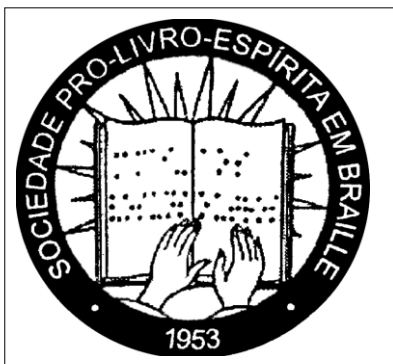


KARDEBRAILE

**Órgão da Sociedade Pró-Livro-Espírita
em Braille – SPLEB**

63 ANOS DE AMOR À CAUSA DOS CEGOS

Em tinta, em Braille, em áudio e em versão eletrônica



ANO LVI - JUNHO - 2016 - Nº163

Rio de Janeiro

BRASIL

IMPRESSO

Comissão Editora:
Diretora Responsável: Ana Cristina Zenun Hildebrandt
Coordenadora: Franceschina Angelina Giglio Maio

Revisor do texto: Susana Dias Ferreira
Revisor do Braille: Maria Salete Semitela de Alvarenga
E-mail: Kardebraile@spleb.org.br

EXPEDIENTE

SEDE PRÓPRIA - Rua Thomaz Coelho, 51 - Vila Isabel
Rio de Janeiro - RJ - Brasil - CEP 20540-110
Tels.: (0xx21) Geral 2288-9844
Administração e Fax: (0xx21) 2572-0049
E-mail: spleb@spleb.org.br
Home Page: www.spleb.org.br
CNPJ: 33.997.560/0001-11 - Insc. Mun.: 07.702.285
Declarada de Utilidade Pública Federal, Estadual e Municipal.
Contas para doações: Banco Bradesco: Agência: 0226-7 - C/C: 97531-1
Banco do Brasil: Agência: 0288-7 – C/C 22563-0

Distribuição gratuita

O conteúdo dos artigos assinados é da inteira responsabilidade de seus autores.

FUNCIONAMENTO

De 2ª a 6ª Feira – 9:00 às 17:00 / Sábado – 9:00 às 12:00

“A Voz da Sociedade Pró-Livro-Espírita em Braille”

Você, leitor, que é splebiano ou amigo da SPLEB, não deixe de ouvir e prestigiar o nosso programa radiofônico que, sob a direção e apresentação de Luiz Cláudio de Oliveira Millecco, é transmitido todos os domingos, às 11:15 (onze e quinze), através da onda da Rádio Rio de Janeiro, na frequência de 1.400 KHZ, a “Emissora da Fraternidade da Fundação Cristã Espírita Cultural Paulo de Tarso”. Ouça e fale com seus amigos.

EDITORIAL

Nossa casa abriu suas portas para convidar aqueles que nela passam ou dela ouvem falar, ao exercício do amor por uma causa - a causa dos cegos. O objetivo era prover os cegos de livros, principalmente livros espíritas, no seu sistema de escrita e leitura: o Braille. Neste periódico, comemoramos 63 anos de trabalho de amor. Aqui nos reunimos – cegos e videntes - para conviver e aprender a fazer isso de forma mais amorosa, mais ética e menos egoísta. Ao mesmo tempo em que nos movimentamos para “auxiliar”, somos os maiores auxiliados.

A ideia nasceu de três homens corajosos e desejosos de verem concretizado o seu sonho: Marechal Mario Travassos, Luiz Antonio Millecco Filho e Marcus Vinicius Telles. Os livros em Braille eram praticamente inexistentes à época. E hoje estamos aqui, atendendo cegos de todo o Brasil e até mesmo do exterior.

Queremos agradecer a todos os nossos leitores, colaboradores, voluntários e sócios, por acreditarem e ajudarem a manter essa chama de amor acesa, que é alimentada por trabalhadores dos dois lados da vida.

E, principalmente, agradecer aos nossos queridos e incansáveis amigos espirituais, aos mentores desta Casa. A Jesus, nosso irmão maior, e, acima de tudo, a Deus pela oportunidade que temos!

Gratidão!

**APRENDA O BRAILLE.
AJUDE A SPLEB NA SUA GRANDE MISSÃO.
FAÇA UMA VISITA À NOSSA SEDE
E PROPONHA SÓCIOS PARA A INSTITUIÇÃO.
ENTÃO VAMOS! (divisa da SPLEB)**

QUANDO TUDO PARECE DESABAR

**Mesmo quando tudo parece desabar,
cabe a mim decidir entre rir ou chorar,
ir ou ficar, desistir ou lutar;
porque descobri,
no caminho incerto da vida,
que o mais importante é o decidir.**

Cora Coralina

SETOR DE ATENDIMENTO MARIO KLINGER

**Livros transcritos e distribuídos
no Brasil e no exterior
Núcleos, Bibliotecas, Instituições para
deficientes e Instituições espíritas = 167
Leitores cadastrados = 376**

Coordenadora: Ana Lucia Belchior Tavares da Silva

Alguns fatores, para entrega dos livros, independem de nós, como, por exemplo, o serviço de correios e a disponibilidade de tempo de nossos voluntários. Esperamos atender aos pedidos que nos chegam, dentro de nossa possibilidade e em espaço de tempo o mais curto possível. Pedimos paciência aos que solicitam nossos livros para doação. Agradecemos aos que atualizaram seus dados e solicitamos aos que não o fizeram que, por favor, o façam.

É PRECISO

Cecília Meireles

**É preciso não esquecer nada:
nem a torneira aberta nem o fogo aceso,
nem o sorriso para os infelizes
nem a oração de cada instante.**

**É preciso não esquecer de ver a nova borboleta
nem o céu de sempre.**

**O que é preciso esquecer é o nosso rosto,
o nosso nome, o som da nossa voz, o ritmo do nosso pulso.**

**O que é preciso esquecer é o dia carregado de atos,
a ideia de recompensa e de glória.**

**O que é preciso é ser como se já não fôssemos,
vigilados pelos nossos próprios olhos
severos conosco, pois o resto não nos pertence.**

ACONTECE NA SPLEB

SPLEB – 63 ANOS DE AMOR À CAUSA DOS CEGOS

A SPLEB realiza, desde 1969, a Semana Pró-Livro-Espírita em Braille. Este ano será de 22 a 28 de junho, divulgando o Sistema Braille em instituições coirmãs. Este ano reduzimos em quantidade, mas buscando manter a qualidade de nossas visitas.

21/06 – 3ª feira - Agremiação Espírita Francisco de Paula - Rua dos Araújo, 28 – Tijuca - 15 h.

22/06 – 4ª feira - Grupo Espírita Fraternidade Francisco de Assis – GEFFA - Rua Getúlio, 444 – Cachambi - 16 h.

24/06 – 6ª feira – Rádio Rio de Janeiro – 16 h.

26/06 – domingo - Comemoração do 63º Aniversário da SPLEB

A SPLEB realizou, em abril, o seu primeiro bazar beneficente “Délia Videira”, em 2016. Agradecemos a todos os que colaboraram com donativos, com sua força de trabalho, ajudando nas vendas, na arrumação, no transporte da mercadoria e até mesmo com suas preces.

A SPLEB precisa, ainda, de novos sócios para continuar seu trabalho. Venha nos conhecer! Fale da SPLEB para seus amigos!

Estamos no facebook. Nosso site oferece a possibilidade de ouvir palestras, músicas de Luiz Antonio Millecco Filho e de José Walter de Figueiredo e os programas da SPLEB na rádio; saber dos eventos, ver os catálogos atualizados dos livros que temos para doação e para empréstimo e também do serviço da audioteca. Além de ler o Kardebraille online.

Nossos e-mails:

Para se tornar um associado da SPLEB: tesouraria@spleb.org.br.

Para solicitar livros em Braille para doação: atendimento@spleb.org.br.

Para solicitar livros em Braille por empréstimo: biblioteca@spleb.org.br.

Para solicitar livros em áudio por empréstimo: audioteca@spleb.org.br.

Para tratar de assuntos administrativos, escreva para o endereço: spleb@spleb.org.br.

Para informações sobre o curso de Braille: braille@spleb.org.br.

Para colocar algum nome para receber prece, ou saber de alguma informação sobre palestras, escreva para o endereço: doutrinario@spleb.org.br.

Setor de Atividades Doutrinárias

Coordenadora: Ana Cristina Zenun Hildebrandt

Às 3ªs feiras, no horário de 20 h, temos os estudos doutrinários.

A reunião de Reabastecimento Espiritual, voltada ao voluntariado de nossa Instituição, acontece às primeiras 5ªs feiras do mês, às 14 h. A direção é de Maria Waldívia da Cunha.

No último sábado de cada mês, às 16 h, reunião pública dedicada ao estudo da doutrina espírita e assuntos afins. A direção é de Maria Salete Semitela de Alvarenga.

Imprensa Braille Mario Travassos **Supervisor: Marcus Vinicius Telles**

Estamos oferecendo dois livros feitos em um volume, pela impressora INDEX, naquele formato com espiral:

“*Em Torno de Léon Denis*”. Espírito: Léon Denis / Diversos. Autores: Altivo Carissimi Pamphiro e Luiz Dallarosa (médiuns). Organizadora: Maria Helena Rocha. E “*Ajuda-te e o Céu te Ajudará*”, pelo Espírito Marta, através de Frederico Menezes.

Entre em contato conosco para solicitá-los.

Audioteca José Álvares de Azevedo **Coordenadora: Solange Duarte Pinto de Magalhães**

A Audioteca conta hoje, em seu acervo, com 750 obras gravadas em CDMP3, para empréstimo aos usuários.

Tanto o Kardebraile quanto o catálogo estão disponibilizados em CDMP3. Os interessados devem solicitar por email ou telefone.

Informamos que algumas obras do nosso acervo nunca foram ouvidas. Assim, estaremos disponibilizando, no site, um catálogo à parte contendo as mencionadas obras.

Para maiores informações, entrar em contato pelo telefone (21) 2288-9844.

VOCÊ SABIA?

Distinguir os bons dos maus Espíritos é fácil. A linguagem dos Espíritos Superiores é constantemente digna, nobre, repleta da mais alta moralidade, livre de toda paixão inferior; seus conselhos exaltam a sabedoria mais pura e sempre têm por objetivo nosso aperfeiçoamento e o bem da humanidade.

A linguagem dos Espíritos inferiores, ao contrário, é inconsequente, muitas vezes banal e até mesmo grosseira; se por vezes dizem coisas boas e verdadeiras, dizem, na maioria das vezes, coisas falsas e absurdas, por malícia ou por ignorância. Zombam da credulidade e se divertem à custa daqueles que os interrogam ao incentivar a vaidade, alimentando seus desejos com falsas esperanças.

A moral dos Espíritos superiores se resume, como a de Cristo, neste ensinamento evangélico: “Fazer aos outros o que quereríamos que os outros nos fizessem”, ou seja, fazer o bem e não o mal. O homem encontra neste princípio a regra universal de conduta, mesmo para suas menores ações.

TÓPICOS E NOTÍCIAS

EMOTICONS GANHAM SONS PARA SEREM IDENTIFICADOS POR DEFICIENTES VISUAIS

Para muitas pessoas, ouvir é uma forma de ver.

Emoticons são a nova forma de linguagem mundial. Mas para os deficientes visuais, eles não passam de uma narração fria e sem emoção. A Live TIM, ultra banda larga fixa da TIM, em colaboração com o Instituto Benjamin Constant, acaba de mudar essa história, desenvolvendo uma nova ferramenta de acessibilidade digital que inclui os deficientes nessa conversa. Uma atualização para um dos leitores de tela mais utilizados no mundo por eles, o NVDA. “Identificamos os Emoticons mais utilizados na rede e gravamos sons para cada um deles. Agora, em vez de narração fria, os deficientes visuais vão poder ouvir emoções reais”.

O Instituto Benjamin Constant

O IBC é um dos institutos mais respeitados no mundo quando o assunto é acessibilidade. Há mais de 160 anos, vem trabalhando e desenvolvendo projetos com o objetivo de inclusão. Para realizar os EmotiSounds, contamos com um grupo de 8 profissionais, entre professores, deficientes visuais, arquitetos de informação e doutores. Eles identificaram os Emoticons mais utilizados, como seus sons poderiam ser e também a sua usabilidade. Descarregar o plug-in na fonte: <http://www.livetim.tim.com.br/emotisounds/>

RELÓGIO INTELIGENTE DOT TEM ECRÃ EM BRAILLE

É o primeiro relógio inteligente para invisuais e tem um ecrã constituído por pontos que sobem e descem, mostrando o texto em Braille.

Parece um relógio inteligente comum, com ligação Bluetooth 4.0, sistema de mensagens e funcionalidades de navegação. A grande diferença é que o Dot tem também um ecrã em Braille, composto por pinos que sobem e se recolhem a um ritmo personalizável pelo utilizador. Assim, uma pessoa invisual ou com dificuldades de visão consegue “ler” as mensagens apresentadas com a ponta dos dedos, noticia o Engadget.

O Dot permite a leitura de livros eletrônicos na íntegra, sem que seja necessário adquirir um leitor independente e que geralmente tem um custo a rondar os 2000 dólares. O relógio inteligente deve chegar ao mercado com um preço estimado de 300 dólares e as encomendas podem ser feitas a partir deste ano ainda.

“O smartwatch inclui uma funcionalidade para ensinar as pessoas a lerem em Braille, uma vez que se sabe que 90% das pessoas invisuais ficam cegas após a nascença e apresentam mais dificuldades em conseguir ler desta forma”, explicou Eric Ju Yoon, CEO e co-fundador da Dot.

Fonte: <http://www.lerparaver.com/noticias/>

COLABORAÇÕES

CRISE E CONSCIÊNCIA

Nando Pereira

“A crise não está lá fora, a crise é interna, e não queremos encarar isso”.
Krishnamurti

Acho que não há dúvidas de que vivemos há algum tempo (mais) uma grande crise política, econômica, social e coletiva. E, de novo, “queremos ordem no mundo, politicamente, religiosamente, economicamente, socialmente”, como retratou certa vez o célebre filósofo indiano Jiddu Krishnamurti (1895-1986) no documentário “The Mind of J. Krishnamurti” — gravado muito antes de nossa crise atual (parece que sempre há crises). “Nas nossas relações uns com os outros, queremos ordem, queremos alguma paz, alguma compreensão”, prossegue ele, para logo em seguida confrontar esse desejo com a atenção à nossa crise “interna”, pessoal, individual, que, segundo ele, é a verdadeira crise: “A crise não está lá fora, a crise realmente é interna, e nós não estamos com vontade de resolver isso.”

Interna como? Podemos nos perguntar. As palavras que ele usa para definir interna são “psicologicamente” e “na consciência”. Ele afirma que “a consciência está uma confusão, em contradição”. A forma mais simples de entender isso talvez seja ver que o que se busca como ordem no mundo não está correspondendo à desordem que se vive internamente — desordem psicológica e desordem da consciência.

Uma frase atribuída a Sigmund Freud tem sido compartilhada exaustivamente na Internet, quando ele pergunta: “Qual a sua responsabilidade nos problemas do mundo que você critica?” (nota atualizada sobre a frase atribuída que consta no livro “Presentation on Transference”, de Jacques Lacan, onde ele cita Freud e descreve a frase como sendo “Qual o seu envolvimento na desordem da qual você reclama?”, pg.179 — com agradecimentos ao leitor Nelson Matheus, que trouxe a primeira confirmação).

Houve uma entrevista que Krishnamurti concedeu ao escritor e educador Michael Mendizza que mesmo refaz a pergunta para entender o que Krishnamurti quer dizer com crise interior. Um dos trechos da resposta que recebe fala da nossa super-adaptação aos vários sistemas vigentes, que seguem inquestionados: “Quando eles oferecem sistemas e você os aceita, você está fechado, seguro, protegido, e você sente isso. E a maioria das pessoas querem se sentir protegidas psicologicamente. Mas as instituições nunca salvaram o homem, politicamente, religiosamente; elas nunca realmente libertaram o homem da sua tristeza, dor e todo o resto. Sabemos disso, mas os sistemas têm um apelo

extraordinário para aqueles que não pensam.” Mais do que a ignorância, Krishnamurti cita a “preguiça” como fator que justifica a manutenção dos sistemas.

Uma das coisas que o filósofo sempre sugeriria em seus discursos e palestras era que, se as pessoas tinham dúvidas, que se perguntassem, sincera e profundamente, sem se apegar a padrões de respostas já existentes, e assim chegariam a respostas verdadeiras. Podemos seguir essa sugestão agora e colocar atenção em algumas perguntas orientadas ao nosso interior, nesse cenário de crise atual: nós queremos que os políticos se interessem e se dediquem aos problemas e às necessidades comuns, mas será que fazemos isso quando vivemos os variados eventos da nossa rotina? Será que quando entramos em debates, por exemplo, não ajudamos a torná-lo uma discussão dividida, oferecendo resistência e defesa, em vez de torná-lo mais inclusivo e compreensivo? Será que não estamos agindo apenas em prol de agendas individuais, com graus de segregação e ausência de fraternidade?

O que nos leva a essa expectativa? O que nos leva a projetar a responsabilidade sobre o outro, ou sobre um sistema? Qual minha motivação quando divido, engano, rejeito, ataco? Quem acredito que sou ou preciso ser para pensar e agir assim? Que mais perguntas podemos fazer? Eu sinceramente gostaria de evoluir e aprofundar mais questões, tomar caminhos diversos nesse tipo de questionamento. Assim podemos ir ampliando e renovando, “encarando a crise”, buscando uma ordem e esclarecimento interior.

“Já está provado, por mais e mais vezes, que querer ordem externa no mundo sem ordem interna só gera mais desordem.” Jiddu Krishnamurti

Fonte: <http://dharmalog.com/2016/04/04/crise-interna-entrevista-jiddu-krishnamurti/>

Colaboração de José Walter de Figueiredo

CAMPANHA PERMANENTE

O culto do Evangelho no lar não é uma inovação.

Amplie o bem que existe em você.

**Participe: faça e ensine a fazer o Evangelho no Lar
e no Coração. Paz no Lar. Paz na Humanidade.**

MEDITAÇÃO

Aloísio Wagner

Seria muito útil se o homem ocidental pudesse assimilar a prática milenar da Índia e do oriente, vivenciada por diversos grandes seres, do passado e do presente, que é a Meditação.

São muitas as técnicas utilizadas de meditação, desde aprender a relaxar, concentrar-se, cujo objetivo último é o autoconhecimento, culminando, em termos teológico-religiosos, na união consciente da criatura ao Criador!

O homem é um ser que perdeu a consciência de si, de sua verdadeira natureza. Este estado o colocou em total ignorância, que só poderia lhe conduzir aos erros e, conseqüentemente ao sofrimento. Aqueles que estão libertos deste estado de ignorância sempre surgiram na história da humanidade para oferecer recursos, ensinamentos e técnicas de desenvolvimento espiritual, que são ferramentas evolutivas e despertativas da essência divina dentro do homem, ou a conscientização de seu Eu central, sua mônada, seu próprio espírito.

Cerrar os olhos por alguns minutos ou horas (dependendo do indivíduo) é perscrutar e conhecer seu mundo interior. É observar o fluxo dos pensamentos e conhecer seus conteúdos, tornando-se consciente do que se passa dentro de nós, o que geralmente não temos. E só quando vemos mais claramente o que se passa dentro de nós, é que podemos fazer algum movimento em sentido corretivo. Só quando percebemos as nossas falhas morais, é que podemos dar o primeiro passo para a superação e a transcendência desta falha.

Cerrar os olhos é “fechar-se” por tempo indeterminado aos chamados do mundo, com suas ideias, seus gostos, seus desejos, sua moral, seus julgamentos, seus valores... É desejar entender e compreender a mente, os sentimentos, a alma, a vida! É questionar internamente o sentido das coisas, e não só seguir os passos mecânicos de uma humanidade inconsciente e sofredora. É se perguntar internamente: “Quem somos nós?” “O que estamos fazendo aqui?” “De onde e pra onde vamos?” “O que devo, onde e como fazer?”

Cerrar os olhos é saber silenciar também nossos desejos, medos, anseios, ambições, carências... É serenar nossos pensamentos e objetivos pessoais e materiais. É apaziguar nossas paixões pelo mundo e projetar nossas atenções para o reino do espírito, que vibra dentro de nós, oferecendo sua luz, sua força, sua sabedoria, seu amor! Esta luz é a própria presença do Absoluto, do Supremo, do Infinito, que aguarda nossa iniciativa e nosso esforço de encontrá-lo. Abramo-nos, concentremo-nos e aspiremos perseverantemente a esta Fonte Divina, que é o Pai, afirmando mentalmente e com o coração ardente:

“Senhor, que eu O conheça, que eu O sinta e que eu O viva conforme Tuas leis e Tua vontade!”

“Pai, eu te amo!”

Se a busca da Verdade exige-nos uma vontade determinante e um esforço disciplinado mental, também esta busca tem sua outra face, onde o coração se abre numa atitude de receptividade e entrega infinita ao Alto, ao Centro Dinâmico-Doador, que é Deus! Mas a recepção de Tua Verdade e de Tua Graça, em níveis mais elevados, exige que tenhamos um coração puro, vazio de nós, de nossos interesses próprios, e uma entrega por completo a Ele! E esta entrega é uma morte, morte do ego, morte de uma percepção limitada, para nascer em outras esferas, onde nela permeia e prevalece o princípio da unidade e do amor!

Meditemos!

GRUPO UNIVERSALISTA DOS CIRENEUS – TELE-CRISTO – DEUS AMA VOCÊ

Luiz Cláudio de Oliveira Millecco

Para um diálogo amigo conosco, ligue, de 2^a a 6^a, das 15 h às 21 h, para os telefones: 2261-2612 e 2581-4174. Para ouvir uma mensagem, 2568-4472. Ou escreva para a Rua Dr. Garnier, 217 – Rocha. E lembre-se:

“Você é importante para Deus e para nós também.”

DIANTE DO CRISTO VIVO

Luiz Antonio Millecco Filho

Senhor, meu Mestre e amigo, aqui estou eu diante de Ti para falar-Te:

Quantos Te veem eternamente vergado ao peso de uma cruz infamante...

Quantos te adoram, vencido e morto como se não fosses a ressurreição e a vida... Mas, eu, Senhor, que sei quem és, eu que Te sinto a proteção amiga e salvadora, sempre que minh'alma Te busca ansiosa de Teu alento, eu que só me considero pleno e realmente vivo depois de lançar-me nos Teus braços, não posso ver-Te senão como supremo vencedor da morte.

Quantas vezes, Senhor, meu Mestre e amigo, quantas vezes, cansado e oprimido pelas minhas próprias imperfeições, pela tirania multissecular do meu eu inferior que, há milênios, me escraviza, espiritualmente reclino a cabeça no Teu seio, como o fazia João, o teu discípulo amado... E Tu, Senhor, que maravilhas operas em meu ser... Quanta doçura existe em Teu coração e que mansidão em Teu espírito; não obstante, sou indigno de Ti...

A indizível felicidade que experimento, nos instantes de sublime colóquio contigo, pesa sobre mim como chumbo, pois quem sente a ternura sem par do Teu amor, não mais tem o direito de errar... Entretanto, Senhor, creio na Tua misericórdia, creio que me hás de conduzir um dia ao seio do DEUS eterno...

Já realizaste o milagre de me despertar e sacudir minha pobre alma entorpecida pelo anestésico da indiferença; e porque sinto a realidade transcendente do teu poder, é que me recuso a ver-Te caído ao peso do madeiro, com a cabeça reclinada sobre o peito em sinal de derrota.

Não, Senhor, meu Mestre e amigo, diante de mim, a Tua glória brilha como brilhou no monte Tabor, ante os olhos atônitos e maravilhados de Pedro, Tiago e João, ante a materialização radiosa de Moisés e Elias.

Para mim, Tu és a rocha dos séculos, a fonte inexaurível de onde promana todo o bem, o Cristo Eterno e eternamente vivo.

QUANTO VALE A SERENIDADE?

Cuida bem do que pensa e do que sentes

André Trigueiro

O pensamento não é uma abstração. A energia mental tem força e direção, interfere na qualidade do ambiente e na sensação de bem ou mal-estar das pessoas. O sentimento que embala um pensamento lhe afere maior ou menor poder de irradiação. Quanto mais intensa e sincera for uma emoção, maior o seu alcance.

Pensamento e sentimento são, portanto, forças da natureza que por invigilância – ou ignorância – malbaratamos todos os dias. Distraídos e dispersos, abrimos mão do comando mental e seguimos o fluxo. O resultado disso não é nada bom. O que se convencionou chamar de movimento de manada (essa correria irrefletida não se sabe muito bem pra onde) tem origem justamente nessa perda da autonomia, quando reproduzimos os pensamentos dos outros, nos espelhamos nos sentimentos dos outros, e a vida segue desprovida de sentido e verdade.

É possível filtrar pensamentos e emoções. Oxigenar a mente, serenar o coração. Investir tempo e energia na direção do equilíbrio, da serenidade, da lucidez. Isso requer alguma disciplina, mas é perfeitamente possível onde haja VONTADE!

Prece, meditação, leituras e músicas inspiradoras, boas companhias, bons papos, tudo isso entra no pacote. Engana-se quem acha que esses cuidados geram alienação, fuga ou afastamento da realidade. Na verdade, dá-se o contrário: uma mente serena percebe com maior clareza o que vai à volta, não se precipita em movimentos exasperados nem se atormenta com facilidade. Tão importante quanto o mecanismo “autolimpante” de um forno, o antivírus de um computador, ou o olhar atento de um jardineiro que remove com atenção e cuidado as ervas daninhas do jardim, precisamos cuidar todos os dias dessa dupla dinâmica que resume a nossa existência: a mente e o coração.

A crise lá fora não vai mudar por causa desse movimento solitário. Mas a sua resposta à crise será outra. Ter opinião sobre as coisas é ótimo, melhor ainda é manifestá-la sem prejudicar o seu fígado, sem se indispor com a pessoa amada, sem eleger como inimigo quem pensa diferente de você.

De uma forma ou de outra o mundo seguirá em frente. As crises se sucederão em diferentes ordens de grandeza, no plano pessoal ou coletivo.

A grande questão é: como você deseja passar por tudo isso?

Recolhido à prisão de Robben Island, onde cumpriu pena de trabalhos forçados por 27 anos, Nelson Mandela superou o pesadelo do cárcere repetindo como um mantra o seguinte trecho do poema “Invictus”, do britânico William Ernest Henley:

“Não importa o quão estreito seja o portão e quão repleta de castigos seja a sentença, eu sou o dono do meu destino, eu sou o capitão da minha alma.” Mandela mobilizou preciosos recursos mentais e emocionais para superar o ódio e o desejo de vingança, resistir ao massacre do corpo físico e da esperança, para viver a glória de conduzir o processo que resultou na implosão do regime racista do apartheid na África do Sul.

Sejamos donos do nosso destino. Capitães da nossa alma.

Há um futuro auspicioso pela frente.

PRA CEGO VER

Você não precisa descrever as imagens que posta. Ninguém precisa. Mas, só queria dizer que estou aqui. Estamos aqui, milhares de nós, todos os dias.

No facebook, no twitter, nos blogs e nos sites.

E faz a diferença sim. Faz muita diferença. De verdade.

Seja com uma descrição de três, cinco ou trinta palavras. Seja com detalhes ou só dizendo o que está acontecendo na imagem.

É poder participar. Dos memes, do dia de alguém que postou uma foto sua, das imagens fofas e reflexivas. De qualquer uma. Participar apenas. É ser realmente parte.

Um minuto do seu dia. Ofereça o que puder. Se puder. Quando puder... Quando lembrar.

Gratidão.

Fonte: <https://www.facebook.com/PraCegoVer>

Colaboração de Ana Cristina Zenun Hildebrandt

CONFIO EM DEUS

Quem cede espaço à tristeza, manda embora a alegria.

Diga firme para você: a partir de hoje eu vou escrever uma história bonita na minha vida. Cansei de sofrer, de ficar reclamando do que não deu certo.

Hoje é o dia da minha independência espiritual, é o dia em que eu assumo o controle da minha via, é o dia em que eu deixo de ser aquele coitado ou coitada e vou tomar as rédeas da situação, antes que os outros passem a comandar a minha vida.

E, se eu fizer isso, não tenho qualquer medo do futuro, porque sei que o futuro é a somatória de tudo aquilo que eu plantar na minha vida a partir de hoje.

Do livro “Cura e Libertação”, de José Carlos de Lucca.

VAMOS REFLETIR JUNTOS?

A SOMBRA DO BURRO

Certa vez, promovendo uma assembleia pública em Atenas para tratar de altos interesses da pátria grega, Demóstenes viu-se apupado pela turba impaciente, que fazia menção de retirar-se sem ouvi-lo. Então, elevando a voz, disse que tinha uma história interessante a contar. Obteve, assim, silêncio e atenção, e começou:

– Certo jovem, precisando ir de sua casa até Mégara, durante o auge do verão, alugou um burro, pondo-se a caminho. Quando o sol ficou a pino, ardentíssimo, tanto o moço como o dono do animal alugado tiveram vontade de sentar-se à sombra do burro, e começaram a empurrar-se mutuamente, a fim de ficar com o lugar. Dizia o dono do animal que apenas alugara o burro e não a sua sombra, e o outro afirmava que tendo pago o aluguel do burro, pagara também o de sua sombra, pois tudo quanto pertencia ao burro lhe fora alugado com ele...

A esta altura, Demóstenes levantou-se e fez menção de retirar-se. A multidão protestou, desejosa de ouvir o resto da historia. Foi então que o prodigioso orador, erguendo-se em toda a sua altura, e encarando com firmeza o auditório, declarou, a voz trovejante:

– Atenienses! Que espécie de homens sois, que insistis em saber a história da sombra de um burro e recusais tomar conhecimento dos fatos mais graves que vos dizem respeito?

Só então pôde fazer o discurso que pretendia, para um auditório envergonhado e atento, que, afinal, ficou sem saber o fim da história da sombra do burro.

Antônio F. Rodrigues

Livro: Antologia Espírita e Popular “Mensagens dos Mestres”.

A VOZ DO CORAÇÃO

Irmã Dulce

Habitue-se a ouvir a voz do seu coração.

É através dele que Deus fala conosco e nos dá a força que necessitamos para seguirmos em frente, vencendo obstáculos que surgem na nossa estrada.

Não se vai acabar com a pobreza.

Deus institui pobres e ricos.

Porém, a gente deve empregar todos os esforços possíveis para melhorar a situação. Miséria é falta de amor entre os homens.

10 ALERTAS DO CHICO

Adelino da Silveira

Sereno, Chico falava sempre com suavidade. A ênfase, para ele - deduzo - deve ficar no exemplo, no testemunho, não somente nas palavras. Raras vezes é incisivo. E aí, é preciso redobrar a atenção, como nos seguintes alertas:

Ninguém é suficientemente:

- 1- bom para julgar os maus.
- 2- humilde para julgar os orgulhosos.
- 3- caridoso para julgar os egoístas.
- 4- sábio para julgar os ignorantes.
- 5- sincero para julgar os falsos.
- 6- justo para julgar os injustos.
- 7- forte para julgar os fracos.
- 8- grato para julgar os ingratos.
- 9- puro para julgar os pecadores.
- 10- fiel para julgar os que desertam dos deveres.

Na verdade, ninguém é suficientemente perfeito para exigir dos outros o que ainda não realizou dentro de si.

Recordemos Jesus que, sendo suficientemente bom, justo, sábio e perfeito, não nos julga e sim nos ama a todos nós que ainda odiamos, perseguimos, invejamos.

Livro: Momentos com Chico Xavier

A VITÓRIA DO MEU SER SOBRE OS MEUS TERES

Huberto Rohden

No tempo em que eu gostava de ter algo, não consegui ser alguém.

Escravizava-me o que tinha ou desejava ter.

As quantidades de fora impediam a realização da minha qualidade de dentro.

O meu violento Ter eclipsava o meu suave Ser.

Desposuí-me, então, de todas as minhas posses – e encontrei paz diante de mim mesmo.

Encontrei o meu puro e desnudo Ser,

O meu Eu divino em toda a sua alvura e castidade,

Longe de todas as profanidades dos meus Teres...

Entretanto, como cidadão desta terra, tenho de viver no meio das coisas terrestres.

Tenho de lidar com objetos materiais...

Como matéria morta em forma de dinheiro, casas, terrenos, ferro, cimento, pedra, cal e outras materialidades...

Surpreendi-me novamente proprietário de coisas materiais – e recuei, horrorizado...

Que triste apostasia a minha!

Por que esse regresso ao cárcere de antanho?...

Depois de ter gozado as iguarias do reino de Deus, tornei ao bagaço imundo dos animais da terra?...

Assim pensava eu.

Até que verifiquei, com exultante júbilo, que hoje não possuo nada daquilo que em minhas mãos está.

Hoje, já não sou possuidor de coisas minhas – sou apenas administrador das coisas de Deus, em prol dos filhos de Deus, meus irmãos.

Hoje, não existe mais entre o Eu e o Meu um vínculo real que prenda o meu sujeito àqueles objetos.

Cortei os liames entre o Ser e o Ter.

Nada mais possuo desde que sou possuído pelo Cristo.

Sou simples administrador daquilo de que me julgava possuidor.

Não me escraviza o que tenho nem o que desejo ter – porque nada tenho nem nada desejo ter...

Administrando o que é Deus, sem nada possuir que seja meu...

Oh! Gloriosa liberdade dos filhos de Deus!

Gerindo negócios materiais, já não sou por eles derrotado...

Possuidor, não possuído – que estupenda conquista!

Ser apenas administrador do patrimônio de Deus – como isto é leve e luminoso!...

É roçar de leve as coisas materiais, com asas etéreas de andorinha, como imperceptíveis adejos de borboleta...

É pousar de mansinho sobre as pétalas duma flor, sem as lesar, sem a elas se prender...

É deixar todas as coisas tão puras e virgens como elas saíram das mãos de Deus – em vez de profaná-las e prostituí-las com a violência brutal da cupidéz egoísta...

Outrora, possuindo, profanava eu tudo quanto possuía ou desejava possuir – hoje, tudo que me foi entregue vem aureolado da sacralidade de intata virgindade...

Naquele tempo, cometia eu o sacrilégio de considerar meus certos bens de Deus – hoje sou redimido da irredenção dessa sacrílega usurpação...

Hoje considero todas as coisas como propriedade única e exclusiva de Deus em prol da humanidade...

Livro: A Voz do Silêncio

Colaboração de José Alberto Viana Maio

O PODER DO EXEMPLO

Divaldo Pereira Franco

Todo indivíduo que gosta de literatura certamente leu as obras notáveis de Léon Tolstoi, o grande escritor russo de Guerra e Paz e Ana Karenina, ficando profundamente tocado pela sua beleza mágica.

O notável escritor, porém, escreveu muito mais obras que o destacaram na condição de um dos maiores do seu país e, por extensão, do mundo.

Não obstante, o livro pelo qual tinha mais consideração é “O Reino de Deus está em vós”.

Trata-se de uma obra criada após a sua conversão ao cristianismo ensinado e vivido por Jesus. Após meditar demoradamente na doutrina cristã ortodoxa a que se vinculara, por não concordar com a opressão que exercia sobre o povo sofredor da Rússia, pelo luxo e apoio ao poder do czar Nicolau II, leu, em grego, os originais do Evangelho e encontrou Jesus, Aquele que realmente modificara a ética da Humanidade para o amor sem limites.

Renunciou à sua posição de nobreza, da condição de conde, e passou a cultivar as próprias terras, com os humildes e esfaimados trabalhadores, vivendo de maneira equivalente.

Escreveu uma carta longa ao czar, pondo-se contrário à pena de morte e às injustiças praticadas pelas suas forças armadas do exército e polícia, vaticinando que, se ele persistisse na crueldade contra as massas, não fugiria à lei divina. Mais tarde, a sua previsão tornou-se realidade durante a revolução de 1917, que o retirou do poder, enviou-o ao exílio e o fuzilou, bem como a família real.

Causou um tremendo escândalo a sua dedicação a Jesus, na simplicidade do Evangelho, havendo sido responsável pela mudança de comportamento, para melhor, de incontáveis criaturas.

Estimulou Gandhi, enviando-lhe o livro, e ele começou a notável campanha da não violência que, por sua vez, influenciou Martin Luther King Jr. na libertação do seu povo. O exemplo, mais do que as palavras, é o que vale.

Nestes dias tumultuosos, se desejamos mudar o mundo, mudemos nossa conduta, especialmente aqueles que nos dizemos cristãos.

Artigo publicado no jornal A Tarde, coluna Opinião, em 25.2.2016.

PRECE A JESUS

André Luiz

**Senhor Jesus,
Dai-nos o poder de operar a própria conversão
Para que o Teu Reino de Amor seja irradiado
Do Centro de nós mesmos!
Contigo em nós, converteremos
A treva em claridade,
A dor em alegria,
O ódio em amor,
A descrença em fé viva,
A dúvida em certeza,
A maldade em bondade,
A ignorância em compreensão e sabedoria,
A dureza em ternura,
A fraqueza em força,
O egoísmo em cântico fraterno,
O orgulho em humildade,
O torvo mal em Infinito Bem.
Sabemos, Senhor,
Que, de nós mesmos,
Somente possuímos a inferioridade
De que nos devemos desvencilhar,
Mas, unidos a Ti,
Somos galhos frutíferos na árvore dos séculos,
Que as tempestades da experiência
Jamais deceparão...
Assim, pois, Mestre amoroso,
Digna-te amparar-nos
A fim de que nos elevemos,
Ao encontro de tuas mãos sábias e compassivas,
Que nos erguerão da inutilidade,
Para o serviço da cooperação Divina,
Agora e para sempre.
Assim Seja.
Psicografia de Chico Xavier
www.auxiliofraternidade.com.br/prece**

ANGÚSTIA DA PERFEIÇÃO

Ermance Dufaux

“Pode alguém, por um proceder impecável na vida atual, transpor todos os graus da escala do aperfeiçoamento e tornar-se Espírito Puro, sem passar por outros graus intermédios?” “Não, pois o que o homem julga perfeito longe está da perfeição. Há qualidades que lhes são desconhecidas e incompreensíveis. Poderá ser tão perfeito quanto o comporte a sua natureza terrena, mas isso não é a perfeição absoluta. (...)” O Livro dos Espíritos – Questão 192

Alma querida nos ideais renovadores, é natural que sofras inquietação por nutres objetivos transformadores. Ante a penúria de teus valores, declaras-te sem mérito para receber a ajuda Divina. Perante a extensão de tuas falhas, açoitas a consciência com lancinante sentimento de hipocrisia ao repetires os mesmos desvios dos quais já gostarias de não se permitir. Essa é a estrada da perfeição, não te martirizes.

Tudo isso é compreensível, parte integrante de quantos se candidatam aos serviços reeducativos de si próprios, portanto, não sejas demasiadamente severo contigo. Sem lástima e censura, perdoa-te e prossegue sempre.

Confia e trabalha cada vez mais. Por mais causticantes as reações íntimas nos refolhos conscienciais, guarda-te na oração e na confiança e enriquece tua fé nas pequenas vitórias. A angústia da melhora é impulso para promoção.

O remédio salutar para amenizá-la é a aceitação incondicional de ti mesmo. Aceitando-te humildemente como és e fazendo o melhor que possas, vitalizar-te-ás com mais fortes apelos interiores para a continuidade do projeto de melhoria e corrigenda. Por outro lado, se te punes, estarão assinando um decreto de desamor contra ti.

Afeiçoa-te com devotamento e sensatez aos exercícios que te são delegados pelas tarefas renovadoras do bem, aprimorando-te em regime de vigilância e paciência.

Sem alimentar fantasias de saltos evolutivos, dá um passo atrás do outro.

Sem ansiar pela grandeza das estrelas, ama-te na condição de singelo pirilampo que se esforça por fazer luz na noite escura.

Faze as pazes com tuas imperfeições. Descubra tuas qualidades, acredite nelas e coloca-as a serviço de tuas metas de crescimento, essa é a fórmula da verdadeira transformação.

O tempo concederá valor e experiência a teus esforços, ajustando teus propósitos aos limites de tuas possibilidades, libertando-te da angústia que provém dos excessos.

Caminha um dia após o outro, na certeza de que Deus te espera sempre com irrestrito respeito pelas tuas mazelas, guardando o único direito de um Pai zeloso e bom que é a esperança de que amanhã sejas melhor que hoje, para tua própria felicidade.

Do Livro: Reforma Íntima Sem Martírio, através de Wanderley Soares de Oliveira.

ESPAÇOS E MUNDOS!

Léon Denis

Espaços e mundos! Que maravilhas nos reservais? Imensidades sidéreas, profundezas sem limites, dais a impressão da majestade divina. Em vós, por toda parte e sempre, está a harmonia, o esplendor, a beleza! Diante de vós, todos os orgulhos caem, todas as vanglórias se desvanecem. Aqui, percorrendo suas órbitas imensas, estão astros de fogo perto dos quais o nosso Sol não é mais que simples facho. Cada um deles arrasta em seu séquito um imponente cortejo de esferas que são outros tantos teatros da evolução. Ali, e assim na Terra, seres sensíveis vivem, amam, choram. Suas provações e suas lutas comuns criam entre si laços de afeto que crescerão pouco a pouco. E é assim que as Almas começam a sentir os primeiros eflúvios desse amor que Deus quer dar a conhecer a todos. Mais longe, no insondável abismo, movem-se mundos maravilhosos, habitados por Almas puras, que conheceram o sofrimento, o sacrifício e chegaram aos cimos da perfeição; Almas que contemplam Deus em sua glória e vão, sem jamais cansar, de astro em astro, de sistema em sistema, levar os apelos divinos.

Todas essas estrelas parecem sorrir, qual se fossem amigas esquecidas. Seus mistérios nos atraem. Sentimos que são a herança que Deus nos reserva. Mais tarde, nos séculos futuros, conheceremos essas maravilhas que nosso pensamento apenas toca. Percorreremos esse infinito que a palavra não pode descrever em uma linguagem limitada.

Há, sem dúvida, nessa ascensão, degraus que não podemos contar, tão numerosos são; mas nossos guias nos ajudarão a subi-los, ensinando-nos a soletrar as letras de ouro e de fogo, a divina linguagem da luz e do amor. Então o tempo não terá mais medida para nós. As distâncias não mais existirão. Não pensaremos mais nos caminhos obscuros, tortuosos, escarpados, que seguimos no passado, e aspiraremos às alegrias serenas dos seres que nos tiverem precedido e que traçam, por meio de jorros de luz, nossos caminhos sem fim. Os mundos em que houvermos vivido terão passado; não serão mais que poeira e detritos; mas nós guardaremos a deliciosa impressão das venturas colhidas em suas superfícies, das efusões do coração que começaram a unir-nos a outras almas irmãs. Conservaremos a muito cara e dolorosa lembrança dos males partilhados e não seremos mais separados daqueles que tivermos amado, porque os laços são, entre as Almas, os mesmos que entre as estrelas. Através dos séculos e dos lugares celestes, subiremos juntos para Deus, o grande foco de amor que atrai todas as criaturas! Livro: O Grande Enigma

Colaboração de Riézia do Vale Cordeiro

EM PRECE

Senhor da Vida, abençoa-nos o propósito de penetrar o caminho da Luz!...

Somos Teus filhos, ainda escravos de círculos restritos, Mas a sede do Infinito dilacera-nos os véus do ser. Herdeiros da imortalidade, Buscamos-Te as fontes eternas, esperando, confiantes, em Tua misericórdia.

De nós mesmos, Senhor, nada podemos. Sem Ti, somos frondes decepadas que o fogo da experiência tortura ou transforma... Unidos, no entanto, ao Teu Amor, somos condicionadores gloriosos de Tua Criação interminável.

Somos alguns milhares neste campo terrestre; e, antes de tudo, louvamos-Te a grandeza que não nos oprime a pequenez...

Dilata-nos a percepção diante da vida, abre-nos os olhos enevoados pelo sono da ilusão para que divisemos Tua glória sem fim!...

Desperta-nos docemente o ouvido, a fim de percebermos o cântico de tua sublime eternidade.

Abençoa as sementes de sabedoria que os teus mensageiros esparziram no campo de nossas almas; fecunda-nos o solo interior, para que os divinos germens não pereçam.

Sabemos, Pai, que o suor do trabalho é a lágrima da redenção. Constituem adubo generoso à floração de nossas sementeiras; todavia, sem Tua bênção, o suor elanguesce e a lágrima desespera...

Sem Tua mão compassiva, os vermes das paixões e as tempestades de nossos vícios podem arruinar-nos a lavoura incipiente.

Acorda-nos, Senhor da Vida, para a luz das oportunidades presentes. Para que os atritos da luta não as inutilizem.

Guia-nos os pés para o supremo bem. Reveste-nos o coração com a Tua serenidade paternal. Robustecendo-nos a resistência!

Poderoso Senhor, ampara-nos a fragilidade. Corrige-nos os erros, Esclarece-nos a ignorância.

Acolhe-nos em Teu amoroso regaço.

Cumpram-se, Pai Amado, os Teus desígnios soberanos, agora e sempre.

Assim seja.

Fonte: "No Mundo Maior", pelo Espírito André Luiz, através de Chico Xavier. **Colaboração de Déa Campos Dudenhoeffer**

PAZ? QUE PAZ QUEREIS?

Desde o começo do mundo reina junto aos homens uma lei que até hoje nos infelicitava e reduz nossas melhores forças. Em latim ela diz: *Se vis pacem, para bellum* (“Se queres a paz, prepara a guerra”)

Eu vos digo que até mesmo aqueles que se elevaram acima do cotidiano do homem comum, até aqueles que em certo grau superaram as ilusões de seu ego físico-mental-emocional, ainda se orientam por esta lei. E eu vos digo, talvez para maior admiração, que assim deve ser.

Que paz nós queremos? A paz do mundo, que se adapta, ou a paz do Cristo, que não cede? A paz do mundo, que se adapta, ou a paz do Cristo, que não se adapta? A paz do mundo, que lucra, ou a paz do Cristo, que diariamente se completa?

Que paz nós queremos? Se queremos a paz do mundo, estejamos tranquilos, porque nada, ninguém nos perturbará. Se queremos a paz do mundo, podemos dormir tranquilos, porque respiramos juntamente com aqueles que se acostumaram com o ar infecto das planícies.

Mas se queremos a paz do Cristo, tudo será diferente. É preciso que estejamos atentos à batalha. *Se vis pacem, para bellum*. Mas esta batalha não acontecerá do lado de fora. Ela não é de homem contra homem, mas do homem consigo mesmo. Ela não acontece nos campos de batalha de fora, mas no vasto campo de batalha de dentro. Ela é a mesma de Arjuna, que teve de lutar contra seus parentes e amigos para vencer a injustiça. Propriamente não se batalha contra a injustiça, mas contra a não justiça, o não ajustamento de nosso ser ao Cosmos. Esse não ajustamento nós devemos combater obstinadamente e com todas as forças de nosso ser, se queremos de fato nos autorrealizar.

Meus amigos, o mundo vive um momento único de sua história. Nunca mais o viverá de novo. E devemos aproveitar este momento.

Quem quer se autorrealizar, esse receberá poderosos impulsos do alto, porque, mais do que ele, as potências cósmicas desejam seu crescimento.

Mas aqueles que decidirem dar voltas em torno de si mesmos, aqueles que estão contentes consigo mesmos, aqueles que estão adaptados, permanecerão no labirinto de Maya, da ilusão, e serão presas de seus próprios erros. A paz fique convosco.

Fonte: Reflexões no Meu Além de Fora, pelo Espírito Delfos, através de Luiz Antonio Millecco Filho

SOPRA VENTO

Luiz Antonio Millecco Filho

**Sopra vento impetuoso
Varre a Terra tão sofrida
Leva pra bem longe o que é rotina
O que confina, o que arruína
E destrói a vida**

**Desce chuva criadeira
Rega o coração da gente
Arde chama viva, amor fecundo
E incendeia o nosso mundo
Tão indiferente.**

**Sopra vento impetuoso
Varre a Terra tão sofrida
Leva pra bem longe o que é rotina
O que confina, o que arruína
e destrói a vida**

**Desce chuva criadeira
Rega o coração da gente
Arde chama viva, amor fecundo
E incendeia o nosso mundo
Tão indiferente.**

**Arde chama viva, amor fecundo
E incendeia o nosso mundo
Tão indiferente...**