pois percebemos que o nosso Si não é o corpo físico, mas o espírito imortal que, por sua vez, já está mergulhado na Consciência Maior que o eterniza e ilumina.

3. Amar a Deus é amar a si, porque a qualidade de nossa vida melhora infinitamente quando submetemos a nossa pequena vontade pessoal à Vontade maior. Quando nos libertamos dos vícios, encontramos o Cristo que habita nossos corações e nos permitimos ouvir sua voz, que nos guia invariavelmente à felicidade própria e a das pessoas que amamos.

4. Quando nos autodestruímos estamos desrespeitando o amor ao próximo, porque prejudicamos justamente as pessoas que mais amamos. Nossa esposa, filhos, pais e amigos são os mais afetados, se os trocarmos pela viciação, que antecipa a nossa morte física. Essa é outra forma extremamente eficaz de evitarmos o primeiro gole, a primeira mordida compulsiva ou uma relação extraconjugal: **colocarmos na tela mental a figura da nossa esposa e filhos e perceber o quanto lhe causaremos dor com nossa atitude!**

O maior dos vícios, segundo a pergunta 913 de *O Livro dos Espíritos*, é o egoísmo e a maior virtude é o desinteresse pessoal (pergunta 893). Portanto, a chave da felicidade e da liberdade é **submetermos nossa pequena vontade à Vontade Maior**, que, num nível mais profundo, também é a nossa e, entrando em contato com o amor que emana dos nossos corações, exteriorizar o Cristo, o Sublime Amor, que nos vivifica e que teve sua maior expressão no meigo rabi da Galiléia.

O amor, portanto, substituirá todas as nossas necessidades, enchendo de alegria todos os instantes da nossa vida, conduzindo-nos rumo ao futuro radiante que a todos nos aguarda.

Fernando Antônio Neves é médico, com formação em Psicologia Transpessoal, e conferencista espírita em Recife (PE)

receitas de equilíbrio

Alimentos funcionais

Segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), alimentos funcionais são aqueles que produzem efeitos metabólicos ou fisiológicos, através da atuação de um nutriente ou não nutriente no crescimento, desenvolvimento, manutenção e em outras funções normais do organismo humano, ou seja, são alimentos que, além de fornecerem energia para o corpo e uma nutrição adequada, proporcionam benefícios à saúde e auxiliam a reduzir e prevenir diversas doenças.

Na década de 1980, foram estudados, no Japão, alimentos que, além de satisfazerem às necessidades nutricionais básicas, desempenhavam efeitos

fisiológicos benéficos. Após um longo período de trabalho, em 1991, a categoria de alimentos foi regulamentada, recebendo a denominação de *Foods for Specified Health Use (Foshu)*. A tradução da expressão para o português é Alimentos Funcionais ou Nutracêuticos.

As propriedades relacionadas à manutenção, saúde e prevenção de doenças são provenientes da constituição deles, como fibras, antioxidantes, vitaminas, betacaroteno, ômega 3 e outros.

A tabela abaixo apresenta alguns grupos de alimentos, seus compostos e o benefício que proporcionam à saúde:

Banco de Imagem



Banco de Imagem



COMPOSTOS	AÇÕES NO ORGANISMO	FONTES ALIMENTARES
Fibras	Redução do risco ao câncer de intestino e dos níveis de colesterol sanguíneo	Frutas, legumes e verduras em geral e cereais integrais
Betacaroteno	Antioxidante que diminui o risco de câncer e de doenças cardiovasculares	Abóbora, cenoura, mamão, manga, damasco, espinafre e couve
Flavonóides	Antioxidantes que diminuem o risco de câncer e de doenças cardiovasculares	Suco natural de uva, amora, framboesa, frutas cítricas em geral e chá verde
Isoflavonas	Redução dos níveis de colesterol sanguíneo, do risco de doenças cardiovasculares e alívio dos sintomas da menopausa	Soja, amendoim, alcaçuz, legumes e verduras
Ácido graxo ômega 3	Redução dos níveis de colesterol sanguíneo e do risco de doenças cardiovasculares	Peixes, óleo de peixes, óleos vegetais e linhaça
Pró-bióticos	Ajudam no equilíbrio da flora intestinal e inibem o crescimento de microrganismos patogênicos	logurtes e leite fermentado
Licopeno	Antioxidante relacionado à diminuição do risco de câncer de próstata	Tomate, melancia, goiaba, mamão e caqui.

Fonte: Sociedade Brasileira de Alimentos Funcionais – www.sbaaf.org.br

RÁDIO RIO DE JANEIRO

**A EMISSORA DA FRATERNIDADE
CONSTRUINDO UM MUNDO MELHOR !**

NO RIO DE JANEIRO - 1400 AM

**PELA INTERNET, VISITE O NOSSO SITE
www.radioriodejaneiro.am.br**

E OUÇA A NOSSA PROGRAMAÇÃO

**ESTR. DO DENDÊ, 659 - ILHA DO GOVERNADOR
RIO DE JANEIRO-RJ - CEP. 21.920-000
TELEFAX: (0XX21) 3386-1400 / 3396-5252
E-mail: fundacao@radioriodejaneiro.am.br**

**RÁDIO
RIO DE
JANEIRO**

Outras leis espirituais para os pais

CHRISTIANE RIBEIRO ASSIS

Para finalizar nossa conversa sobre o livro *As Sete Leis Espirituais para os Pais*, de Deepak Chopra, falaremos, nesta edição, sobre as duas últimas leis espirituais. Como vimos na *Folha Espírita* de setembro e outubro, cada lei é trabalhada em um dia da semana, sempre acompanhada de uma mensagem e de três tarefas que devem ser executadas nesse dia. Chopra orienta que, no início de cada dia, a criança seja lembrada sobre aquilo a que deve se ater e durante o jantar haja uma recapitulação familiar dos aprendizados do dia.

Sexta-feira: Lei do Desapego
Hoje dizemos aos nossos filhos:
“Aproveite a jornada”.

Nas culturas orientais, a palavra desapego é um termo positivo, transmitindo a habilidade de se encontrar a felicidade além da interação entre o prazer e a dor. No Ocidente, contudo, nossa intensa fixação na aquisição de bens materiais tornou negativa a palavra desapego, associando-a à indiferença, à apatia e ao não envolvimento.

O *desapego* verdadeiro pressupõe envolvimento e criatividade intensos, embora implique uma espécie de alheamento com relação ao resultado. Por ser tão contrário à nossa tendência cultural, o *desapego* não está entre os princípios mais fáceis de serem ensinados. Assim, podemos começar ensinando o que *não é desapego*:

- dizer que não se importa;
 - dizer que algo não é sua responsabilidade;
 - deixar de dar atenção às necessidades e aos sentimentos dos outros;
 - pensar apenas em si mesmo.
- As três atividades da sexta-feira, propostas aos filhos, são:

1. Falar a respeito do “verdadeiro eu”.

O Eu é a alma da pessoa, que contempla todos os eventos desse mundo com paz e alegria. Ele é a ligação da pessoa com Deus e com o plano espiritual, ou seja, com o campo de todas as possibilidades. Seu Eu nunca fica magoado ou confuso; ele sempre o ama; ele está sempre por perto. O Eu organiza a realidade através da observação, da tolerância, da aceitação e, finalmente, da união com a inteligência cósmica que organiza toda realidade em seus mínimos detalhes.

A criança se sentirá segura ao ouvir essas frases, embora seja preciso um longo tempo para que ela acredite completamente nelas.

2. Mostrar a ela que a incerteza pode ser positiva – ninguém precisa saber todas as respostas.

Nesse dia, os pais não devem agir na frente da criança como se soubessem tudo, como se ser adulto significasse ter todas as questões resolvidas. Assim, as incertezas devem receber enfoques positivos. A idéia de que existem muitas respostas para uma mesma questão deve ser enfatizada, mostrando-lhe que, na vida, é divertido descobrir o quanto ainda temos a aprender, por mais que já saibamos.

3. Ensiná-la a se sentir equilibrada com relação às suas perdas e ganhos.

O primeiro passo para esse aprendizado é demonstrar o quanto a verdadeira felicidade está em si mesmo e não nas coisas externas. Faça com que a criança se sinta segura e amada, não importa o que ela tenha ou não tenha. A perda de algo pode ser uma oportunidade para reforçar que o “verdadeiro eu” permanece, independentemente de qualquer fato e que pior do que perder uma boneca seria

perder uma parte de si. Contudo, não devemos impedir que ela expresse suas emoções. Ao contrário, podemos dizer: “Sei que você está sofrendo, mas você só perdeu algo, e os motivos pelos quais você está aqui são muito mais importantes do que as coisas que você tem.” Sentimentos de superioridade proporcionados pela posse de objetos também devem ser desencorajados. A criança precisa saber que ter algo não a faz a melhor.

O altruísmo, a compaixão e o serviço ao próximo, grandes ensinamentos do Mestre Jesus, são resultados naturais do exercício da Lei do Desapego.

Sábado: Lei do Dharma

Hoje dizemos aos nossos filhos:
“Você está aqui com um propósito”.

Dharma é uma palavra, em sânscrito, que possui vários significados: dever, propósito, lei. Em certo sentido, o dia do dharma é o dia da lei, a realização de toda uma semana dedicada às leis espirituais. Nesse dia, refletimos sobre o quão adequadamente seguimos essas leis e o quanto nossa existência está em efetiva sintonia com a harmonia do universo.

Nesse dia, concordamos na qualidade de pais, em fazer o seguinte com nossos filhos:

1. Perguntar a cada um deles: “Onde está você nesse momento?”

Nessa pergunta, você explora as idéias dos seus filhos sobre o propósito e o progresso deles. Isso os ajudará a entenderem o que pretendem e como fazer para conseguir realizar suas metas. A criança pequena tem, habitualmente, o propósito de ser feliz. Porém, após os cinco anos, já é capaz de estabelecer metas e medir o progresso em direção à sua concretização. Os pais também podem estimulá-la

a se questionar: “Em que ponto chegamos como família?”. Isso demonstra abertura, intimidade e confiança suficientes entre seus integrantes para que as respostas surjam honestamente. Assim, a família, unida, estabelecerá suas próprias metas.

É claro que a criança fica facilmente frustrada quando as coisas não acontecem exatamente como ela espera e ser paciente e estar em harmonia com a noção de que toda pessoa está exatamente onde precisa estar é um aprendizado que dura a vida toda.

2. Estimular seus talentos e aptidões especiais.

Hoje, os pais sentam-se junto com seus filhos e relacionam os talentos de cada um, pedindo a eles que participem, a fim de reforçar a noção de que os talentos nos são dados pelo espírito para a felicidade e a realização própria e da coletividade.

3. Convidá-los a praticar um ato que envolva o serviço.

Cada criança deve ser estimulada a fazer algo agradável para outra pessoa, por menor que seja o gesto. O objetivo é ensinar o significado interior do gesto. Ajudar outra pessoa nos proporciona uma sensação mais agradável do que fazer algo para nós mesmos.

Todas as leis que abordamos nesses meses não devem ser encaradas como regras rígidas, que precisam ser observadas e cumpridas. Elas são apenas convites que fazemos aos nossos filhos para participarem de nossa jornada, do nosso senso de propósito e aprimoramento, que nunca termina.

Cristiane Ribeiro Assis é ginecologista e obstetra, com especialização em Medicina Fetal, e autora do livro *Gestação: Encontro entre Almas* (cris@folhaespirita.com.br)

cantinho do evangelizador

Violência infanto-juvenil

WALTHER GRACIANO JÚNIOR

A crescente onda de violência praticada por crianças e adolescentes tem gerado longas discussões entre pais, professores, médicos e psicólogos. Segundo dados do Programa Nacional de Segurança Pública (Pronasci), do Ministério da Justiça, 187 brasileiros entre 18 e 29 anos são presos todos os dias. A cada hora, sete jovens são detidos no Brasil.

Inúmeras pesquisas realizadas por brasileiros e americanos concluem que uma das causas principais da agressividade na criança e que se reflete na vida adulta é a falta de amor. “Na fase adulta, a personalidade psicopata, a depressão, a delinquência e o suicídio são doenças mentais precedidas por uma elevada incidência de vínculos afetivos desfeitos durante a infância” (Bolwby).

A criança que não se sente querida, amada, cuidada pelos pais, torna-se violenta. Na verdade, tal comportamento é um pedido de socorro, que, quando não atendido, resulta, com frequência, em explosões de ódio.

A Doutrina Espírita faz com que compreendamos com maior clareza a situação. Entendemos que somos espíritos em evolução, trazendo conosco, ao reencarnarmos, experiências, dificuldades e conquistas que acumulamos em vidas passadas. Apesar da aparente inocência apresentada pela criança, as tendências vão aflorando com o passar da idade. Não há dúvida que, através do livre-arbítrio, fará suas escolhas, porém é preciso a união entre pais, professores e evangelizadores no sentido de conduzi-los ao progresso moral. Em cada fase do desenvolvimento da criança, é preciso observar, exemplificar e interferir.

Seguem abaixo alguns comportamentos que merecem ser observados e que representam o pe-

didado de socorro a ser atendido o quanto antes:

Brigas na escola: a criança começa a brigar com os colegas e a agredir funcionários da escola. É o primeiro sinal de que algo não vai bem. Os pais devem investigar a causa da agressividade com a ajuda de professores e de terapeutas.

Impotência para desafios: a criança não consegue fazer suas tarefas diárias e torna-se agressiva. Tem medo e ansiedade. Os pais devem apoiá-la na realização de trabalhos sem agredi-la com excesso de cobranças.

Horror ao fracasso: se a criança tem ataques quando fracassa numa tarefa, ou é contrariada, o potencial para que se torne violenta já está desenvolvido. Os pais devem impor limites com carinho.

Arrogância: se a criança alcança uma vitória e, em vez de sentir-se feliz, torna-se arrogante e irrita os colegas, deve ser mais bem observada porque sente raiva no lugar do prazer, o que é um sintoma de falta de afeto.

Baixa auto-estima: a criança que se sente indigna de admiração e apreço carrega enorme potencial agressivo. Os pais devem ajudá-la a melhorar a auto-estima convencendo-a de suas qualidades e de seus méritos.

Introspecção: se a criança está muito introspectiva, pode ser um sinal de que não sabe pedir ajuda. Pode estar sentindo-se desamparada e isto resulta, com frequência, em explosões de ódio.

Fontes: O Livro dos Espíritos – a partir da questão 379, www.sitededicadasul.com.br; John Bolwby – Formação e Rompimento dos Laços Afetivos; e Tânia Zaguri – Agressividade Infantil: Como Lidar?

papo cabeça

Especialmente recomendado para crianças e adolescentes

“Especialmente recomendado para crianças e adolescentes”. Esse selo, concedido pelo Ministério da Justiça, foi criado para indicar obras educativas e informativas que promovam respeito à diversidade, aos direitos humanos, à cultura de paz e à cultura regional. E essa certificação foi concedida a jovens de dois estados brasileiros, Ceará e Rio de Janeiro.

No Ceará, estimulado, patrocinado e coordenado pela ONG Encine, um grupo de alunos de escolas públicas que, há cinco anos, produz o programa Megafone, exibido pela TV Ceará aos domingos, às 14h, com reprise aos sábados, às 16h30, a recebeu. Segundo os coordenadores, desde a pauta até a apresentação, tudo é feito pelos alunos, que participam do curso de formação de Arte-Comunicação Social na sede da ONG.

Ives Albuquerque, coordenador-geral da equipe, explica que quadros contidos no Megafone fogem ao padrão apresentado aos jovens, pelas emissoras convencionais: “a linguagem é leve e descontraída, sem formalismos ou pretensas imagens de qualidade profissional. O que vale é o conteúdo e a construção do conhecimento gerado pelo programa”, diz. Antes de tudo, segundo ele, o Megafone é uma ferramenta de educação não tradicional, pois mantém vínculo estreito com a escola pública. “Aliás, a maioria dos quadros é gravada dentro das escolas municipais e estaduais. Nós trabalhamos um tema central a cada edição e reunimos 150 pessoas, entre alunos, professores e especialistas, para um amplo debate, que é realizado no Centro Cultural Banco do Nordeste. O extrato desse debate é veiculado no

programa, servindo de referência até em sala de aula”, completa.

No Rio de Janeiro, a proposta é a mesma e o programa é produzido pela Multirio, empresa ligada à Secretaria de Educação, criada em 1993. A programação é exibida diariamente pela Band Rio e pelos canais 14 da Net Educação e Net Rio (www.multirio.rj.gov.br). Entre os programas apresentados, destaca-se o *talk show* Abrindo o Verbo, que promove debates sobre o mundo do trabalho e a série Juro que Vi, desenhos animados produzidos pela equipe de animação da Multirio em parceria com jovens de escolas públicas. A presidenta da organização, Regina de Assis, esclarece: “as novas gerações têm direito a uma mídia de qualidade e, aqui, nós lutamos muito por isso. O bom texto e a boa narrativa estão na base de nossas atividades. É o que nos leva a produzir roteiros e, conseqüentemente, programas de qualidade, colocando em evidência, para os jovens, valores éticos, políticos e estéticos”, declara. “Não precisamos de mais canais de TV. As TVs é que precisam levar a sério suas programações, reconhecendo a necessidade de que qualquer programa tenha um componente educativo, cultural e de entretenimento. Entendemos isso como um direito inalienável de nossas crianças, adolescentes e jovens, bem como de suas famílias e de seus professores”, acrescenta.

O certo é que essas idéias deveriam ser copiadas por todas as escolas e entidades de comunicação no País, para levar, aos jovens, uma programação de qualidade, que respeite sua inteligência.

(WGJ)

Em razão de uma falha na imagem na música Fantasia, na edição de outubro, voltamos a publicá-la.



Letra e Música de:
Anna G. Graciano

FANTASIA
É tão bom sonhar, amar,
Olhar o céu o mar,
Sentir a lua brilhar,
Imaginar a fantasia o encantamento
De estrelas mil a cintilar no espaço
Oh Deus, quanta beleza,
Supremo criador

Tatuagens

FERNANDO ÓS

Aceito, de antemão, que alguns jovens que lerão esta simples crônica não irão gostar de saber algo mais sobre o crescente hábito de tatuagens na pele. Elas, comprovadamente, prejudicam a pele e a saúde dos que escolhem essa prática de "mensageira" com o corpo. Temos encontrado tais jovens, de 15 a 25 anos, no Lar Irmã Esther, no Rio Grande do Sul. Outro dia recebi um e-mail que dizia o seguinte: "Gosto de tatuagens com flores e gatos e, por isso, não estou de acordo com sua opinião. Os índios, que vivem entrosados com a natureza, pintam coloridamente os seus corpos."

Sim, concordo que os indígenas pintam os corpos para as cerimônias religiosas, para a comemoração de casamentos, de festas religiosas, nas épocas de safra, em rituais e para a guerra. Os extratos de tintas que conseguem na floresta são tintas que, depois das festas, são removidas e a pele fica limpa. É a cultura deles. Os piratas também tatuavam ossos e caveiras nos braços. Não é o que acontece com a maioria dos artesãos que tatuam pelas humanas. O produto é injetado dentro da pele, permanecendo ali vários anos e, por vezes, as marcas não saem mais. Sei de pessoas que, mais tarde, arrependidas, só conseguiram eliminar as tatuagens que fizeram mediante remoção cirúrgica.

Um dermatologista consultado afirmou o seguinte: "Nenhum médico irá dizer que as tatuagens não prejudicam a pele em suas funções."

Arrependimentos tardios

Outro hábito muito prejudicial aos jovens é a colocação de problemáticos *piercings*, nas orelhas, sobrancelhas, umbigo, língua e até nos órgãos sexuais. É preciso dialogar com os moços e moças, mostrando-lhes que a valorização da pessoa humana não será através dessas mensagens tatuadas no corpo ou apliques e brincos

aqui e ali. Cada pessoa dará às demais as mensagens da sua vida através da sua personalidade, inteligência, dedicação a uma causa moral ou escolha de trabalho através das artes plásticas, artesanatos, esportes, a interação no trabalho, o cultivo do bom humor e a participação positiva na coletividade.

De nada servirá argumentarmos com os costumes indígenas. Os índios praticam a liturgia dos costumes da terra e dos ambientes naturais. Tempos atrás, vi, na televisão, um jovem tatuado da cabeça aos pés, no qual não se podia vislumbrar nenhum centímetro de pele que não tivesse sido tatuado. Como consequência disso, ele não conseguia estudar, nem participar de festas sociais, nem obter emprego. Chamava muito a atenção dos demais onde quer que estivesse. Sentia-se muito só e sua atividade era mostrar-se a determinados públicos e coletar donativos para prover a sobrevivência.

Seja como for, os pais devem ficar atentos a essas tendências que os filhos adquirem com alguns grupos jovens. Uma educação com valores adequados pode prevenir tais tendências. Há pessoas adultas que se tatuaram na idade jovem. Mais tarde, por algum motivo, arrependeram-se de estar tatuadas. Atualmente gostariam de remover tais sinais da pele, mas não dispõem de recursos financeiros para um procedimento cirúrgico que faça a pele voltar à cor natural.

Os moços e as moças podem demonstrar o valor pessoal de cada um por mil modos diferentes e moralmente mais bem valorizados, visando uma amadurecida cidadania.



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

Nós também negamos Jesus

W. A. C. UIN

"Pedro sentou-se à beira da fogueira. Viu-o uma criada sentada ao fogo, fitou nele o olhar e disse: Este também estava com ele (Jesus). Mas ele negou dizendo: Não o conheço, mulher!" (Lucas, Cap. XII, V. 56)

Se em realidade Pedro negou Jesus por três vezes, antes que o galo cantasse, conforme havia previsto o próprio Mestre, de nossa parte estamos negando o Cristo constantemente, pois toda vez que deixamos de seguir os ensinamentos Dele expressamos a nossa negativa.

Negamos Jesus quando recebemos em nosso lar um familiar-problema, na condição de filho, esposa, marido, pais e não sabemos amá-lo com desprendimento, permitindo a reclamação e deixando de orientá-lo como devemos.

Negamos Jesus quando nossas horas permanecem vazias e nossas mãos desocupadas, ante tanto serviço por fazer em função da construção de um mundo melhor. O tempo é precioso patrimônio que precisa ser utilizado na produção de benefícios à humanidade.

Negamos Jesus quando nossa conduta apresenta péssimos exemplos aos que nos observam, pois deixamos as nossas influências por onde passamos e um mau comportamento caracteriza-se como mensagem negativa a sugerir outras ações infelizes.

Negamos Jesus quando alimentamos a revolta e o inconformismo diante dos acontecimentos da vida, pois que Deus, nosso Pai, e Jesus, nosso irmão mais velho, laboram com amor para que consigamos a perfeição a que todos nós estamos destinados. Com certeza, o nosso sofrimento tem origem nos equívocos que cometemos.

Negamos Jesus quando usamos a mente e a palavra para esparramar a crítica destrutiva e malsã, em forma de comentários infelizes ou

fococas deliberadas. Em verdade, temos tanto por fazer para sermos melhores do que somos que não sobraria tempo para observar a vida alheia.

Negamos Jesus quando deixamos para amanhã o que precisamos fazer hoje, pois no dia seguinte as condições serão outras e não será possível mais a execução dos deveres que nos são creditados.

Negamos Jesus quando nos apegamos excessivamente às posses materiais, em detrimento aos valores espirituais, pois que após esta vida, em outra dimensão, não teremos necessidade de matéria, mas de valores morais.

Negamos Jesus quando manuseamos o Evangelho, com ele decorando nossa casa, mas sem vivenciar os seus valiosos ensinamentos. O Evangelho deve ser lido, entendido e praticado.

Negamos Jesus quando julgamos as pessoas sem total conhecimento de causa, pois somos fartos em dizer o que os outros devem fazer, mas não temos essa disposição para verificar o que nos compete realizar. Julgamos a vida alheia, mas não atentamos para os nossos defeitos, que, em verdade, são muitos.

Negamos Jesus quando entendemos que as tarefas de benemerência são de responsabilidade dos governos ou das entidades assistenciais. A caridade é atribuição de todos, sem exigência e censura, mas com desprendimento e amor. Sem dúvida, precisamos atender o que solicitam hoje, uma vez que amanhã poderemos estar pedindo também.

Pedro negou Jesus por três vezes e nós O estamos negando há muito tempo, em inúmeras oportunidades.



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

rir e refletir
com Chico Xavier

Uma forma de oração

RICHARD SIMONETTI



A senhora, freqüentadora assídua de um centro, integrada em suas atividades, ouvia, freqüentemente, antigo dirigente da casa arremeter contra bailes, principalmente de carnaval, afirmando tratar-se de prática imoral e comprometedora da qual jamais um espírita deveria participar.

Ficava incomodada.
Sentia-se uma pecadora, porquanto adorava dançar.

Certa feita, conversando com Chico, perguntou-lhe:

– Chico, diga-me, por favor: dançar em bailes e festas é pecado?

O médium a olhou com o carinho de sempre e perguntou-lhe:

– Você consome bebidas alcoólicas?

– Não.

– Fuma?

– Também não.

– Então, minha filha, fique tranqüila. Dançar é orar com as pernas.

Tão grave quanto o liberalismo irresponsável que tudo permite é o puritanismo exacerbado que tudo proíbe.

No Afeganistão dos talibãs, uma seita de fanáticos que governou o país até a invasão americana, dentre inúmeras aberrações, havia a proibição da música e da dança, consideradas obra do demônio para perverter a criatura humana. Os transgressores eram penalizados com a prisão.

No Ocidente há seitas que cultivam um regime de proibições, incluindo no seu puritanismo a exclusão da dança e, por extensão, da televisão, do cinema e de todas as formas de diversão consideradas perversões burguesas.

Excessos dessa natureza formam personalidades tímidas, temerosas, sem iniciativa, horizontes estreitos, dominadas pelo fanatismo.

Doutrina da consciência livre, o Espiritismo deixa ao livre-arbítrio de seus adeptos a iniciativa do que fazem.

Lembra a observação judiciosa de Paulo de Tarso (1 Co, 6-12):

Todas as coisas me são lícitas, mas nem todas as coisas me convêm.

Paulo sugere uma liberdade com esclarecimento, uma tomada de consciência, exercitando a capacidade de distinguir o certo do errado. Essa a orientação da Doutrina Espírita, que simplesmente nos adverte quanto às consequências de nossas ações.

Compete-nos fazer nossas opções, decidindo o que é bom e o que não é bom para nós, observado o princípio de que a responsabilidade é uma planta frágil que pede clima de liberdade para que possa crescer, florescer e frutificar.

Se não tenho a liberdade de escolher o que faço, como posso assumir as consequências de meus atos?

Obviamente, esse raciocínio aplica-se às opções, digamos, permitidas por lei, já que todo agrupamento humano deve ser regido por regras elementares de convivência, sem as quais estaremos ameaçados pela barbárie.

Não se pode entregar ao arbítrio dos cidadãos decidirem se devem satisfazer uma necessidade fisiológica na via pública, ou depositar lixo em terreno baldio, ou ouvir um som com decibéis capazes de lesar tímpanos alheios, ou transitar de moto com o escapamento aberto, ou revidar uma ofensa com um tiro, ou invadir uma propriedade alheia, e tantas outras iniciativas do agrado de alguns rebeldes sem causa, a causar prejuízos para muitos.

As leis são feitas para estabelecer limites que permitam uma convivência civilizada entre as pessoas.

Quanto ao mais, a decisão se deve dançar ou não, freqüentar um baile, comparecer a um cinema, assistir a um programa de televisão, participar de um concerto de rock e tantas iniciativas não normatizadas por lei, é um problema de opção individual.

Chico encarna bem a Doutrina Espírita quando explica que dançar é uma forma de oração.

Obviamente ele não estava pretendendo sugerir um clima de *liberou geral*.

A dança, efetivamente, pode funcionar como uma oração. Considere-se, entretanto, que há danças que enlevam, que espiritualizam, e danças que instigam o erotismo, a licenciosidade, a luxúria, o vício, em lamentáveis desvios de comportamento, principalmente sob o império de vícios como o álcool e o cigarro.

Esse é o cuidado de quem gosta de dançar, tomada essa prática como o símbolo de toda e qualquer diversão.

Está evocando o Céu ou está favorecendo as trevas?



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

Os Caminhos do Vento

Valter Turini pelo espírito Monsenhor Eusébio Sintra

Monsenhor Eusébio Sintra apresenta-nos tocante romance de época – Os Caminhos do Vento – episódios históricos da França do século XIII (a invasão normanda da Bretanha), além do envolvente enredo em que pungentes tramas de amor acontecem, vítimas do brutal, insensível e peculiar panorama histórico da Idade Média, mais o surgimento do Tribunal da Santa Inquisição, como consequência dos abusos e das heresias gerados pelo Grande Cisma do Oriente, de 1054, e que se constituiu, talvez, na mais escura e desprezível mancha a enodoar os anais da cristandade.



R\$ 25,00
05587 - 344 PÁG.

Um romance com a qualidade editorial da Casa Editora O Clarim



Adquira pelo site: www.oclarim.com.br

pelo e-mail: oclarim@oclarim.com.br | fones: (16) 3382-1066 e 3382-1471
fax: (16) 3382-1647 | Correios: Cx. Postal 09 – CEP: 15990-903 – Matão, SP

Assine Folha Espírita



Receba mensalmente o jornal **Folha Espírita** em sua casa.

Você vai ficar sempre infia dentro de tudo o que acontece no meio espírita.

VALOR DA ASSINATURA:

1 ANO - R\$ 30,00

2 ANOS - R\$ 55,00

Escolha sua opção de assinatura e forma de cobrança (cheque nominal, boleto ou cartão de crédito)

e envie seus dados (nome, endereço completo, telefone e e-mail) para

Av. Pedro Severino Jr. 325 - CEP 04310-060 - São Paulo - SP ou através do

e-mail assinatura@folhaespirita.com.br ou, se preferir, entre em contato conosco.

Informações: (11) 5585-1977 • www.folhaespirita.com.br • assinatura@folhaespirita.com.br

Jesus, o terapeuta transpessoal

ISMAEL GOBBO

igobi@uol.com.br

Médico e terapeuta transpessoal, com formação em Homeopatia, Dinâmica de Grupos, Terapia Regressiva a Vivências Passadas, Terapia Familiar Sistêmica e Programação Neurolingüística (PNL), Alberto Almeida, diretor científico da Associação Médico-Espírita do Pará, tem o dom de prender a atenção das platéias que o assistem, principalmente quando fala de Jesus. E não foi diferente no encerramento do primeiro dia do Medinesp, o congresso internacional da Associação Médico-Espírita, ocorrido em junho, em São Paulo (SP), ao falar do trabalho de Jesus como terapeuta transpessoal da humanidade. A apresentação rendeu um delicioso bate-papo, que reproduzimos abaixo:

Folha Espírita – O pedagogo e psicólogo Pierre Weil diz que Jesus foi um grande terapeuta, pois, além de cuidar dos sofrimentos físicos das pessoas, procurou realizar a terapia de toda humanidade através de um nível transpessoal, quer dizer, pela aproximação da consciência do que ele chamava “reino do Pai”. Ainda segundo Weil, Jesus ensinou o caminho para alcançar esse reino através do *amai-vos uns aos outros como eu vos amei*. Você concorda?

Alberto Almeida – Sem sombra de dúvida, Jesus foi um grande psicoterapeuta e um pedagogo singular, cuja magnitude a humanidade não encontra precedentes. Aliás, depois dele e até hoje, não conseguimos encontrar alguém que pudesse se equiparar à sua grandiosidade. Jesus mergulhava nos fulcros da alma, sabendo abordar os conflitos com precisão e de maneira a conduzir cada pessoa com quem convivia para o encontro das soluções desejáveis, pois o pedagogo, na realidade, é aquele que conduz, e Jesus, ainda hoje, permanece como o inigualável condutor de almas. Ele se enquadra numa perspectiva de transpessoalidade porque o seu próprio nascimento e a sua morte foram mitos de finitude quebrados pela eloquência de sua vida. Predito e depois ressurrecto, provou que a vida transcende a própria estrutura biológica. Sendo assim, ele assentaria toda sua psicoterapia e toda sua pedagogia na amorosidade e na concepção de uma vida perene, de sorte que todos os problemas, conflitos, limitações e bloqueios fossem visualizados por ele numa profundidade sem par que fazia com que, a partir de então, o atendido contasse com instrumentos que lhe permitissem viver a imanência da vida física e a transcendência ao mesmo tempo, ganhando forças para superação de seus próprios limites e resolução dos seus conflitos.

FE – A terapia transpessoal de Jesus se explica pela ciência?

Almeida – Sim, porque ela tem tudo aquilo que as abordagens transpessoais oferecem, seja no campo da administração da Psicologia, da Medicina, da Pedagogia. O jeito de abordar o ser humano, de olhar a vida indo além de uma consciência de vigília, portanto, detendo uma perspectiva de ampliação da consciência, fez e faz de Jesus um ser inigualável, que demonstra sua transpessoalidade nos fenômenos paranormais quando, abordando as questões emergentes do cotidiano, manifesta a sua grandiosidade, atendendo aquilo que hoje a Parapsicologia caracteriza como fenômenos psi-gama.

FE – Você pode citar exemplos?

Almeida – Um exemplo é a clarividência, quando Jesus diz a Pedro que lance a rede em determinado ponto, depois de terem passado a noite sem nada pescar. Ele também demonstra a telepatia, fenômeno classificado como psi-gama, pelo conhecimento do pensamento e do psiquismo das pessoas com



Arquivo

“Jesus é um legítimo terapeuta transpessoal, porque faz da consciência ampliada um espaço para a construção de uma moralidade mais ampla, possibilitando às pessoas perceberem que tinham uma dimensão interna e profunda que caracterizava a divindade presente no íntimo de cada uma, enxergando o ser essencialmente bom, belo e virtuoso que dormitava no aguardo do despertar”

as quais interagia, além de vivenciar a precognição e a retrocognição, quando faz uma leitura para trás e para frente na atemporalidade, demonstrando clara visão da vida, visto que não vivia apenas a consciência vígil, circunstância que lhe permitiu fazer a premonição da entrada triunfal em Jerusalém, as predições das negações de Simão Pedro e a anunciação do Consolador Prometido, dentre outras. Jesus atende também aos requisitos de paranormalidade, no que tange aos fenômenos psi-kappa, ou seja, telecinéticos ou psicocinéticos, que são aqueles em que a mente interfere objetivamente tanto nas pessoas como nas coisas, quando anda sobre as águas, se desmaterializa no templo, cura enfermos, multiplica pães e peixes. Também o vemos nos fenômenos psi-teta, que a Parapsicologia consagra como aqueles em que se relaciona com os mortos, na transfiguração sobre o Monte Tabor, onde aparece ao lado de Moisés e Elias. E na chamada expulsão dos demônios, num processo de profunda percepção do mundo espiritual, demonstrando que o seu psiquismo não estava limitado à consciência de vigília.

FE – Jesus tinha, então, a percepção do mundo como um todo?

Almeida – Ele tinha aquilo que se conhece na visão oriental como consciência desperta, ou seja, era um ser iluminado. Em síntese, Jesus tinha, sim, a percepção do mundo como um todo, tanto do mundo físico como do espiritual em suas múltiplas dimensionalidades, como o faz na revelação das “muitas moradas da casa do Pai”. E faz tudo isso com extrema beleza, porque não se apresenta como um mero demonstrador de fenômenos inteligentes revestidos da paranormalidade, mas como um legítimo terapeuta transpessoal,

porque faz da consciência ampliada um espaço para a construção de uma moralidade mais ampla, possibilitando às pessoas perceberem, mesmo sem se darem conta, que elas tinham uma dimensão interna e profunda que caracterizava a divindade presente no íntimo de cada uma, enxergando o ser essencialmente bom, belo e virtuoso que dormitava no aguardo do despertar. Então, isso é o que identifica Jesus como um terapeuta transpessoal com sua capacidade de ver, enxergar a águia dentro de um ovo, a borboleta no interior da lagarta e vislumbrar o santo no interior de um homem equivocado.

FE – Em sua caminhada pela Terra, Jesus, assim como seus apóstolos, curou um grande número de pessoas. As curas de hoje são diferentes?

Almeida – As curas evangélicas obedecem fundamentalmente a dois princípios: o magnetismo humano, como propõe Allan Kardec, que é o resultado da ação do magnetizador removendo e/ou ativando a energia do paciente para promover-lhe a cura, e o magnetismo espiritual, que resulta da intervenção direta dos espíritos sobre o ser humano doente, ativando-lhe a saúde. Também podemos enxergar um terceiro princípio, que é o da mescla dos dois. Entendemos que Jesus foi o grande curador da humanidade porque intermediava o próprio criador, ensejando a Allan Kardec consagrá-lo no livro *A Gênese* como sendo o médium de Deus. Ele proporcionava a mediação do próprio criador, por assim dizer, em função da alta estatura espiritual que dispunha com a sua pureza de espírito, curando Ele próprio as pessoas. Os discípulos, alguns deles pela alta cota de amor, conseguiram alguns feitos. Mais tarde e ao longo do tempo, também influenciados pelos espíritos

nobres, nessa associação do magnetismo humano e espiritual, muitos médiuns curadores conseguiram igualmente operar curas evocando a assistência de Deus. Na atualidade, também encontramos efetivamente curas estabelecendo-se nesse nível. Mas, se tivemos um avanço grande do ponto de vista médico, da técnica, do diagnóstico, dos exames, os resultados do ponto de vista terapêutico ainda são limitados, porque a capacidade dos médicos, dos psicoterapeutas e dos terapeutas de um modo geral, em termos de amorosidade, é igualmente limitada. Para curarmos, temos de ter muito amor, e como não temos amor, damos medicamentos. Como não temos ainda a capacidade de mobilizar as energias profundas do nosso ser para ativar as energias profundas do outro, visto que é o outro que se cura, ficamos presos às técnicas que ficam mais no campo dos efeitos, que atuam mais no corpo físico do que nas causas profundas.

FE – Qual a diferença de um terapeuta que pratica outras abordagens terapêuticas da do transpessoal?

Almeida – Há várias abordagens terapêuticas, todas elas louváveis, que têm os seus pontos de ação e o seu nível de enfoque. A terapia transpessoal se diferencia por pretender fazer uma abordagem integral do ser humano, olhando do ponto de vista físico, social, emocional, mental e espiritual, dentro de um contexto ambiental e cósmico. Logo, é uma terapia que tem uma visão holística e sistêmica, considerando, assim, o ser humano dentro de uma complexidade que é própria do ser que está na Terra. Somos espíritos fazendo uma viagem no corpo e não fazendo uma incursão em espiritualidade, o que é muito diferente. A abordagem transpessoal consegue incluir essa percepção de transcendência no ser humano, fazendo com que ele se dê conta da sua grandiosidade e da sua complexidade, indo antes do berço e além do túmulo e, assim, fazendo com que alcance uma percepção mais ampliada de si mesmo, da sua vida e do seu significado no universo. Essa abordagem, entretanto, não exclui as outras e nem necessariamente com elas conflitam. Ela apenas tem seus postulados, seus princípios próprios, que trazem uma identificação profunda com o pensamento crístico e com a Doutrina Espírita.

FE – Por que é tão importante o médico espelhar-se em Jesus?

Almeida – Porque Jesus, segundo os espíritos disseram a Allan Kardec na questão 625 de *O Livro dos Espíritos*, foi o espírito mais perfeito que já passou pela Terra. Sendo o mais puro, converte-se na síntese que pode nos servir de referência. O médico deve ter em Jesus o paradigma para construção dos seus pensamentos, para trabalhar as suas emoções e desenvolver as suas atividades na Terra. Aquele médico que se espelha em Jesus e tem o bisturi na mão faz com que o instrumento se movimente de uma forma absolutamente diferente de outro que o faça apenas numa perspectiva de visão médica materialista, organicista e biológica. Para nós, médicos espíritas, Jesus representa tudo aquilo que podemos aspirar como construção do nosso próprio ser, na modelação da nossa própria estrutura de personalidade, e, assim, podermos, tecnicamente, fazer uso dos recursos técnicos e terapêuticos para promover na Terra uma intervenção diferenciada. Ele é para nós o aceno para uma caminhada no campo do exercício da sabedoria, que é a expressão do amor impregnado de humildade. É um ícone, um portal, através do qual nós temos acesso a um caminho balizado pelas suas venerandas pegadas.