

Informativo Nosso Lar



Núcleo Espírita Nosso Lar
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer



www.nenossolar.com.br

FEVEREIRO 2015 - ANO 5 - Nº 32

OS AVANÇOS DA MEDICINA REVOLUCIONARAM O TRATAMENTO DA LEUCEMIA



Dra. Eunice Quiumento Velloso fala sobre a leucemia, seu diagnóstico, tratamento, e sobre o transplante de medula. Informa que o transplante de medula óssea, às vezes, é a única esperança de cura para muitos portadores de leucemias e outras doenças do sangue e do sistema imune. Que para o doador, o ato será apenas um incômodo passageiro, mas para o doente, pode ser a diferença entre a vida e a morte. A doação de medula óssea é um gesto de solidariedade e de amor ao próximo, ela conclui. **Páginas 8 e 9**

Colunas

● VIDA É MOVIMENTO

Adilson Maestri

Página 7

● ESTAMOS EM DÍVIDA COM O AMOR

Homero Franco

Página 7

● CONHECENDO AS PALAVRAS, AMPLIA-SE A RESPONSABILIDADE DAS ATITUDES

Valéria Melo Ribeiro

Página 11

● ORGANIZAÇÕES INTENSIVAS EM CONHECIMENTO

Édis Mafra Lapolli

Página 13

● A RETRIBUIÇÃO – COMPREENSÃO DO PRINCÍPIO:

Elementos Doutrinários

Jaime João Regis

Página 15



ENTREVISTA COM A DRA. EUNICE QUIUMENTO VELLOSO

Voluntária do NENL/CAPC e presidente da Associação Médico Espírita de Santa Catarina. **Página 14**

EDUCAÇÃO SOMÁTICA, ESTRESSE E AUTOREGULAÇÃO Na roda-viva do cotidiano

Afirma Débora Bolsanello, que o sistema de autorregulação pode ser visto em funcionamento quando uma pessoa se “espreguiça” de maneira espontânea ou quando bocejia, permitindo ao diafragma relaxar. Em alguns casos, o “sonhar acordado” também faz parte de mecanismos de autorregulação mais sutis, onde a pessoa dirige sua atenção ao seu mundo interior, abstraindo-se, momentaneamente, dos estímulos exteriores. **Página 4**



Vivemos nesse século XXI um paradoxo entre excesso e escassez.

Os excessos alimentares geram escassez de bem-estar no curto, no médio e no longo prazo. No curto prazo, pela dificuldade digestiva; no médio prazo, pelo efeito em nosso manequim e no longo prazo, pelos efeitos em nossa saúde.

Quando a empresa que administra o abastecimento de água da nossa cidade avisa que fará reparos na rede de distribuição de água do nosso bairro e o abastecimento ficará comprometido por um dia, temos que racionar o uso da água, pois se nos excessos no consumo naquele dia, é possível que não haja água suficiente para o banho da noite.

O excesso de liberdade na repetição de atitudes infantis indevidas pode levar à escassez de ética na juventude e na vida adulta.

O excesso no consumo mal planejado pode levar ao endividamento com a perda do crédito e suas consequências nas relações comerciais e sociais.

Com isso em mente, precisamos lançar um novo olhar sobre o nossa maneira de pensar, falar e agir para avaliar se não estamos cometendo excessos que, aos poucos, nos trarão algum tipo de escassez.

O tão propalado "caminho do meio" nunca foi tão evidente como forma de conduzir nossas vidas para que possamos pensar num futuro tranquilo.

Já somos sete bilhões de almas sobre o planeta e já há mais obesos que famintos. Estamos excedendo, não só na alimentação, mas também no consumo de bens e na exposição de nossa intimidade.

Estamos ávidos de novidades e prazeres como se o mundo fosse acabar em 48 horas e a satisfação dessas pseudonecessidades nos levam a buscar, com intensidade, recursos, gerando desequilíbrio energético, emocional e físico.

Estamos convivendo com fartura e escassez de água, energia, afeto e amor por falta de equilíbrio interno, por conta de uma ansiedade que não sabemos de onde vem, por conta de não sabermos dosar nossas reais necessidades.

Esses excessos geram desequilíbrio energético e o corpo acusa por meio de disfunções que, aparentemente, não tem causa no meio físico.

Hora de parar e reavaliar o caminho que estamos fazendo como humanidade ou inviabilizaremos a vida humana sobre a Terra.

Essa revisão, que recomendamos aos nossos pacientes, também estamos proporcionando ao nosso corpo de voluntários. Sandra Farias nos conta da nova frente de trabalho aberta para olharmos com atenção àqueles que entre nós trabalhadores estão precisando de revisão de rota e ajuste no equilíbrio interno.

Dra. Eunice Velloso, nossa entrevistada, fala de sua trajetória como médica e colaboradora de Nosso Lar e também sobre a Leucemia que é uma doença percebida pelo excesso de glóbulos brancos no sangue.

Estamos fazendo novo Retiro Universal para dar acolhida a novos candidatos ao voluntariado em Nosso Lar.

Apresentamos, nesse número, uma coletânea de artigos e informações que, acreditamos, possa ajudar nosso leitor a refletir sobre a harmonia em sua caminhada.

Boa leitura!

A idade de ser feliz

(Mário Quintana)

Existe somente uma idade para a gente ser feliz.
Somente uma época na vida de cada pessoa
em que se pode sonhar e fazer planos,
e ter energia bastante para realizá-los,
a despeito de todas as dificuldades e obstáculos.
Uma só idade para a gente se encontrar com a vida
e viver apaixonadamente,
com o entusiasmo dos amantes
e a coragem dos aventureiros.
Fase dourada em que se pode criar e recriar a vida
à imagem e semelhança
dos nossos desejos;
e sorrir e cantar, e brincar e dançar,
e vestir-se com todas as cores
e experimentar todos os sabores
e desfrutar de tudo com toda a intensidade,
sem preconceito nem pudor.
Tempo em que cada limitação humana
é só mais um convite ao crescimento;
um desafio a lutar com toda energia
e a tentar algo novo, de novo e de novo
e quantas vezes for preciso.
Essa idade tão especial e tão única
chama-se presente...
E tem apenas a duração do instante que passa...



AME-SC
ASSOCIAÇÃO MÉDICA ESPÍRITA DE SANTA CATARINA

PALESTRA MENSAL DA AME-SC

Dia 26 de fevereiro de 2015 - quinta-feira

Horário: 19h: 30min

Local: Hospital Universitário - 4º andar - sala da Clínica Cirúrgica

Palestrante: Dr. Gian Carlo Nercolini

Tema: Hormônios bioidênticos - desmistificando o medo!

Espaço Tetê
Festas e Eventos

- * Café Colonial * Festas * Recepções
- * Eventos * Casamentos * Batizados
- * Festas Infantis * confraternizações

ttlins@terra.com.br

R. Nagib Jabor, 407 - Capoeiras - Florianópolis

48 3244-3518

Aceitamos Encomendas
de tortas, docinhos,
salgadinhos e bombons

expediente

Direção Geral
José Alvaro Farias

Editor
José Alvaro Farias

Jornalista Responsável
Uiara Sousa Zilli
MTb/SC 02178-JP.
(48) 84258162

Coordenação/Fotografia
André Maia
andremaia381@hotmail.com

Diretora Comercial
Valéria Melo Ribeiro

Editores
Consenso Editora Gráfica
juclia@consensoeditora.com.br

Tiragem: 5.000 exemplares
Gráfica: Diário Catarinense

Cartas para o jornal
informativonossolar@gmail.com

Espaços publicitários,
textos e colunas assinadas
não correspondem
necessariamente à opinião
do jornal e são
responsabilidade de
seus autores.

Telefones do Núcleo
(48) 33570045 e 33570047
www.nossolar.com.br

HEPATITE D e E



Dr. José Bel
Ginecologista e Mastologista - CRM 1558
Associação Médica Espírita de Santa Catarina - AME/SC

Temos publicado várias matérias sobre a Hepatite, já foram publicadas Hepatite A, B e C; a série se completa agora, com Hepatite D e E.

HEPATITE D

É uma doença viral aguda que pode evoluir para forma crônica, apresenta-se como infecção assintomática, sintomática ou como forma gravíssima, inclusive com óbito. O vírus HDV é altamente patogênico e infeccioso. Pode ser transmitido junto com o HBV a indivíduos sem contacto prévio com o HBV, caracterizando a coinfeção, ou pode ser a indivíduos já portadores de HBsAg, caracterizando a superinfecção. Na maioria dos casos de coinfeção, o quadro clínico manifesta-se como Hepatite Aguda benigna, ocorrendo completa recuperação em até 95% dos casos. Excepcionalmente, pode levar a formas fulminantes e crônicas de Hepatite.

Pode ocorrer evolução para a cronicidade em até 79.9% dos casos de superinfecção. Com isso, há agravamento das manifestações clínicas e dos quadros bioquímicos e histológicos. Se comparada a infecção pelo HBV, somente na superinfecção ocorre uma evolução em maior velocidade para cirrose hepática e, na coinfeção, uma maior probabilidade de quadros fulminantes.

A doença crônica cursa, geralmente, com períodos de febre, icterícia (amarelão), sangramento nasal, fraqueza, dores articulares e, principalmente, esplenomegalia (aumento do baço).

O agente etiológico é o Vírus da Hepatite D ou Delta (HDV). Um vírus RNA e que para exercer sua ação patogênica necessita se replicar nas células hepáticas. O reservatório do vírus é o homem.

Seu modo de transmissão é semelhante ao da Hepatite B, ou seja, por via sexual, solução de continuidade (pele e mucosa), transfusões de sangue, procedimentos médicos e odontológicos e hemodiálise, com material não esterilizado, sem as adequadas normas de biossegurança, transmissão vertical (mãe - filho), contactos íntimos domiciliares (compartilhamento de escova dental e lâminas de barbear), acidentes perfurocortantes, compartilhamento de seringas e de material para a realização de tatuagens e piercings.

A transmissão vertical depende da carga viral do HBV. Outros líquidos orgânicos (sêmen, secreção vaginal, leite materno) podem conter o vírus e constituir-se como fonte de infecção.

O período de incubação é de 30 a 180 dias, sendo menor na superinfecção: de 14 a 56 dias, e seu período de transmissibilidade é uma semana antes do início dos sintomas e mantém-se enquanto o paciente apresentar HCV-RNA detectável.

O diagnóstico é clínico laboratorial, pois apenas com os aspectos clínicos não é possível identificar o agente etiológico, sendo necessária a realização de exames sorológicos. Faz-se, ainda, o diagnóstico diferencial da Hepatite por vírus A, B, C, ou E; infecções como leptospirose, febre amarela, malária, dengue, sepse, citomegalovirus, mononucleose; doenças hemolíticas, obstruções biliares, uso abusivo de álcool, crack, cocaína.

O tratamento é complexo e, muitas vezes, o paciente volta a expressar o RNA-HDV no soro. Não existe tratamento específico para a forma aguda. Se necessário, apenas sintomáticos para náuseas, vômitos, prurido. Como norma geral, recomenda-se repouso relativo até a normalização das transaminases. Dieta pobre em gordura e rica em carboidratos. Proibido bebidas alcoólicas pelo menos durante um ano.

HEPATITE E

Já a Hepatite E é uma doença viral aguda e autolimitada. Apresenta curso benigno, embora tenham sido descritos casos, principalmente em gestantes com evolução para a forma fulminante. Apresenta-se de forma assintomática (usualmente em crianças) ou com sintomas semelhantes à Hepatite A, sendo a icterícia observada na maioria das pacientes. Seu agente etiológico, o vírus da Hepatite E (HEV). Um vírus RNA. Compreende vários períodos:

Incubação - Varia de 14 a 60 dias (média 42 dias).

Prodrômico ou pré-ictérico - Dura em média de 3 a 4 dias, caracterizando por mal-estar, cefaleia, febre baixa, perda do apetite, fadiga intensa, artralgia, náusea, vômito e desconforto abdominal.

Ictérico - Além da icterícia (amarelão) é comum a queixa de colúria (urina escura), hipocolia fecal, (fezes claras), prurido e aumento do fígado (hepatomegalia). A febre, artralgia e cefaleia tendem a desaparecer nessa fase.

Na convalescença, há o retorno da sensação de bem-estar e, gradativamente, a icterícia regride, as fezes e a urina voltam à coloração normal. Nos casos típicos, em um mês há remissão dos sintomas.

Seu reservatório é o homem, porém, há relatos recentes de isolamento do HEV em



suínos, bovinos, galinhas, cães e roedores levantam a possibilidade de que essa infecção seja uma zoonose. Também em chimpanzés e macacos.

Seu modo de transmissão é fecal-oral, principalmente pela água e alimentos contaminados por dejetos humanos e de animais. Apesar de ser evento raro, pode também por via endovenosa. O Período de transmissibilidade é de duas semanas antes do início dos sintomas, até o final da segunda semana da doença.

Não há relato de evolução para cronicidade ou viremia persistente. Em gestante, a Hepatite é mais grave, podendo apresentar formas fulminantes. A taxa de mortalidade em gestante pode chegar a 25%, especialmente no terceiro trimestre. Em qualquer trimestre, abortos e mortes intrauterinas são comuns.

O diagnóstico é clínico laboratorial, com exames específicos para detecção dos marcadores sorológicos, ou seja: o Anti-HEV IgM (marcador de infecção aguda) e o Anti-HEV IgG (marcador de infecção passada).

Diagnóstico diferencial - Hepatites por vírus A, B, C ou D: infecção como leptospirose, febre amarela, malária, dengue, sepse, citomegalovirus, mononucleose,

doenças hemolíticas, obstruções biliares, uso abusivo de álcool, drogas como craks, cocaína.

Não existe tratamento específico para a forma aguda. Só tratamento sintomático e dietas, repouso. Restrição ao uso alcoólico e gordura, pelo menos durante um ano.

Quanto a características epidemiológicas, a infecção apresenta-se de forma esporádica e de surtos. É frequente em áreas sem saneamento básico e em instituições fechadas sem saneamento básico, contaminação de alimentos e reservatórios de água.

As Hepatites são doenças que retratam a falta de higiene, abusos alimentares, bebidas e drogas, e de difícil tratamento, por falta de um medicamento antiviral específico para combater os vírus causadores de todos os tipos de Hepatites.

HOJE DISPOMOS NOS CENTROS DE SAÚDE DE VACINAS ESPECÍFICAS PARA HEPATITES. PROCUREM OS CENTROS DE SAÚDE, AS VACINAS SÃO GRATUITAS.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde. Doenças infecciosas e parasitárias. 8. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

EDUCAÇÃO SOMÁTICA, ESTRESSE E AUTOREGULAÇÃO Na roda-viva do cotidiano

Débora Bolsanello
deborabolsanello@gmail.com



A autorregulação é a capacidade que todo organismo vivo tem de autoequilibrar-se, adaptando-se às diferentes condições do meio. É a capacidade de autorregulação que garante a satisfação das necessidades vitais dos seres vivos. Visto que todo organismo vivo está em um constante processo de adaptação para manter-se, o sistema de autorregulação está em constante funcionamento.

No caso dos seres humanos, uma das facetas do sistema de autorregulação é o conjunto de movimentos corporais involuntários que permite ao organismo de “recarregar as baterias”. O sistema de autorregulação pode ser visto em funcionamento quando uma pessoa se “espreguiça” de maneira espontânea ou quando boceja, permitindo ao diafragma relaxar. Em alguns casos, o “sonhar acordado” também faz parte de mecanismos de autorregulação mais sutis, onde a pessoa dirige sua atenção ao seu mundo interior, abstraindo-se, momentaneamente, dos estímulos exteriores.

Para cada indivíduo, o sistema de autorregulação se manifesta de uma maneira diferente. Porém, em geral, o bom funcionamento do sistema de autorregulação se caracteriza pelas sensações naturais de prazer, satisfação, fluidez, equilíbrio etc.

Tomemos como exemplo a secretária de uma grande empresa. Habitada a trabalhar sobre pressão, ela é incapaz de recusar o excesso de tarefas imposto pelo patrão. Sobre sua mesa, acumulam-se pilhas de documentos atrasados. Para ganhar tempo, a secretária continua a trabalhar durante sua hora de almoço. Come um sanduíche enquanto digita uma carta no computador; bebe seu suco enquanto examina a contabilidade da empresa. Depois do expediente, a secretária vai para casa, abatida. Dentro do metrô, ela diz a ela mesma que “amanhã” se inscreverá naquele

curso de yoga que ela sempre quis fazer. Mas, “amanhã”, ela repetirá a mesma frase a si mesma, sem nunca ter tempo para fazer nem sequer uma caminhada. Chega em casa, come, vê um filme na televisão e dorme. No dia seguinte, tudo recomeça. As semanas, os meses e os anos se passam sem que a secretária se permita ter um momento para “recarregar as baterias”.

Casos como esses são cada vez mais comuns. Os comportamentos repetitivos, o excesso de trabalho, o ritmo desenfreado dos grandes centros urbanos, as atividades mecânicas do cotidiano, a competição do mercado de trabalho e o pouco tempo que dedicamos a nós mesmos são fatores que contribuem à emergência de um estado bem conhecido de todos: o estresse. O que a maioria de nós desconhece é o impacto real que o estresse tem sobre a saúde. Estudos clínicos recentes sugerem que 50% a 75% das consultas ao médico são motivadas, em primeiro lugar, pelo estado de estresse do paciente. A mesma pesquisa revela que, em termos de mortalidade, o estresse

é um fator de risco mais grave que a utilização do tabaco.

Como o caso da secretária sugere, à primeira vista, talvez não se possa escapar do estresse. Porém, é possível administrá-lo, permitindo nosso organismo de se autorregular. O estresse mal administrado gera estados psicossomáticos de ansiedade, irritabilidade, tristeza e frustração. Qualquer organismo vivo que é impedido de se autorregular não pode satisfazer suas necessidades de base. Pouco a pouco, o organismo torna-se disfuncional. Ou seja, no caso da secretária, de “estressada” ela passará a “estafada”, incapaz de realizar as funções mais simples. Quem já viveu uma estafa sabe que o nível de esgotamento é tal que mesmo a tarefa mais simples – como preencher um for-

mulário ou procurar um telefone nas páginas amarelas – torna-se extremamente custosa...

Educação Somática: reaprender a se autorregular

Mesmo o sistema de autorregulação sendo involuntário, ele pode ser ativado, ou seja, podemos colocar o sistema de autorregulação em funcionamento através de atividades específicas. Certos tipos de atividades induzem a pessoa a um estado de equilíbrio porque a levam a um repouso ativo onde o corpo e a mente tornam-se “um”. Alguns exemplos de atividades de autorregulação são o tai-chi, o yoga, diferentes práticas artísticas, alguns tipos de esporte e os métodos de Educação Somática. Em todas essas atividades, o corpo está desperto, porém relaxado e o estado mental é de total concentração.

A Educação Somática é um campo teórico e prático composto de diferentes métodos que se interessa pela consciência do corpo e seu movimento. O papel do professor de Educação Somática é de levar o aluno a reapropriar-se de seu estado natural de equilíbrio, ensinando-o a recuperar o estado de bem-estar através dos movimentos de seu próprio corpo. Os exercícios de Educação Somática propõem alongamento e tonificação, coordenação motora e reeducação postural. Coordenados com ritmo da respiração, esses movimentos requerem do aluno uma atenção especial que tem um efeito regenerador: a diminuição do fluxo de pensamentos. Uma pessoa que exercita o tranquilizar da mente através do corpo, cultiva seu bem-estar ancorada em suas próprias sensações. Esse estado de intimidade consigo próprio chama-se autoconfiança.

Com a prática regular dos exercícios de autorregulação propostos pelos diferentes métodos de Educação Somática, a pessoa torna-se mais consciente dos limites e do potencial de seu corpo, transferindo para seu dia a dia as sensações de equilíbrio e fluidez vividas em aula. Gradualmente, a pessoa torna-se apta a administrar seu estresse e a negociar melhor com os desafios do cotidiano sem hipotecar sua saúde.

REFERÊNCIAS

GROSSARTH-MATICEK, R. e H.J. EYSENCK, H. J. Self-regulation and mortality from cancer, coronary heart disease and other causes: a prospective study. Personality and individual differences, v. 19, n. 6, p. 781-795, 1995.

Artigo publicado em Nova Físio, jan. 2008. Disponível em: <http://www.novafisio.com.br/a-educacao-somatica-e-o-papel-da-autoregulacao/>. Acesso em: 15 fev. 2015.



Siddhartha,
Moda Feminina
Roupas brancas
Jeans, Moda Casual e Acessórios
Tamanhos especiais: 32 a 66
No  de Floripa desde 1993
Calçadão da Rua Deodoro, 187 - Loja 13 - Centro - Fpolis/SC - Fone: (48) 3209-9689
Apresentando este anúncio você terá uma condição especial de pagamento.



Espaço
reservado
para você

Atendimentos

Atendimento - Tratamento

A marcação de consulta para o atendimento pode ser feita diretamente na Secretaria do Núcleo no horário das 08:00 as 11:00 e das 13:00 as 17:00 horas.

Local: Rua Arthur Mariano, 2280, Picadas do Norte, São José, - SC.

Para esclarecimentos, ligue (48) 33570045 ou (48) 33570047.

Atenção: Se o seu problema for de ordem física, deverá trazer exame médico (pode ser cópia) que comprove seu diagnóstico, bem como seu acompanhamento médico.

+ Horários da Farmácia

Se, em seu tratamento, foi solicitado o uso de fitoterápicos, florais ou água fluidificada, você poderá retirá-los, gratuitamente, nos seguintes horários:



ANDRE MAIA

Segunda-feira	08:00h às 11:30h 14:00h às 20:00h
Terça-feira	09:00h às 12:30h 14:00h às 16:00h
Quarta-feira	08:00h às 10:30h 14:00h às 16:30h 20:00h às 21:30h
Quinta-feira	14:00h às 16:30h
Sexta-feira	14:00h às 18:00h

Atendimento a Distância

O atendimento poderá ser solicitado na secretaria da Instituição, de segunda a sexta-feira, de 08:00 as 11:00 horas e de 13:00 as 17:00 horas, ou pelo site <http://www.nenossolar.com.br/> a qualquer hora, mas se o pedido for feito até as 17:30 horas, o Atendimento a Distância ocorrerá neste mesmo dia, caso contrário ficará para a noite seguinte.

O que fazer:

- abster-se de álcool, principalmente no dia do atendimento;
- diminuir a ingestão de carnes vermelhas;
- banhar-se antes de deitar;
- jantar comidas leves;
- usar roupa de cama de tecido branco ou claro;
- vestir-se com roupas mais claras possíveis;
- colocar jarra com água próxima a cama (beber no dia seguinte), três vezes ao dia, ½ copo;
- deitar-se por volta de 21:30 horas, preparando-se com bons pensamentos e orações;
- o atendimento se dará as 22:00 horas;
- fazer repouso, se necessário, e não se preocupar com possível aparecimento de manchas no local afetado, pois esta situação é normal.

Este procedimento deve ser repetido por mais dois dias consecutivos, obedecendo toda a sequência acima sugerida. No último dia do atendimento, a água restante poderá ser transferida para um litro ou jarra de vidro transparente, devendo ser completada (pode ser mineral sem gás) até enchê-la, bebendo-a por duas a três semanas ou mais, a seu critério, em doses moderadas. Não colocar em geladeira e mantê-la afastada da luz solar e de aparelhos elétricos.

A eficácia do tratamento está ligado diretamente ao tamanho de sua fé. Acredite!

Terapia do livro

A Terapia do Livro tem como finalidade proporcionar ao leitor a abertura de seus horizontes e o contato com pensamentos e opiniões diversas, com diferentes pontos de vista sobre o problema que o aflige, de forma a facilitar a sua autocura por meio da leitura de obras adequadas a cada situação. A inscrição deve ser feita na Secretaria do Núcleo na primeira quarta-feira do mês.

PALESTRAS

PALESTRAS: FEVEREIRO - 2015

DATA	HORA	PALESTRANTE	ASSISTENTE	TEMA	
04/02	Quarta-feira	20 h	Cynthia Caiaffa	Osmar José da Silva	Nossas provas e nossas missões
05/02	Quinta-feira	20 h	Dr. Odi Oleiniski - AME/SC	Cleuza de F. M. da Silva	Medicina e espiritualidade
06/02	Sexta-feira	20 h	Tânia Regina S. Vieira	Luiz carlos Vieira	Bem aventurados os aflitos: justiça das aflições
07/02	Sábado	14 h	Jaime João Regis	Maria Nazarete Gevertz	A retribuição - constatações
11/02	Quarta-feira	20 h	Osmar José da Silva	Fabrcio Barni	A verdadeira pureza do ser ou uma vida de aparências
12/02	Quinta-feira	20 h	Andréa Dal Grande	Rogério M. Dal Grande	A arte da aceitação e a fé
13/02	Sexta-feira	20 h	Douglas Lopes Ouriques	Zenaide A. Hames Silva	Sociedade do amanhã
14/02	Sábado	14 h	Maurício José Hoffmann	Paulo Neuberger	A verdade que liberta e transforma
18/02	Quarta-feira	20 h	Volmar Gattringer	Osmar José da Silva	Autossuperação
19/02	Quinta-feira	20 h	Carlos Augusto M. da Silva	Neuzir Rodrigues Oliveira	Vaidade
20/02	Sexta-feira	20 h	James Ronald R. Lobo	Zenaide A. Hames Silva	Da perfeição moral VI - caracteres do homem de bem
21/02	Sábado	14 h	Jaime João Regis	Paulo Neuberger	A diplomacia, instrumento da construção
25/02	Quarta-feira	20 h	Zulmar Francisco Coelho	Tânia Mara Coelho	A doença como caminho
26/02	Quinta-feira	20 h	Rogério Meyer Dal Grande	Maria Nazarete Gevertz	Muitos são os chamados
27/02	Sexta-feira	20 h	Gastão Cassel	Neuzir Rodrigues Oliveira	Perdão: um olhar para o outro Olhar sobre mim
28/02	Sábado	14 h	Maurício José Hoffmann	Abegair Pereira	A prática cristã sob o ponto de vista do espiritismo

Horários de Ônibus

Transporte Coletivo Estrela 0039 - Forquilha - Florianópolis				
Partidas de Forquilha				
2ª a 6ª	Sábados	Domingos e Feriados		
05.00	16.50D	05.00	20.50	05.40
05.40	17.20	06.00	23.20	06.30
06.20	18.00	06.40		08.20
06.40	18.30	07.50		10.00
07.15	19.00	08.30		12.00
08.10	19.30	10.00		15.00
08.40	20.00D	11.30		18.00
10.00	20.30	12.30		20.00
11.30D	21.10	13.10		22.00
12.30	21.50D	15.00		
13.00	23.10	17.00		
14.30	23.35	19.00		
15.20				

Partidas do TICEN				
2ª a 6ª	Sábados	Domingos e Feriados		
05.50	17.10	05.50	00.30R	00.30R
06.30	17.40	06.50		07.30
07.20	18.10	07.30		09.10
07.50	18.35	09.00		11.00
09.00	19.10D	10.30		14.00
10.20D	19.40	11.30		17.00
11.30	20.20	12.10		19.00
12.05	21.00D	14.00		21.00
13.20	22.20	16.00		22.50R
14.30	22.50	18.00		
15.30DLA		00.30R	20.00	
16.30		22.30		

R -> Recolhe / LA -> via Los Angeles
D -> Adaptado para deficiente

Transporte Coletivo Estrela 7631 - Parque Residencial Lisboa				
Partidas do Lisboa				
2ª a 6ª	Sábados	Domingos e Feriados		
05.30D	13.20	06.00		07.00
06.00	13.35BR	06.30		09.00
06.15	14.30	07.00		10.00
06.25	15.20	07.15		11.10
06.33D	15.40	07.30		12.10
06.40P	16.30	07.45D		13.15
06.50BR	17.00	08.30		14.15
07.00	17.10	09.15		15.15
07.10D	17.25	10.50D		16.15
07.20	17.45D	11.55		17.15
07.30BR	18.10P	12.45D		18.15
07.45PD	19.00	13.30		19.15
08.00	19.15	14.20 D		20.15
08.30	19.30D	15.20		21.15
09.15	20.10D	16.20D		22.15
10.10	21.00	17.20		
11.10D	21.35	18.20		
12.00	22.15	19.20D		
12.25	23.10	20.20		
12.50P		22.20		

Partidas do TICEN				
2ª a 6ª	Sábados	Domingos e Feriados		
06.40	17.00D	06.45		08.00
07.20	17.20P	07.45		09.10
07.50	17.40LA	08.30		10.10
08.40	17.50	10.00D		11.20
09.30	18.00	11.10		12.30
10.30D	18.15	12.00D		13.30
11.15	18.30	12.45		14.30
12.00P	18.50D	13.30D		15.30
12.30	19.10D	14.30		16.30
13.00	19.30	15.30D		17.30
13.40	20.15	16.30		18.30
14.30	21.00	17.30		19.30
14.50	21.30LA	18.30D		20.30
15.20LA	22.00LA	19.30		21.30
16.00	22.30P	20.10D		22.30
16.20	23.00LA	21.30		
16.40	23.30D	22.45R		

P -> via Palmares / BR -> via BR101 / LA -> via Los Angeles
D -> Veículo Adaptado

Transporte Coletivo Estrela 0020 - Potecas				
Partidas de Potecas				
2ª a 6ª	Sábados	Domingos e Feriados		
05.30D	17.10	05.40	19.00	06.30
06.00	17.30D	06.20	20.20	08.30
06.35	18.30	06.50	22.20	10.30
06.45D	19.30D	07.30		12.30
07.00	20.30D	08.00		14.30
07.30	21.30D	08.30		16.30
08.00	22.50	09.50		18.30
09.00		10.20		20.20
10.00		11.20		
11.00		12.00		
11.55D		13.20		
12.50		14.20		
13.30D		15.30		
14.30D		16.30		
15.30		17.20		
16.30		18.10		

Partidas do TICEN				
2ª a 6ª	Sábados	Domingos e Feriados		
06.45	17.30	06.40	18.10	07.40
07.15	18.00R	07.10	19.30	09.30
08.10	18.30D	07.45	21.40	11.30
09.10	19.00R	08.55		13.30
10.10	19.45D	09.30		15.30
11.10D	20.40D	10.20		17.30
12.00	21.40	11.00		19.30
12.40D	22.40R	12.30		
13.40D		13.30		
14.40		14.30		
15.40		15.30		
16.25		16.30		
16.40D		17.20		

R -> Recolhe / br - via BR 101 / D -> Adaptado para deficiente

Transporte Coletivo Estrela 0763 - Los Angeles				
Partidas de Los Angeles				
2ª a 6ª	Sábados	Domingos e Feriados		
05.20 ZR	10.00 ZR	06.00 ZR	21.00ZRD	06.00 ZLR
06.00 ED	11.00 ZR	06.30 ZD		08.00 ZLR
06.00 ZR	12.00	08.10 ZR		10.30 ZR
06.25 RD	13.00 EZR	10.10 ZR		12.30 ZR
06.50 Z	15.20 EZR	11.50 ZR		14.30 ZR
07.00 ER	17.15 EZR	13.20 ZR		16.30 ZR
07.05 BR	18.10 EZR	14.00 ZR		18.30 ZR
07.10 ZD	19.30 EZ	16.00 ZR		20.30 ZR
08.00 ZR	20.10 ZR	18.00 ZR		
09.00 ZR	21.00 EZR	20.00 ZR		

Partidas do TICEN				
2ª a 6ª	Sábados	Domingos e Feriados		
06.10 Z	18.20 ZE	07.10 RZ		07.20 RZ
08.10 RZ	19.15 RZ	09.10 RZ		09.30 RZ
09.10 RZ	20.10 RZE	10.50 RZ		11.30 RZ
10.10 RZ	22.30 RZ	12.20 RZ		13.30 RZ
11.10		13.10 RZ		15.30 RZ
12.10 RZE		15.00 RZ		17.30 RZ
14.10 RZE		17.00 RZ		19.30 RZ
16.10 RZE		19.00 RZ		22.00 RZ
17.00 RZE		22.00 RZ		

D -> Adaptado para deficientes / E -> Extensão
L -> Via Lisboa / R -> Via Rodéio / Z -> Via Zenaide
XX,XX partem do ponto final Zenaide

Atendimento Fraternal

No dia-a-dia, enfrentamos diversos problemas desencadeados por pressões sociais, culturais, econômicas e financeiras, tanto na rua, no emprego, como na família. Estamos sempre "correndo atrás da máquina" e com medo de ficarmos para trás, pois o mundo competitivo nos obriga a sermos o melhor funcionário, o melhor cônjuge, os melhores pais, os melhores filhos etc. Nossa busca se generaliza para diversas áreas e acabamos nos esquecendo de coisas simples, como tempo para nós mesmos.

Essas pressões acabam produzindo conflitos pessoais, emocionais e espirituais que se exteriorizam como dificuldades em mantermos saúde plena, física e mental. Então, percebemos a necessidade do retorno ao equilíbrio pessoal, da paz e da saúde, para a nossa vida e para a vida daqueles com quem convivemos. Entretanto, também percebemos que as pessoas que conosco vivem e em quem buscamos apoio se encontram com problemas semelhantes aos nossos, necessitando também de auxílio. Nestes momentos de dificuldades, podemos melhorar nosso entendimento, clareando nossos pensamentos e aliviando nossos sentimentos através de uma conversa amiga. O NENL possui um ambiente acolhedor e privado para escutar o irmão. Se desejar um Atendimento Fraternal, basta procurar a Secretaria do Núcleo Espírita Nosso Lar em São José, ou através do telefone (48)33570045, sempre em horário comercial e solicitar o atendimento.

Dê essa oportunidade a você!

MACHADOS OCULTOS

Daniela Maria Ioppi

O velho Samuel tinha muito orgulho da frondosa nogueira plantada por seu pai quando ele ainda era criança. Qual não foi sua tristeza naquela manhã, após uma tempestade de neve, ao encontrá-la tombada no chão. Não entendia como isso poderia ter acontecido, afinal, a nevasca não tinha sido assim tão forte. Samuel aproximou-se para examinar um dos galhos partidos e foi atraído por um brilho metálico junto ao mesmo. O reconhecimento do objeto o fez voltar no tempo, no mesmo instante.

Há muitas décadas, o menino Samuel costumava ajudar seu pai na lida da fazenda e percorria um longo caminho pelo campo que, algum tempo antes, havia sido propriedade de uma velha madeireira. No percurso, ele sempre encontrava alguma ferramenta do antigo proprietário, como foi o caso daquela cunha - uma espécie de cabeça de machado - que ele resolveu carregar para casa. Entretanto, ao invés de levar a cunha para o depósito onde eram guardadas outras ferramentas, o menino resolveu deixar o objeto entre os galhos de uma jovem nogueira, que seu pai havia plantado perto da casa. Ele estava atrasado para o jantar e poderia resolver isso depois.

Naquela noite, quando Samuel preparava-se para dormir, lembrou-se da tarefa que havia deixado para trás, mas como estava tarde, decidiu que a faria no dia seguinte. Quando, anos depois, seu pai reuniu seus empregados perto da nogueira, agora mais crescida, podia-se ver parte da lâmina que Samuel deixara na árvore, penetrando um sulco formado entre dois galhos principais. A cunha ainda estava ali quando Samuel se casou, e se tornou quase imperceptível quando seus filhos estavam entrando na adolescência.

Já avô, Samuel nunca mais tinha percebido nenhum vestígio da cunha, até aquele dia em que a árvore finalmente caiu: a lâmina acabara por separar as fibras que se teceriam entre os galhos, impedindo que a árvore se tornasse um todo firme e sólido. Desse modo, quando a neve se acumulou sobre o galho separado pela lâmina, ele se partiu, deixando a árvore totalmente desequilibrada do outro lado, o que fez com que ela também caísse. Sem querer, Samuel havia sido o responsável pela perda da árvore que seu pai plantara, por simplesmente ter esquecido ali um "machado" anos antes.

Tal como nogueiras, também nós fomos plantados aqui nesta esfera, mas diferente das árvores, temos total autonomia sobre nosso próprio crescimento. Ocorre, porém, que nós mesmos deixamos "machados ocultos" destruindo nossas fibras: às vezes pode ser a mágoa que nutrimos por alguém e que acaba por atingir nossa imunidade e saúde emocional ou espiritual, transformando-se em doença física, como um câncer, por exemplo. Em outras ocasiões, é um vício ou um mau hábito que vamos deixando para superar depois, quando estivermos mais dispostos

ou espiritualizados, quando não tivermos que lidar com essa ou aquela dificuldade, quando estivermos mais maduros... Há machados ocultos na alma que chegam a ultrapassar encarnações. O resultado é o mesmo da história: um dia, sem perceber, ficamos "partidos ao meio" e qualquer "tempestade" nos derruba.

Melhor seria não deixar que nada prejudicial, tanto no plano físico quanto no espiritual, pudesse enfraquecer nossas "fibras" (nosso intelecto, nosso coração, nossa percepção de certo e errado, ainda que esse conceito seja discutível), mas quando não conseguimos evitar, o jeito é tentar remover a "lamina" o quanto antes. Às vezes, esse processo é lento, depende de uma série de outros fatores que dizem respeito ao entendimento e à disposição de cada um, mediante as experiências positivas e negativas, pelas quais já passou nessa e em outras vidas. Em alguns momentos, vamos precisar da ajuda de um irmão mais forte que nós e não há nenhuma vergonha em reconhecer isso. De qualquer forma, a remoção de um machado oculto requer muita coragem, empenho e determinação. Infelizmente, muitos só conseguem reconhecer que precisam lutar quando a árvore já está no chão. Porém, a Vida, na sua infinita bondade sempre nos dá uma segunda chance, através de um novo plantio.

Nosso obstáculo maior, entretanto, geralmente é o orgulho: ele impede que reconheçamos nossas falhas e limitações, que reconheçamos o valor e as dificuldades do outro. Para remover a mágoa, um machado enterrado muito fundo - até mesmo em nosso inconsciente - não há bálsamo maior que o perdão sincero, "a reconciliação com o nosso irmão, enquanto estamos com ele no caminho", como dizem as escrituras (MATEUS, 5:25). Para isso, é preciso enfrentar o Ego e reconhecer que também nós precisamos pedir perdão, e que, ao imputarmos a culpa ao próximo estamos, talvez, tentando esconder a nossa. Quando libertamos alguém, nós é que nos sentimos libertados.

Nesse sentido, muitas vezes é a nós mesmos que precisamos perdoar, mas isso também requer coragem e um olhar honesto para dentro de si. A remoção desse "machado oculto", que impede que crescamos frondosos, dando frutos doces e sombra aos que em nós buscam descanso, talvez seja um dos processos mais dolorosos. Mas sem dúvida vale à pena, e está ao alcance de cada um que queira atingir a plenitude de sua Natureza Divina, humildemente pedindo ajuda ao nosso Jardineiro maior.

REFERÊNCIAS

Adaptação de "The Hidden Wedges", de Samuel T. Whitman, em: <https://www.lds.org/ensign/2007/07/the-peril-of-hidden-wedges?lang=eng>. Acessado em 06 dez. 2014

SINTO-ME ÚTIL, PRIVILEGIADO E AGRADECIDO POR ESTAR NESTA CASA

Marcelo Maya Sarmento Só

A fé move montanhas, nos enche de esperanças, resignação e nos leva a praticar caridade, é exatamente isso que vejo e sinto no comportamento e atitudes de nossos irmãos voluntários e irmãos pacientes todas as Quartas-feiras, quando entro para trabalhar no CAPC. Somente ela para nos tirar da nossa zona de conforto, nos mobilizar, nos envolver, é tão maravilhoso e gratificante poder servir, nos dedicarmos ao processo/sistema de levarmos a todos os irmãos pacientes que procuram o NENL/CAPC um lenitivo para suas patologias. E todo esse processo passa pelos conhecimentos adquiridos na Escola de Médiuns.

Meu ingresso como voluntário foi por amor e agradecimento, em minhas orações sempre pedia à espiritualidade e ao meu anjo guardião que me dessem a oportunidade de dar a quem quer que fosse e de onde quer que viesse, uma fatia considerável de todo amor e dedicação que recebi no seio familiar.

Assim, quando viemos nos tratar no NENL/CAPC, e fui atendido, as portas se abriram e tenho agora essa missão. Desde a primeira aula com o irmão Jaime Regis, passando pelo Retiro em outubro de 2013, posso afirmar que a cada dia que trabalho mais me vinculo a estas casas de amor, caridade, pesquisas, estudos e terapias. Trabalho que, quando percebemos, se tornou imprescindível em nossas vidas.

Todos os dias da semana são muito importantes, é uma graça, uma bênção podermos acordar e termos a dádiva da visão, enxergarmos as belezas que a natureza nos oferece de forma graciosa e gratuita, mas, para mim, o dia especial é a Quarta-feira.

No dia que vou para o CAPC, tudo é diferente, o acordar dá início a uma preparação espiritual e emocional visando não deixar que nada me atrapalhe ou interfira no meu estado de espírito. Quando começo a colocar a roupa branca, repenso tudo o que aprendi, na maneira correta de aplicar a terapia, na mentalização para a doação de energia aos irmãos pacientes; relembro sempre a aula dada pelos irmãos Dr. Newton e Dra. Cláudia na matéria 'Medicina Complementar' sobre nossa conduta ao nos aproximarmos do paciente, no início das terapias, no momento da conexão, durante a aplicação e no momento da desconexão, assunto que consta na contracapa do informativo de Fevereiro de 2014, são conselhos extraídos do livro Um Guia Prático de Medicina Vibracional, do Dr. Richard Gerber.

Eu e minha esposa esperamos o carro do Núcleo na Beira-Mar de São José, olhar o relógio começa a ser um ato mais frequente, ao avistarmos o veículo, entrarmos e cumprimentarmos nossos irmãos. Inicia-se aí um processo que só termina com o início da canção em louvor a Nossa Senhora. É muito gostoso esse reencontro, parecemos crianças a caminho de uma atividade lúdica, pois a satisfação é notória em todos os rostos, cada parada para pegarmos os demais voluntários(as), todos demonstram a forma como o grupo é unido e o querer bem é claro nos sorrisos e brincadeiras.

A chegada ao CAPC é um momento muito particular para cada um do grupo, cada qual reage de uma forma, meu sentimento é de muita alegria e emoção, colocar o jaleco me transmite imedia-

tamente a sensação de grande reponsabilidade que assumo perante a espiritualidade, perante os irmãos voluntários e irmãos pacientes. Sinto que, de alguma forma, confiam em mim, no que posso extrair de melhor no sentido de me doar, pois durante a aplicação da terapia sou condutor da energia que vem do espaço, da espiritualidade e meus pensamentos devem estar profundamente conectados ao que estou fazendo, deixando de lado tudo que possa interferir nesse processo de transferência energética para benefício do irmão paciente.

Sinto-me útil, privilegiado e agradecido por estar ali, totalmente envolvido e pensando nas etapas da terapia que estamos aplicando, atualmente, estou na Cromoterapia/Crioterapia, me identifiquei desde o contato inicial com essa prática, e vejo de fundamental importância saber como funciona todo processo e a sua finalidade, com intuito de extrair ao máximo os benefícios que podem traduzir em estabilização ou, até mesmo, na cura das patologias.

Antes de iniciarmos os trabalhos, há toda uma preparação, recebemos o passe na Sala da Dualidade que é sinônimo de energia pulsante e estabilizadora. Os adereços indígenas, os quadros com motivos que nos transportam à Machu Picchu, as pedras que em contato manual sinto meu corpo ser tomado por uma forte corrente energética, som ambiente de acordo com o momento, ajudando nosso relaxamento, tudo isso criando uma áurea propícia aos trabalhos, o rosto da índia Caramã me impressiona e com seu olhar penetrante, conota a seriedade que é notória e característica dos povos indígenas.

Ao toque do sino, na oração e leitura do Evangelho, na divisão das equipes é chegada a hora, iniciam-se os passes de câmara, o iodo podal, as massagens com óleo, tudo no mais absoluto silêncio e concentração.

Às 15 horas, é chegada a hora do lanche, cada um contribuindo, temos uma grande fartura, a conversa flui baixinha, no salão ao lado, nossos irmãos pacientes fazem seu lanche. Ao retornarem aos seus leitos, iniciam-se as terapias, os irmãos pacientes com seus olhos vendados se interiorizando, o CD "Eu te Compreendo" inicia a sonorização e nós, voluntários, os trabalhos.

A sensibilidade e a reciprocidade dos irmãos pacientes são sentidas em cada terapia concluída. Na oração ao nosso Pai, somos acompanhados, momento em que demonstram toda fé e crença de que sairão do CAPC melhores. É exatamente esse o objetivo, que possam estar totalmente receptivos, confiantes e com muita fé no retorno aos seus lares, após as cirurgias. Alguns nos agradecem quando encerramos a terapia, mas penso que nós é que devemos ser gratos, pois eles oportunizam nosso desenvolvimento e depuração de nossas vicissitudes.

Mas, para que tudo isso aconteça, temos que salientar todo sistema administrativo, a dedicação dos nossos irmãos enfermeiros(as) e irmãs funcionárias sempre simpáticos(as) e atenciosas(os) no atendimento aos voluntários e pacientes.

E, ao finalizarmos com a oração ao nosso Pai, já começo a pensar na semana seguinte, em mais um dia de trabalho no CAPC.



ESTAMOS EM DÍVIDA COM O AMOR

Homero Franco
<http://maioridadespiritual.blogspot.com/>

Nosso Brasil e especialmente a Região Sul e mais especificamente o Estado de Santa Catarina, somos um povo europeu com contribuições advindas dos africanos e dos nativos, mas em tudo, com jeito, costumes, língua, tradições, religiões enraizadas na velha Europa. Europa, por sua vez, uma civilização superior quanto à autonomia e maioria nos planos político e cultural, inclusive no plano privado, mas convenhamos, muito tradicionalista.

Se não, vejamos: para quebrar em parte o tradicionalismo herdado dos romanos, o primeiro movimento autônomo europeu foi-nos dado pela reforma religiosa (século XVI) iniciada pelo francês João Calvino e concluída pelo alemão Martin Luther, cuja importância viria se tornar emblemática na Europa Iluminista em seus passos posteriores ao fim da Idade Média, Renascimento e Iluminismo, seguindo-se a revolução realizada pela pintura holandesa (século XVII) que, pela primeira vez na história das artes plásticas, representou a vida cotidiana sem as influências religiosas. Atrás disso, veio a república, a democracia, os direitos humanos, o fim da escravidão, das colônias e a (quase) extirpação dos regimes fascista, marxista e nazista, também nascidos ali como frutos dos embates entre tradição e autonomia.

A Europa nos deu a indústria, o capitalismo, o liberalismo, o socia-

lismo, o marxismo, o positivismo, o cooperativismo, a gráfica, o locomóvel, o telefone, o rádio e muitíssimo mais.

Poucos falam de mais uma emancipação nascida na Europa: a do casamento por amor, decretando o fim das uniões por interesses alheios ao fim conjugal. Há uma outra emancipação nascida ali, que foi a da previdência social que, inclusive, nos tempos atuais, causa uma imensa crise ali, porque a conta está ficando impagável.

Mas esse não é o foco deste artigo nesta seção que trata de espiritualidade. Foi ali, também, que nasceu o espiritismo, na verdade, a codificação do conhecimento espiritual em evolução desde início das religiões.

E então, fica explícito o que a Europa está a dever para o mundo, mas vem demonstrando que também nos dará mais esta emancipação: a do amor de forma mais abrangente.

Quando o segundo Movimento Humanista nasceu dentro da demolição causada pelo que ficou conhecido como Desconstrução sinalizou para o que conhecemos, hoje, como Ecologia, estava plantada a semente do amor, amor amplo, como sentido de vida destinado a lutar pela salvação do meio ambiente e, dentro dele, a salvação da vida que há no planeta.

Hoje esta luta já não é mais só europeia, mas global. E isso é espiritualidade no mais alto sentido. Por outra, é amor no sentido amplo.



VIDA É MOVIMENTO

Adilson Maestri
Escola de Méduns
<http://adilsonmaestri.blogspot.com.br>

A terceira Lei Hermética diz: “Nada está parado, tudo se move, tudo vibra”.

No Universo, nada é estático tudo se move e todo movimento é vibratório. O todo se manifesta por esse princípio. Nada está em repouso. Das galáxias às partículas subatômicas, tudo é movimento.

Tudo o que conhecemos no mundo é feito de átomos e a enorme variedade de estruturas moleculares não é rígida ou imóvel, mas oscila de acordo com as condições de temperatura e pressão e também na consonância da harmonia com o entorno e com o todo.

A matéria não é passiva ou inerte, como nos pode parecer à primeira vista, mas cheia de movimento, ou seja, tudo é energia e está em constante movimento. Onde há vida, há movimento.

Todos nós ocupamos nosso corpo com atividades físicas que envolvem gestos e movimentos. Todos os médicos nos mandam fazer atividades físicas como estímulo a uma vida mais saudável.

Algumas pessoas, por estarem doentes, movem-se com menos frequência ou são incapazes de se moverem.

Por isso, quando adoecemos precisamos ‘re-pousar’, ou seja, precisamos cessar os movimentos para observar nossos caminhos, nossas atitudes e perceber a correção de rota necessária.

Com a morte, nosso movimento cessa. Mortos, somos inertes e gelados.

Na natureza, a água precisa correr livremente para manter-se pura, enquanto o ar tem de mover-se para tornar-se fresco. Do mesmo modo, como seres humanos, precisamos de atividade para permanecermos vivos.

Corpo e mente vibram: mãos, coração, emoção, audição, pulsação, alma, força, ação, motivação e sentimento.

Assim, o caminho mais fácil para a evolu-

ção é praticar o movimento harmônico, benéfico e eliminar o movimento desarmonioso que não só nos prejudica como também incomoda ou agride o nosso entorno.

Movimento expressa energia e vida. Se Maomé não vai à montanha, a montanha vai a Maomé - como diz o provérbio árabe - pois o encontro não pode ser olvidado, o movimento não pode estancar.

Entretanto, todas as ações podem ser consideradas movimento benéfico, pois de qualquer forma há de trazer uma reflexão positiva.

Pedro Álvares Cabral atravessou o Oceano Atlântico. Se essa viagem não tivesse acontecido, os portugueses não teriam invadido e colonizado o Brasil e esse país/continente seria muito diferente do que é hoje.

Aves migram de um continente para outro para realizarem e concluir seus processos vitais, seus ciclos reprodutivos.

O movimento é o significado e a energia da vida, assim, graças a ele, podemos progredir e ser ativos. Pelo movimento, aprendemos com os outros e nos integramos à sociedade, conseguindo o apoio necessário no que fazemos e apoiando quem necessita.

O movimento de alguém não deve ser julgado isoladamente - convém olhar também para a pessoa e para o evento, assim como para a ação e para a mente; o que a leva a agir assim? Não nos apressemos em julgar.

Se nossa fala não puder ser benéfica aos demais, calemos. Se nosso pensamento não favorecer ninguém, mudemos nosso pensar.

Assim, também, se nossos passos não trouxerem benefícios aos outros, não devemos continuar. Se as ações que praticamos com nossas mãos não forem positivas, aquietemos.

Desta maneira, precisamos estar sempre atentos às consequências dos nossos movimentos.

Eu tomo a minha vida em minhas mãos!

CURSO VIVENCIAL

com Peter e Tsuyuko

Tome a sua vida em suas mãos!
Rompa os seus velhos padrões e olhe para a frente, com responsabilidade!
Planeje sua vida!
Viver, você vive agora!

27 a 29 de março de 2015
Florianópolis - SC

Inscrições e Informações:

Lucimara Maia
e-mail: lucy04@terra.com.br
Tel.: (48) 9992-3487

Paulo Pimont
e-mail: contatoiperoxo@gmail.com
Tel.: (48) 8405-1590

 Instituto de Filosofia Prática
Escola de Ética e Planejamento de Vida
www.spelter.com.br

1º SIMPÓSIO DA ASSOCIAÇÃO MÉDICO-ESPÍRITA DE SC

Ciência, saúde e espiritualidade

8 e 9 de agosto de 2015

Centro Multiuso - São José - SC



www.ame-sc.org.br

www.nossolar.com.br

OS AVANÇOS DA MEDICINA REVOLUCIONARAM O TRATAMENTO DA LEUCEMIA



Dra. Eunice Quiumento Velloso
Ginecologista e Obstetra - CRM 3602
Associação Médico Espírita de Santa Catarina - AME/SC

A leucemia foi observada, pela primeira vez, pelo patologista Rudolf Virchow em 1845, notando um número anormalmente elevado de glóbulos brancos em uma amostra de sangue de um paciente.

O termo **leucemia** (do grego leukos, “branco”; aima, “sangue”) corresponde a um conjunto de neoplasias malignas (câncer) que atingem o sangue e possuem origem na medula óssea.

Assim como os glóbulos vermelhos (cuja função é transportar oxigênio para órgãos e tecidos) e as plaquetas (células responsáveis pela coagulação), os leucócitos são fabricados dentro da medula óssea, a partir de uma célula-tronco e são responsáveis por grande parte do nosso sistema imunológico.

Nas leucemias, além de perder a função de defesa do organismo, os glóbulos brancos doentes, produzidos descontroladamente, reduzem o espaço na medula óssea para a fabricação das outras células que compõem o sangue, e elas caem na corrente sanguínea antes de estarem preparadas para exercer suas funções.

Em 2012, no Brasil, o Instituto Nacional do Câncer (INCA) estima que houve cerca de 4.500 homens e 4.000 mulheres afetados. Em 2010, a leucemia causou cerca de 6.000 vítimas. Ainda segundo o INCA, em 2008, ocorreram no mundo cerca de 351 mil casos novos e 257 mil óbitos por leucemia. No Brasil, são estimados cinco novos casos a cada 100 mil homens e quatro a cada 100 mil mulheres por ano.

A sua causa (etiologia) precisa é desconhecida. Sabe-se que, a depender do subtipo, estão envolvidas alterações genéticas e cromossômicas específicas.

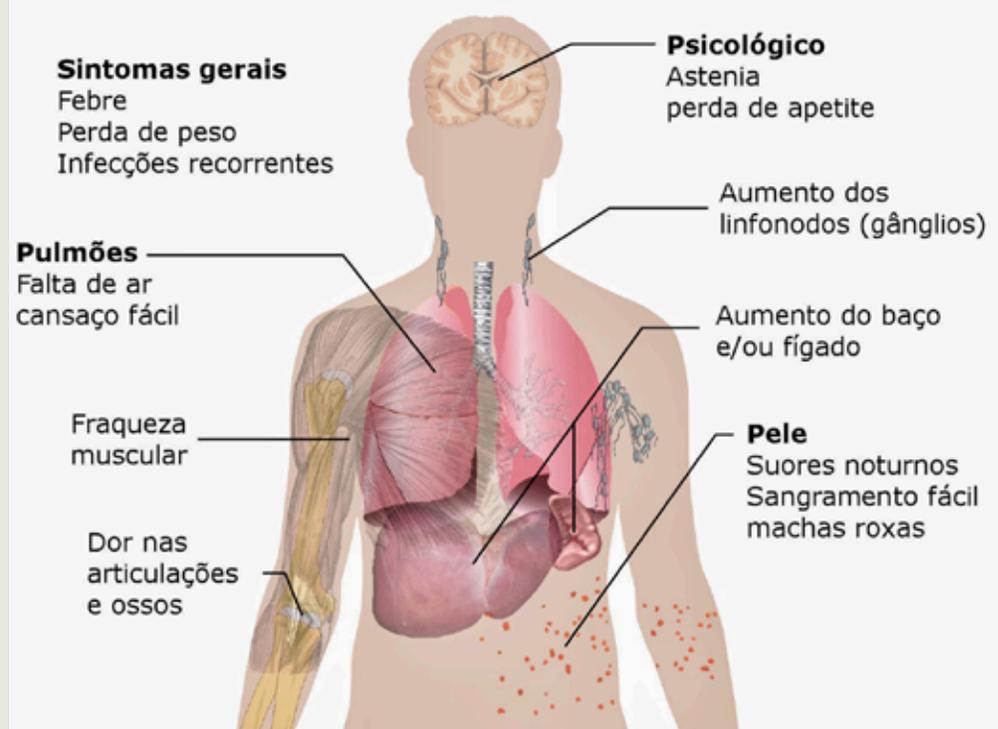
Classificação:

Quanto à evolução:

- Leucemia aguda – quando as células malignas se encontram numa fase muito imatura e se multiplicam



Sintomas comuns da leucemia



- rapidamente, causando uma enfermidade agressiva;
- Leucemia crônica – quando a transformação maligna ocorre em células-tronco mais maduras. Nesse caso, a doença costuma evoluir mais lentamente, com complicações que podem levar meses ou anos para ocorrer. Quanto aos glóbulos brancos afetados:
 - Leucemia linfóide, linfocítica ou linfoblástica – afeta as células linfóides; é mais frequente em crianças;
 - Leucemia mieloide ou mieloblástica – afeta as células mielóides; é mais comum em adultos.

SINTOMAS:

As leucemias crônicas de evolução lenta podem ser completamente assintomáticas.

DIAGNÓSTICO

- Hemograma:** presença de células imaturas ou proliferação excessiva de células aparentemente maduras. O hemograma não serve para classificar a leucemia, mas, geralmente, é o primeiro exame a ser notada alguma alteração.
- Mielograma:** É um exame de grande importância para o diagnóstico, através da análise da morfologia das células e com o uso de provas citoquímicas. O mielograma é usado também para a avaliação da resposta ao tratamento, indicando se, morfológicamente, essas células leucêmicas foram erradicadas da medula

óssea (remissão completa medular). Esse exame é feito sob anestesia local e consiste na aspiração de pequena parte da medula óssea seguida da confecção de esfregaços em lâminas de vidro, para exame ao microscópio. Os locais preferidos para a aspiração são a parte posterior do osso ilíaco (bacia) e o esterno (parte superior do peito). Durante o tratamento, são feitos vários mielogramas.

- Punção lombar:** A medula espinhal é forrada pelas meninges (três membranas). Entre as meninges, circula um líquido claro denominado líquido. A punção lombar consiste na aspiração do líquido para exame citológico e, também, para injeção de quimioterapia com a finalidade de impedir o aparecimento (profilaxia) de células leucêmicas no SNC ou para destruí-las quando existir doença (meningite leucêmica) nesse local. É feita, na maioria das vezes, com anestesia local e, poucas vezes, com anestesia geral (crianças, por exemplo).
- Citometria de fluxo:** Pesquisa alguns marcadores de superfície das células imaturas. No caso de uma leucemia linfóide aguda, é possível saber se a proliferação é de linfócito T ou B.

TRATAMENTO

O tratamento tem o objetivo de destruir as células leucêmicas, para que a medula óssea volte a produzir células normais. O grande progresso para obter cura total da leucemia foi conseguido com a associação de medicamentos (*poliqui-*



moterapia), controle das complicações infecciosas e hemorrágicas e prevenção ou combate da doença no sistema nervoso central (cérebro e medula espinhal). Para alguns casos, é indicado o transplante de medula óssea.

O tratamento é feito em várias fases.

- A primeira tem a finalidade de atingir a **remissão** completa, ou seja, um estado de aparente normalidade que se obtém após a *poliquimioterapia*. Esse resultado é conseguido entre um e dois meses após o início do tratamento (fase de indução de remissão), quando os exames não mais evidenciam células leucêmicas. Isso ocorre quando os exames de sangue e da medula óssea (remissão morfológica) e o exame físico (remissão clínica) não demonstram mais anormalidades.
- Entretanto, as pesquisas comprovam que ainda restam no organismo muitas células leucêmicas (doença residual), o que obriga a continuação do tratamento para não haver recaída da doença. Nas etapas seguintes, o tratamento varia de acordo com o tipo de leucemia (linfóide ou mieloide), podendo durar mais de dois anos nas linfóides e menos de um ano nas mielóides.

São três fases:

- **consolidação** (tratamento intensivo com substâncias não empregadas anteriormente);
- **reindução** (repetição dos medicamentos usados na fase de indução da remissão) e
- **manutenção** (o tratamento é mais brando e contínuo por vários meses).
- Por ser uma poliquimioterapia agressiva, pode ser necessária a internação do paciente nos casos de infecção decorrente da queda dos glóbulos brancos normais pelo próprio tratamento.

O QUE O FUTURO RESERVA

Os avanços da medicina revolucionaram o tratamento da leucemia, possibilitando uma vida normal e com qualidade para os pacientes, principais personagens de toda essa história. Seguir o tratamento conforme indicado pelo médico é fundamental para a conquista dos resultados positivos. Dividir com ele todas as informações que puder, também.



TRANSPLANTE DE CÉLULAS-TRONCO

A decisão da realização do transplante depende das características da leucemia, da idade do paciente e dos riscos e benefícios. A presença de fatores prognósticos desfavoráveis ou a recidiva da doença, geralmente leva a uma abordagem terapêutica mais agressiva, podendo ser a quimioterapia ou o transplante.

ALGUMAS PERGUNTAS PARA FAZER AO SEU MÉDICO:

1. O que mostram os exames de sangue e de medula?
2. Que tipo de tratamento será necessário?
3. Com que frequência e por quanto tempo eu necessitarei de tratamento e consultas?
4. Serei tratado usando um protocolo específico?
5. Que efeitos colaterais posso esperar ao longo do tratamento?
6. Precisaré mudar minha rotina diária ou evitar alguma atividade?

É interessante levar alguém da família ou um amigo à consulta médica. Ele ajudará na compreensão das respostas e estará dando apoio.

DOAÇÃO DE MEDULA ÓSSEA

Se você já é um doador, mantenha seus dados sempre atualizados. Quando o paciente encontra um doador compatível no banco, muitas vezes tem que enfrentar a barreira de não conseguir encontrá-lo.

PASSO A PASSO PARA SE TORNAR UM DOADOR:

- qualquer pessoa entre 18 e 55 anos com boa saúde poderá doar medula óssea. Uma vez cadastrado, o doador poderá ser chamado, se identificado como compatível com algum paciente, até os 60 anos de idade;
- será retirada de sua veia uma pequena quantidade de sangue (5 a 10 ml) e preenchida uma ficha com informações pessoais. Seu sangue será tipificado por exame de histocompatibilidade (HLA), que é um teste para identificar suas características genéticas que podem influenciar no transplante. Seu tipo de HLA será incluído no cadastro. Os resultados são confidenciais;
- seus dados serão cruzados com os dos pacientes que aguardam o transplante de medula óssea constantemente. Se você for compatível com algum paciente, outros exames de sangue serão necessários;
- se a compatibilidade for confirmada, você será consultado para confirmar que deseja realizar a doação;
- a doação é um procedimento que se faz sob anestesia e requer internação em torno de 24 horas. Normalmente, os doadores retornam às suas atividades habituais após uma



semana. Existe uma outra forma de obtenção de células-tronco da medula óssea, que utiliza uma máquina específica para separar do sangue periférico as células necessárias para o transplante. Neste caso, o doador tem que receber um medicamento antes da doação para estimular a medula óssea a liberar estas células para a corrente sanguínea.

O transplante de medula óssea é a única esperança de cura para muitos portadores de leucemias e outras doenças do sangue e do sistema imune. Para o doador, a doação será apenas um incômodo passageiro. Para o doente, será a diferença entre a vida e a morte. A doação de medula óssea é um gesto de solidariedade e de amor ao próximo.

REFERÊNCIAS

- WWW.wikipedia.org.br
- WWW.abrale.org.br
- WWW.inca.gov.br

TRATAMENTO ESPECIAL PARA VOLUNTÁRIOS DO NÚCLEO ESPÍRITA NOSSO LAR E CENTRO DE APOIO AO PACIENTE COM CÂNCER

Sandra Mara Farias

Coordenadora do Grupo Andino

Coordenadora dos Tratamentos para Voluntários

Conforme definição das Nações Unidas, “o voluntário é o jovem ou o adulto que, devido a seu interesse pessoal e ao seu espírito cívico, dedica parte do seu tempo, sem remuneração alguma, a diversas formas de atividades, organizadas ou não, de bem-estar social, ou outros campos [...]”.

Podemos, ainda, dizer que voluntário é todo aquele que presta serviços não remunerados em benefício de uma comunidade ou de uma entidade sem fins lucrativos, que doa seu tempo e conhecimentos, entendendo conhecimentos não só como técnico/profissional, mas como vivência, experiência. Assim sendo, todo ser humano pode colaborar e colocar seu conhecimento a serviço do outro. O voluntário realiza um trabalho gerado pela energia de seu impulso solidário, atendendo tanto às necessidades do próximo ou aos imperativos de uma causa, como às suas próprias motivações pessoais, sejam estas de caráter religioso, cultural, filosófico, político, emocional. (Definição segundo estudos da Fundação Abrinq pelos Direitos da Criança).

O Núcleo Espírita Nosso Lar (NENL) e o Centro de Apoio ao Paciente com Câncer (CAPC) contam com grande número de voluntário, sem os quais não conseguiriam acolher a todos os seres que buscam socorro para seus males e cumprir a sua Missão que é

dar acolhimento aos seres humanos que padecem de males físicos e/ou espirituais, não distinguindo cor, a raça e a religião, norteando-os, capacitando-os a reencontrar o equilíbrio perdido em face da doença, estimulando-os na busca do alívio da dor, assim como a obtenção da auto cura, tudo pautado no amor, na ordem, disciplina e presteza no servir, [...].

A grande maioria dos voluntários que hoje milita no NENL e no CAPC, em algum momento, foi paciente e, ao se sentir acolhido e aliviado em suas dores, resolveu, então, continuar seu processo de cura através da doação, investindo na máxima “curar-se pelo amor”.

A cura advinda do trabalho realizado em Nosso Lar e no CAPC, não é um processo meramente de fé, nem tampouco de merecimento.

Não podemos entender o trabalho voluntário como uma moeda de troca, ou seja, eu sou uma boa pessoa, dedico meu tempo, meus conhecimentos, minha experiência ao outro, por isso, sou merecedor de uma vida saudável, tranquila, sem problemas. Isso depende, basicamente, de como conduzimos nossa vida, do quanto buscamos e persistimos na nossa mudança interior, do autoconhecimento, do acolhimento de nossos defeitos e de nossas virtudes, do desapego, do autoperdão, enfim, é um trabalho individual, constante, perene.

Quando se fala em cura pelo trabalho, entenda-se: quando estamos em contato com o sofrimento alheio percebemos no outro

o nosso próprio sofrimento, e, com a experiência do outro, aprendemos a buscar novos rumos e caminhos para nossa vida, além de entendermos que o nosso sofrimento não é o maior do mundo; quando nos colocamos à disposição para aplicar em nossos pacientes as terapias que o NENL/CAPC oferece, necessariamente, somos imantados das energias utilizadas nessas aplicações e, também, nos beneficiamos das mesmas. Assim, podemos entender melhor como podemos nos curar, curando o outro.

No entanto, como já citamos anteriormente, o trabalho voluntário em Nosso Lar e CAPC, não nos livra totalmente de doenças, desequilíbrios, sofrimentos. Afinal, somos seres humanos em busca da evolução e, com frequência, nos perdemos nesse caminho.

Como todos os voluntários têm uma importância incalculável para o NENL/CAPC, e entendendo que também necessitam de assistência e socorro nos seus momentos de crise, de dor, foi criado um dia especialmente para tratamento dos voluntários da casa, para que não tenham que concorrer com o imenso número de pacientes externos, e também para que possam ser tratados com energias adequadas a quem está em atividade diária com a dor e sofrimento alheio.

Foi determinado pelos mentores da casa que esse dia especial, dedicado exclusivamente ao tratamento dos voluntários, fosse sexta-feira.

Desde janeiro de 2014, começamos a receber os voluntários, toda sexta-feira, para tratá-los conforme as suas necessidades.

Para se inscrever ao tratamento, o voluntário deve estar cadastrado no DVC e exercer alguma atividade em Nosso Lar ou no CAPC.

Podem procurar o tratamento por sua pró-

pria vontade ou por indicação de seu coordenador e/ou seu Dirigente.

As inscrições são feitas na secretaria do NENL, iniciando toda segunda-feira, a partir das 07h00min horas da manhã, permanecendo abertas enquanto houver vagas.

O número de vagas por semana depende das altas concedidas na sexta-feira anterior.

Ao procurar a secretaria, o voluntário deve portar o seu crachá e preencher uma Ficha de Encaminhamento com alguns dados que tem significância para seu tratamento. Na sexta-feira, deverá estar no Núcleo as 13h:30min, para dar início ao seu atendimento.

Permanecerá em atendimento durante toda a tarde, até por volta das 18:00h.

NO NENL/CAPC não são tratados doenças ou problemas espirituais ou emocionais e sim a pessoa em sofrimento.

Por isso, todos os voluntários recebem, em seu dia especial, terapias que tratam o seu ser espiritual, o seu emocional, e se já houver uma doença instalada, também o seu físico.

Para o tratamento físico, é obrigatória a comprovação do diagnóstico médico, através de exames com laudos ou de declaração do seu médico assistente.

Ao chegar ao Núcleo, se for seu primeiro dia de tratamento, o voluntário será recebido por alguns irmãos que farão com ele uma triagem, completando alguns dados na sua Ficha de Encaminhamento.

Nas semanas seguintes, deve dirigir-se imediatamente ao auditório.

A tarde inicia com a aplicação de hidroterapia. Continua com a abertura dos trabalhos e com algum tempo de terapia pela fala.

Findas essas etapas, todos serão recolhidos em macas e receberão, durante a tarde

toda, terapias específicas do Grupo de Segurança e do Grupo Andino, bem como todas as demais terapias oferecidas aos pacientes externos.

O diferencial neste dia específico para tratamento de voluntários é a energia utilizada nas aplicações, que é própria para quem está em atividade na casa.

Durante todo o período em que estiver se tratando, o voluntário estará sob constante observação da espiritualidade, com o intuito de avaliar se o mal que o acomete pode ter alguma ligação com as atividades que exerce no NENL ou no CAPC.

É com alegria que recebemos informações dos Mentores da nossa casa dando conta de que, durante todo esse tempo de observação, não foi detectado nenhum caso de problemas relacionados ao trabalho do voluntário.

Os tratamentos físicos podem levar a uma cirurgia espiritual, que acontece também nas sextas-feiras à tarde, e são realizadas pela equipe operacional do Irmão Savas.

Enquanto permanecer em tratamento, o voluntário deve se afastar de toda e qualquer atividade espiritual.

Finalmente, o NENL cumpre com uma antiga determinação da espiritualidade: cuidar de quem se dedica diariamente a manter os trabalhos da casa.

Somos imensamente gratos a você, voluntário, e nossa gratidão se traduz em ajudá-lo a curar-se, a ser feliz!

REFERÊNCIAS

www.viver.org.br

www.nenossolar.com.br



É ÉPOCA DE RENASCER, LER E VIAJAR PELO MUNDO DA IMAGINAÇÃO.

PANDION editora

Conheça as novidades:
facebook.com/editorapandion | editorapandion.blogspot.com | editorapandion@editorapandion.com.br | 48. 9982 5258



É PRECISO SABER VIVER

Titãs

Quem espera que a vida
Seja feita de ilusão
Pode até ficar maluco
Ou morrer na solidão
É preciso ter cuidado
Pra mais tarde não sofrer
É preciso saber viver
Toda pedra do caminho
Você pode retirar
Numa flor que tem espinhos
Você pode se arranhar
Se o bem e o mal existem
Você pode escolher
É preciso saber viver
É preciso saber viver
É preciso saber viver
É preciso saber viver
Saber viver, saber viver!



CONHECENDO AS PALAVRAS, AMPLIA-SE A RESPONSABILIDADE DAS ATITUDES

Valéria Melo Ribeiro
Economista - Corecon-SC 980

A importância de conhecermos as palavras ligadas à economia nos permite pensar mais sobre o que podemos fazer para termos mais tranquilidade ao lidarmos com o dinheiro que recebemos em troca do trabalho que já fizemos, ou do que nos propomos a fazer. Pensar sobre os conceitos de 'pouco', 'muito', 'bastante', 'ideal', 'justo' é fundamental para irmos adiante nessa leitura. Outras palavras precisam ser entendidas, como CUSTOS, PREÇO, VALOR, BENS, OPÇÃO e RESULTADO. Muitas vezes, ouvimos ou dissemos: 'tal objeto está muito caro, outro muito barato'. Essa informação está baseada na sua capacidade de pagar ou na ideia que você tem de quanto custou para se produzir aquele objeto/serviço? Vamos a alguns conceitos:

CUSTOS: É a soma total, em dinheiro, de tudo o que foi necessário usar, desde bens materiais e imateriais, como o trabalho e serviços consumidos pela empresa para fazer os produtos. Inclui, inclusive, tudo o que é gasto para manter as instalações físicas dessa mesma empresa.

PREÇO: É o que se cobra para trocar um bem por outro. É a expressão monetária do valor de um bem ou serviço. Os preços de mercado são definidos através do encontro entre a oferta dos bens e serviços e a procura pelos mesmos. Se muitas empresas oferecerem um mesmo produto, que aqui é chamado de 'oferta', e não houver muito interesse, por parte dos compradores, aqui chamados de 'procura' os preços tendem a cair. O inverso também acontece. Lembrem-se dos preços dos aluguéis de imóveis de praia, no verão estão bem altos, porque há muitos veranistas dispostos a pagar o aluguel. Terminado o verão, os preços caem, porque o número de imóveis permanece o mesmo, mas a procura cai muito, logo, os aluguéis terão os preços reduzidos e muitos proprietários encerram as ofertas de aluguéis. Os custos de produção, que foi descrito de maneira singela, acima, também determinam o preço. Se o preço de mercado não cobrir os custos de produção, os produtores deixarão de produzir esse bem, momentaneamente ou definitivamente. Essa atitude reduz a oferta desse produto no mercado provocando a elevação do preço. Os

preços subindo, estimula a volta da produção do mesmo, o que vai levar a uma redução dos preços. Dessa forma, o mercado vai equilibrando os preços. Há muitas outras ações, além da oferta e da procura, que precisam ser tomadas, nesse caso, pelo Governo, para manter o equilíbrio de forças entre quem produz e quem consome. Para isso servem as Leis.

VALOR: É o que dá aos bens materiais a característica de bens econômicos. É o quanto satisfaz as necessidades humanas e por quanto podem ser vendidos.

BEM: Objeto físico ou abstrato, que satisfaz uma necessidade humana ou resolve uma carência. Os bens econômicos são aqueles relativamente escassos ou que precisam do trabalho humano para existir na forma desejada, ou seja, vai ter um preço.

SERVIÇO: É um bem não material, é algo que não se pode ver nem provar ou sentir de nenhuma forma antes de se realizar a compra. É a ação humana sendo comprada/vendida. Também se define como um conjunto de atividades realizadas por uma empresa para atender a uma solicitação do cliente. Na produção de bens sempre tem um trabalho embutido que é a mão de obra. Há interessante discussão acerca das definições de serviço, inclusive trabalhos que afirmam "não se produz serviço, e sim se presta um serviço". (Dimária Silva e Meirelles). O serviço aparece na oferta de ações individuais e/ou coletivas; os serviços podem ser classificados, grosso modo, em intelectuais, técnicos ou braçais; este último se caracteriza muito mais pelo uso do corpo/mãos que do intelecto, se constituem de rotinas determinadas por outros profissionais.

OPÇÃO: Escolher entre comprar um objeto ou serviço ou não comprar, ou ainda comprar um objeto/serviço similar. Escolher entre comprar algo no dia de hoje ou poupar e comprar no futuro.

RESULTADO: É a consequência da ação tomada. O resultado de uma compra de um bem/serviço pode ser a satisfação de uma necessidade premente e imediata, e também tem como resultado a redução do montante de dinheiro recebido e/ou guardado por você. Faça sempre essa reflexão, para, então, exercer o direito de optar pela escolha que dará o melhor resultado para você.

Todas essas definições têm por objetivo ajudar a pensar sobre as expressões usadas 'muito caro', 'muito barato'... Afinal, o que você deseja comprar tem muito custo embutido? Ou é você que não dispõe de todo aquele montante? O produto desejado tem um serviço caro que você sabe fazer e não se importa em fazê-lo e, assim, pagar menos? Ou ainda, você analisou bem e se deu conta de que o preço pedido não compensa a satisfação que a aquisição daquele bem/serviço lhe dará? Por exemplo, lavar roupas e passá-las, ou você faz, ou paga alguém para fazer. Lanche na praia? Ou leva de casa ou compra na praia. Se a opção for levar de casa, lembre-se que ai você está prestando um serviço para você mesmo e para os demais que irão usufruir dos bens e serviços que você oferecerá. Considerem que você realizou o trabalho de ir ao mercado comprar os refrigerantes/cervejas, petiscos, frutas, picolé, gelo, a cesta para levar os objetos e levar o cooler para o gelo e as bebidas, e carrega-los até a praia. Aqui não há o certo ou o errado, o justo ou o injusto, há a informação de que você terá que prestar o serviço para você mesmo, sem remuneração financeira ou pagará pela prestação do mesmo. Quando se tem a informação, as escolhas ficam mais claras, os resultados serão os previsíveis, e o mais importante, você não estará se enganando. Quanto menos nos enganamos, mais tranquilos ficamos, criamos a possibilidade do planejamento.

Enfim, seja feliz com o dinheiro que você tem!



Rua Leoberto Leal, 467 | Barreiros, São José.

livro

POR QUE DEUS ESTÁ RINDO? O caminho da alegria e do otimismo espiritual

Autor : DEEPAK CHOPRA
Editora Rocco

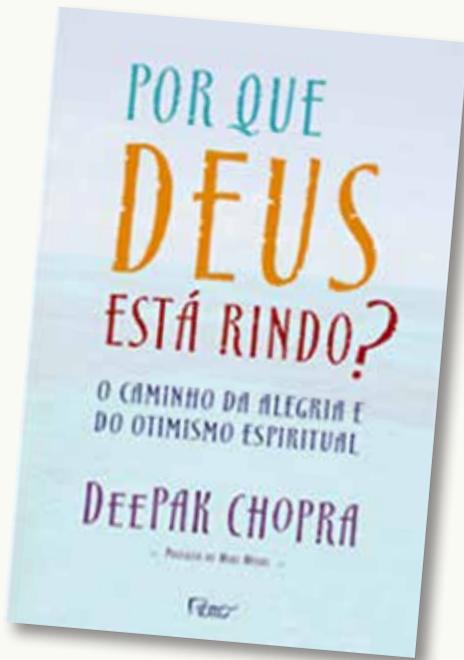
Édis Mafrá Lapolli
Terapia do livro

Este livro fala sobre o caminho da alegria e do otimismo espiritual. Por meio de uma fábula moderna, o autor narra a trajetória de um comediante que perde seu pai e, após estranhos acontecimentos, embarca numa aventura de iniciação espiritual guiada por um homem completamente desconhecido.

“Por que Deus está rindo?” é um modo criativo e inovador de trabalhar as questões relacionadas à espiritualidade sem entrar diretamente no campo da religião. Traz uma visão de que cada indivíduo em sua jornada espiritual trilha um caminho que pode ser cheio de alegria, êxtase e realização.

O livro foi dividido em duas partes, sendo que, na segunda, o autor trata e desenvolve dez preceitos do otimismo espiritual.

O primeiro preceito serve como antídoto ao medo e à tristeza, incentivando-o a viver com alegria.



O segundo é um antídoto para a atitude de vítima. Ele determina que há quem cuide de você.

O terceiro preceito é o antídoto contra a insegurança. Ele nos diz que o medo pode ser muito convincente, mas não há nenhuma verdade nele.

O quarto preceito serve como o antídoto para a sensação de que se é subestimado. Ele declara que seu valor é absoluto, e que tudo o que lhe acontece, de bom ou de ruim, é parte de um projeto divino que se desenrola no plano da alma.

O quinto preceito é o antídoto para a falta de sentido. Declara que sua vida tem um propósito.

O sexto é o antídoto contra a inércia. Ele diz que a energia infinita está à sua disposição.

O sétimo preceito é o antídoto contra o fracasso. Ele nos diz que todas as questões trazem em si sua resposta.

O oitavo preceito é o antídoto contra inflexibilidade. Ele nos mostra que os obstáculos são sinais que a consciência envia para mudarmos de direção e seguirmos um novo rumo.

O nono preceito serve como antídoto contra a hipocrisia. Encoraja-nos a agir segundo nossos desejos genuínos, pois são eles que nos mostram o caminho do verdadeiro crescimento.

O décimo preceito é um antídoto contra o apego. Ele nos lembra de que não podemos chegar a Deus através do esforço.

CD

MARIA BETHÂNIA - AMOR, FESTA E DEVOÇÃO

Paulo Roberto da Purificação
Grupo de Cantoterapia Sol Maior

“Amor, Festa e Devoção”, a turnê de Maria Bethânia que emocionou o Brasil e a Europa ao longo do último ano, ganha seu registro definitivo em um DVD e dois CDs. Além das canções de seus dois discos anteriores “Tua” e “Encanteria”, o repertório do show inclui grandes clássicos da carreira da intérprete, como “Explode coração” e “O que é, O que é” e sucessos de Caetano Veloso, como “Dama do cassino”, “Não identificado” e “Queixa”.

No ano em que completa 45 anos de carreira, Maria Bethânia dedica este trabalho à Dona Canô, sua mãe.

Como o título sugere, Amor, Festa e Devoção: “São palavras que me dão norte e que têm como subtexto a fé, a esperança e a caridade, características fortes em minha mãe”, explica Bethânia.

“Gosto de cantar o Brasil Caboclo como se fosse uma prece para que ele resistisse, apesar da mão do progresso vazio que insiste em dizimá-lo”. (M.Bethânia).



DISCO 1

1. Santa Bárbara
2. Rosa dos Ventos (vinheta)
3. Vida, Olho de Lince (texto)
4. Feita na Bahia
5. Coroa do Mar
6. Encanteria
7. Linha de Caboclo
8. É o Amor Outra Vez
9. Tua
10. Fonte
11. Explode Coração
12. Queixa
13. Você Perdeu
14. Dama do Casino
15. Até o Fim
16. Serenata do Adeus
17. Balada de Gisberta
18. Zanzibar - Instrumental
19. Seara - Instrumental
20. Lia de Itamaracá - Instrumental
21. Desenredo - Instrumental
22. Santo Antônio - Instrumental
23. Fica Mal com Deus - Instrumental

DISCO 2

- | | | |
|---------------------------|--------------------|-----------------------|
| 1. Não Identificado | 9. É Senhora | 17. Andorinha |
| 2. Curare | 10. Batatinha Roxa | 18. Bandeira Branca |
| 3. Estrela | 11. A Mão do Amor | 19. Domingo |
| 4. Serra da Boa Esperança | 12. Saudade | 20. Pronto Pra Atacar |
| 5. Doce Viola | 13. É o Amor | 21. O que É o que É |
| 6. Guriatã | 14. Vai Dar Namoro | 22. Encanteria |
| 7. Pescaria | 15. O Nunca Mais | 23. Reconvexo |
| 8. Saudade Dela | 16. Bom Dia | |

FILME

O JOGO DA IMITAÇÃO

Durante a Segunda Guerra Mundial, o governo britânico monta uma equipe que tem por objetivo quebrar o Enigma, o famoso código que os alemães usam para enviar mensagens aos submarinos. Um de seus integrantes é Alan Turing (Benedict Cumberbatch), um matemático de 27 anos extremamente lógico e focado no trabalho, que tem problemas de relacionamento com praticamente todos a sua volta. Não demora muito para que Turing, apesar de sua intransigência, lidere a equipe. Seu grande projeto é construir uma máquina que permita analisar todas as possibilidades de codificação do Enigma em apenas 18 horas, de forma que os ingleses conheçam as ordens enviadas antes que elas sejam executadas. Entretanto, para que o projeto dê certo, Turing terá que aprender a trabalhar em equipe e tem Joan Clarke (Keira Knightley) sua grande incentivadora.

Baseado em fatos reais, a biografia de Alan Turing acompanha sua ascensão no mundo da tecnologia, quando seus conhecimentos inestimáveis em matemática, lógica criaram o computador e contribuíram com as estratégias usadas na segunda guerra mundial, na derrota da Alemanha.



Mauricio Noivas
Decoracoes e Floricultura

Casamentos
15 Anos
Formaturas
Outros Eventos

(48) 9968.7808 / 9111-2684
3357.5031

Rua Arthur Mariano, 1309
Forquilha - São José - SC

OBEDIÊNCIA GERA FOCO?

Ângela Escudeiro

Escritora / Poetisa, Artista e Arte-Educadora
Fortaleza / Ceará.

Flagro-me constantemente refletindo sobre este assunto e vou tecendo a teia do processo que a obediência constrói.

Quando somos gestados, iniciamos a caminhada da obediência: obedecemos ao percurso da natureza divina. Passamos por todo um processo espiritual e nos formamos nas barrigas de nossas mães obedientemente, até sermos paridos. Obedecemos desde sempre!

Crescemos tentando descobrir uma forma de burlar as leis que nos impõem um comportamento: não mexa. Não quebre. Não se lambuze de chocolate. O sorvete somente depois do almoço. Os brinquedos que não podem ser espalhados pela casa. A hora de dormir não é a do sono e sim, a hora em que o relógio anuncia o comando das regras.

E, assim, vamos vivendo na teia daquilo que não aceitamos sofrendo as consequências dos nossos desacertos. Até tentamos obedecer aos mais sábios, mas o quanto nos custa isso?! Nos custa horas desperdiçadas na tentativa de fugir dessas regras, que, na verdade, nos impõe limites no viver. E reconhecemos amargamente que isto não é bom para nós.

O plano espiritual tem regras. O plano material tem regras. E o que esse conjunto de regras contribui na nossa vivência? Orienta-nos. Conduz-nos. Disciplina-nos. Auxilia-nos no processo de evolução espiritual e material. Essa formatação de processo: espírito x matéria é visivelmente relevante, pertinente em todas as esferas do viver.

Obedecer não significa submissão: significa tolerância. Aceitação. E facilitação na caminhada, embora seja mais difícil. Para alguns,

obedecer pode ser visto, também, como uma forma de não se comprometer ou de minimizar esforços. Conveniência, em alguns casos.

Quando apuramos os nossos sentidos e obedecemos aos avisos espirituais de luz, temos a chance de mudar o rumo das coisas. De recomeçarmos dentro de outra perspectiva: a transformação de dentro para fora acontece. E naturalmente, os comandos esclarecem o que nos parecia invisíveis ao nosso olhar. Ao nosso bom senso.

Esse processo que se configura dentro da gente confina-nos ao foco, no sentido positivo. E os objetivos que desejamos alcançar na vida necessitam disto. Focar-se em algo a realizar gera determinação. E a determinação, como continuidade do focar, leva-nos a vitória.

Não perder de foco o que se almeja na vida em relação a evolução, tanto no plano espiritual quanto no material é um exercício de paciência e há que se ter a humildade para disciplinar-se: sonhar, projetar e realizar sem queimar etapas. Sem inverter valores morais. Respeitando o ritmo da longa caminhada com menos ansiedade e expectativas. Com esperança, mesmo que o nosso objetivo esteja ao longe, onde a vista ainda não alcança e que, ao alcançá-lo, as coisas não corram do jeitinho que a gente sonhou. Deus cuidará para que o seu foco se transmute em luz esclarecedora. Em sabedoria.

Por mais que a vitória possa parecer uma derrota, será sempre uma vitória no que diz respeito ao aprendizado. O maior fruto na colheita do que foi plantado com obediência tolerante ao processo natural da vida. Da fé em si mesmo e em Deus.



ORGANIZAÇÕES INTENSIVAS EM CONHECIMENTO

Édis Mafra Lapolli
Terapia do Livro



As empresas inovadoras requerem, cada vez mais, que saibamos usar conhecimento, e saibamos transformar o conjunto dos conhecimentos existentes na cabeça das pessoas (capital humano) em capital estrutural, que é o conjunto dos conhecimentos existentes nas bases de conhecimento das empresas, como forma de sobreviver e de crescer nos mercados onde estão inseridas. Esta transformação faz com que as empresas tenham que desenvolver diferentes convergências de conhecimento e para que isso aconteça é necessário o estabelecimento de um processo sinérgico entre a organização e os colaboradores, objetivando estimular a execução de atividades e a realização de tarefas que façam uso intensivo do conhecimento. As organizações que conseguem alcançar esta sinergia são denominadas de organizações intensivas em conhecimento.

Sveiby (1999) afirma que estas organizações são estruturas onde a maioria dos colaboradores possui elevado grau de educação profissional. Assim, a produção consiste em soluções de problemas incomuns e complexos, por intermédio de um ou mais processos de informação, que se materializam por documentos técnicos redigidos e defendidos oralmente. O autor diz que, para estas organizações, os clientes são tratados individualmente.

Segundo Choo (2003), as organizações intensivas em conhecimento são aquelas que motivam o capital humano a interagir entre si, principalmente durante a realização das tarefas, de tal forma a possibilitar a aquisição, o uso e o compartilhamento dos conhecimentos. Esta interação é, principalmente, observada no ambiente interno das organizações, contudo, também pode ser percebida nas relações entre as empresas, em um ambiente externo às organizações. Salienta-se que as interações entre os colaboradores das empresas intensivas em conhecimento no ambiente interno estão sempre levando em primeira

mão a cultura vigente nessas empresas.

Tais organizações têm nas competências e nas interações sua principal

base para a sobrevivência e o crescimento empresarial. Araújo Júnior (2008) informa que as organizações intensivas em conhecimento fazem uso maciço das tecnologias da informação e da comunicação, relacionando-se naturalmente com o ambiente globalizado e internacionalizado.

Os valores destas organizações estão inteiramente ligados à experiência pessoal e social, à informação, e à geração e uso intensivo do conhecimento. Sendo que o alicerce destes valores está sobre o domínio tecnológico e sobre a propriedade intelectual, que são evidências irrefutáveis da existência da aprendizagem organizacional.

Neste contexto, pode-se inferir que as organizações intensivas em conhecimento são, essencialmente, facilitadoras dos processos de aprendizagem organizacional. Isto é promovido por grupos de iniciativas e modelos de gestão tais como: ambiente de trabalho propício; estímulo à formação de grupos multidisciplinares; motivação à boa documentação dos processos, projetos e procedimentos; e gestão baseada na autonomia dos trabalhadores do conhecimento.

Sobre a estrutura organizacional observa-se que esta tem poucos níveis e não define formalmente as atribuições de cada unidade organizacional. Já, quanto aos processos, verifica-se autonomia para a tomada de decisões, assim como elevado nível de comprometimento com os resultados, baseados nos relacionamentos interpessoais e na confiança deles decorrentes.

Assim, verificando-se os elementos que influenciam qualitativamente na caracterização de uma organização como intensiva em conhecimentos, pode-se inferir que as atividades e tarefas intensivas em conhecimento determinam, em maior ou menor grau, a aprendizagem organizacional que, por sua vez, induz a uma constante reorganização estrutural da organização para fazer frente as incertezas dos ambientes mercadológicos.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO JÚNIOR, J. M. A aprendizagem organizacional em organizações de comunicação intensivas em conhecimento: O caso da agência de Comunicação Engenho Novo. Bahia, 2008. 130f. Dissertação (Mestrado Profissional). Universidade Federal da Bahia. Escola de Administração. Salvador, 2008.



Espaço reservado
para você

DRA. EUNICE QUIUMENTO VELLOSO

- Quem é a Dra. Eunice Quiumento Velloso?

- Nasci num sábado de carnaval, em Pelotas, há 67 anos. Filha de italiano da família Chiomento que, ao registrar-se no Brasil, virou Quiumento e o Velloso é do meu ex-marido. A parteira disse para minha mãe que eu seria carnavalesca, pois chorava tanto e devia ser porque queria ir para a rua entrar na folia.

Com seis anos, fui para Porto Alegre e com 23 fui para Passo Fundo onde me formei na primeira turma de medicina da Universidade de Passo Fundo (UPF).

- E por que medicina?

- Porque eu sempre quis fazer medicina, desde criança. Minha família conta que eu tinha 4 anos e queria cortar o pescoço do meu irmão para ver o que tinha dentro. Já queria ter lições de anatomia. Não me lembro de nunca querer ter sido outra coisa na vida a não ser médica. Passei no segundo vestibular que fiz, porque minha formação de segundo grau foi de normalista.

- Você, médica, fez o curso Normal?

- Sim. Meu pai tinha medo de morrer e não deixar os filhos encaminhados na vida, então os filhos homens tinham que ser militares, como ele, e as mulheres professoras. Então eu fiz o Normal, onde obtive o certificado de professora primária. Na irreverência da juventude, dei o diploma para meu pai e disse: está aqui o que você queria, agora vou fazer o que eu quero e fui trabalhar num hospital, como secretária de um cirurgião plástico que logo me colocou para instrumentar. Trabalhei com ele dois anos, enquanto isso, eu fiz o curso preparatório para vestibular, porque no Normal, o currículo era direcionado para dar aula para criança e não tinha as disciplinas essenciais para o vestibular de medicina.

Passei no segundo vestibular. Toda feliz comuniquei à família e, ai, meu pai disse: "Não vai, filha minha só sai de casa casada", por que ele era militar, linha dura. Insisti muito e, então, ele me disse: "Queres ir? Tu vais, mas não te dou um tostão". Na época, foi difícil ouvir isso, mas com o tempo, entendi que não era maldade, mas tão somente o medo de ver a filha sair de casa sozinha. Medo do que o mundo pudesse fazer com sua indefesa filhinha. Mas eu disse: Não estou te pedindo nada! e fui para Passo Fundo. Aí tive que correr atrás de trabalho para me sustentar e pagar a faculdade que era particular. Então, comecei fazendo imposto de renda para os médicos de um hospital.

- Você era normalista, não contadora.

- Um médico me perguntou se eu sabia fazer imposto de renda. Eu nunca tinha visto um formulário de IR, mas disse sim. Nunca digo que não sei fazer as coisas, eu simplesmente aprendo e faço. Em pouco tempo, eu fazia IR para trinta médicos. Plantei alfafa, nos finais de semana, para o diretor da faculdade. Trabalhei no açougue do quartel do exército, onde estavam roubando carne. Eu chegava às cinco horas da manhã, para mapear a distribuição das carnes. As nobres, para os militares graduados e as de segunda, para os soldados. Fazia antes de ir para a aula, com isso, eu conseguia me sustentar e para pagar a faculdade que era muito cara. Trabalhei na faculdade, lavando a roupa da cirurgia experimental, aquela que os alunos fazem nos animais. Quando acabava a aula, os alunos iam para suas casas e eu ia lavar roupa e os instrumentos, para deixar tudo pronto para a próxima turma. Com isso, eu não precisava pagar as mensalidades, eu só pagava as matrículas e consegui terminar os seis anos do curso, quando ganhei diploma de "Honra ao Mérito". Fiz grandes amizades na escola e os meus colegas muito me ajudaram. Uma vez, trabalhei como auxiliar de enfermagem no hospital municipal. Antigamente, começava-se varrendo o chão e prestando atenção como as outras trabalhavam, como davam remédio, fazendo injeção e, depois, se era promovido para ocupar algum car-



go. Não havia cursos técnicos de enfermagem. A única pergunta que me fizeram quando fui pedir o emprego foi se eu sabia aplicar injeção. Nunca tinha feito, mas disse sim. Fui para casa comprei uma seringa e treinei numa laranja e comecei três dias depois. Trabalhava-se cinco noites seguidas e uma de folga. Então, meus colegas de faculdade me ajudavam fazendo alguns plantões para mim, para eu poder dormir alguns dias. E assim foi. Muito aprendizado, e foi onde eu aprendi a humildade, um exercício maravilhoso, aprendendo na "marra". Sempre gostei de trabalhar com gente mais necessitada. Sempre adorei trabalhar com SUS. Dizem que sou louca, mas o SUS, para mim, é uma maravilha.

- Você nunca quis montar um consultório e ficar rica?

- (risos) Olha o meu carro ali no estacionamento. Um Gol 1.0, 2007, todo batido. Eu tive um consultório. Mas sempre tive dificuldade de lidar com dinheiro. Eu decidi orientar minha secretária a cobrar a consulta na saída e não na entrada, como fazem os demais médicos. Mas era comum quando o paciente me perguntava quanto lhe devo e eu dizer: Não, não deve nada.

As pessoas me chamavam de burra, mas como eu ia cobrar? se o paciente, às vezes, chegava com um monte de dinheiro, mas tudo nota miúda, moedas, que talvez tenha juntado durante algum tempo ou pedido aos outros. Não tinha como. Então, decidi criar um dia para as consultas gratuitas e cobrar nos outros dias, mas muitos que podiam pagar, marcavam as consultas naquele dia. Desisti. Precisava de dinheiro, para sobreviver, como todo mundo.

Fechei o consultório e fui para o SUS. Perguntavam-me se eu não iria ganhar menos e eu dizia: Posso ficar mais pobre, mas, certamente, ficarei mais feliz.

E, então, comecei com alguns trabalhos voluntários. Comecei com o projeto "Boca da Noite" de uma ONG que trabalhava com as prostitutas.

- Onde, em Porto Alegre?

- Não. Aqui em Florianópolis, onde já estou há 34 anos. Casei em Porto Alegre e, depois de alguns anos e três filhos, viemos morar aqui e nunca mais quis sair. Amei morar aqui.

Comecei trabalhando no Hospital da Polícia Militar. Tive dificuldade para começar, porque o ambiente de trabalho para médicos, em Florianópolis, é muito fechado. Larguei meus filhos numa creche e fui para o centro da cidade atrás de emprego, encontrei um soldado da PM na rua e perguntei onde era o quartel e quem era o Comandante. Ele me disse e eu fui lá, e pedi audiência com o Comandante. Inventei uma estória, consegui pas-

sar pela assessoria e ele me recebeu. Continuei com a estória inventada de que meu parente que era Coronel em Porto Alegre o conhecia. Creio que ele mentiu também, ao dizer que conhecia meu parente. Sai dali empregada. Creio que os espíritos me ajudaram a inventar a estória e a conseguir o emprego. (risos)

Uma semana depois, estava trabalhando no Hospital da Polícia Militar e ali, conhecendo as colegas e fazendo amizade, comecei a trabalhar em outros lugares. Fiz concurso e fui para o Hospital Regional de São José, onde trabalhei 27 anos na obstetria.

- Você estava falando do voluntariado.

- Ah, sim. No projeto "Boca da Noite". Começávamos por volta das 18h, na Rua Conselheiro Mafra e, mais tarde, nos "infernhos", onde fazíamos consultas e exames preventivos de DST. Mas, o mais importante, foi ouvir as histórias de vida daquelas mulheres que são muito diferentes do que se possa imaginar ou julgar. Histórias de muito sofrimento.

Depois, uma amiga minha, que era contadora de estórias no Presídio Feminino. Falou-me que havia muitas mulheres grávidas numa situação de muita infelicidade e sem cuidados médicos. Montei lá, com doações, um consultório de ginecologia. A Diretora do presídio saía na escola de samba comigo (lembra que nasci num sábado de carnaval?) e ajudou a angariar todo o material necessário. Um laboratório entrou na corrente do bem e, então, conseguimos fazer um trabalho completo. Depois de três anos, fiquei com medo de continuar por conta de uma presidiária que trabalhava comigo e usava da minha boa fé para esconder, em meu armário, drogas que ela distribuía para as internas. Fiquei assustada e sai.

Nos últimos doze anos, antes de me aposentar, trabalhei dentro da minha área de ginecologia e obstetria, com paciente HIV. Estava cansada de fazer sempre a mesma coisa e, então, resolvi dar um novo rumo no meu trabalho e comecei a trabalhar com esse público, pois havia muito preconceito por parte dos médicos para atender essas pacientes, pois era início da epidemia.

- E onde você fez isso?

- No Regional, que depois fechou o ambulatório de ginecologia, mas eu continuei com o programa, e ao fim, tinha 700 pacientes em acompanhamento. Aposentei-me, então, e não consegui ninguém para ficar em meu lugar, chamavam-me de louca.

- E como veio parar no Centro de Apoio ao Paciente com Câncer?

- Estava para me aposentar, e pensei: Não vou parar, tenho que fazer alguma coisa e fui para a internet e digitei "voluntariado em Florianópolis". Entre tantos, vi o site do Núcleo. Vi o que precisava para ser voluntário e vim para cá, num sábado de calor infernal, ouvir o Ir Regis falando bem mansinho. Disse para mim mesma: É aqui que vou treinar a minha paciência.

Venho de família espírita, mas na juventude é comum deixarmos a religião de lado porque pensamos que não vamos morrer nunca. Tenho todos os livros do meu avô.

Fiz o Retiro, faço a Escola de Médiuns e prefeirei o CAPC para continuar fazendo medicina de uma forma diferente. Sempre gostei dessa forma de atender, de ouvir, passar a mão com suavidade, de beijar e abraçar. Acredito que muitas pacientes minhas iam ao meu consultório para isso, e algumas diziam: "Eu não tenho nada, só vim conversar". A criatura precisava de alguém que a ouvisse, assim como se faz aqui no NENL, com o Atendimento Fraternal.

No Regional, aprendi que o diagnóstico do HIV é igual ao de câncer. As pessoas pensam que vão morrer, se sentem sozinhas, as outras pessoas as olham com pena. O que elas precisam? Do incen-

tivo, de serem colocadas para cima. Acredito que sempre fui preparada para chegar aqui, no CAPC. Sinto que a vida sabe por quais caminhos nos leva, que nada é por acaso. E aí teve uma reunião dos médicos do CAPC em Águas Mornas, quando conheci a Associação dos Médicos Espíritas.

- Você é membro da AME/SC?

- Fui de curiosa, e passei a ser, a partir daquele encontro. E, depois, me elegeram presidente, o que achei muito interessante.

- E o que faz a AME?

- Divulga a doutrina espírita para a população em geral e dentro do âmbito da medicina. Toda última quinta-feira do mês, no Hospital Universitário, fazemos uma palestra aberta à população.

- Como é a frequência?

- A palestra acontece dentro de uma sala de aula, que, normalmente, fica completa.

- Quem participa?

- Poucos médicos, muitos estudantes universitários, psicólogos, e alunos da Escola de Médiuns do NENL.

- E o que mais faz a AME?

Vamos fazer, em breve, a "Segunda Semana da AME" que acontece aqui no NENL, quando fazemos palestras de terça a sábado, para o público do NENL. Agora, em março, vamos nos reunir para programar essa semana que acontecerá de 6 a 11 de abril.

Vamos realizar nos dias 8 e 9 de agosto o 1º Simpósio da AME/SC para o qual convidamos palestrantes conhecidos nacionalmente.

- Quantos associados tem a AME?

Temos 140 cadastrados, mas em torno de 40 pagantes. Os 30 médicos que trabalham no CAPC fazem parte da AME, embora nem todos sejam espíritas, pois para fazer parte de nossa associação basta que o médico entenda o paciente não como uma máquina que estragou uma peça, mas como um ser integral com corpo mente e espírito. Hoje já está comprovado cientificamente que se estivermos equilibrados em nossas mentes, teremos melhora no tratamento, na imunidade. Então, quem aceita isso, pode fazer parte da AME, mas a maioria vira espírita.

Lembro-me da primeira palestra do Ir Jaime Regis. Tinha umas cinquenta pessoas no auditório, e ele perguntou: "Quem aqui não é espírita"? Uns vinte levantaram a mão. Então, para os que levantaram a mão: "Quantos de vocês acreditam em reencarnação"? Todos levantaram a mão. "Quantos de vocês acreditam na possibilidade de nos comunicarmos com nossos entes queridos desencarnados"? Todos levantaram a mão. E ele disse: "Ótimo, então podemos começar, porque aqui só têm espíritas".

- Como a Eunice está se sentindo com esse trabalho realizado aqui?

- Feliz. Eu sempre me senti feliz, mas foi o lugar onde eu comecei a me conhecer melhor. É fácil ser feliz da boca para fora. Mas, de repente, comecei a entender as coisas que mascaramos. Esse autoconhecimento está sendo muito importante. Meu trabalho tem sido, para mim, muito significativo, muito proveitoso e é isso que procuro levar para os outros. Tudo que dizemos para os pacientes, também serve para nós.

- Deixe um recado para nossos leitores.

- Vou dizer aquilo que serviu para mim a vida inteira. O querer servir, a humildade e, principalmente, o amor que temos pelas pessoas, mesmo que não as conheçamos, isso é o que nos faz ser felizes. Não precisamos de aplausos e ninguém tem que me agradecer pelo que eu faço, mas sim, eu agradecer o que me é oportunizado, tanto dentro da AME quanto dentro do Núcleo e, principalmente, dentro do CAPC, em relação aos pacientes. O que eles nos ensinam é muito mais do que o que podemos dar a eles. Então, penso que nossa meta é doar, doar e doar.

A RETRIBUIÇÃO – COMPREENSÃO DO PRINCÍPIO Elementos Doutrinários

Jaime João Regis

Nas vendolas e bares do interior, lá pela década de 60 do século passado, era comum se ver em lugar de destaque, uma placa com os dizeres: “Que Deus te dê em dobro tudo aquilo que me desejares”. Não era apenas uma mensagem de retribuição, amistosa, com intenção positiva, benéfica. Era uma sentença ameaçadora, com base na velha lei do olho por olho, dente por dente e envolvendo Deus no processo, como juiz implacável, caso fosse desejado algum mal ao proprietário. Uma declaração de vingança, deixando ao encargo de Deus a execução, em contraposição ao que nos foi ensinado pelo seu Enviado na oração que nos deixou e que repetimos todos os dias: perdoai as nossas dívidas assim como nós perdoamos aos nossos devedores.

Deus se faz presente em todas as obras da natureza, da mais simples a mais complexa, da mais singela a mais grandiosa, todas, estampam as maravilhas da sua criação. E dentre essas maravilhas, vê-se o princípio da retribuição presente. Nas simbioses entre indivíduos nas espécies animais ou vegetais e mesmo de reinos diferentes, vê-se a retribuição como ocorrência perfeita na sustentação da vida: o pássaro paliteiro, que percorre a boca do jacaré retirando os resíduos retidos entre os dentes é um exemplo – o pássaro presta um serviço ao jacaré e este, em retribuição lhe facilita o acesso ao alimento e lhe poupa o maior bem, ou seja, a vida. A formação e existência dos líquens é outro exemplo de processo simbiótico fundamentado na retribuição. Ocorre entre uma alga e um fungo. A alga produz o alimento orgânico e a fotossíntese e o fungo garante a proteção e um ambiente adequado para o desenvolvimento da alga. O resultado não é benéfico apenas para os dois indivíduos envolvidos no processo, pois os líquens assim formados têm grande importância na fixação do nitrogênio no solo. São bioindicadores da qualidade ambiental e atraem outros organismos para o ambiente, favorecendo as sucessões ecológicas.

Na natureza, a retribuição está presente em muitos momentos, como obra de uma inteligência superior. A floresta oferece abrigo e alimento para milhares de seres de várias espécies e estes retribuem à sua provedora atuando na continuidade dela, levando as sementes dos frutos ingeridos ou transportando-os e enterrando-os em outros locais, onde germinarão. A flor, que oferece néctar e pólen à abelha, é retribuída com a polinização por esta promovida, que lhe garante a continuidade da espécie. O animal bem tratado e cuidado retribui com a sua produção, desempenho e companhia. O lavrador que cuida bem da terra, protegendo-a e lavrando-a com zelo e dedicação, tem dela a retribuição, na quantidade e qualidade produzidas.

A vida na terra é sustentada pelo mecanismo da retribuição entre os sistemas nela formados, que recebem e retribuem, sempre, algo uns para com os outros, gerando o suprimento para todas as demandas, num ciclo que se

completa sob a força do colaboracionismo.

O homem faz parte deste contexto de forma especial por poder pensar e decidir. Sua origem e desenvolvimento se deu em grupo. Seu progresso, suas conquistas, seus avanços em todas as ciências aconteceram por viver em coletividades. E viver em coletividades exige exercitar um permanente processo de troca. Um supre a necessidade do outro, e este retribui com algo que aquele não dispõe. As civilizações, na história da humanidade, desenvolveram-se com as trocas. Algo que uma comunidade dispunha era fornecido à outra em retribuição ao que havia recebido daquela. Quando a retribuição é justa, as relações se mantêm e se fortificam, porém, não havendo equilíbrio entre o fornecido e o recebido e alguém se julgar prejudicado e não atendido na compensação esperada, surgem os rompimentos, as inimizades, depois as hostilidades, que podem prosseguir até consequências mais graves, se não houver o bom senso para o entendimento e a restauração do que foi desajustado.

Nas relações entre indivíduos no seio dos grupos e entre grupos, desde os menores aos maiores, em todos os níveis e áreas de ação: família, vizinhança, grupos sociais, culturais, profissionais, esportivos, religiosos etc. deve imperar a prática da ajuda e cooperação. A retribuição a esses gestos com generosidade, sedimenta os bons sentimentos e conserva a atmosfera de empatia entre os seus integrantes.

A afirmação mais profunda da percepção da existência de um princípio natural, de uma força poderosíssima que comanda e impulsiona à sua própria consequência, tudo o que se produz no universo, está sintetizada na expressão de Francisco de Assis “É dando que se recebe”. Não é um convite à barganha, à troca de vantagens, como desvirtuadamente tem-se referido a essas palavras, mas a constatação, por uma consciência elevada, da experiência de sentir em si, a retribuição, o vibrar da luz divina, o êxtase que pode alcançar aquele que se entregou como instrumento quando disse: “onde houver trevas, que eu leve a luz” – levou a luz e foi retribuído com luminosidade!

O Pão Nosso, a oração universal, com a qual Jesus nos ensinou o caminho em direção à luz, é fundamentado no princípio da retribuição: “[...] perdoai as nossas dívidas, assim como nós perdoamos aos nossos devedores [...]” Assumimos o compromisso de dispensar os débitos dos outros para conosco como condição para fazermos jus a liquidação dos nossos próprios débitos. Porém, mesmo sem o cumprimento do estabelecido, no que pese a repetição diária do compromisso, sem que tenhamos feito o suficiente para pleitear a retribuição, aumentando a dívida e adiando o ressarcimento para mais adiante, Deus nos tem concedido suas dádivas. Embora estando no vermelho, nos mantém o crédito aberto. Ele é generoso de verdade. Qualquer outro já teria cancelado o nosso cartão!

OS OLHOS DO HOMEM BOM

Irmão Savas

(Mentor do Núcleo Espírita Nosso Lar)

Hoje venho te falar de olhos brilhantes e de olhos opacos, de olhos límpidos e de olhos travados, de olhos mansos e de olhos violentos, de olhos tristes e de olhos sorridentes... Enfim, venho falar de olhos que são o espelho da alma.

Ah! Como faz bem repousar os olhos num olhar sereno, doce e tranquilo e o quanto é penoso conviver com olhos duros, brutos e raivosos... O tempo passa, o corpo se curva, mas, o olhar continua áspero, azedo e arrogante.

Essas observações me levam a lembrar das palavras de Jesus que, com seu jeito humilde e despojado, não escreveu, mas, disse verdades que foram compiladas por seus discípulos e que continuam abrindo as portas do conhecimento e da verdade. Ele falou dos olhos bons e dos olhos maus. Da doçura no olhar e da raiva que no olhar existe.

Uma das verdades contidas no Evangelho de Jesus fala sobre os olhos, sobre a luminosidade e a escuridão interna. Isso está registrado em:

Os olhos são a lâmpada do corpo. Se os teus olhos forem bons, todo o teu corpo será luminoso; Se, porém, os teus olhos forem maus, todo o teu corpo estará em trevas (MATEUS, 6: 22).

As pessoas que vivem na escuridão interna não podem de uma hora para outra enxergar a luz, pois, a claridade precisa ser administrada com o conta-gotas da paciência, da cautela e da compaixão. Uma verdade dita abruptamente pode lesionar com gravidade uma alma que poderia ser resgatada através da delicadeza espiritual de quem ensina por amor.

Uma pessoa que se tem em alto conceito, que se acha cheio de razão e que é um idólatra do “ego” não consegue reconhecer seus defeitos, suas deficiências, todavia, aponta os defeitos e erros de outras pessoas com a maior facilidade. E sobre isso, Jesus falando outra vez sobre olhos ensinou:

Por que você olha o cisco no olho do teu irmão e não presta atenção à trave que está no seu próprio olho? Como podes dizer a teu irmão: Deixa-me tirar o cisco do teu olho, quando o tempo todo há uma viga no seu próprio olho? Hipócrita, tira primeiro a trave do teu olho e então verás claramente para tirar o cisco do olho do teu irmão (MATEUS, 7: 5).

Assim sendo, volto ao velho assunto, qual seja, “conhece a ti mesmo”... Quando passas a buscar o conhecimento de ti próprio e a te interessar pelo aprendizado do outro, deixas de querer fazê-lo bom e passas a lhe fazer o bem, abrindo o caminho para que ele também possa se conhecer internamente e assim fazer-se bom.

O maior ensinamento que podes transmitir ao teu semelhante é ser permanentemente bom. Tal atitude leva aquele que te observa a desejar também a ser bom, pois, isso trás felicidade e ele sente que tua felicidade é genuína.

Faça, portanto, que o brilho de teus olhos iluminados pela bondade desperte nos olhos sem lume, sem paz e sem ternura, o amor incondicional gerado nas esferas do Amor Maior.

Informativo Nosso Lar



Núcleo Espírita Nosso Lar
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer



www.nenossolar.com.br

AULA INAUGURAL DE 2015 DA ESCOLA DE MÉDIUNS

Às 20h do dia 10 de fevereiro de 2015, recomeçaram as aulas da Escola de Médiuns do Núcleo Espírita Nosso Lar que tem por objetivo promover a integração da Filosofia Espírita com diversas áreas técnico-científicas, principalmente das Ciências Humanas e Biológicas, caminhando para a formação de colaboradores capazes de pensar, planejar, assessorar e executar um trabalho competente e de conjunto, na ação intra e extra Núcleo.

Com o auditório lotado, Adilson Maestri, coordenador da Escola, falou sobre como vão se desenvolver os trabalhos desse ano, contou, também, que os alunos que já concluíram o curso, em sua grande maioria, desejam continuar frequentando as aulas e que, por isso, novas matérias estão sendo ofertadas.

O Irmão Álvaro falou sobre o Núcleo e da importância da Escola de Médiuns para a casa, pois é através dela que os colaboradores se tornam portadores de conhecimentos pautados nas suas múltiplas dimensões: social, espiritual e cultural, tendo em vista as situações históricas e atuais da realidade humana. Uma boa formação indispensável aos voluntários que atuam nas diferentes frentes de trabalho do Núcleo.

O evento foi abrilhantado pelo Grupo Cantoterapia Sol Maior que emocionou a todos com um show maravilhoso.



Uniformes NENL e CAPC é na:



★ ★
ANDRA
uniformes
O Uniforme de Floripa!

Centro
Fone 3224.9179

Sta MÔNICA
Fone 3028.3282

Visite nosso site e conheça todos os modelos →

www.andrauniformes.com.br