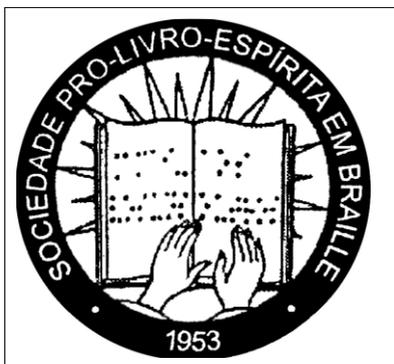


K A R D E B R A I L E

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

71 ANOS DE AMOR À CAUSA DOS CEGOS

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



ANO LXV - SETEMBRO - 2024 - Nº 196

**Rio de Janeiro
BRASIL**

Comissão Editora:

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

Revisora do texto: Susana Dias Ferreira
Revisoras do Braille: Ana Cristina Zenun Hildebrandt
e Arlete Moraes da Rosa

EXPEDIENTE

SEDE PRÓPRIA - Rua Tomaz Coelho, 51 - Vila Isabel
Rio de Janeiro - RJ - Brasil - CEP 20540-110
Tels.: Geral (21) 2288-9844
Administração: (21) 2572-0049
E-mail: spleb@spleb.org.br e atendimento.spleb@gmail.com
Site: 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
Chave do PIX da SPLEB: tesouraria@spleb.org.br

Distribuição gratuita

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

FUNCIONAMENTO

De 2ª a 6ª Feira – 9 às 17h

“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 11h10 (onze e dez), 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

Neste aniversário de Kardebraile, que completa 65 anos neste mês, queremos comemorar juntos. Agradecemos a todos, dos dois lados da vida, por estarem de mãos dadas conosco! Graças a Deus!

Voluntários de nossa SPLEB percebem como é gratificante a tarefa que fazem, e como ela afeta, poderosamente, quem oferece o serviço e quem recebe. O trabalho no Bem, que abre portas, cria laços e nos fortalece. Percebemos que atingimos não apenas uma leitura, mas tudo que ela comporta de transformador.

Distribuir livros em braille ou fazer o que temos oferecido, em nosso setor doutrinário, é a primavera nascendo a qualquer momento do ano.

Sigamos firmes, com os pés na Terra e os olhos voltados para o céu!

Permite, Senhor da Vida, que nossa Casa esteja sempre sob Tua proteção.

Louvado seja, Pai, o Teu Santo Nome! Bendito seja o nome de Jesus!

BRASIL

Pedro de Alcântara

**Sopra o vento do Ódio e da Vingança,
Aniquilando a Paz do mundo inteiro,
Embora o Amor Divino do Cordeiro
Seja a fonte da Bem-aventurança.**

**Mas a terra ditosa da Esperança
Vive nas claridades do Cruzeiro,
Onde o Evangelho é o Doce Mensageiro
Das bênçãos da Verdade e da Bonança.**

**Meu Brasil, guarda a luz dessa vitória,
Que é o mais belo florão de tua glória
Nos caminhos da espiritualidade.**

**Ama a Deus. Faze o bem. Todo o problema
Está na compreensão clara e suprema
Do Trabalho, do Amor e da Verdade.**

Livro: “Parnaso de Além-Túmulo”, através de Francisco Cândido Xavier

SETOR DE ATENDIMENTO MARIO KLINGER

Livros transcritos e distribuídos no

Brasil e no exterior

**Bibliotecas, Instituições para pessoas com
deficiências e Instituições espíritas = atualizando dados**

Leitores cadastrados = atualizando dados

Coordenadora: Ana Lucia Belchior Tavares da Silva

Estamos oferecendo o livro “Conduta Espírita”. Entre em contato conosco por e-mail ou por telefone.

Precisamos de sua colaboração para atualizar nosso cadastro. Procure-nos através do e-mail: atendimento.spleb@gmail.com

Tem interesse em receber algum de nossos livros oferecidos? É só nos enviar um e-mail.

NOTA DE FÉ

Maria Dolores

Em qualquer fase da vida,
Quando a prova te apareça,
Tempestade ou mágoa espessa
Ao peso de férrea cruz,
Recorda que o Céu te envia
Mais amparo do que pensas,
Mesmo nas trevas mais densas,
Deus te acende nova luz.

Conflitos, problemas, lutas,
Nas sendas por onde vamos,
São lições que precisamos,
A fim de saber servir;

Não há desprezo ante os Céus,
Olha o charco que se enflora,
Pensa na noite e na aurora
E guarda a fé no porvir.

Sufrimento é igual à nuvem...
Estrondo, fúria, ameaça...
Depois... é chuva que passa,
Frutos ganhando apogeus;
Se hoje sofres, não te esqueças,
Que amanhã, no Espaço Infindo,
O dia virá mais lindo,
Brilhando no amor de Deus.

Livro: “Maria Dolores”, através de Francisco Cândido Xavier

ACONTECE NA SPLEB

Agradecemos a todos o envio de vibrações positivas por nossa Casa. Este mês Kardebraile comemora 65 anos. Graças a Deus! Estamos com nosso site no ar e sendo atualizado. Visite-nos!

Queremos agradecer! Primeiro a Deus, aos Amigos Espirituais que cuidam de nós e aos companheiros dos dois lados da vida. Sim, com esperança renovada nos dias que virão, aprendendo com os desafios de cada dia. Firmes porque sabemos que não estamos sós.

Ajude-nos a ajudar.

**SETOR DE ATIVIDADES DOCTRINÁRIAS
LUIZ ANTONIO MILLECCO FILHO
Coordenadora: Ana Cristina Zenun Hildebrandt**

O Setor Doutrinário mantém suas atividades. A família splebiana continua a orar, diariamente, às 21h, rogando a Deus pelos enfermos, pelos profissionais da saúde, pelos governantes da Terra e por toda a humanidade.

Uma vez por semana, esse convite de prece se amplia! Estamos divulgando, nos grupos de WhatsApp, uma música para que cada um cante em sua casa, unindo, assim, os pensamentos e os corações splebianos.

Alguns grupos de estudo se organizaram para realizar suas reuniões por meio dos aplicativos Zoom e Google Meet. A reunião de terça-feira é aberta. Se você quiser participar, entre em contato conosco e enviaremos o link. Lembrando que a reunião de terça é híbrida, com início às 19h30. Temos a reunião de Reabastecimento, na 1ª quinta-feira do mês, às 14h, voltada aos voluntários da Casa. Aos 3º e 4º sábados do mês, às 16h, também temos estudo.

Semanalmente, o Setor Doutrinário divulga, nas redes da SPLEB, um texto de conteúdo doutrinário, sob o título de “Nosso Estudo Continua”. Essa iniciativa nos mantém unidos e estudando.

Iniciamos, em janeiro de 2021, o estudo de “O Livro dos Espíritos”, via WhatsApp. Em dias pré-estabelecidos, postamos áudios do texto, em sequência, para comentários e reflexões.

Temos o estudo de “Memórias de um Suicida”. Entre em contato conosco se quiser participar.

AUDIOTECA JOSÉ ÁLVARES DE AZEVEDO

Coordenadora: Solange Duarte Pinto de Magalhães

A Audioteca continua seu trabalho de gravação e envio de obras, mantendo a ligação entre os livros e os deficientes visuais, os quais sempre, carinhosamente, motivam toda a equipe a prosseguir neste importante trabalho de auxílio e aprendizado para todos. Graças a todos os colaboradores, a Audioteca da SPLEB já conta com 1.166 obras gravadas no formato mp3, disponíveis para os usuários.

Objetivando ampliar nosso quadro de leitores, uma vez que nossos usuários gostam de agregar conhecimentos, a Coordenação da Audioteca solicita aos interessados em realizar este trabalho de gravação, que nos contatem pelo e-mail: **audioteca.spleb@gmail.com**

Os usuários interessados em adquirir obras gravadas no formato mp3 podem solicitar o Catálogo das Obras pelo mesmo e-mail citado acima, e, após um cadastro, poderão adquirir as obras de seu interesse.

REFAZER-SE

Ainda que sintas enorme fraqueza e te vejas sem futuro e sem paz, não te admitas sem condições de refazimento.

Examina ao redor de ti e vê a Natureza que, mesmo agredida e usada, prossegue renascendo e embelezando-se. É assim com o Sol, a renovar as luzes; com o ar, a se desfazer das fumaças; com as águas, a se despoluírem; e com as árvores, a renovarem suas folhas, flores e frutos.

Refaze-te. Deixa-te preencher de esperança e fazes maiores voos do espírito.

Abre-te ao amor a ti, aos outros e a Deus, e reconhece as tuas qualidades de vitória.

Tem fortaleza de espírito. A planta, mesmo no escuro, sente o chamado da luz e rompe a Terra.

Livro: "Ânimo!" – Lourival Lopes

VOCÊ SABIA?

"O mundo dos Espíritos compõe-se das almas de todos os humanos desta Terra e de outras esferas, despojadas dos liames corporais. Do mesmo modo, todos os humanos são animados por Espíritos neles encarnados. Há, pois, solidariedade entre esses dois mundos: os homens terão as qualidades e as imperfeições dos Espíritos aos quais estão unidos." (KARDEC, Allan. Revista Espírita: Jornal de Estudos Psicológicos. Ano 1, mar. 1858. Júpiter e alguns outros mundos.)

"Com a reencarnação e progresso a que dá lugar, todos os que se amaram tornam a encontrar-se na Terra e no Espaço e juntos gravitam para Deus. (...) Com a pluralidade das existências, inseparável da progressão gradativa, há a certeza na continuidade das relações entre os que se amaram, e é isso o que constitui a verdadeira família." (Nota de Allan Kardec no capítulo 4, itens 22 e 23 de O evangelho segundo o espiritismo.)

TÓPICOS E NOTÍCIAS

SETEMBRO AMARELO: SUICÍDIO, NÃO.

O Dia Mundial de Prevenção do Suicídio - 10 de setembro - é um dia de conscientização que fornece empenho e ação mundiais para evitar suicídios, com diversas atividades em todo o mundo, desde 2003.

Existe um movimento mundial para conscientização da necessidade de trabalho neste âmbito. A Federação Espírita Brasileira e as federativas espíritas estaduais convidam a todos para participar da campanha nacional:

Prefiro viver. Suicídio, não!

Vamos juntos pela valorização da vida. Acesse:

Valorização da Vida - valorizacaodavida.febnet.org.br

Prefiro Viver - febnet.org.br/portal/prefiro-viver

CVV disque 188 - www.cvv.org.br

SALMO 42

¹Assim como o cervo brama pelas correntes das águas, assim suspira a minha alma por ti, ó Deus!

²A minha alma tem sede de Deus, do Deus vivo; quando entrarei e me apresentarei ante a face de Deus?

⁵Por que estás abatida, ó minha alma, e por que te perturbas em mim? Espera em Deus, pois ainda o louvarei pela salvação da sua face.

⁶Ó meu Deus, dentro de mim a minha alma está abatida; por isso lembro-me de ti desde a terra do Jordão, e desde os hermonitas, desde o pequeno monte.

¹¹Por que estás abatida, ó minha alma, e por que te perturbas dentro de mim? Espera em Deus, pois ainda o louvarei, o qual é a salvação da minha face, e o meu Deus.

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.

COLABORAÇÕES

A EDUCAÇÃO PELA VIDA

José Walter de Figueiredo

A criança quando nasce não traz nenhum conhecimento consigo. As primeiras informações chegam através dos órgãos dos sentidos. Os pais começam, então, a introduzir na formação da criança aquilo que eles chamam de Educação para a vida. Ela vai para a escola com a finalidade de aprender a se socializar com os amiguinhos, bem como a ler, escrever e estudar as matérias que constituem o currículo daquela instituição. Em casa, os pais educam os filhos para que respeitem as regras da sociedade em que vivem, bem como para que ascendam na escala social, através de um trabalho que possibilite uma boa remuneração.

Mas essa educação voltada para o exterior não prepara a pessoa para os inúmeros problemas que venha a enfrentar pela vida a fora.

Eles acontecem no nosso dia a dia, e nem sempre conseguimos resolvê-los como gostaríamos. Quando isso acontece, dependendo da gravidade do problema, nos sentimos inquietos, ansiosos, aflitos. Esse quadro emocional pode trazer, como consequência, doenças do corpo físico como falta de sono, de apetite etc.

Já que a educação dos pais não nos prepara para as dificuldades que podemos encontrar, a vida vai fazê-lo através de seus próprios mecanismos.

Os acontecimentos externos provocam em nós reações emocionais, conforme estejamos preparados ou não para eles.

Assim, por exemplo, se perdemos um ente querido, nós ficamos tristes, abatidos. Se foi alguém que nos ofendeu, ficamos com raiva, por nos sentirmos injustiçados.

No caso do ente querido, foi o apego a ele que nos fez ficar tristes e abatidos, porque confundimos apego com amor. Quanto à ofensa, queremos ser elogiados, e não criticados.

Já vimos que nem sempre temos como evitar os acontecimentos da vida. O ideal, então, seria que nos preparássemos para eles através da educação voltada, também, para o nosso lado interior. Esta educação é feita através do autoconhecimento e da inteligência emocional. Aprendemos a nos conhecer pela auto-observação. Para isso, é preciso ficarmos atentos a tudo que nos acontece no interior, provocado por cada acontecimento externo.

Você, caro leitor, deve estar se perguntando, como se faz isso na prática. É pela observação dos pensamentos. A cada emoção sentida, corresponde um pensamento de igual teor. Por exemplo, se ficamos doentes, além dos sintomas físicos, temos os emocionais, que se caracterizam por uma insatisfação por estarmos assim. Se nesse momento observarmos os pensamentos, vamos ouvi-los dizer coisas

tais como: “que droga! Logo agora fui adoecer. E os meus compromissos, como vão ficar?”. Ou: “todas as pessoas estão lá fora se divertindo, e eu aqui preso neste hospital” ...

É neste momento que precisamos usar a inteligência emocional para sairmos desse estado de ânimo. No exemplo onde a mente disse que você tem compromissos, você poderia responder assim: “está certo, mente, eu tenho compromissos, mas não posso ir porque estou aqui internado. O que você quer que eu faça?”

No caso em que ela disse que todas as pessoas estão lá fora se divertindo, você poderia argumentar assim: “quem disse que todas as pessoas estão se divertindo agora? Quantas podem estar com diferentes problemas, que você, mente, não acharia nem um pouco divertidos.”

Note, leitor amigo, que é preciso usar argumentos lógicos, para não dar à mente a oportunidade de rebatê-los. Também é preciso estar atento ao nosso lado interior o tempo todo, pois a vida é uma sucessão de acontecimentos, e algum deles pode trazer um sofrimento emocional.

Se a nossa educação fosse voltada também para o nosso lado interior, de quantos dissabores poderíamos ser poupados... A vida continuaria gerando acontecimentos, mas estaríamos preparados para eles. Aprenderíamos, então, aquilo que os mais velhos tiveram que aprender, pelo sofrimento, com a educação dada pela vida.

FRATERNIDADE

Mariza Medeiros

A lição de Jesus a respeito da Fraternidade é muito ampla, edificante e transformadora. Ele nos falou da família universal, aquela que sai dos parâmetros consanguíneos e particulares, e esclareceu que somos todos irmãos perante Deus, filhos do mesmo pai criador. Ser fraterno é ser irmão de todos, compreender e aceitar o outro com seus defeitos e qualidades, sem querer modificá-lo, mas transformar a si próprio. Ser mais justo e empático. A transformação dos que convivem conosco se dá a partir da nossa própria modificação.

Jesus nos ensinou o amor a Deus e ao próximo como forma de esclarecimento fraterno. O esclarecimento fraterno é lidar com os desafios impostos pelo “irmão”, sem se sujeitar passivamente aos problemas da convivência, de forma serena e com bom senso para impedir qualquer possibilidade de força ou agressividade. O amor fraterno compreende fazer o bem sem aguardar restituição. Pressupõe a caridade e a solidariedade aos mais desamparados e necessitados. “A Fraternidade é o Amor que ampara e conforta; a Solidariedade socorre e orienta, e a Caridade acolhe e protege.” (Juarez Alves)

O Amor Universal é o amor infinito de Deus que unifica as criaturas e o Criador. Para compreendermos esta unidade com Deus, precisamos entender o amor a nós próprios como condição primeva. E a partir desta conquista, nos conectarmos com todos os irmãos, segundo o Evangelho nos ensina.

Atualmente, pesquisas científicas têm revelado que existe no cérebro humano um dispositivo chamado Cérebro Social, que abriga estruturas cerebrais que possibilitam e incentivam a relação social. É uma base neurobiológica para a interação social das criaturas humanas. Os especialistas no estudo dividem o cérebro social em duas partes: A primeira ligada à dor física, quando o indivíduo é vítima de exclusão social em um determinado grupo, sofre bullying, é expulso de uma comunidade, quando é desconsiderado, desrespeitado etc. Isso gera uma dor física intensa. Na segunda, referente ao prazer que se expressa ao comer uma boa comida, beber água ao sentir sede, praticar atividades físicas, sexo, fazer uma boa ação, essa satisfação passa pelo cérebro que a converte em Dopamina (neurotransmissor responsável por levar informações do cérebro para várias partes do corpo. Chamada o hormônio da felicidade). Quando o indivíduo doa algo ou se doa, prestando caridade, as mesmas estruturas cerebrais do prazer são ativadas, junto com o sistema de recompensa, sendo capazes de proporcionar mais prazer do que sexo, comida, bebida, esporte etc.

As Leis Morais estão inscritas na estrutura do corpo físico e espiritual e gravadas em cada célula do corpo. Fomos projetados para o Bem, para a Fraternidade, para o Amor, por isso sentimos prazer em ajudar, em confiar, interagir e sentimos dor quando somos excluídos, desrespeitados, mal compreendidos, agredidos física ou emocionalmente.

“O Amor a nós mesmos deve ter como necessidade a oração e a vigilância que somos obrigados a observar. O nosso problema é de iluminação íntima, na marcha para Deus. Esse amor deve traduzir-se em esforço próprio, em autoeducação, em observação do dever, em obediência às leis de realização e de trabalho, em perseverança na fé, em desejo sincero de aprender com o único mestre, que é Jesus Cristo.” (O Consolador - Emmanuel)

“Quem se ilumina, cumpre a missão da luz sobre a Terra, irradiar espontaneamente o tesouro de si mesma. Necessitamos encarar essa nova fórmula de amor a nós mesmos, conscientes de que todo bem conseguido por nós, em proveito do próximo, não é senão o bem de nossa própria alma, em virtude da realidade de uma só lei, que é a do amor, e um só dispensador dos bens, que é Deus.” (O Consolador - Emmanuel)

“O amor é a verdadeira religião do mundo; e a fraternidade, a sua realização.” (Ademar Marques Marinho).

Então, cientes de nossa responsabilidade, nesta escola de fraternidade que é o Planeta Terra, devemos, através do trabalho, conquistar o aperfeiçoamento e a regeneração de nós mesmos e de todos aqueles que fazem parte de nossa família universal. Pelo amor, pela lei da assistência mútua, solidariedade e cooperação, tornamos possível o progresso do mundo, conferindo à Fraternidade a importância que ela tem na construção de um ambiente harmonioso, em todos os setores da sociedade. Dessa forma, obteremos uma sociedade mais justa, inclusiva e equitativa. Sem esta observação, é praticamente impossível o progresso do nosso planeta que já se encontra em transição, por vontade de Deus.

VAMOS REFLETIR JUNTOS?

PLANTANDO E COLHENDO

Conta uma fábula que, em um país distante e montanhoso, um lago e um riacho viviam lado a lado.

O lago ficava no pé da montanha, e o riacho descia de um ponto mais alto.

O lago, muito orgulhoso, dizia ao pequeno rio: “Veja como sou grande e bonito.”

“Sim, respondia o riacho, você deve ter muitos amigos, pois pode dar de suas águas para quem queira beber. Eu ainda sou tão pequeno!”

O lago respondeu que se desse de suas águas para todos que dela necessitassem, se tornaria menor.

Um dia, um cabrito se aproximou para beber água, e o lago o expulsou.

O riacho, penalizado, chamou-o e, mesmo tendo pouca água, ofereceu-a para lhe matar a sede.

Mais tarde, andorinhas pediram água ao lago, que tornou a negá-la.

O riacho, vendo-as cansadas, ofereceu-lhes das suas águas, e elas beberam felizes.

Em um dia muito quente, um rato pediu ao lago que espalhasse suas águas para que chegassem até onde se encontrava um coelho com a pata quebrada, e que padecia muita sede.

“Nada tenho com isso”, disse o lago, recusando-se.

O riacho desejava ajudar, mas suas águas não alcançavam o local onde se encontrava o animal ferido.

Teve, então, a ideia de pedir à montanha que deixasse a neve do seu topo derreter, permitindo que as águas viessem até ele para que pudesse auxiliar o coelho.

A montanha atendeu o pedido, e o riacho pôde ajudar a quem desejava.

Com o calor que se fez durante muitos dias, o lago foi secando. Diminuiu tanto até se transformar em um pântano.

Por sua vez, com a neve que derretia e agora o alimentava, o riacho se tornou um grande rio, oferecendo-se a todos que se aproximassem de suas margens.

Os animais da floresta, agradecidos, lhe diziam que fora o seu desejo de ajudar aos outros que o tornara tão grande.

Colaboração de Arlete Moraes da Rosa

FALANDO DA PRIMAVERA

Flavio Pereira Telles

**A primavera no prado
Toda vestida de flores
Trouxe lençóis multicores
Que brilham ao sol dourado.**

**Parece a festa das cores
No caminho perfumado,
Para a alegria do arado
E paz dos trabalhadores.**

**Minúsculos passarinhos
Entoam, nos altos ninhos,
Cantos de amor e inocência...**

**A Natureza revela,
Sublime, ditosa e bela,
As luzes da Providência!...**

Livro: Jardim de Infância. "Primavera", pelo Espírito João de Deus, através de Chico Xavier

No mês de setembro, no hemisfério sul, comemoramos a entrada da Primavera, estação associada à floração das árvores e vegetais, ao colorido e ao renascimento, pois ocorre após o inverno que, normalmente, além do frio, é uma ocasião em que as partes vegetativas entram em dormência. No hemisfério sul, em alguns locais, o inverno também está atrelado a geadas e até neve. Muitas espécies de animais têm seus filhotes na primavera como, inclusive, nos fala o texto acima.

Tudo parece ganhar vida e novas cores durante esta estação. Ela também vem anunciar que o fim do ano está próximo e é tempo de finalizarmos tarefas e começar a verificar o que faremos no próximo ano, seja em nossos trabalhos ou mesmo em nossas vidas.

Foi quase numa primavera, que há dois anos, a Diretoria da SPLEB tomou a decisão de retornar as atividades presenciais em nossa casa. E neste novo tempo, alguns voluntários nos deixaram, retornando à pátria espiritual; outros tantos não conseguiram voltar com a frequência que lhes era normal, por problemas de saúde ou por novas tarefas nas famílias. Muitos retornaram e têm se dedicado bastante a fazer o que já executavam ou passaram a realizar novas tarefas não menos importantes para a confecção dos livros. Cabe ainda ressaltar que, como a primavera, novos voluntários chegaram, trazendo suas experiências e entoando, com suas vozes, novos diálogos para os demais companheiros, numa contínua troca de vivências. Com isto nossa SPLEB se renovou.

É a primavera, como nos diz o texto do espírito João de Deus, um tempo de renovação, de alegrias, de paz, de trabalho, de entoar músicas e pensar no amor de Jesus. Ele que nos dá sempre a chance de fazermos as modificações necessárias em nós, não só nesta estação, mas em todas as épocas do ano. Que possamos nos dedicar a entender e elaborar um planejamento, objetivando melhor quais são as tarefas que pretendemos finalizar, com vistas à nossa evolução. É o que desejamos para todos.

JÁ RAIOU UM NOVO DIA. É PRIMAVERA!

A primavera muda a feição da paisagem, colorindo-a, deixando transparecer ideia de renovação, de renascimento. É presumível por todos nós o que ela anuncia: relva verdejante, árvores frondosas, flores e frutos.

Se olharmos uma árvore com mais detida atenção, veremos que seu caule sustenta os galhos, as folhas, flores e frutos, quando é o caso. E ao mesmo tempo é sustentado pelas suas raízes que, com adequada capilaridade, se conjuga ao solo, num amálgama de sustentação e vida.

No entanto, a essência da vida para a árvore não está nas raízes apenas, mas na seiva recolhida do solo fértil, o qual se vitaliza e se revitaliza graças às forças e elementos da natureza, quais o Sol, a chuva, os resíduos...

Por analogia, nos vemos como uma árvore. O caule somos nós, indivíduos. Os galhos são nossas ações multidirecionadas. As folhas e frutos, o resultado de nossas ações, dirigidas ao nosso entorno, ao próximo, à sociedade. As raízes são nossas crenças, nossos valores, nossos princípios, que dão sustentação e orientação para nosso pensar, nosso existir, para nossas ações e, por conseguinte, para nossos resultados.

No entanto, a robustez do caule, a frondosidade que os galhos sustentem e a excelência dos benefícios que a árvore da vida pode gerar, estão diretamente dependentes da qualidade da seiva que colhamos da mãe natureza.

Conforme lemos no Bhagavad Gita, o homem é feito de sua crença. E o que ele acredita, ele é.

Logo, em nossa metáfora, podemos afirmar que nossa fé, nossas crenças necessitam de constante e selecionado alimento: a seiva especial, que as forças que dão vida disponibilizam. Quais sejam: os bons pensamentos, as boas práticas de vida, os novos e superiores conhecimentos, o exercício do amor, a valorização do tempo, a relação harmoniosa com o próximo, os laços afetivos com a família, o enriquecimento de amizades, a relação consciente com Deus.

Mesmo em solos difíceis e áridos, há vida. Na simples semente está o gigante carvalho. Bem como numa simples semente, encontramos o início de uma grande floresta, a qual, por sua vez, cumprirá seu papel na natureza, dando apoio e sustentação a um diversificado sistema de vida, que interage entre si e se autossustenta.

Somos nós ramo verde, fadados aos melhores e mais úteis resultados perante a vida.

Foi o Pai Excelso que semeou as sementes da vida, para que, também sementes que fomos, nos integremos na vida eterna. As sementes, enquanto germinam, lutam para romper as resistências do solo, a fim de, atendendo seu finalismo natural, como ramo tenro, buscarem a luz que o Sol dadivosamente derrama sobre a Terra e os seres.

E o Sol de Primeira Grandeza raiou para todos nós há mais de dois mil anos. Sua mensagem e Seus feitos são qual Sol Nascente que jamais se põe.

Para a vida sofrida da Humanidade, em marcha de progresso e redenção espiritual, a Sublime Esperança está sempre a Leste, e ninguém segura a aurora do dia. O raio do Sol gentilmente conduz pelas suas mãos a sombra da noite, levando-a para outras paragens, a fim de que a luz prepondere, iluminando os caminhos das nossas mais profícuas realizações diárias.

E a mesma árvore do período invernos, cujas paisagens eram de um certo desencanto, e seus galhos desnudos, sem folhas, lhe davam ar de ocaso, como se a vida ali estivesse a se extinguir, ressurge com a alva do tempo novo que traz novamente, no momento previsto, a primavera da ressurreição da esperança.

Somos nós os que, uma vez conhecendo Jesus, o Cristo de Deus, saímos do frio da indiferença e dos padecimentos d'alma, para o calor radiante que Ele, o Sol da Vida, conduz em nascente gloriosa aos nossos corações. Ele veio para reflorir os caminhos, para reverdecer a verdade e recolorir a vida com luzes naturais, inconfundíveis.

É Jesus de volta, agora pelas letras do Espiritismo, cartilha que aprendemos a ler. Mas não está somente nos escritos deixados pelo grande Allan Kardec, pois Ele também está em qualquer hoste religiosa conducente a Deus.

E ainda não somente aí, sob o abrigo das Religiões, pois Ele está em todos os recantos de nosso ainda sofrido planeta, onde haja um coração que sofre e clama.

“E a vontade do Pai que me enviou é esta: Que nenhum de todos aqueles que me deu se perca...” (João 6:39)

Ele veio não para fundar religiões, mas para nos ensinar a viver com religiosidade, a qual religa a Deus.

“Pois onde dois ou três estiverem reunidos em meu nome, ali estou eu no meio deles.” (Mateus 18:20)

Ele veio para que, com Ele, tenhamos vida, e vida em abundância. Ele é a Excelente Seiva que alimenta e vitaliza a grande árvore da vida.

“Eu sou o pão da vida.” (João 6:48) Tudo passou. Agora é tempo de esperança.

“Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei.” (Mateus 11:28) Cada dia nasce de novo alvorecer.

Saia para se expor e deixar-se iluminar, acalorar e revitalizar pelo Celeste Sol das Almas.

“Sou eu, não temais.” (João 6:20) Já raiou um novo dia!

Faça desse dia o início de sua permanente primavera existencial.

Fonte: Jornal Mundo Espírita, setembro de 2016

<https://www.mundoespirita.com.br/?materia=ja-raiou-um-novo-dia-e-primavera>

MUITO PRAZER! SOU A CARIDADE

Carla Maria de Souza

É sempre uma oportunidade adorável estar com aqueles a quem Jesus mais ama, isto é, todos os espíritos que povoam a Terra.

Como não sei exatamente quem lerá este texto, falo como se falasse para todo mundo porque, às vezes, as palavras são como as plumas que se soltam de um saco, carregadas pelo vento, e não fazemos ideia de onde vão parar.

Meu nome é Caridade e vivo dentro de todos os seres humanos, embora muitos ainda não tenham descoberto isso.

Um homem maravilhoso chamou-me também de amor. É verdade. Sou a forma de amar dos seres humanos, que é diferente da forma de amar de Deus.

Quando eu surgi na Terra?... Faz tanto tempo... Penso que foi quando, na tentativa de mudança de alguma tribo nômade, alguém acidentou-se, caiu e não podia mais andar. Então, outro membro da tribo colocou o ferido nos ombros e passou a transportá-lo.

Pode ter sido também quando, ao dar à luz, uma mulher perdeu a vida e outra mulher, vendo aquele bebê, que não era seu, mas era tão frágil, resolveu cuidar dele.

Surgi em vários lugares ao mesmo tempo, então posso fazer confusão com fatos e épocas. Surgi igualmente nos lugares que alguns ainda hoje chamam de bárbaros, só porque não conhecem a história desses povos e aí surge o preconceito que costuma afastar-me das convivências.

Estou sempre entre os homens, não importa qual seja sua cultura.

Em minha forma material, enfrento grandes dificuldades para ocupar lugares porque o mundo valoriza excessivamente o material. Nesse caso, as pessoas dificilmente deixarão de atender a seus caprichos para oferecerem a oportunidade de uma vida digna a seus irmãos, e eu vou ficando tão pequenininha!...

Isso também acontece quando utilizam o nome de Deus para oprimir, tirar terras de irmãos, tirar a água de muitos ou qualquer outra riqueza. Então, muitos homens ficam na miséria, enquanto outros ganham dinheiro que não viverão para usufruir. A desigualdade cresce, a miséria aumenta e eu... Só não sou completamente banida porque, na maior parte das vezes, quem tem pouco ainda consegue dividir com um irmão que não tem nada. E, é claro, mesmo entre os que têm mais, sempre há alguém preocupado com seu semelhante; e olha eu aí de novo.

O Planeta Terra poderia sustentar um número ainda maior de pessoas do que o que nele habita atualmente. Só que, para isso, todo mundo precisaria lembrar mais de mim.

Vou, no entanto, dando meus sinais quando o mundo não aceita mais a escravidão, quando os preconceitos são discutidos, quando a distribuição de renda, a educação, a saúde para todos vira foco na atitude de alguém: um governante, um professor, um médico, um dirigente religioso, um sociólogo ateu...

As coisas não ficam melhores quando minha versão moral é solicitada. Quando falo de moral, estou falando do respeito ao outro e não de sexo.

“Saber ser surdo quando uma palavra zombeteira se escapa de uma boca habituada a escarnecer.” Essa frase de Irmã Rosália está em uma comunicação desse valoroso espírito, no capítulo XIII de “O Evangelho Segundo o Espiritismo” e exemplifica uma atitude muito importante para que eu cresça. Quando ninguém dá importância a comentários que só têm como meta prejudicar, criticar, falar mal, o comentário morre, perde força, e eu surjo, mostrando ao maledicente que ninguém está interessado no que ele tem a dizer, se tudo o que ele faz é criticar.

Então, na hora em que ele tiver coisas positivas a falar, será ouvido, e as vibrações em torno dele serão as melhores.

Caridade moral falta nas famílias, nos locais de trabalho, entre os vizinhos, nas instituições religiosas... Ah, mas nas espíritas tem. Se tem texto falando sobre isso no livro escrito por Kardec, os espíritas respeitam.

Não é bem assim. Respeitar a ideia todo mundo respeita, seja espírita ou não; executar já é outro caso.

Minha versão moral é a que me dá mais trabalho para me mostrar porque o ser humano julga o que não conhece, condena sem ouvir todas as partes, acredita-se justo, fazendo ao outro o que não deseja seja feito a ele ou a um de seus amores.

E a história de amar os inimigos? Essa parte tem me dado um trabalho!...

“Caridade, agora você vai brilhar! Todo mundo só vai falar em você. Vai ocupar as mentes e os corações dos homens. A Terra vai entrar na fase de mundo de regeneração.”, Jesus me disse.

Só que ele não disse quando isso começaria. Acho que agora, para Jesus, é um tempo bastante longo, porém, como disse Paulo de Tarso, em suas considerações sobre mim, sou paciente, tudo espero e a todos espero. Ele me definiu muito bem! Fico sempre achando que não estou me mostrando bem aos homens, por isso eles não se sentem atraídos por mim.

Apesar disso, continuo no propósito de tudo suportar pela alegria de ver que, um dia, serei natural na vida dos homens, tão natural que nem precisarão falar tanto a meu respeito. Em verdade, sou tímida.

Agora, nesse momento, contento-me com um lugarzinho no seu coração. Sei que aí, onde você nem imagina, tem um espaço para mim. Posso entrar?

GRATIDÃO DIÁRIA

Ana Cristina Zenun Hildebrandt

Quando estudamos as Leis Morais em “O Livro dos Espíritos”, na Lei de Adoração, aprendemos que oramos para pedir, louvar e agradecer. Este capítulo merece uma atenção especial, que fica para outro dia. Por hoje, conversemos sobre a gratidão. O que temos para agradecer?

Agradecer a Deus é difícil nos dias tristes. Às vezes nos sentimos sós, estamos doentes, cheios de questões complicadas na cabeça para equacionar. Aí aparece uma liderança religiosa, um expositor espírita falando da importância da gratidão, que devemos ser gratos a Deus por tudo que temos, somos... Então o sujeito pensa: “Como vou agradecer por uma dívida?”; “Não posso ser grato por uma doença.”; “Briguei com meu filho e vou agradecer?”...

Claro que existem situações extremas, muito dolorosas para nós, que nos deixam amargurados, pelas quais fica complicado agradecer. É o caso das que citei acima. Vejamos, então, as causas das aflições. Certamente já me referi a isto recentemente, pois vivemos dias atribulados, tanto no âmbito coletivo, quanto no pessoal. A dor, seja qual for a natureza dela, tem um objetivo pedagógico, serve para nos ensinar. Se a causa de nossa aflição está nessa existência ou em existências anteriores não vem ao caso, na hora em que estamos passando por ela. Importa entender o que ela pode nos ensinar.

Trata-se, portanto, de um exercício de autoconhecimento: o que me levou à situação que estou enfrentando? Como posso resolvê-la? Como posso evitar que aconteça novamente? Será que essa dor era inevitável?

Outro ponto é considerar que a vida é eterna, infinita, não se restringindo aos anos que passamos aqui na Terra, onde havemos de voltar novamente e encontrar nossos amigos e adversários, para continuar as histórias que começamos.

Então descobrimos que nossas dores são passageiras. Todas, sem exceção. Até a chamada morte, para a qual nós dizemos que não tem jeito, no fundo tem, porque aqueles que verdadeiramente se amam vão se reencontrar, e o amor não acaba com a morte. Isto não significa que não sofreremos e que não devemos evitar as dores, preservar a saúde, cuidar dos relacionamentos e administrar com sabedoria nossos bens. Significa que tudo isto é um aprendizado, que vamos desenvolvendo ao longo das reencarnações.

É uma questão de “ponto de vista”: se entendemos a aflição como uma experiência educativa, ela é passageira e, mesmo não sendo agradável, podemos ser gratos; se a dor for entendida como castigo, vamos sofrer sem esperança.

Agora, voltemos à gratidão. Por que temos que ser gratos a Deus por tudo? Porque em tudo estamos crescendo, em tudo somos amados. Quando erramos, Deus oferece oportunidade de reabilitação; quando perdemos, qualquer coisa que seja, podemos recuperar ou encontrar saídas ainda melhores; quando nos afastamos de nossos entes queridos, sabemos que não se trata de uma separação definitiva.

Podemos concluir que, em nossas preces diárias, temos muito a agradecer: por dormir, por acordar, por termos oportunidade de mudar aquilo que não nos agradou na véspera, por aquilo que aprendemos, por aquilo que Deus tenta nos ensinar. Lembro que um dos Amigos Espirituais da SPLEB, querendo nos incentivar a agradecer mais, disse que podemos agradecer pelas mínimas coisas, como o banho gostoso, uma pessoa que nos procurou, a atividade profissional que deu certo... Qualquer coisa que nos alegrou.

Na prática, sinto que é necessário que nos esforcemos para valorizar o que é bom na vida, movimentando a energia do Bem e do Belo, para que o mal e os sofrimentos percam sua força, já que Deus é infinitamente bom, justo, e o amor é de sua essência. Exercitar a gratidão diariamente nos aproxima de Deus.

Obrigada, pois, Deus Pai, criador, pelo teu amor que nos mantém e conserva.

ENCONTRO DE ALMAS

Jalal ud-Din Rumi

**Vem. Conversemos através da alma.
Revelemos o que é secreto aos olhos e ouvidos.**

**Sem exhibir os dentes,
sorri comigo, como um botão de rosa.
Entendamo-nos pelos pensamentos,
sem língua, sem lábios.**

**Sem abrir a boca,
contemo-nos todos os segredos do mundo,
como faria o intelecto divino.**

**Fujamos dos incrédulos,
que só são capazes de entender
se escutam palavras e veem rostos.**

**Ninguém fala para si mesmo em voz alta.
Já que somos todos um,
falesmos desse outro modo.**

**Como podes dizer à tua mão: “toca”,
se todas as mãos são uma?
Vem, conversemos assim.**

**Os pés e as mãos conhecem o desejo da alma.
Fechemos, pois, a boca e conversemos através da alma.
Só a alma conhece o destino de tudo, passo a passo.**

Vem, se te interessas, posso mostrar-te.

Livro: “Poemas Místicos”, Divan de Shams-i Tabriz.

<https://www.continualmente.com.br/2019/07/16/encontro-de-almas/>

Colaboração de José Luiz Silva

O PROPÓSITO DA VIDA

Léon Denis

Homem, meu irmão, tenha fé em seu destino, porque ele é grande. Você nasceu com faculdades inatas, aspirações infinitas, e a eternidade lhe é dada para desenvolver uns e satisfazer os outros. Crescer vida a vida, esclarecer-se pelo estudo, purificar-se pela dor, adquirir uma ciência sempre mais vasta, qualidades cada vez mais nobres: eis o que lhe está reservado. Deus tem feito ainda mais por você. Deus os meios de colaborar em Sua obra: de participar na lei do progresso sem limites, abrindo novas vias aos seus semelhantes, elevando seus irmãos, atraindo-os a você, iniciando-os nos esplendores do verdadeiro e do belo, às sublimes harmonias do universo. Não é isso criar, transformar almas e mundos? E esse trabalho imenso, fértil em caracteres, não é preferível a um repouso morno e estéril? Colaborar com Deus! Realizar em tudo e por tudo o bem e a justiça! Que pode ser maior, mais digno ao seu espírito imortal! Eleve então seu olhar e abrace as vastas perspectivas de seu porvir. Ponha nesse espetáculo a energia necessária para afrontar os ventos e as tempestades do mundo.

Marche, valente, lutador, suba a rampa que conduz aos cumes que chamamos virtude, dever, sacrifício. Não se detenha no caminho para colher floretes ou mato, para brincar com seixos dourados. Para frente, sempre em frente!

Vê você nos céus esplêndidos esses astros flamejantes, esses sóis inumeráveis arrastando, em suas evoluções prodigiosas, brilhantes cortejos de planetas? Quantos séculos acumulados não foram necessários para os formar!

Quantos séculos não serão precisos para os dissolver! Bem! Um dia virá em que todos esses fogos estarão extintos, onde esses mundos gigantesco se esvanecerão para dar lugar a novos globos, a outras famílias de astros emergentes das profundezas. Nada daquilo que vê hoje existirá mais.

O vento dos espaços terá para sempre varrido a poeira, esses mundos usados; mas você, você viverá sempre, prosseguindo sua marcha eterna no seio de uma criação incessantemente renovada. Que serão então para sua alma purificada, engrandecida, as sombras e os cuidados do presente? Acidentes efêmeros de nosso curso, não deixarão, no fundo de nossa memória, mais do que tristes ou doces lembranças. Diante dos horizontes infinitos da imortalidade, os males do presente, as provas sofridas, serão como uma nuvem fugitiva no meio de um céu sereno.

Meça então, em seu justo valor, as coisas da Terra. Não as desdenhe, sem dúvida, porque são necessárias ao progresso, e sua missão é de contribuir para o seu aperfeiçoamento pelo aperfeiçoamento de si mesmo, mas não ligue sua alma exclusivamente nisso, antes de tudo, procure os ensinamentos que trazem. Por eles, você compreenderá que os objetivos da vida não são os gozos, nem a felicidade, mas, acima de tudo, uma forma de trabalho, de estudo e de cumprimento do dever, o desenvolvimento da alma, da personalidade que você reconhecerá além da tumba, tal qual a tem estado talhando, você mesmo, no curso de sua existência terrestre.

FRASES DE GANDHI: A NÃO VIOLÊNCIA E OUTRAS LIÇÕES DE VIDA

Luana Nodari

O Dia da Não Violência é comemorado em 2 de outubro, em homenagem ao líder pacifista Mahatma Gandhi. E a escolha dessa data refere-se ao dia de nascimento de Mahatma Gandhi, um dos maiores representantes da filosofia da não violência. Mas quais eram as ideias e propostas de Gandhi? Você sabe?

Bem, acreditamos que, tanto para explicar a relevância do Dia da Não Violência quanto para falar de Gandhi, o melhor recurso é usar palavras... do próprio Gandhi!

Portanto, confira a seguir frases do líder carismático que conduziu a Índia à independência. E que, de certa forma, pode nos orientar na mesma direção.

A ideia é que você leia as citações considerando as situações que acontecem em seu cotidiano. Experimente aplicá-las, como se fossem conselhos pessoais direcionados aos seus problemas.

1. “Não violência e covardia são termos contraditórios.”

A atitude que o Dia da Não Violência deseja propagar é uma resposta ativa — e até mesmo heroica. A questão é que nossa formação cultural nos faz pensar no herói como uma figura que se impõe pela força. Alguém que pega em armas e consegue derrotar seus inimigos. De preferência, provocando humilhação. O que a conduta não violenta propõe é que é possível (e mais vantajoso) vencer sem apelar para esses meios.

2. “Acreditar em algo, e não vivê-lo, é desonesto.”

3. “Um ‘não’ pronunciado com a mais profunda convicção é melhor do que um ‘sim’ dito apenas para agradar, ou pior, para evitar problemas.”

4. “Felicidade é quando o que você pensa, o que você diz e o que você faz estão em harmonia.”

5. “O homem muitas vezes se torna o que acredita ser. Se continuo dizendo a mim mesmo que não posso fazer determinada coisa, é possível que acabe me tornando realmente incapaz de fazê-lo. Pelo contrário, se tenho a convicção de que posso fazê-lo, certamente adquirirei a capacidade de fazê-lo, mesmo que não a tenha no início.”

6. “O silêncio se torna covardia quando a ocasião exige falar toda a verdade e agir de acordo.”

7. “A força não vem da capacidade física. Vem de uma vontade indomável.”

8. “A satisfação está no esforço, não na conquista; o esforço total é a vitória total.”

9. “A diferença entre o que fazemos e o que somos capazes de fazer seria suficiente para resolver a maioria dos problemas do mundo.”

10. “Viva como se você fosse morrer amanhã. Aprenda como se você fosse viver para sempre.”

11. “A não cooperação com o mal é um dever tanto quanto a cooperação com o bem.”

12. “Oponho-me à violência porque, quando parece fazer o bem, o bem é apenas temporário; o mal que faz é permanente.”

Na verdade, esse é o melhor motivo para você não usar violência. É, inclusive, um motivo “egoísta”, já que o primeiro objetivo é evitar o seu sofrimento. Entenda o seguinte: quando causamos o mal a alguém — seja por agressões verbais,

emocionais ou físicas — imediatamente corremos dois riscos. Um deles é de que esse mal seja retribuído. Que volte para nós. O outro é de que os sentimentos de culpa, vergonha e medo passem a nos fazer companhia. E você não quer nenhum desses pesos atrapalhando a sua vida, não é verdade? Lembre disso, caso a ideia de vingança ou de revide te pareça uma boa ideia. O prazer de “dar o troco”, quando chega a existir, dura pouco. Já as suas consequências, podem nunca ter fim. Ou, para usarmos mais uma frase de Gandhi:

13. “Olho por olho e o mundo acabará cego.”

Olho por olho e o mundo acabará cego. A violência é cíclica. Enquanto ela for usada, ela dá ao outro o “direito” de empregá-la também.

14. “Perder a paciência é perder a batalha.”

15. “A ação expressa prioridades.”

16. “A raiva e a intolerância são inimigas da compreensão correta.”

17. “A intolerância denuncia a falta de fé na própria causa.”

18. “A violência é o medo dos ideais do outro.”

19. “Não há nada que desgaste mais o corpo do que a preocupação.”

20. “A paz é sua própria recompensa.”

21. “Um perdão definitivo significaria um reconhecimento definitivo de nossa força.”

22. “Faça a distinção entre necessidades reais e desejos artificiais e controle os últimos.”

23. “A história ensina que aqueles que, sem dúvida, por motivos honestos, expulsaram os gananciosos usando a força bruta contra eles, tornaram-se, por sua vez, presa da doença dos vencidos.”

Nos tornamos aquilo que desprezamos quando imitamos suas estratégias de ataque. Isso vale para uma guerra. Assim como vale para discussões banais.

24. “Ninguém pode me ferir sem minha permissão.”

25. “Não posso conceber uma perda maior do que a perda do respeito próprio.”

26. “A verdade é uma, os caminhos são muitos.”

27. “Suponho que a liderança já significou ter músculos; mas hoje significa se dar bem com as pessoas.”

28. “Nada tenho de novo para ensinar ao mundo. A verdade e a não violência são tão antigas quanto as montanhas. Tudo o que tenho feito é tentar praticá-las na escala mais vasta que me é possível.”

29. “O propósito da vida é viver corretamente, pensar corretamente e agir corretamente.”

30. “É preciso ser lento para formar convicções, mas uma vez formadas, elas devem ser defendidas contra as adversidades mais pesadas.”

31. “À medida que um homem muda sua própria natureza, também muda a atitude do mundo em relação a ele.”

32. “Cortesia para com os oponentes e vontade de entender seu ponto de vista é o ABC da não violência.”

Em outras palavras, podemos dizer que uma das bases da não violência é a prática da empatia. Veja, portanto, que não se trata de renunciar aos próprios interesses. Mas sim compreender que, nem sempre, eles correspondem ao que a outra pessoa considera o melhor para ela. Logo, o caminho — sempre que viável — é a conciliação. No fim, o maior objetivo da não violência é ser um sistema de ganha-ganha.

33. “O fraco jamais perdoa; o perdão é atributo do forte.”

34. “Você não deve perder a fé na humanidade. A humanidade é como um oceano; se algumas gotas do oceano estão sujas, o oceano não fica sujo.”

35. “Nossa capacidade de alcançar a unidade na diversidade será a beleza e o teste de nossa civilização.”

36. “A paz não é a ausência de conflito, mas a capacidade de lidar com ele.”

37. “A regra de ouro de conduta é a tolerância mútua, visto que nunca pensaremos todos da mesma forma e sempre veremos a verdade em fragmentos e sob diferentes pontos de vista.”

38. “Não há nada mais potente do que o pensamento. A ação segue a palavra e a palavra segue o pensamento.”

39. “Aprendi a lição da não violência com minha esposa, quando tentei dobrá-la à minha vontade.”

Pondere o respeito, a capacidade de escuta e a compaixão, primeiro, em suas relações mais íntimas. É a partir desse exercício que você poderá alcançar outras esferas.

40. “A verdade nunca prejudica uma causa que é justa.”

41. “Os erros não se tornam verdadeiros por se difundir e multiplicar facilmente. Da mesma forma, a verdade não se torna erro pelo fato de ninguém a ver.”

42. “Não é sensato estar muito seguro de sua própria sabedoria. É saudável ser lembrado de que o mais forte pode enfraquecer e o mais sábio pode errar.”

43. “O descontentamento saudável é o prelúdio do progresso.”

44. “Os relacionamentos são baseados em quatro princípios: respeito, compreensão, aceitação e apreço.”

45. “Cada um deve encontrar sua paz interiormente. E a paz para ser real não deve ser afetada por circunstâncias externas.”

46. “Podemos nunca ser fortes o suficiente para ser totalmente não violentos em pensamentos, palavras e ações. Mas devemos manter a não violência como nosso objetivo e fazer progressos constantes nesse sentido.”

Diante de situações em que nos sentimos ofendidos ou afrontados, é natural que tenhamos o impulso de reagir de modo violento. Então, ainda que seja difícil controlar todos os nossos atos, devemos ter em mente que a reação agressiva nunca é a única opção. Use sua inteligência emocional para lidar com conflitos. Além de ser uma estratégia mais assertiva, te dará muito mais satisfação. E paz de espírito.

47. “A vida é mais do que simplesmente aumentar sua velocidade.”

48. “Não vale a pena ter liberdade se não incluir a liberdade de cometer erros.”

49. “Sempre vise a harmonia completa de pensamento, palavra e ação. Sempre vise purificar seus pensamentos e tudo ficará bem.”

50. “Quando você está certo, não precisa ficar com raiva. Quando você está errado, não tem o direito de ficar com raiva.”

51. “A violência mental não tem potência e fere apenas a pessoa cujos pensamentos são violentos. Acontece o contrário com a não violência mental. Tem uma potência que o mundo ainda não conhece.”

52. “O futuro depende do que você faz hoje.”

53. “Seja a mudança que você quer ver no mundo.”

Por fim, deixamos essa frase de Gandhi, que resume tanto sua filosofia quanto o propósito do Dia da Não Violência. Você reclama do mundo em que vive? Lembre que você é parte dele. Você não é responsável pelo que o outro pensa, diz ou faz. Mas está em suas mãos não replicar o mesmo comportamento que você despreza e já te causou tanta dor.

PRECE DE ALEXANDRE

Senhor, sejam para o teu coração misericordioso todas as nossas alegrias, esperanças e aspirações!

Ensina-nos a executar teus propósitos desconhecidos, abre-nos as portas de ouro das oportunidades do serviço e ajuda-nos a compreender a tua vontade!

Seja o nosso trabalho a oficina sagrada de bênçãos infinitas, converte-nos as dificuldades em estímulos santos, transforma os obstáculos da senda em renovadas lições...

Em teu nome, semearmos o bem onde surjam espinhos do mal, acenderemos tua luz onde a treva demore, verteremos o bálsamo do teu amor onde corra o pranto do sofrimento, proclamaremos tua bênção onde haja condenações, desfraldaremos tua bandeira de paz junto às guerras do ódio!

Senhor, dá que possamos servir-te com a fidelidade com que nos amas, e perdoa nossas fragilidades e vacilações na execução de tua obra.

Fortifica-nos o coração para que o passado não nos perturbe e o futuro não nos inquiete, a fim de que possamos honrar-te a confiança no dia de hoje, que nos deste para a renovação permanente até a vitória final.

Somos tutelados na Terra, confundidos na lembrança de erros milenários, mas queremos, agora, com todas as forças d'alma, nossa libertação em teu amor para sempre!

Arranca-nos do coração as raízes do mal, liberta-nos dos desejos inferiores, dissipa as sombras que nos obscurecem a visão de teu plano divino e ampara-nos para que sejamos servos leais de tua infinita sabedoria!

Dá-nos o equilíbrio de tua lei, apaga o incêndio das paixões que, por vezes, irrompe, ainda, no âmago de nossos sentimentos, ameaçando-nos a construção da espiritualidade superior.

Conserva-nos em tua inspiração redentora, no ilimitado amor que nos reservaste e que, integrados no teu trabalho de aperfeiçoamento incessante, possamos atender-te os sublimes desígnios, em todos os momentos, convertendo-nos em servidores fiéis de tua luz, para sempre!

Assim seja.

Livro: "Missionários da Luz" – Alexandre/André Luiz/Chico Xavier

Colaboração de José Alberto Viana Maio

OH! CAMINHOS DAS ALMAS

Luiz Antonio Millecco Filho

**Oh! Caminhos das almas,
Misteriosos caminhos do coração!
É mister percorrer-vos,
Antes de tentar a suprema equação da Vida Eterna!**

**É preciso viver
Pra saber o que é Vida
E a lição recebida
É urgente aprender**

**Palmilhar toda a estrada
Pedregosa ou florida
Pra saber o que é vida
É preciso viver**

Oh! Caminhos das almas...

**É preciso entender
A trama e o drama
Que envolvem a Vida
Do Universo e do ser**

**Quem quiser ascender
À Divina Chama
O drama e a trama
Precisa entender**

Oh! Caminhos das almas...