

# Informativo Nosso Lar



Núcleo Espírita Nosso Lar  
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer



www.nenossolar.com.br

MAIO 2016 - ANO 5 - Nº 45



## A PRISÃO DA ALMA

Afirma Ana Matos que lutamos tanto pela liberdade, queremos tanto ser livres e achamos que isso tudo está, exclusivamente, vinculado ao mundo externo, ou seja, a tudo o que está fora de nós. Doce e cômoda ilusão. Só nos sentiremos livres de fato quando conseguirmos entender, compreender e conhecer nosso "universo particular". **Página 4**

## Colunas

### • SOBRE A LEI

Adilson Maestri  
Página 7

### • A VELOZ IDADE

Homero Franco  
Página 7

### • QUAIS SÃO OS SEUS TALENTOS?

Valéria Melo Ribeiro  
Página 11

### • COMUNIDADES COLABORATIVAS transformação e desenvolvimento do ser humano

Édis Mafra Lapolli  
Página 13

### • COMPROMISSOS DO HOMEM: Elementos Doutrinários

Jaime João Regis  
Página 15

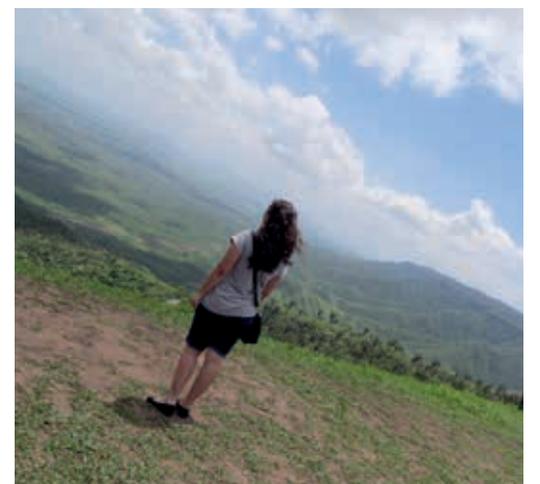
## O CÂNCER DE MAMA



É de extrema importância o cuidado com o estado emocional do paciente. Na Medicina Complementar, os terapeutas tratam o paciente com todo carinho, explicando quais as causas das nossas doenças, indicando os caminhos que ele pode seguir para ter uma melhor qualidade de vida. **Páginas 8 e 9**

## O CAMINHO DA ILUMINAÇÃO

Segundo o Irmão Savas, Mentor Espiritual do Núcleo, quando percebemos que em nosso dia fomos cruéis, invejosos, raivosos ou egoístas, esse ato de percepção é um aspecto da iluminação. Quando passamos a contrariar tais sentimentos negativos ou atitudes e passamos a expressar o amor e a apreciar nosso novo modo de ser, então, em verdade, estamos tendo a experiência da iluminação porque aprendemos uma lição em relação a nós mesmos. Compreendemos um aspecto negativo de nós mesmos e o transformamos em luz, em verdade e em amor. É neste ponto de transformação que estamos experimentando a iluminação. **Página 15**



O câncer é uma doença que afeta diferentes aspectos do ser humano e, por isso, seu enfrentamento engloba diversas formas de tratamento.

Não precisamos esperar o mês de outubro para abordar esse tema que é cada vez mais presente em nosso meio familiar. Quanto maior for nossa compreensão do que a doença significa para nosso processo vital, mais possibilidades teremos de crescer como seres humanos em busca da iluminação como aborda nosso Mentor, na página 15.

Existem os tratamentos para o câncer que são considerados essenciais para tentar eliminar as células doentes e bloquear suas reproduções. Entre eles temos a quimioterapia, radioterapia e cirurgia.

São procedimentos que têm como grande finalidade interromper a progressão da doença e, portanto, cuidam da integridade física do paciente.

O diagnóstico do câncer, porém, não afeta apenas o físico de uma pessoa, mas também causa impactos sobre os aspectos emocional e espiritual. As emoções de um paciente com câncer tendem a ser muito fortes e sentimentos como medo, desespero ou insegurança são tão comuns.

É preciso cuidar também da integridade emocional e, para isso, existem os tratamentos que integram a “Medicina Complementar” que ajudam o paciente a enfrentar os desgastes emocionais gerados pelo diagnóstico da doença e pelos tratamentos como a quimioterapia ou radioterapia, como nos esclarece o Dr. José Bel.

O Centro de Apoio ao Paciente com Câncer (CAPC) é um centro de excelência de medicina complementar no tratamento de doenças degenerativas. Nele, realizamos um trabalho que ajuda o paciente a entrar em contato consigo e com suas questões mais íntimas, o que pode ajudá-lo a achar respostas para seus medos e dúvidas, além de diversas abordagens energéticas que fortalecem o paciente em seus níveis emocional, mental e espiritual.

Na página 3, a Dra. Eunice Quiumento Velloso nos fala sobre O lugar da fé no tratamento do paciente com câncer e na página central, estamos abordando o tema do Câncer de Mama: o que é, como se diagnostica e como se trata. Trazemos também o depoimento de uma paciente que passou pela doença e pelo tratamento em nossa Casa e que nos trás suas impressões e compartilha conosco sua experiência mais profunda nessa existência.

Boa leitura!



## SABER VIVER

Cora Coralina

Não sei se a vida é curta ou longa para nós, mas sei que nada do que vivemos tem sentido, se não tocarmos o coração das pessoas.  
Muitas vezes basta ser:  
colo que acolhe,  
braço que envolve,  
palavra que conforta,  
silêncio que respeita,  
alegria que contagia,  
lágrima que corre,  
olhar que acaricia,

desejo que sacia,  
amor que promove.  
E isso não é coisa de outro mundo,  
é o que dá sentido à vida.  
É o que faz com que ela não seja nem curta,  
nem longa demais,  
mas que seja intensa,  
verdadeira,  
pura enquanto durar.  
Feliz aquele que transfere o que sabe e aprende o que ensina.

## expediente

**Direção Geral**  
José Alvaro Farias

**Editor**  
José Álvaro Farias

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

**Diretora Comercial**  
Valéria Melo Ribeiro

**Editoração**  
Fernandes Editora  
juceiadzfernandes@gmail.com

**Tiragem:** 5.000 exemplares  
**Gráfica:** Diário Catarinense

**Cartas para o jornal**  
secretaria@nenossolar.com.br

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.nenossolar.com.br](http://www.nenossolar.com.br)



**Núcleo Espírita  
Nosso Lar  
rádio  
Web**

[www.nenossolar.com.br](http://www.nenossolar.com.br)

# O LUGAR DA FÉ NO TRATAMENTO DO PACIENTE COM CÂNCER



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

Uma doença grave, como o câncer, inevitavelmente associa-se à ideia de finitude. Procurando dar um significado à sua doença e ao seu tratamento, comumente o paciente inicia um processo de questionamentos: “Por que eu?” “Por que Deus fez isso comigo?” “O que vai acontecer comigo depois que eu morrer?”

Nesse momento, muitos pacientes recorrem à fé em busca de amparo e de dar sentido a essa experiência. É a forma de encontrar um sentido para a vida e um entendimento da morte. Paradoxalmente, essa aproximação à fé possibilita ao doente maiores recursos para viver.

O diagnóstico de câncer traz consigo um efeito deletério sobre o bem-estar psicológico e emocional do paciente, levando-o a multidimensionar seu sofrimento e sua preocupação com seu entorno social. Além do impacto do diagnóstico, diversos eventos aparecem ao longo do tratamento, fazendo com que o paciente tenha que se adaptar a uma nova realidade, uma vez que vivencia pequenas “mortes” como a perda da autonomia, da independência, da vida social e profissional e, muitas vezes, ainda sofre o rompimento de vínculos afetivos. Dentre estes eventos, está o possível mal-estar, levando o paciente a necessitar de repouso em horários imprevisíveis do dia, dificultando o cumprimento de compromissos; de providor, passar a ser cuidado; ter a agenda ocupada por consultas médicas, realização de exames e procedimentos; às vezes, mutilações que o colocam diante de adaptações obrigatórias; sentir a dor do abandono de sonhos e projetos temporários ou definitivos; sentir mudanças no relacionamento sexual e afetivo.

Além de tudo isso, o temor da morte sobrepõe-se inicialmente, a qualquer sentimento positivo. Até mesmo diante dos casos com grande possibilidade de cura, o sentimento de ameaça à vida se faz presente, provocando o medo do desconhecido e



daquilo que está fora de seu controle.

A representação simbólica do câncer associado à morte propicia, muitas vezes, um luto prévio pela própria vida e por outras perdas, inclusive as materiais. Nesse luto antecipado, o processo de perda se instala no momento do diagnóstico.

Segundo alguns estudiosos, existem cinco estágios pelos quais o paciente passa perante a iminência da morte. O primeiro é o da negação: “não pode ser verdade”. Quando não é mais possível manter firme o primeiro estágio, ele é substituído pela re-

volta: “por que eu?”. No estágio seguinte, surge a barganha, onde através de algum tipo de acordo, é tentado o prolongamento da vida. Geralmente a barganha é feita com Deus ou com os santos por meio de promessas: “se eu me curar, eu nunca mais...”, “se eu me curar, subo as escadarias da igreja de joelhos”. No quarto estágio, o paciente vivencia a depressão, que pode apresentar diversas facetas como a relação com alguma perda passada ou o remorso por oportunidades perdidas. Por fim, vem a aceitação para aqueles que tiveram o tempo necessário para digerir o diagnóstico e contaram com ajuda para passar pelos estágios anteriores.

Entretanto, a esperança é o sentimento presente em todas as fases, até mesmo nos pacientes caracterizados como realistas e conformados com o diagnóstico. E é a esperança que dá ânimo ao paciente, fazendo-o suportar o sofrimento.

A esperança, muitíssimas vezes, é encontrada nos caminhos da fé. O adoecimento grave condiciona as pessoas a um posicionamento espiritual, sendo comum tanto as pessoas religiosas quanto as não religiosas aproximarem-se do sagrado.

Desse modo, ao receber o diagnóstico de câncer e ao se deparar com a condição de finitude, o paciente busca meios que possam lhe fornecer suporte e sentido para sua existência. É o momento da ressignificação de seus valores, do seu processo de adoecer e do próprio sentido da sua vida. A fé oferece recursos para melhor compreender o sofrimento e para atenuar a angústia vivida por estar doente.

Por outro lado, a fé também pode perigosamente ser vivida de forma doentia, propiciando uma condição passiva e alienada diante do tratamento, submetendo-se somente aos desígnios e à vontade de Deus.

Por tudo isso, é importante a abordagem multidisciplinar no acolhimento ao paciente oncológico, permitindo que a sua fé nesse momento de desespero não seja questionada, mas levando-o a perceber que ela pode ser o seu sustentáculo e fortalecê-lo em sua luta.



Rua Leoberto Leal, 467 | Barreiros, São José.

# A PRISÃO DA ALMA

Ana Matos

Terapeuta psicanalista integrativa, filósofa, escritora e coach de carreira  
Instagram: Youchangedh

*A beleza não está somente nas flores do jardim,  
mas, antes de tudo, nos olhos de quem as admira.  
(Hammed)*

Como disse Jean Paul Sartre, somos seres livres, porém condenados à liberdade. A filosofia de Sartre diz que somos responsáveis por tudo o que acontece na nossa vida, seja bom ou ruim, inclusive pelo que podemos ou não fazer com o que acontece em nosso “universo particular”. Ou seja, temos em nossas mãos a escolha de alimentar ou não uma emoção; e podemos fazer isso por meio do pensamento, de atitudes. Disciplinar o pensamento é uma tarefa nada fácil. Exige treino, muito treino.

Lutamos tanto pela liberdade, queremos tanto ser livres e achamos que isso tudo está, exclusivamente, vinculado ao mundo externo, ou seja, a tudo o que está fora de nós. Doce e cômoda ilusão. Só nos sentiremos livres de fato quando conseguirmos entender, compreender e conhecer nosso “universo particular”, quando sairmos de dentro da caverna e, assim, nos libertarmos do nosso lado mais primitivo e pararmos de viver apenas com aquele lado do cérebro que nos acompanha há mais ou menos 250 milhões de anos – o arquicórtex. Em grandes linhas, o arquicórtex dirige o nosso ser antigo, aquele que se mantém ainda nos moldes do ser irracional, aquele que se move e age por instintos. Quando usamos o cérebro antigo, nos colocamos mais próximos dos animais, não pensamos. Nele estão os sentimentos como o ódio, o rancor, os medos, a mágoa, a raiva.

Em pleno século 21, continuamos presos ao nosso animal selvagem, instintivo, irracional. Um exemplo disso é quando ficamos presos aos medos. O medo é uma emoção importante sim, para a nossa proteção, no entanto, os medos que criamos nos mantêm estagnados e prisioneiros. Como disse Joseph O'Connor, no seu livro “Liberte-se dos medos, superando a ansiedade e vivendo sem preocupação”, todos nós desejamos a libertação emocional – viver a vida livre dos medos indesejáveis. O medo primário, necessário para a nossa proteção, sempre estará lá, porém vivemos uma vida dentro do medo: medo do risco, medo do fracasso, medo da autoridade, medo da perda, medo de nos relacionarmos, medo de nos olharmos e, com isso, vivemos limitados e infelizes.

No seu livro “As dores da alma”, Francisco do Espírito Santo Neto diz que, por medo

de sermos vistos como somos, ficamos limitados a um nível superficial. Presumimos que o “não ver” resulta em “não ter”. Em verdade, não nos livramos da nossa “sombra” simplesmente porque fechamos os olhos para ela, mesmo assim, ela continuará a existir. A “sombra” é um conceito junguiano para designar a soma dos lados rejeitados da realidade que não queremos admitir ou ver em nós mesmos, permanecendo, portanto, esquecidos nas profundezas da intimidade. Tudo o que ignoramos gera mais medo do que aquilo que conhecemos.

Ele ainda diz que as manifestações decorrentes de nossa “sombra” são projetadas por nós mesmos de forma anônima no mundo, sob o pretexto de que somos vítimas, porque temos medo de descobrir em nós a verdadeira fonte dos males que nos alcançam no nosso dia a dia. Por acreditar que banimos de nossa intimidade determinado princípio, que nos gerava medo e autoestima baixa, é que fatalmente encontraremos, logo em seguida, esse mesmo princípio materializando-se no mundo exterior, amedrontando-nos e causando-nos desconforto.

Por exemplo, os chamados tiques nervosos nada mais são do que impulsos compulsivos de atos ou a contração repetitiva de

certos músculos, desenvolvidos de forma inconsciente para não tomarmos consciência dos conteúdos emocionais que reprimimos em nossa “sombra”. Criamos esses tiques para aliviar emoções e para conter sentimentos emergentes. A técnica funciona assim: enquanto nos distraímos com o tique, não deixamos vir à consciência o que reprimimos, por considerá-lo “feio ou pecaminoso”. O resultado do medo em nossas vidas será a perda do nosso poder de pensar e agir com espontaneidade.

Se focarmos nosso olhar para o que existe de ruim no mundo, estaremos enfatizando, para nós mesmos, o que queremos que a vida nos mostre e nos forneça. É a nossa mente que comanda. E somos nós que alimentamos nossa alma com o que vivemos, pensamos e sentimos. Quanto mais pensarmos e voltarmos nossa atenção para os desastres, calamidades, erros que acontecem, e que também cometemos, mais teremos a percepção de que o mundo está limitado à nossa particular maneira pessimista de ver e sentir.

Presos à desconfiança, ao receio, criamos resistências, obstáculos e tropeços que nos impedem de avançar. Passamos, então, a não viver, a não pensar, a não refletir, a não

questionar. Como disse Francisco do Espírito Santo Neto, não seríamos afetados por nenhum acontecimento de maneira desgastante se estivéssemos centrados em nós mesmos. Devemos aprender a focalizar e desfocalizar nossas crises, traumas, medos, perdas e dificuldades, bem como os acontecimentos desastrosos do cotidiano, dando-lhes a devida importância e regulando o tempo necessário a fim de analisá-los proveitosamente.

Assim, teremos metas sempre adequadas e seguras que favorecerão nosso desenvolvimento espiritual. Somente quando nos conhecermos e nos libertarmos dos medos que alimentamos, criamos e guardamos dentro de nós é que conheceremos nossa alma e voaremos leves, livres e felizes.

## REFERÊNCIAS

NETO, Francisco do Espírito Santo. *As dores da alma* (pelo espírito de Hammed). São Paulo: Boa Nova, 1998.

O'CONNOR, Joseph. *Liberte-se dos medos, superando a ansiedade e vivendo sem preocupações*. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2007.

SARTRE, Jean Paul. *O existencialismo é um humanismo*. Tradução de Vergílio Ferreira. São Paulo: Abril Cultural, 1978. (Série Os pensadores).



## 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 do Núcleo, de segunda a sexta-feira, de 08:00 as 11:00 horas e de 13:00 as 17:00 horas, aos sábados, de 12:00 as 17:00 horas ou, então, pelo telefone (48) 33570045, nos mesmos horários. Pode, ainda, ser solicitado através do site: <http://www.nenossolar.com.br/> a qualquer hora, se o pedido for feito até as 17:00 horas, o Atendimento a Distância ocorrerá na mesma noite, caso contrário, ficará para a noite seguinte.

#### Como fazer o tratamento em casa:

- 1 tomar banho antes de se deitar;
- 2 usar roupa de cama de cor clara;
- 3 vestir roupa para dormir também de cor clara;
- 4 jantar comida leve, evitando carne vermelha;
- 5 não tomar bebida alcoólica;
- 6 colocar uma jarra com água no lado da cama (beber no dia seguinte, aos poucos);
- 7 deitar-se às 21:30 horas, mantendo bons pensamentos e fazer orações.

#### Atenção:

- Este tratamento se repetirá por mais dois dias seguidos, da mesma forma.
- Se achar necessário, faça repouso.
- Caso apareça alguma mancha no local do atendimento, não se preocupe, é normal.
- A água do tratamento não pode ficar na geladeira nem perto de aparelhos elétricos ou eletrônicos.
- Se a solicitação for para limpeza no lar, deve-se colocar um copo de água ao lado da cama que deverá ser jogada (borrifada ou aspergida) em todos os cômodos da casa, no dia seguinte.
- O resultado do tratamento depende da sua fé. Acredite.

O TRATAMENTO A DISTÂNCIA É FEITO DURANTE TODO O ANO, INCLUSIVE DURANTE O PERÍODO DE FÉRIAS DA INSTITUIÇÃO.

## 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.

## Horários de Ônibus

Transporte Coletivo Estrela 0039 - Forquilhas - Florianópolis					
Partidas de Forquilhas					
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 TICON					
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 Losangeles  
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 TICON					
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 Losangeles  
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 TICON					
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 TICON					
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

## PALESTRAS

### PALESTRAS: MAIO - 2016

DATA	HORA	PALESTRANTE	ASSISTENTE	TEMA	
04/05	Quarta-feira	20 h	Adilson Maestri	Edel Ern	Sobre a Lei
05/05	Quinta-feira	20 h	Dr. Odi Oleiniski (AME-SC)	Cleuza de F. M. da Silva	Medicina e espiritualidade
06/05	Sexta-feira	20 h	Maurílio Martins	Neuzir Rodrigues de Oliveira	Proteção espiritual
07/05	Sábado	14 h	Jaime João Regis	Rosângela Idiarte	- As cortinas dos nossos espetáculos
11/05	Quarta-feira	20 h	Homero Franco	Cleuza de F. M. da Silva	As dimensões humanas
12/05	Quinta-feira	20 h	Andréa M. Dal grande	Rogério M. Dal Grande	Sobre a razão e a emoção
13/05	Sexta-feira	20 h	Fabrcio Barni	Zenaide A. Hames Silva	O amor
14/05	Sábado	14 h	Maurício José Hoffmann	Paulo Neuburger	Bem aventurados os puros de coração
18/05	Quarta-feira	20 h	Gastão Cassel	Volmar Gattringer	Intolerância, alteridade e a lei do amor
19/05	Quinta-feira	20 h	Carlos Augusto M. da Silva	Maria Nazarete Gevertz	Retirando as máscaras
20/05	Sexta-feira	20 h	Neuzir Rodrigues de Oliveira	Zenaide A. Hames Silva	Sede perfeitos
21/05	Sábado	14 h	- Jaime João Regis - Grupo Sol Maior	Abegair Pereira	- Jesus, o grande sucesso - Cantoterapia
25/05	Quarta-feira	20 h	Cynthia Caiffa	Zenaide A. Hames Silva	As dimensões do amor
26/05	Quinta-feira	20 h	Zulmar Francisco Coelho	Tânia Mara Coelho	Amigos e inimigos
27/05	Sexta-feira	20 h	James Rugerri Lôbo	Neuzir Rodrigues de Oliveira	A vida eterna dos espíritos
28/05	Sábado	14 h	Maurício José Hoffmann	Lizete Wood	Bem aventurados os pobres de espírito

## 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 termos 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.

De essa oportunidade a você!

## A FLOR DE LÓTUS (PADME) E A ALMA HUMANA

Vera Lúcia Bher  
Terapia do Livro

*Descobri que o mais alto grau de paz interior decorre da prática do amor e da compaixão. Quanto mais nos importamos com a felicidade de nossos semelhantes, maior o nosso próprio bem-estar. Ao cultivarmos um sentimento profundo e carinhoso pelos outros, passamos automaticamente para um estado de serenidade. Esta é a principal fonte de felicidade.*

(Dalai Lama)

Dos antigos templos egípcios ao moderno Templo de Lótus de Bahapur, Nova Deli, Índia, a flor de lótus exerce grande fascínio. A flor de lótus está inserida na mitologia de diversas civilizações milenares, fazendo parte do inconsciente coletivo do desejo da humanidade de alcançar a iluminação, a consciência plena da felicidade. Na arquitetura, mandalas, mantras e imagens sagradas de bopddhisattvas (bodhi, sabedoria de Buda e sattva, seres que aspiram a iluminação) do budismo e hinduísmo apresentam-se sentados sobre flores de lótus, a representação do estado superior de espiritualidade.

O lótus é uma planta aquática, da família das ninfeáceas, nativa do sudeste da África, mais comumente na Índia, Egito, Japão e Filipinas.

Pesquisadores da Universidade de Adelaide, na Austrália, estudam a capacidade da flor de manter-se a 35C, temperatura próxima dos mamíferos e do homem. E também na Universidade de Bonn (Alemanha) estuda-se a característica que a planta tem de se autolimpar, estar sempre translúcida e livre de bactérias (BERNAD, 2014).

Conta a lenda que Sidarta Gautama (Buda), quando deu seus primeiros passos sobre a terra, em suas pegadas, brotaram flores de lótus.

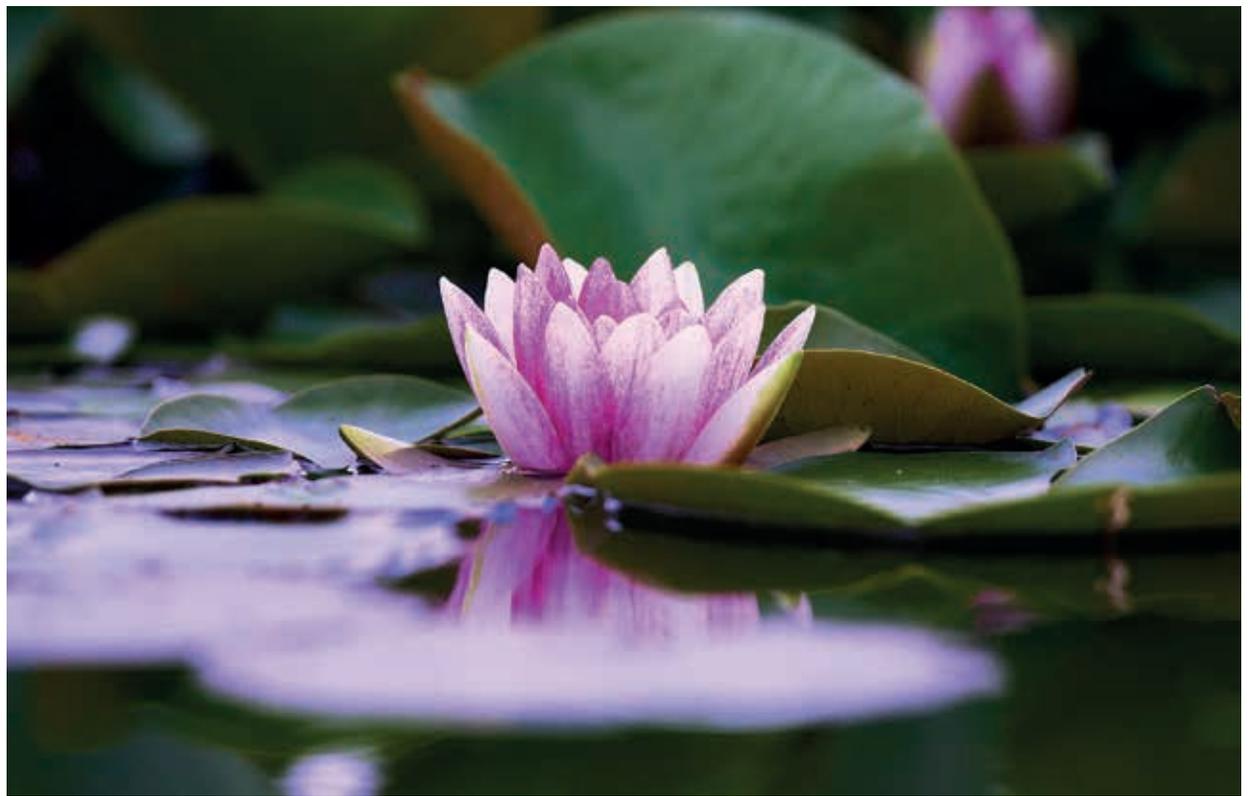
Uma história egípcia diz que muito antes de o mundo existir, um cálice de lótus suspenso no éter, pediu para o deus Rá criar a Terra, esse concedeu seu desejo, então todas as noites, em gratidão, a flor abrigava o deus Rá ou sol, em suas pétalas e emergia na escuridão do lago, no momento do amanhecer ele subia aos céus e iluminava a Terra, o mantra de lótus (PADMACPAI, 2011).

O lótus nasce na lama, suas raízes crescem nas profundezas do lago, sua haste cresce em direção à superfície e emerge uma flor translúcida de rara beleza, à noite, recolhe-se na escuridão do lago e, ao amanhecer, renasce com a luz do sol.

Da escuridão, a semente emerge em direção à luz do sol, porque há vida em seu interior esperando o momento e as condições para surgir, assim como a luz existe na alma humana, mesmo num mundo de ignorância e violência, esperando o momento para surgir.

Saída da ignorância e das paixões de si mesma, da sua escuridão interior, a alma humana surge como a renovação de mil vestes, da emanção da própria vibração de energias do amor, da compaixão, rumo ao infinito, à incomparável joia (mani) na flor de lótus (padme).

Como uma flor de lótus, a alma humana expande-se ao in-



finito, com crescente e infindas transformações e possibilidades, em suas múltiplas potencialidades e emanações de amor e compaixão em si mesma, rumo ao infinito. O movimento interminável de renovação em direção à evolução. O mantra "Om mani padme hum", cujo significado literal é "Oh! Jóia do lótus" ou "da lama nasce a flor do lótus".

Segundo Dalai Lama (s/d), a semente do amor e da compaixão que existe dentro de nós desperta, com a repetição dos sons desse mantra, retira todo o peso das angústias, tristezas e dificuldades e faz a alma respirar nova atmosfera de paz, tranquilidade e felicidade. Com a repetição deste mantra, a mente atua para a transformação de um corpo puro ou búdico.

Om é o som primordial, onde há conexão da mente com o universo criador.

Padme ou flor do lótus, seu som faz despertar a semente de luz adormecida em nossas almas, o despertar da sabedoria e, como a flor de lótus, sair do lodo da escuridão da ignorância e

sofrimento, renovar-se sucessivamente com as mil vestes da emanção do amor e da compaixão da própria alma, elevar-se até a luz da paz, felicidade, a conquista da pureza búdica.

Hum é o desprender-se das emanações negativas de dor e sofrimento e alcançar um patamar de paz e serenidade de um corpo puro. É a transição de um estado negativo de sofrimento para um de felicidade e paz (DALAI LAMA, s/d).

### REFERÊNCIAS

MICK, Bernad, Disponível em: [www.mickbernard.blogspot.com.br/2014/09/04](http://www.mickbernard.blogspot.com.br/2014/09/04). Acesso em: 02 abr. 2016

PADMACPAI. PadMacPai, [www.curandosua vida.com.br/10/2011/](http://www.curandosua vida.com.br/10/2011/). Acesso em: 29 mar. 2016.

DALAI LAMA. Ngawang Tashi (Tsawa), Drepung Loseling, Mungod, Índia. Disponível em: [www.sacred-texts.com/bud/tib/omph.htm](http://www.sacred-texts.com/bud/tib/omph.htm). Acesso em: 29 mar. 2016.

### Espaço Teté | Restaurante

- Buffet a kilo
- Pratos variados e diversificados
- Sobremesa de cortesia



**(48) 3244-3518**

**Horário de funcionamento:**  
Das 11:00hs às 14:00hs  
de 2ª a 6ª feira

**📍 /espacotete**

[espacotete@gmail.com](mailto:espacotete@gmail.com) | Av. Nagib Labor, 407 - Capoeiras - Florianópolis - SC (ao lado da Escola Arte e Vida)



**Espaço reservado  
para você**



## A VELOZ IDADE

**Homero Franco**

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

Aos espiritualistas bem informados, não há dúvida de que evoluímos e, de uns tempos para cá, muito rapidamente, muito velozmente.

Nossa mente, porta de entrada de nossa consciência, vem sendo estimulada a vibrar sempre numa velocidade mais intensa desde que nosso processo industrial deu a largada tecnológica. E, convenhamos, nossa capacidade intelectual foi a reboque e nem sempre acompanhou o ritmo da outra evolução, a tecnológica.

Há um século, andávamos a cavalo, nossos navios demoravam 40 dias entre a Europa e a América; uma carta demorava 30 dias para chegar ao destino; os cães eram serviços do homem.

Hoje, nossos aviões cruzam o planeta em poucas horas, nossas mensagens de Internet e Whatsapp chegam em fração de segundos; somos serviços de nossos cães.

Essa veloz idade obrigou nossa mente a acelerar, levando consigo nossos batimentos cardíacos e, com isso, acelerando também o envio das enzimas naturais às nossas células.

Tudo se acelera. O ser humano fala mais rápido em contraponto com a fala de nossos ancestrais de um século passado.

Nossa alimentação teve acelerado o seu preparo, pois já não se processam todos os componentes em casa, os componentes nos chegam industrializados e até pré-cozidos.

É de se compreender que o processo espiritual ficou veloz, convocando-nos cada dia mais a investir na evolução do ser, pois nem mesmo a reencarnação se tornará fácil dada à limitação da natalidade como nos mostram as estatísticas.

Que coisa fantástica é viver e viver intensamente, espiritualmente, numa idade em que os telescópios siderais nos mostram planetas muito semelhantes ao nosso, onde pode existir vida, e certamente há, pois o Grande Espírito Cósmico não construiria um universo desta magnitude para reduzir a instalação de sua melhor e mais qualidade obra apenas aqui na pequena Terra.

Precisamos correr na direção de Deus, se não ficaremos à beira do caminho implorando carona.



## SOBRE A LEI

**Adilson Maestri**

Escola de Médluns

<http://adilsonmaestri.blogspot.com>

*Pergunta 621 do Livro dos Espíritos:*

*Onde está escrita a lei de Deus?*

*- Na consciência.*

Jesus disse: Eu não vim destruir a Lei.

Nada que Jesus falou contraria a Lei de Deus, mas tão somente a corrobora.

A explicou com parábolas e insistiu para que entendêssemos que nós todos viemos de Deus e para Ele voltarmos.

Comparando um planeta com a humanidade, vemos que, antes de possuir a beleza plástica e energética que tem hoje, o planeta Terra passou por transformações causadas por erupções. Foi preciso colocar para fora muito material aquecido no seu interior, derramar sobre toda a superfície a lava derretida nas profundezas do planeta até chegar à configuração que vemos agora, com mares e montanhas formando uma paisagem belíssima, paradisíaca em quase toda a superfície.

Junto dessa paisagem, nasceu e cresceu toda a fauna e flora exuberante.

O homem, também, para atingir a beleza física e emocional que possui hoje passou por muitas transformações. O físico melhorou muito, desde o surgimento do *homo sapiens* até agora, mas sua consciência ainda ferve em seu interior procurando espaço para se manifestar externamente.

Na busca por compreender o que somos, olhamos a nossa volta e queremos entender tudo o que existe, queremos compreender o que seja Deus, mas não sabemos que Ele está muito próximo de nós, na verdade em tudo o que somos: corpo, mente e espírito.

As religiões, criadas para ajudar e também para controlar os homens, criaram figuras antropomórficas para Deus.

Dizem que somos feitos à imagem e semelhança de Deus, mas descrevem Deus com atributos humanos, não

só nas formas masculina e feminina, mas também com atributos do caráter humano.

Esse Deus criado pelas religiões, ama e odeia, julga e castiga, tem acessos de cólera e de compaixão. Mas João escreveu que Jesus disse que Deus é amor.

É nessa definição que ancorei meu pensamento.

Deus, então, não é um velhinho de barba branca sentado num trono, Deus é o amor e, assim sendo, não tem forma, nem desejos, nem paixões, é pura emanção amorosa, pura energia.

E emanando seu amor, criou tudo o que existe e esse processo, sem diferenciação do que seja belo ou feio – esse julgamento cabe tão somente a nós humanos – segue rigorosamente a Lei que deriva desse ato. Podemos, então, conhecer Deus observando a sua Lei em ação e dizer que Deus é a Lei.

Já na antiguidade de nossa civilização, os observadores já compreendiam que no movimento do Universo evidenciam-se as Leis Universais que a tudo criam e regem.

Quando estamos vivendo em harmonia com a Lei, ou seja, vivendo com Deus em nossos pensamentos e ações, vivemos em alegria, em harmonia e em estado saudável.

Quando damos vazão ao ego e vivemos somente para satisfazer os desejos do corpo, então entramos em dissintonia com as Leis Universais, ou seja, sem Deus, e passamos a viver as agruras da vida material.

Nadando contra o fluxo natural, vivemos em desarmonia com o Universo e, então, somos acometidos pela tristeza, insatisfação e conhecemos a doença.

Esse movimento é reversível, voltando nossos pensamentos para Deus, respeitando e nos inserindo na Lei, podemos encontrar o sagrado caminho de volta para casa.

*Deixe um livro te levar além*



Conheça as novidades:



[facebook.com/editorapandion](https://facebook.com/editorapandion) | [editorapandion.blogspot.com](http://editorapandion.blogspot.com) | [editorapandion@editorapandion.com.br](mailto:editorapandion@editorapandion.com.br) | 48. 9982 5258

# O CÂNCER

## Câncer de mama, o que é?

Dr. José Bel – Mastologista/Ginecologista e voluntário do Centro de Apoio ao Paciente com Câncer, do Núcleo Espírita Nosso Lar nos esclarece que o câncer de mama é uma doença provocada por mutações genéticas nas células mamárias, podendo ser adquirida no decorrer da vida ou por transmissão hereditária. O câncer mais frequente é o não hereditário, responsável por cerca de 90% a 95% dos casos. Assim, ao contrário do que se pensa, o câncer de mama hereditário representa apenas de 5% a 10% dos casos.

O mecanismo do surgimento do câncer de mama é complexo. Passa por várias fases e envolve uma sequência de eventos desencadeados pela perda do equilíbrio entre oncogenes - genes que causam a transformação de uma célula normal em cancerosa - e genes supressores, que determinam uma alteração no controle da proliferação epitelial.

Os estrogênios são reconhecidos como sendo os principais agentes estimulantes da proliferação celular mamária, mas existem dados de biopsia que sugerem que a proliferação celular influenciada pelo estrogênio é maior quando esse estímulo ocorrer simultaneamente com o estímulo da progesterona.

Outro dado conhecido é a existência da interação do estrogênio com receptores de fatores de crescimento que promovem a formação de vasos capilares na adjacência da neoplasia.

Os fatores de risco para o surgimento do câncer de mama são os seguintes:

- 1) Níveis alterados de estradiol e progesterona;
- 2) Histórico familiar - fator de risco mais reconhecido para câncer de mama, e maior quando a mãe ou irmã desenvolvem a doença na pré-menopausa ou se a doença atinge as duas mamas;
- 3) Menarca precoce e Menopausa tardia - o risco para câncer de mama é aumentado pela menarca precoce (primeira menstruação) e menopausa tardia;
- 4) Paridade – no final da primeira gestação, o ambiente hormonal não apenas induz a proliferação celular na mama, mas também

resulta em diferenciação da glândula mamária;

- 5) Obesidade - aumenta o risco para câncer de mama nas mulheres na pós-menopausa e aumenta o risco de recidivas da doença nas mulheres tratadas com câncer da mama;
- 6) Exposição ambiental - entre os grupos de risco estão as mulheres expostas a radiação ionizante, principalmente na puberdade;
- 7) Doenças benignas proliferativas - a terapia de reposição hormonal pode aumentar o risco para o câncer de mama, através da promoção do crescimento de lesões pré-malignas. A reposição hormonal em quem teve câncer de mama é proibida.

Outros fatores de risco para câncer de mama são:

- 1) Falta de atividade física - a atividade física tem sido considerada como um fator de proteção, essa associação estaria ligada à redução dos níveis de estrogênio e progesterona.
- 2) Tabagismo - os fatores epidemiológicos para a análise, relacionada com o hábito de fumar e do consumo de álcool, não evidenciaram associação estatisticamente significativas com presença de mutações de células da mama.

Assim, o principal recado a ser dado às pessoas é que continuem a fazer a prevenção com exames físicos e, principalmente radiológico - no mínimo a mamografia - e que também modifiquem suas atitudes, valendo-se de hábitos mais saudáveis, com uma dieta mais equilibrada e atividades físicas regulares.

Tanto a amamentação quanto o número de filhos, protegem a glândula mamária contra o câncer. Cada ano de amamentação reduz, em média, sete vezes o risco, e cada filho nascido, quatro vezes. Ou seja, amamentar o filho não faz bem somente a ele, mas também a mãe.

**Diagnóstico e tratamento** - quanto mais precoce se fizer o diagnóstico do câncer, melhores são os prognósticos de sobrevivência, quanto menor for o tamanho do tumor, menos agressiva será a cirurgia, com amplas possibi-



lidades de não ser necessária a retirada de toda a mama (mastectomia radical).

A pesquisa do Linfonodo Sentinela pode nos dar a certeza que a doença está circunscrita à mama não havendo metástase no corpo, com prognóstico até de cura total.

Os métodos de diagnóstico essencialmente são feitos pela Mamografia e complementada por Ultrassom (US) e, quando necessário, com Ressonância Magnética. No caso de positiva a imagem para câncer, faz-se uma biopsia da lesão. Confirmado o diagnóstico, realiza-se o ato cirúrgico.

**Pós-operatório** - após a cirurgia, aguarda-se o exame da peça cirúrgica pelo médico patologista e o exame de imunohistoquímica, que nos dá junto com o exame anatomo-patológico o grau de agressividade da lesão cancerosa. Encaminha-se o paciente a seguir para o tratamento quimioterápico e radioterápico quando se fizer necessário.

**Tratamento da Medicina Complementar** - é de extrema importância o cuidado com o estado emocional do paciente que passa a conviver com dificuldades emocionais como a perda do sentido da vida, o medo

da morte, o questionamento do porquê da doença e a vergonha da mutilação.

Na Medicina Complementar, os terapeutas tratam os pacientes com todo carinho, explicando quais as causas de nossas doenças, conforme o estado emocional que o paciente apresenta, indicando os caminhos que ele pode seguir para ter uma melhor qualidade de vida.

Na perda do sentido da vida ou sentimento de culpa muito comum ou no medo da morte, o paciente é orientado a buscar ampliar sua espiritualidade, sua conexão com o divino e reforçar sua fé.



# DE MAMA

**Depoimento de Salete Cecília de Souza**, Bibliotecária da Unisul, Coordenadora do Programa de Promoção de Acessibilidade, que atende estudantes com deficiências, transtornos e mobilidade reduzida. Nascida e residente em Palhoça há 45 anos, teve câncer de mama aos 42 anos de idade.

Descobri o câncer em junho 2012 fazendo exames ginecológicos preventivos. Assim, descobri o problema muito cedo. Em 2011, meus exames indicavam que estava tudo certo e um ano depois a situação que mudou minha vida estava lá instalada.

Tive microcalcificações nos seios, que é algo muito comum nas mulheres, só que no primeiro exame já deu grau 3 e no exame de confirmação já era 5. No ato que eu descobri, tirei férias e pedi ajuda a amigos.

Por ser bibliotecária, fiz pesquisas e fiquei assustada. Procurei uma segunda especialista que me disse que eu provavelmente sairia da cirurgia sem mamas. Tomei um susto, pois não estava preparada para aquele veredicto. Fui ao atendimento fraterno de uma casa espírita para me recompor emocionalmente e fui à busca de informações para entender o que se passava comigo.

Voltei à médica para dar andamento ao processo. Começamos o rastreamento em junho e marcamos a primeira cirurgia só para setembro, pois meu diagnóstico era duvidoso, por estar o câncer in situ. Havia dúvidas de o tumor estar encapsulado ou não, qual o método a ser adotado para a cirurgia, se preservaria a mama ou não. Essas dúvidas levaram um tempo para serem dirimidas o que precisou esperar

alguns meses.

Quando saí da ginecologista com o pedido de biópsia, já passei aqui no Núcleo Espírita Nosso Lar e agendei um tratamento na Casa que eu já conhecia há mais de 20 anos. Já havia feito tratamentos e me internado no CAPC para outros tipos de enfermidades, com resultados positivos.

Nasci de mãe espírita e pai católico, frequentei ambos os lugares e quando pude optar, decidi seguir a linha espírita. Já atuei em Casa espírita também.

Fiz a cirurgia espiritual antes da cirurgia física. Quando fiz a física, deu positivo para Linfonodos Sentinela na varredura para saber se haveria invasão no meu corpo, então o médico retirou três níveis de linfonodos no braço esquerdo. Retirou, também, somente a mama esquerda. Inicialmente, a previsão é que retiraria as duas, por prevenção. Coloquei uma prótese temporária com extensor.

A biópsia final deu falso positivo, ou seja, não tinha invasor, o índice era 0,0047% de invasão. Atribuo esse resultado ao tratamento prévio no Núcleo.

Tomo uma medicação por um período de cinco anos, pois minha célula cancerígena é hormonal. A exposição a hormônios, especificamente o estrogênio, aumenta o risco de uma mulher desenvolver



câncer de mama. Ao longo da vida, as mulheres são expostas aos hormônios da sua primeira menstruação até o início da menopausa. O estrogênio e a progesterona estimulam as células mamárias normais. Nesta exposição ao longo da vida aos hormônios ovarianos, a mulher é colocada em risco para o câncer de mama, por isso, a necessidade dos exames preventivos.

Seis meses depois, eu retirei a segunda mama por prevenção, quando foi constatado um início de hiperplasia.

Fiz mastectomia bilateral sendo do lado esquerdo radical, por conta dos linfonodos e coloquei próteses.

Esse foi e continua sendo o meu tratamento. Tomo remédio, faço os acompanhamentos médicos trimestrais, quadrimestrais, semestrais e anuais necessários. Os cinco anos de pós-câncer tem essa rotina médica necessária.

Algumas pessoas me perguntam como passei pelo processo de forma tranquila psicologicamente. Creio que porque sou mesmo de natureza tranquila, mas não é fácil ter câncer. Por conta de minha profissão, sou muito organizada e autossuficiente.

Com o diagnóstico, parei tudo e fiquei sem saber o que fazer, eu tive que pedir ajuda e depender das pessoas à minha volta. Foi minha primeira internação hospitalar, na qual fiquei três meses com as pessoas me cuidando, pois não podia mover o braço.

Vi muitas pessoas se desesperarem com a situação. Cada uma tem sua receita para passar por isso, a minha foi uma tríade: medicina, fé e pessoas. Eu pedi ajuda às pessoas à minha volta. Criei o grupo

dos meus "amigos do peito". Eu não quis esconder. Não sabia como ia ser ajudada, mas me abri para essa possibilidade. As pessoas, cada uma delas, tinha uma forma, para mim até então inédita, de como seguir em frente.

Não precisei de quimioterapia, o que fez uma diferença significativa. Tive bons médicos me acompanhando. Passei dois anos em tratamento no CAPC. Tive alta no carnaval de 2014. Continuo frequentando a Casa.

Segui todo o protocolo para o caso e cuido muito mais da minha mente, faço terapia e exercícios físicos.

Fiz próteses de silicone provisórias no ato da cirurgia porque não sabia se faria radioterapia. Seis meses depois, coloquei as definitivas com o meu mastologista e não precisei de cirurgia plástica por conta do tipo de câncer (microcalcificações) e pela boa saúde mamária que eu tinha.

O músculo peitoral foi aberto, retirada a glândula mamária e substituída pela prótese o que é diferente de uma cirurgia estética onde coloca-se a prótese atrás da glândula.

Readquiriti parte da sensibilidade, pois mantive mamilo, pele e veias, o que é diferente de outras cirurgias mais radicais.

Existe o Programa de Saúde da Mulher do Ministério da Saúde. A mulher que, em decorrência de um câncer, tiver os seios total ou parcialmente retirados, tem direito à reconstrução destes por meio de cirurgia plástica, tanto pelo SUS quando por plano/seguro de saúde privado garantido pela Lei nº 9.797, de 06 de maio de 1999, Artigo 1º (SUS); e Lei nº 9.656, de 03 de ju-

nho de 1998, Artigo nº 10-A (planos/seguros de saúde).

Minha família não tem histórico de câncer, mas sou de uma geração que leva a vida de uma forma estressante, trabalhando horas demais, imersa na poluição, alimentação industrializada, ritmo acelerado de vida, faço parte de uma parcela da população que precisa fazer tudo, trabalhar, estudar, cuidar da casa, condicionantes que alteram nosso organismo e estado emocional.

Não sei se um ou um conjunto de fatores impulsionou o meu processo. Meu pai doente e sem querer tratamento me deixou emocionalmente sobrecarregada e também tive mudanças significativas no meu trabalho.

Entendi que as pessoas têm livre arbítrio e que meu pai está fazendo o caminho que escolheu, de aprender sobre a vida do seu modo particular.

Hoje me respeito mais e me dou limites para uma série de questões. Muito amigos dizem que sempre me doe mais da conta. Para tudo há limites, inclusive a doação. Hoje contrabalanço as atenções metade para os outros e metade para mim mesma. No passado achava que cuidar de mim era egoísmo, hoje vejo que não.

Estou muito feliz, respeito muito a proposta de trabalho do CAPC. A cada dia alguém me pergunta como fazer tratamento na Casa, pessoas com câncer que estão nas condições que eu estava inicialmente. Ajudo-as, dou meu depoimento, levo aonde elas querem ir.

Vi muitas pessoas se emocionando no CAPC pela forma como são tratadas, pelo cuidado que os médiuns dispensam aos pacientes. O sorriso, o olho no olho, a amorosidade, impactam muito positivamente os pacientes.

Aos leitores que estão vivendo esse processo, digo que tenham serenidade, vontade, acreditem na cura, procurem sua receita própria, tenham fé, acreditem que é possível, procurem espaços como o CAPC, cuidem-se emocionalmente, racionalmente, amem-se e vejam a vida com a alegria, pois estamos aqui para viver com alegria e nossa missão é sermos felizes.



# ALGODÃO - UM TEMA LEVE...

Flávio Girol

Quando os editores do Informativo Nosso Lar nos solicitaram um tema leve para esta edição, me ocorreu falar sobre algodão, nada mais leve!!!!



Então, o algodão é uma planta cujas flores e frutos produzem uma fibra esbranquiçada com 95% de celulose. A África, a Ásia e parte da América são os maiores produtores das quatro principais espécies cultivadas economicamente, na confecção de fios para tecelagem, estimulando-se uma produção mundial de 25 milhões de toneladas.

Historicamente, o algodão vem sendo utilizado em várias culturas, sempre ligado a aconchego, proteção, limpeza e, mais recentemente, como acumulador de energia vital. A mais nobre das fibras que a natureza nos dá foi encontrada em escavações arqueológicas datadas de mais de 5.000 anos A.C. no Paquistão, na Índia e Egito substituiu, com sucesso, a lã e somente no século II D.C. é que a Europa descobriu os encantos do algodão.

A partir do século XVI, os Árabes começaram a fabricar papel com

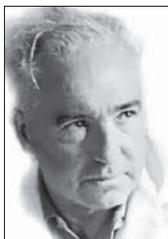
esta fibra e, posteriormente, a Inglaterra, em meados de 1730, aprimorou a entremecação das fibras, fabricando um papel de altíssima

qualidade usado até hoje como base para trabalhos artísticos de pintura. Nesta mesma época, no nordeste do Brasil, começou a produção de fibras de alta resistência inspirado nas milenares técnicas indígenas quando da fabricação das redes, mantas e cobertores.

Assim também o Floral de Algodão (*Gossypium religiosum*) do repertório de Sant Germain, criado por Neide Margonari, trabalha a visão e a audição no nível da alma. Faz a limpeza, remove obstáculos (bloqueios) em nossa audição suprafísica. Refaz a conexão de nossa personalidade com nosso Eu Superior. Atua, também, em nossos corpos físico e sutis costurando rombos em nossa aura, causados por traumas físicos e psíquicos.

No início do século XX, despenda no panorama histórico psicanalítico o jovem Wilhelm Reich,

de nacionalidade austríaca radicado nos estados unidos, foi discípulo de Sigmund Freud, o pai da psicanálise, e fez extensos estudos sobre a natureza humana, quer seja no contexto fisiológico correlacionando com as múltiplas facetas do comportamento e dos relacionamentos, escreveu uma obra polêmica para os freudianos da época - "A Função do Orgasmo" onde, dentre outras coisas, nos aponta para uma consideração relativa à constituição



energética dos seres vivos, afirmando que o processo orgástico das células, tal qual o orgasmo resultado da apoteose da cópula, tinha movimentos que ele designou como sendo: tensão, carga, descarga e relaxamento.

Esta dinâmica não só permite o fluxo de energia entre as células, revitalizando os tecidos, como é responsável pela manutenção de nossa saúde. Em sua incessante busca pela melhor compreensão sobre energia vital, a que depois denominou de *orgônio*, e também pela compreen-

são de como o *orgônio* é assimilado pelos seres vivos, ele se deparou com o algodão, sim o algodão aquele que delicadamente repousa em nossos Chakra na forma delicada de uma compressa oferecida em nossos tratamentos no Núcleo Espírita Nosso Lar.

Então, como se deu esta descoberta? O seu profundo conhecimento sobre fisiologia e também de outros temas ligados a práticas terapêuticas orientais o fez ver que o ferro (Fe) elemento primordial na constituição do Sangue carrega um *quantum vital* capaz de nutrir nossas células, sendo esta "substância" assimilada pela respiração e pela alimentação.

Neste contexto de pesquisa, escreve "A Biopatia do Câncer" texto de referência para os estudiosos da bioenergética, onde descreve de forma detalhada, um sistema para acumular *orgônio* e cuja construção, crítica em seus detalhes, usa

chapas de ferro oxidadas e algodão na sua forma natural; este dispositivo, retém por algumas horas esta "substância" e, quando aproximado de um indivíduo com baixa vitalidade, a transfere por diferença de potencial energético.

Sabemos hoje que estes *acumuladores* podem ser ativados de várias maneiras, deixando-os no sol, sob a ação de feixes de luz com cores específicas, pela imposição das mãos em estado de contenção.

Será que você conhece este procedimento? Claro que sim, o grupo de obreiros do NENL se reúne, em noites especiais e, sob rígida orientação, segue um protocolo que começa com o preparo da base orgânica usando o algodão como substrato e a intenção amorosa de impregná-lo,



não só com um *quantum vital* de *orgônio*, mas de vibrações curadoras e transformadoras para aqueles que o tocam ou o depositam delicadamente onde mais dói.

Acho que ficou levinho, conforme combinado!!

\* Publicado originalmente em: Informativo Nosso Lar - Outubro 2012 - ano 2 - Edição Especial.

## Uniformes NENL e CAPC é na:

Camisetas Toucas e máscaras Jalecos Gandola



Centro  
Fone 3224.9179

Stª MÔNICA  
Fone 3028.3282

Visite nosso site e conheça todos os modelos →

[www.andrauniformes.com.br](http://www.andrauniformes.com.br)

## MEDO

**Francisco do Espírito Santo Neto** - pelo Espírito Hammed - extraído do livro "As dores da Alma" (<http://www.boanova.org.br/>).

Tudo aquilo que nós não admitimos ser, tudo aquilo que não queremos descobrir dentro de nós mesmos e o que não reconhecemos como verdadeiro em nosso caráter define o que podemos chamar de "nossa sombra".

"Sombra" é um conceito junguiano para designar a soma dos lados rejeitados da realidade que a criatura não quer admitir ou ver em si mesma, permanecendo, portanto, esquecidos nas profundezas da intimidade do ser. Por medo de sermos vistos como realmente somos, nossas relações ficam limitadas a um nível superficial.

Resguardamo-nos e fechamo-nos intimamente, para que possamos nos sentir emocionalmente seguros. Mas, na verdade, não nos livramos do nosso lado recusado simplesmente porque fechamos os olhos para ele, porque, mesmo assim, este lado que não queremos ver continuará existindo na "sombra" de nossa estrutura mental.

Recusar-se a aceitar a adversidade de emoções e sentimentos de nosso mundo interior, nos levará a viver sem o controle de nossa existência e sem ter nas mãos as rédeas de nosso destino. Ao assumirmos que são elementos naturais da estrutura humana em evolução, sentimentos como a frieza, a sensualidade, a avareza, o egoísmo, a dominação, a impetuosidade e muitos outros, aí então, estaremos começando o nosso trabalho de autoconhecimento, a fim de que possamos descobrir onde erramos e, a partir de então, encontrar o meio-termo, ou seja, não estar num extremo nem no outro.

O ato de arrependimento nada mais é do que perceber o nosso lado inadequado. É admitir para nós mesmos que identificamos nosso comportamento inconveniente e que precisamos mudar nossas atitudes diante das pessoas e do mundo.

O arrependimento pode ser visto como a nossa tomada de consciência de certos elementos que negávamos, consciente ou inconscientemente, projetando-os para fora ou reprimindo-os em nossa "sombra".

O ato do arrependimento é um antídoto contra o medo. Quem se arrependeu, é porque examinou suas profundezas e descobriu que seus desejos e tendências nada mais são do que impulsos comuns a todos os seres humanos. Quem se arrependeu, é porque aprendeu que simplesmente é humano, falível e nem melhor nem pior do que os outros.

O medo indefinido provém da repressão de impulsos considerados inaceitáveis que existem dentro de nós, como também da ausência de contrição de nossas faltas e da não admissão dos nossos erros, descompensando nosso corpo energeticamente, com o peso do temor e do pânico. Quando estamos envolvidos pelo temor, deixamos de avançar, nos eximindo de viver experiências interessantes e de interagir em diversas áreas do relacionamento humano.



## QUAIS SÃO OS SEUS TALENTOS?

**Valéria Melo Ribeiro**  
Economista - Corecon-SC 980

Vou começar a coluna de hoje exaltando uma das parábolas ditas por Jesus, a Parábola dos Talentos, que foi apresentada apenas pelo Evangelista Mateus e se encontra em Mateus 25, 14-30. Essa parábola se reporta a um senhor, grande proprietário, que iria sair de seu país e para que sua produção não se perdesse, chamou três servos e deu ao primeiro, cinco talentos, ao segundo dois talentos e ao terceiro, um talento. E o fez em função da capacidade de cada um, já que os conhecia, e determinou que cuidasse bem dos talentos. Ao voltar, depois de muito tempo, o primeiro servo devolveu os cinco talentos e mais cinco. O segundo servo, devolveu os dois talentos e mais dois e o último servo, que ficou com medo de negociar, enterrou o talento recebido, então o desenterrou e lhe entregou, sem tê-lo multiplicado. Então, o senhor, dono das propriedades abençoa os dois primeiros, garantindo a eles muito mais ganhos e, ao último, ele condena às situações ruins e o faz entregar aquele talento, que ele enterrou ao primeiro, ao que mais deu ganhos, e ainda lhe chama a atenção, de forma severa. Se era verdade que havia medo em não saber negociar, e perder, que ao menos tivesse deixado o talento com os banqueiros, e estes lhes dariam, ao menos os juros, ou seja, havia a condição de ganhos.

Na época dessa parábola, existiam duas moedas básicas na região, a dracma grega e o denário romano, que eram feitas de prata e eram usadas para remunerar um dia de trabalho. O talento, aqui referido, não era uma moeda e sim uma barra de ouro ou prata e equivalia a 6.000 denários, ou seja, cada talento equivalia a 6.000 dias de trabalho. O talento usado nos tempos do Novo Testamento pesava 58,9 kg, segundo a Wikipédia. Independente do valor atual, o que chama a atenção é que o sistema de remunerar bem o dinheiro recebido é algo milenar, e cobrar por sua multiplicação é algo valoroso, necessário e abençoado.

Nos tempos atuais, a palavra talento é utilizada para designar habilidade, competência, inteligência e outros tantos sinônimos. Esses sinônimos nos induzem a concluir que são capacidades, características, instrumentos ou outra expressão que se queira usar, que recebemos ao nascer e/ou que vamos conquistando a cada etapa da vida.

Como juntar essa parábola que Jesus contou com os dias de hoje? Uma das respostas seria que devemos colocar a nosso favor e a favor da sociedade todos os nossos talentos, e mais, os tornando frutíferos. Dessa forma, conseguiremos multiplicar o conhecimento e ampliar a riqueza material. Por riqueza material subentende-se o conjunto de conquistas, por exemplo, os conhecimentos científicos, que proporcionarão saúde melhor, mais segurança, mais conforto e, por consequência, a melhoria do meio ambiente. O grande resultado será uma melhor colocação da humanidade no Planeta Terra, em convivência harmônica com todos os seres aqui existentes. Multiplicar nossos talentos é mais que um direito, é uma obrigação. Independentemente de sua posição diante da vida, haverá cobranças severas de você caso não tenha contribuído

para a sua melhora e a melhora do grupo, do conjunto. Cada vez que um indivíduo melhora, em qualquer aspecto, o conjunto melhora e cada vez que o conjunto melhora, os indivíduos tendem a melhorar individualmente. Achou complicado? Então vamos entender melhor.

Quem se lembra da matéria de matemática intitulada Teoria dos Conjuntos? Quem passou pelo primeiro e segundo grau viu esse conteúdo em sala de aula. Pode até não ter entendido, mas foi mostrado, então vamos visualizar agora essa Teoria dos Conjuntos, na prática.

O conjunto aqui referido é o Planeta Terra. Os seres vivos formam um subconjunto, por sua vez, os seres humanos formam um subconjunto dentro desse subconjunto, e assim, podemos ir criando subconjuntos, seja por região no Planeta, por país e, finalmente, chegaremos ao conjunto unitário, que seria uma única pessoa, podemos ilustrar com você. Agora imagine o caminho de volta, você pega seus talentos, e os emprega para seu benefício, para melhorar a sua renda pessoal, seus conhecimentos, melhora sua saúde, se torna uma pessoa mais alegre, mais feliz, mais saudável, menos chata, menos ranzinza, menos destrutiva e trona-se mais construtiva, o que vai acontecer? Cada subconjunto será apresentado como melhor, até chegar ao conjunto que abrange todos os seres, no nosso exemplo, o Planeta Terra. Visualize muitas e muitas pessoas se tornando melhores, em saúde, em equilíbrio emocional, em fraternidade, cada subconjunto começa a apresentar sinais de evidente de melhoras e mais rapidamente o Conjunto estará melhor.

Agora pergunto: Quais são os seus talentos? Suas habilidades? Até que ponto você os tem usado? Anda muito acomodado? Temeroso com a atual crise econômica? Que tal enfrentá-la com disposição? Puxe da memória, o que mais as pessoas elogiam em você? Suas habilidades estão em ensinar crianças? Que tal se tornar um professor de cursos livres, como, por exemplo, ensinar computação básica para pessoas com mais de 70 anos? Aulas de canto? Limpeza de ambientes? Que tal ser Personal daquilo que você mais sabe fazer? Faça algum curso. Refaça cursos que já fez nem que seja só para se atualizar! Aprenda uma nova profissão. Leia mais. Aprenda a dançar, ensine a dançar... Que tal um curso desafiador, aquele que você sempre quis fazer e tinha medo? Supere o medo, vá em frente! Multiplique seus talentos! Procure as Universidades, sempre há cursos livres para a comunidade!

Se, na sua opinião, já é momento de parar porque já trabalhou muito? Então pare, curta, mas lembre-se de ser feliz, sendo feliz, já está de bom tamanho, o conjunto ficará mais feliz! Isso também é multiplicar talentos!

### REFERÊNCIAS

[https://pt.wikipedia.org/wiki/Talento\\_\(moeda\)](https://pt.wikipedia.org/wiki/Talento_(moeda))



## livro

### AS MONTANHAS DE BUDA

Javier Moro  
Editora Planeta

Cleoci Aparecida Machado  
Terapia do Livro

Javier Moro, jornalista espanhol e pesquisador, com muita sensibilidade e amor, nos faz esquecer que precisamos dormir, comer ou fazer qualquer outra coisa que não seja ler, ler e se envolver com a história de Kinsom e Yandol (duas monjas tibetanas apaixonadas pela liberdade) e, através delas, entrar em contato com a vida, a memória milenar espiritual do povo Tibetano. A sua realidade, a trágica ocupação chinesa e a forma como os Tibetanos com sua fé, amor, confiança, mantêm viva e contagiam a humanidade em todas as partes do planeta a viverem de forma plena uma vida espiritual comprometida com o Amor, Compaixão, Paz e o Deus que existe dentro de cada ser.

Este livro nos leva a viajar pelas montanhas do Hymalai, também nos transporta para o Nepal e para a Índia. Conta, em poucas páginas, a história do nascimento de Siddartha, como foi que chegou a iluminação e se tornou Buda. Apresenta, de forma delicada, contagiante e amorosa os principais princípios da teoria espiritual de um Budista. Nesses tempos de tanta dor, conflito e contradição, cada página lida é uma dose de “esperança”, de “fé” e de vontade de viver e construir em nosso dia a dia um mundo melhor.

É impressionante que, em tão poucas páginas, seja compartilhado tanto conteúdo, ademais da história das duas monjas, dos monges, dos tibetanos de todas as idades assassinados, torturados, exilados e heróis no anonimato; da história do príncipe que se tornou Buda.

O autor nos ensina, nos orienta a dar alguns passos espirituais importantes em nossa vida em busca da iluminação e da evolução espiritual; o livro ainda



conta a história humilde, mas cheia de luz de dois Lamas que realmente merecem ser reverenciados e serem chamados de sua “Santidade o Dalai Lama”: Décimo Terceiro e Décimo Quarto (o atual Tenzin Gyatzo).

Descreve o final da vida do décimo terceiro “Sua Santidade o Dalai Lama”, como ele mesmo indicou o local onde reencarnaria, ou seja, onde deveriam procurar o Décimo quarto Dalai Lama. Também a profecia deste indicando o que aconteceria com o Tibet, o sofrimento, o que os chineses jamais imaginariam que devido à invasão e a tentativa de destruição da Cultura Espiritual aconteceria exatamente o contrário, a Budismo Tibetano se espalharia pelo mundo em todas as partes do planeta.

## FILME

### A CORRENTE DO BEM

Direção: Mimi Leder

Elenco: Kevin Spacey, Helen Hunt, Haley Joel Osment mais  
Gêneros Comédia dramática, Romance

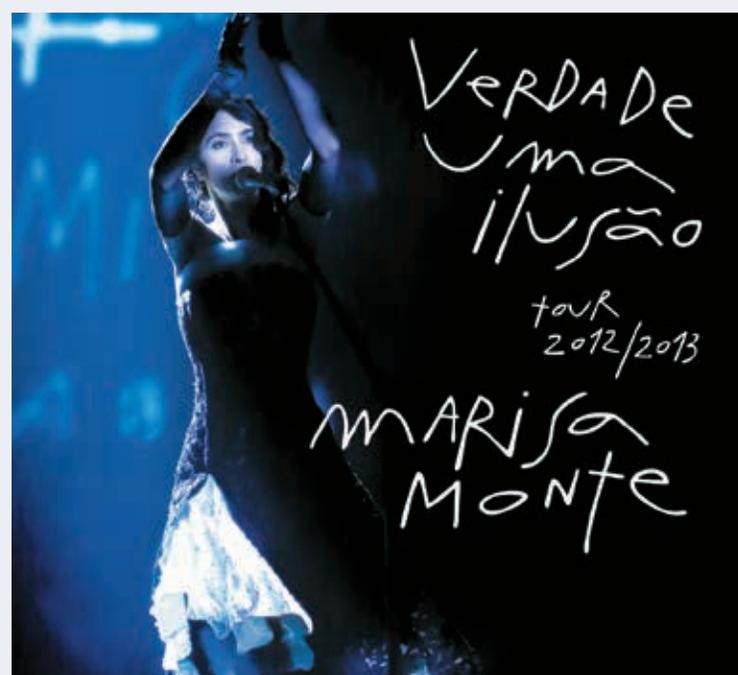
Eugene Simonet (Kevin Spacey), um professor de Estudos Sociais, faz um desafio aos seus alunos em uma de suas aulas: que eles criem algo que possa mudar o mundo. Trevor McKinney (Haley Joel Osment), um de seus alunos e incentivado pelo desafio do professor, cria um novo jogo, chamado “pay it forward”, em que, a cada favor que recebe, você retribui a três outras pessoas. Surpreendentemente, a ideia funciona, ajudando o próprio Eugene a se desvencilhar de



segredos do passado e também a mãe de Trevor, Arlene (Helen

Hunt), a encontrar um novo sentido em sua vida.

## CD



### MARISA MONTE VERDADE, UMA ILUSÃO

Paulo Roberto da Purificação  
Grupo Cantoterapia Sol Maior

Depois de 120 shows em 20 cidades brasileiras e 12 no exterior, Marisa Monte lança o CD, DVD e Blu-ray Verdade, Uma Ilusão, resgatando vários sucessos, onde reúne músicos excepcionais e inova no cenário em um show que encantou milhares de pessoas, num espetáculo deslumbrante.

O show, gravado em agosto de 2013, no espaço Cidade das Artes no Rio de Janeiro, inclui grandes sucessos como “Ainda Bem”, “Não Vá Embora”, “Diariamente”, “Infinito Particular”, “Gentileza”, uma versão inédita em português da música “Ilusão” e algumas novidades como “E.C.T.” e “Dizem”.

Verdade, Uma Ilusão é a sexta turnê da cantora brasileira Marisa Monte.

Vale conferir.

1. O Que Você Quer Saber De Verdade
2. Descalço No Parque
3. Arrepio
4. Ilusão (Ilusion)
5. Depois
6. Amar Alguém
7. Diariamente
8. Infinito Particular
9. E.C.T.
10. De Mais Ninguém
11. Dizem (Quem Me Dera)
12. Lencinho Querido (El Panielito)
13. Sono Come Tu Mi Vuoi
14. Ainda Bem
15. Verdade, Uma Ilusão
16. Gentileza
17. Não Vá Embora



## Gratidão

Thiago Figueiredo

Sou-te grato por me teres dado a oportunidade de reviver a juventude, de revolver sonhos e fantasias sucumbidas na escuridão, onde jaziam meus sentimentos.

Sou-te grato pelas ilusões perdidas, ora ressuscitadas; das aspirações esquecidas, ora lembradas.

Ainda sou-te grato pelas inspirações que buscaram no meu inconsciente, músicas e poemas em profusão...

Sou-te grato pela aurora que fizestes surgir entre as brumas cinzentas e frias das manhãs umbradas e descoloridas. Enfim, sou-te grato por eliminares o eclipse que turvava meus olhos, "intransparcendo" a senda do amor puro, belo, gigante...

Como agradecimentos ainda me restam, sou-te grato pela saúde infinda deixada em minha alma, transmutando a rotina dos meus dias e noites, transformadas em sonhos mil...

Obrigado por tudo e, sobretudo, por tudo teres mostrado e nada teres concedido.

Obrigado pela sede e pela fome de amor que me crucificaram e permitiram o ressurgimento das cinzas, e, como Fênix, alçar vôos mais altos, alcançando esferas superiores da compreensão e do vislumbre da realidade impiedosa da razão. Obrigado meu amor... "consola-me saber que pessoas existem que choram porque as rosas dão espinhos, enquanto outras riem porque os espinhos dão rosas..."



## COMUNIDADES COLABORATIVAS transformação e desenvolvimento do ser humano

Édis Mafra Lapolli  
Terapia do Livro

*Acredito que o nosso desenvolvimento interior só é saudável se tem o propósito de servir e contribuir com o mundo. O caminho do desenvolvimento precisa de um propósito para servir. Logo o desenvolvimento de uma organização requer o compromisso com o desenvolvimento interior das pessoas e estes são os dois pilares do desenvolvimento social. O desenvolvimento interior torna possível o desenvolvimento da organização e esta, por sua vez, torna possível o desenvolvimento interior. De outra forma, o desenvolvimento interior seria vítima do egoísmo e o desenvolvimento social e organizacional poderia ter um aspecto fanático. Ou seja, precisamos enfrentar a luta na nossa alma para desenvolver a tolerância com o mundo exterior.*

(Chris Schaeffer)



Comunidade colaborativa é uma comunidade aberta em que o pertencimento é definido a partir da participação colaborativa, ou seja, a partir da colaboração entre seus membros. A colaboração deve ser aqui entendida como envolvendo o compartilhamento de conhecimentos e interesses

variados entre os membros da comunidade.

A participação em comunidades colaborativas é decorrente da natureza colaborativa das atividades que valorizam a reciprocidade, o respeito e a boa vontade dos indivíduos que delas fazem parte.

De acordo com Matusov (1995, p. 10), "uma comunidade aberta é tanto local quanto global". Considerada local no sentido de que, como todas as comunidades, ela é limitada por determinadas práticas e pessoas e por um determinado sistema. Global, em função dos processos colaborativos.

Assim, percebe-se que, em uma comunidade colaborativa, os seus participantes são incentivados a trabalhar em grupo, tendo como fator motivador uma missão ou objetivo coletivo. Esta forma de trabalhar promove a inovação, a agilidade e a eficiência. Para que isto aconteça, torna-se necessário: definir um objetivo comum; cultivar a ética da contribuição; desenvolver processos que permitam às pessoas trabalhar em equipe em projetos flexíveis, porém, disciplinados e; criar uma infraestrutura na qual a colaboração seja valorizada e reconhecida.

Ao definir um objetivo comum, a comunidade colaborativa forma uma base para a confiança e para a coesão de pensamentos. Além disso, quando este objetivo é eficaz, ele articula o posicionamento do grupo que faz parte da comunidade.

Cultivar a ética da contribuição é seguir uma série de valores, e o maior deles é aquele atribuído a quem olha além da sua função específica e contribui para o objetivo comum.

Desenvolver processos que permitam às pessoas trabalhar em equipe em projetos flexíveis faz com que as equipes alcancem os objetivos comuns obtendo sucesso e, para que isto aconteça, os integrantes das equipes devem ser disciplinados, pois devem ser capazes de trabalharem unidos, mantendo-se comprometidos com os processos.

Criar uma infraestrutura na qual a colaboração seja valorizada e reconhecida faz com que todos os integrantes da comunidade tenham o sentimento de pertencimento e essa estrutura deve ser baseada na centralização participativa. Participativa porque a colaboração busca mobilizar os conhecimentos de todos e centralizada porque esses conhecimentos devem ser coordenados para que possam ser replicados.

Neste contexto, verifica-se que a construção e participação em comunidades colaborativas levam à (trans)formação e ao desenvolvimento dos indivíduos, além de levar à transformação e ao desenvolvimento dos contextos de atuação desses indivíduos.

### REFERÊNCIAS

MATUSOV, E.. What community do we envision for schools: Market, gang, or collaboration? *Socio-Cultural Research News*, Madrid, v. 2, n. 1-2, p. 8-10, 1995. Fundación Infancia y Aprendizaje.

<http://www.msarh.com.br/blog/mercado-trabalho/comunidades-colaborativas.html>

<http://www.hbrbr.com.br/materia/como-erguer-uma-empresa-colaborativa>  
<http://www.hbrbr.com.br/>



**BLOCOS E LAJES W W**

Lajes Treliça, Painel Convencional, Mourões e Blocos

**Ilmar Fernandes**

**Fone: (48) 3344-2359**  
**3341-1192**

E-mail: [blocoselajesww@hotmail.com](mailto:blocoselajesww@hotmail.com)

Rua: João Paulo VI nº 743 - Ponte do Imaruim - Cep: 88130-780 - Palhoça - SC

# O SISTEMA NACIONAL DE INOVAÇÃO DO BRASIL

César Panisson

Édis Mafra Lapolli

Para Nelson (2006) um sistema de inovação é composto de atores institucionais que, atuando conjuntamente, afetam o desempenho inovador das economias e, conseqüentemente, o seu processo de desenvolvimento.

Os primeiros passos dados na construção do sistema nacional de inovação brasileiro estão nos esforços de apoio à pesquisa e desenvolvimento, no início dos anos de 1950, com recursos limitados e meios indiretos como investimento de infraestrutura pública em centros de pesquisa, fornecimento de assistência técnica e serviços de metrologia, formação de recursos humanos e outras externalidades (RODRIGUEZ; DAHLMAN; SALMI, 2008).

Atualmente, a estrutura do Sistema Nacional de Inovação brasileiro é complexa e envolve além do Ministério da Ciência e Tecnologia, os Ministérios da Educação, Agricultura, Saúde, Defesa e Desenvolvimento e Comércio Exterior. O Conselho Nacional de Ciência e Tecnologia (CCT) é o órgão consultivo de assessoramento junto a Presidência da República e coordena a política nacional de Ciência e Tecnologia do País. A política industrial é formulada pelo Ministério do Desenvolvimento, Indústria e Comércio (MDIC) por meio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Industrial (CNDI) e da Agência Brasileira de Desenvolvimento Industrial (ABDI).

Albuquerque (1996) estabelece uma “tipologia” dos Sistemas Nacionais de Inovação a nível mundial, classificando-os em três categorias, permitindo, assim, averiguar um comparativo da posição brasileira frente aos demais países.

A primeira categoria envolve os sistemas de inovação maduros e encontra-se nos principais países capitalistas desenvolvidos, que têm a capacidade de manter-se na fronteira tecnológica ou muito próximo dela e na liderança da produção científica mundial. Para o autor, Estados Unidos, Japão e Alemanha possuem tais características, seguidos por Inglaterra, França e Itália.

A segunda categoria abrange os países cujo objetivo central de seus sistemas de inovação é a difusão de inovações, estes possuem menor capacidade de geração tecnológica, entretanto, o elevado dinamismo tecnológico interno possui grande capacidade de absorção dos avanços tecnológicos gerados nos centros mais

avançados dos países identificados na primeira categoria. Os países dessa categoria desenvolveram especializações nacionais bastante claras em alguns nichos do mercado internacional e são divididos em dois subconjuntos: os países “pequenos de alta renda” como Suécia, Dinamarca, Holanda e Suíça; e os países asiáticos de desenvolvimento recente e acelerado como Coréia do Sul e Taiwan.

A terceira categoria apontada por Albuquerque (1996, p. 58) representa os países cujos sistemas de inovação não se completaram: “são países que construíram sistemas de ciência e tecnologia que não se transformaram em sistemas de inovação”, incluindo-se o Brasil, Argentina, México e Índia.

Na atual conjuntura em que se encontra organizada a economia mundial moderna e na velocidade com que hoje ocorrem os avanços tecnológicos, países como o Brasil precisam realizar um enorme esforço para avançar na geração e utilização do conhecimento técnico-científico, criando competências em áreas estratégicas e, des-

sa forma, avançar na estruturação de uma base econômica apoiada em um processo sólido de inovação.

Embora considerado um país que possui um sistema de ciência e tecnologia que ainda não se transformou em sistema de inovação, o Brasil apresenta uma série de dispositivos em sua política de ciência, tecnologia e inovação que procuram desenvolver um ambiente favorável à dinamização do processo de inovação tecnológica nas empresas visando, principalmente, a expansão do emprego, da renda e do valor agregado nas diversas etapas de produção.

Com isso, buscam-se através de programas, financiamentos e incentivos ampliar as competências na economia do conhecimento onde o Brasil tem vantagens expressivas tanto em termos de potencial

produtivo quanto de domínio tecnológico, reduzindo o hiato tecnológico; concentrando esforços em setores estratégicos na cadeia de petróleo e gás, no complexo industrial da saúde, incluindo os fármacos, no complexo industrial da defesa, no programa espacial, nas tecnologias de informação e comunicação, na área nuclear, nos setores de biotecnologia e nanotecnologia; fomentando a “economia verde” de energias renováveis, biodiversidade, mudança climática e aproveitamento sustentável dos recursos marítimos, intensificando o aporte da ciência e da tecnologia, a erradicação da pobreza e a redução das desigualdades sociais e regionais; ampliando o papel da ciência e da tecnologia como instrumento de apoio a inserção internacional do Brasil.



## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Eduardo da Motta. Sistema nacional de inovação no Brasil: uma análise introdutória a partir de dados disponíveis sobre a ciência e a tecnologia. Revista de Economia Política, v. 16, n. 3, p. 56-72, 1996.  
NELSON, R. R. As fontes do crescimento econômico. Campinas, SP: Unicamp, 2006.

RODRIGUEZ, Alberto; DAHLMAN, Carl; SALMI, Jamil; Knowledge and innovation for competitiveness in Brazil. Washington, DC: The International Bank for Reconstruction and Development; World Bank, 2008.

## COMPROMISSOS DO HOMEM: Elementos Doutrinários

Jaime João Regis  
Equipe Filosófica

O compromisso é o fator de sustentação do princípio da ajuda, no sistema integrado que garante a vida. O sol tem compromisso com a terra em lhe fornecer luz e calor, para promover dentre tantos fenômenos, por exemplo, a evaporação da água e a formação de nuvens, que têm o compromisso de se precipitarem sob a forma de chuva irrigando o solo e alimentando as nascentes. As nascentes têm o compromisso de abastecerem os veios que vão formar os cursos d'água, que suprem os vegetais e os animais de seu elemento essencial. O solo irrigado tem o compromisso de acolher a semente, para que ela germine e cresça a planta, que tem o compromisso de adornar-se de flores carregadas de néctar e pólen para atrair as abelhas, que têm o compromisso de recolher a generosa oferta e promover a mistura do pólen masculino e feminino, fecundando o fruto, cujas sementes armazenam o código compromissado em prosseguir a vida, desde que todos os agentes antecedentes honrem os seus compromissos.

Todos os demais segmentos do sistema são sustentados pelo compromisso dos agentes que o compõem. O homem faz parte de todos eles, como um elo decisivo, tendo o inegável compromisso de proteger a terra e a natureza - os rios, os mares, as florestas, os mananciais, os mangues, a flora, a fauna, o ar. Foi-lhe confiado esse patrimônio inestimável, e o compromisso de preservá-lo é somente dele, tendo-lhe sido acessados meios tecnológicos para instrumentá-lo e auxiliá-lo, pois que, do atendimento desse compromisso, dependerá a sua permanência e a continuidade da vida no planeta, apenas isso!

O ser humano, indistintamente do grau de compreensão e desenvolvimento em que se encontre, e do grupo a que faça parte, tem outras classes de compromissos, de diversas origens e naturezas, a vida toda e após ela. Dentre os relacionados a normas e regulamentos que deve observar, porque a eles está afeto, tem compromisso com o Código Nacional de Trânsito; com a Convenção do Condomínio; com o Código de Posturas do Município; com o Conselho que regulamenta a sua profissão; com o Estatuto Social do clube recreativo, cultural ou entidade assistencial a que pertença. Como detentor de um título de eleitor, com a escolha do seu representante na função pública eletiva. Como profissional e prestador de serviços tem uma gama de compromissos, principalmente com o cliente ou consumidor. É delicado o compromisso de quem produz alimentos e de quem os processa, em seguir as normas higiênicas sanitárias e tecnológicas e obtê-los dentro dos índices qualitativos estabelecidos e dos limites de defensivos e outros aditivos, quando autorizados.

Ninguém está isento de compromissos, nem é possível deles se esquivar ou selecioná-los. A vida é um compromisso, viver é estar permanentemente com eles envolvido. Alguns, pela extensão e alcance, têm destaque especial. Dentre eles os compromissos familiares, porque deles resultam a qualidade da formação da célula básica da sociedade, com reflexos diretos sobre os padrões, em todos os sentidos, nela manifestados. Iniciam-se com o cumprimento das responsabilidades e deveres recíprocos entre os membros do casal: sinceridade, fidelidade, respeito, cooperação, participação, solidariedade, união, compartilhamento, generosidade. Que sustentarão os compromissos dos pais para com os filhos: amparo, proteção, suporte material, segurança, preservação da saúde, educação, instrução, apoio nos projetos, companheirismo, incentivo a percepção do belo, do correto, do salutar, do divino, do ético, do lícito; transferência de valores sólidos, afeto, amor em seu sentido amplo. Ambiente de referência e estímulo aos compromissos dos filhos para com os pais e entre si.

Assim, são geradas as bases e lançados os fundamentos para que toda a sociedade tenha em seus membros a noção de compromisso, em tudo e com todos, em reciprocidade, incluindo a do governante para com os governados.

Quando, porém, se faz uma análise de como as pessoas se comportam em relação aos compromissos que a vida impõe, vê-se o quanto expressiva maioria se encontra distante de entendê-los, assumi-los e cumpri-los. A lei de causa e efeito em ação mostra a evidente relação entre as dores, sofrimentos, doenças, tristezas e dissabores com o comportamento negligente, omissivo e marcado por práticas destoantes e contrárias aos ditames da harmonia cósmica. Há um mecanismo que permanentemente indica o caminho e reaponta a direção. A persistência do ser no descaso e indiferença ao chamamento que os compromissos honrados constroem, o retém no caminho dos tropeços, escuro e triste, até que se alinhe ao compromisso de restaurar o elo e reacender sua luz.

## O CAMINHO DA ILUMINAÇÃO

Irmão Savas

(Mentor do Núcleo Espírita Nosso Lar)

Vejo que tens te concentrado na autodescoberta, ou autoconhecimento, passando a compreender desde o início de tua jornada que és muito mais do que atualmente consegues perceber.

Essa compreensão, meu Irmão, começa com a percepção de teus hábitos negativos, mentais ou físicos e a constatação de que podes te sentir confortável se procurares modificar a energia que te leva a manter tais hábitos. Esse caminho da compreensão é também um caminho da iluminação, pois, recebes a iluminação através da tua autodescoberta.

Quando percebes que em teu dia foste cruel, invejoso, raivoso ou egoísta, esse ato de percepção é um aspecto da iluminação. Quando passas a contrariar tais sentimentos negativos ou atitudes e passas a expressar o amor e a apreciar teu novo modo de ser, então, em verdade, estás tendo a experiência da iluminação porque aprendeste uma lição em relação a ti mesmo. Tu compreendeste um aspecto negativo de ti mesmo e o transformaste em luz, em verdade e em amor. É neste ponto de transformação que tu estás experimentando a iluminação.

A iluminação, portanto, pode ser entendida como um processo de compreensão e aceitação da verdade, manifestada em tua realidade. Resumindo, tu percebes o hábito negativo e percebes a verdade vendo-os lado a lado. Através de tua mente, escolhes qual das duas energias é a mais apropriada: o hábito negativo ou a verdade. É quando a sua mente se torna uma mente iluminada.

Durante teu dia, deverás experienciar, em tua realidade, inúmeros momentos de iluminação, momentos esses preciosos de abundante amor ou energia transformadora que farão com que te sintas mais iluminado que antes, desejando permanecer nessa realidade que é a energia da força vital de Deus e do teu próprio ser.

Desse modo, o teu ato de mover-te para a iluminação é um sistema, um meio ou caminho de compreensão, de manifestação e de transformação. Ser iluminado, por sua vez, é ver, compreender e viver com a verdade de Deus. Tudo é um estado da mente... Quando tua mente está aberta, limpa, livre de toxinas todo teu ser é livre para existir como luz, amor, verdade e a presença da Espiritualidade de Luz.

És um ser iluminado, porém, ainda existem nuvens de fumaça a tua volta... As nuvens de fumaça que podem ser finas ou densas são teus medos, e as limitações que tu mesmo te apegas. São tuas criações originadas em tua mente obscura da compreensão

de ti mesmo e da realidade ou indisponibilidade de compreender a tua verdade.

Se eu te perguntasse se estás disposto a perceber a tua verdade e de estar em sintonia com Deus, existindo, pois, como um ser iluminado na Terra, por certo me responderias prontamente que sim. Porém, eu te digo que tua alma está disposta, mas, tua mente, a tua personalidade ou as tuas emoções ainda não estão prontas. Na maior parte das vezes, é tua mente, tua personalidade, teus hábitos e ligações que manténs, que demonstram que ainda resistes em te tornar iluminado, ainda que tenhas orado intensamente para tal fim.

Quando digo que ainda resistes em te tornar um iluminado, assim o faço lembrando-te dos teus medos e dúvidas que precisam ser descobertos, reconhecidos e colocados ao lado da verdade, escolhendo qual desejais energizar e manifestar. Tua mente deve estar vigilante de si mesma e de teus pensamentos, ainda que seja cansativo assim se manter.

Mantenha o foco, intensifique o foco tratando-o como uma consciência espiritual.

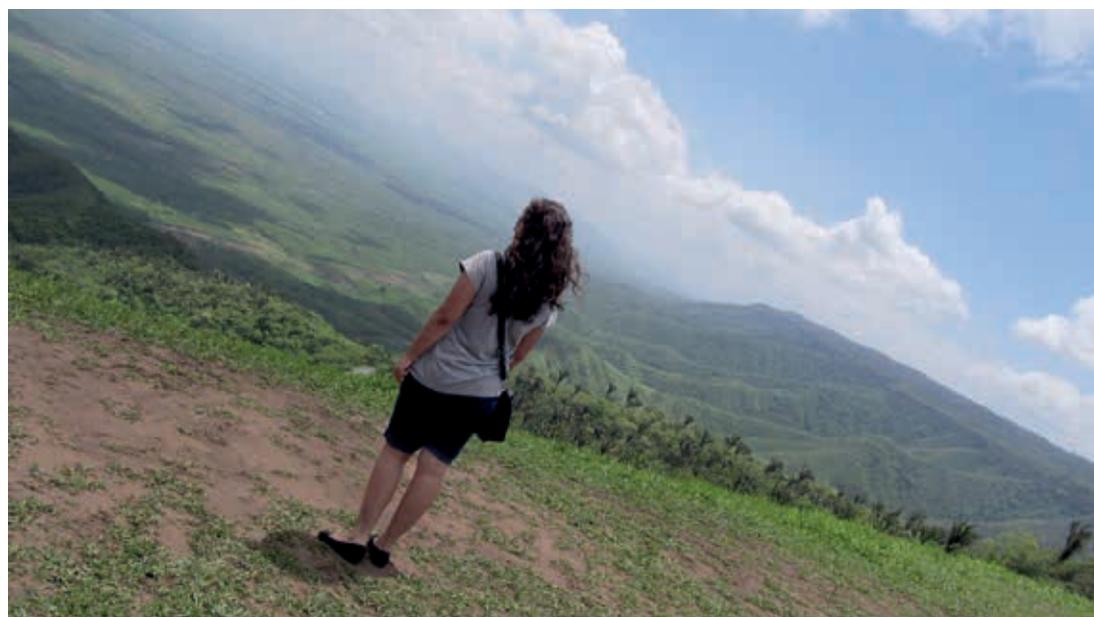
A Espiritualidade de Luz sussurra constantemente em teus ouvidos que és um farol de luz. Ela incansavelmente lhe envia vibrações de luz para ativar a tua energia e dissolver as limitações que impedem a percepção da verdade. Contudo, a ativação de que te falo pode ocorrer, tão somente, quando deres o teu consentimento através de teu livre arbítrio.

O medo é o principal obstáculo para ativar tua energia, impedindo que percebas a verdade. Precisas conhecer, profundamente este inimigo, o medo, ao tempo que precisas meditar sobre a fé, aprendendo a alimentá-la e fortalecê-la. As pessoas, de modo geral têm pouca fé e muito medo.

O medo é um sentimento negativo e estagnado que te leva à paralisação. O medo é dúvida, é preocupação, é insegurança, é angústia, é ansiedade, é apreensão, é nervosismo, é pânico, é incerteza, é opressão, é descrença em Deus.

A fé, por sua vez, é um sentimento positivo que conduz à realização. A fé é luz, é poder, é segurança, é autoconfiança, é certeza, é alinhamento com a vontade divina, é crença em Deus, é coragem.

Através de tua mente, escolhes qual das duas energias é a mais apropriada: o hábito negativo ou a verdade (o medo ou a fé). Com tua escolha, poderás tornar tua mente uma mente iluminada. A iluminação e o progresso espiritual é o motivo de tua encarnação na Terra.



# Informativo Nosso Lar



Núcleo Espírita Nosso Lar  
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer



[www.nenossolar.com.br](http://www.nenossolar.com.br)

## HOMENAGEM A NÓS

Juliana Nunis

Que vida louca levamos nós, mães modernas, mães do século 21, mães de filhos únicos, ou de muitos filhos que se tornam únicos pelo pouco tempo que conseguimos ter para cada um...

Que vida louca temos nós, que acordamos ao raiar do dia e saímos para o trabalho delegando a outras, que em casa deixam seus filhos também, que sejam as mães que nossos pequenos não tem...

Que vida louca temos nós que somos mães por telefone em tempo integral, que fazemos de nosso horário de almoço um momento para checar a lancheira, arrumar uniforme, fazer "Maria chiquinhas" e ter tempo de lembrar as antigas mães e mandar seu filho escovar os dentes...

Que vida corrida temos nós, cheia de horários marcados com momentos de ser mulher, mãe, amiga, esposa, profissional, namorada... somos muitas e as vezes não conseguimos ser tudo...

Vivemos uma rotina que rotina mesmo quase não tem, pois o dia é sempre um mistério para aquelas que têm filhos, afinal nunca sabemos se o dia que começou é o dia marcado para a dor de garganta chegar, ou para a prova surpresa de matemática, ou para briga com o amiguinho na escola, ou para pesquisa sobre o relevo que ele se esqueceu de te avisar...

Sabemos apenas que vivemos assim...

Acordar... trocar de roupa para o trabalho, esperar pacientemente que sua secretária do lar não falte, olhar seu filho dormindo por mais alguns minutos e ter vontade de ficar com ele só por hoje um dia inteiro, sair de casa, despedir-se do filho e dar muitas ordens a empregada que a deixam perdida... ir para o trabalho, ser profissional, ser mulher moderna, ser guerreira, lutar pra vencer, fazer a diferença no mundo profissional...

Ligar ao longo do dia para marcar pediatra, fugir correndo do serviço para assistir a



apresentação da escola no dia das mães, procurar alguém para buscar seu filho na escola porque hoje apareceu uma reunião e não tem como ir, e sempre acabar contando com a sua mãe para te fazer esse eterno favor...

Correr, preocupar-se, desdobrar-se vender o dia, e ainda chegar em casa checar a tarefa, supervisionar o banho, fazer mil e uma

perguntas sobre o dia de seu filho, sentir-se culpada por não ser mais presente, brincar, dar atenção, cantar uma música, ler uma história, assistir pela bilionésima vez o filminho da Disney e acabar adormecendo ali, na cama de solteiro ou do lado do berço, cansada, mas realizada por ter sido, por mais um dia, MÃE...



## PRECISANDO DE DINHEIRO?

O Koerich empresta pra você.  
É dinheiro na hora e sem burocracia.

**EMPRÉSTIMO PESSOAL KOERICH**  
É SEM TARIFA E COM A MELHOR TAXA DE JUROS DO MERCADO.

- Você tem até 90 dias para começar a pagar.
- Você paga no carnê com a parcelinha que cabe no seu bolso.
- O Dinheiro é liberado na hora.

É dinheiro rápido e fácil para você colocar suas contas em dia.



Fale com o vendedor  
ou ligue 0800 148 8000