

# Informativo Nosso Lar



Núcleo Espírita Nosso Lar  
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer



www.nenossolar.com.br

FEVEREIRO 2017 - ANO 7 - Nº 52



Refletindo sobre as implicações da prática da alteridade pelos seres humanos, pode-se afirmar que esse é um valor que está escrito em nossas consciências e que somente agora começa a ser descoberto, quando já se podem vislumbrar alguns tênues clarões a indicarem a aurora de um novo tempo. Seu significado reflete uma nova mentalidade, aquela que deverá vigorar na civilização que, certamente, irá transformar a Terra num mundo de regeneração porque se refere à aceitação das diferenças; também significa a não-indiferença, o amar ou ser responsável pelo outro, o aprender com os diferentes, aceitando e respeitando-os em suas diferenças.

Páginas 8 e 9

## ESTÉTICA SOCIAL

**corpo, mente e espírito, a verdadeira plenitude da vida**

Quando escutamos a palavra estética, o primeiro pensamento sobre esse termo nos remete ao que é belo. Mas é belo para quem?

Será que a beleza está nos objetos ou quem sabe nas pessoas que apreciamos, ou está em nós, na nossa forma de ver?

Está na nossa forma de ver, de perceber, na nossa essência. A beleza é uma percepção sensorio-emocional, é por meio das nossas emoções, da nossa sensibilidade que a estética se torna a capacidade de perceber as coisas como belas ou não, afirmam as autoras.

Página 14



## GRUPO DE VIVÊNCIA: superando o individual e construindo o coletivo

No Núcleo Espírita Nosso Lar, existem muitas terapias à disposição de quem necessita tratamento físico e emocional. O Programa de Reconciliação Integral do Ser (PRIS) oferece a possibilidade de participação nos Grupos Terapêuticos aos pacientes em tratamento físico no CAPC.

Informa Viviane Cruz Perugini que, neste trabalho, a exteriorização de crenças, valores e emoções, juntamente com a liberdade de expressão promovem a descoberta de si mesmo e dos outros interagentes do grupo, estimulando, assim, a criatividade, a flexibilidade, a diversidade e a riqueza de experiências que são vivenciadas nos encontros grupais.

Página 10

## Colunas

### ● INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Adilson Maestri  
Página 7

### ● UMA CRIANÇA PERDIDA DOS PAIS

Homero Franco  
Página 7

### ● MOVIMENTO DE VANGUARDA NO COMPORTAMENTO INDIVIDUAL DE CONSUMO!

Valéria Melo Ribeiro  
Página 11

### ● IDEALISMO FILOSÓFICO

Édis Mafra Lapolli  
Página 13

### ● PORQUE FAZER O BEM SEM OLHAR A QUEM Elementos Doutrinários

Jaime João Regis  
Página 15

Como disse um operário num curso de educação popular: “Sei que, como todo mundo, não sei muitas coisas”.

Na sociedade como a brasileira predomina a concepção de que aqueles que fazem serviço braçal não sabem, no entanto, os que foram formados como anjos barrocos, que só têm cabeça e não têm corpo, não sabem o que fazer das mãos, não têm equilíbrio emocional para lidar com as relações de alteridade.

Daí porque, agora, substituíram o Q.I. para o Q.E., o Quociente Intelectual para o Quociente Emocional. Por quê? Porque as empresas estão constatando que alguns dos seus altos funcionários não conseguem lidar com o conflito, discutir com o colega de trabalho, receber uma advertência do chefe e, muito menos, fazer uma crítica ao chefe.

Bem, nem precisamos falar de empresa. Basta conferir na relação entre casais. Como Jesus um dia fez, ao reunir um grupo dos doze e perguntou: “O que o povo pensa de mim?” E depois acrescentou: “E o que vocês pensam de mim?” Quem, na cultura ocidental, melhor enfatizou a radical dignidade de cada ser humano, inclusive a sacralidade, foi Jesus.

O sujeito pode ser paralítico, cego, imbecil, inútil, pecador, mas ele é templo vivo de Deus, é imagem e semelhança de Deus. Isso é uma herança da tradição hebraica. Todo ser humano, dentro da perspectiva judaica ou cristã, é dotado de dignidade pelo simples fato de ser vivo.

Não só o ser humano, todo o Universo. Paulo, na *Epístola aos Romanos*, assinala: “Toda a Criação geme em dores de parto por sua redenção”.

Dentro desse quadro, o desafio que se coloca para nós é como transformar essas cinco instituições pilares da sociedade em que vivemos: Família, Escola, Estado e Trabalho.

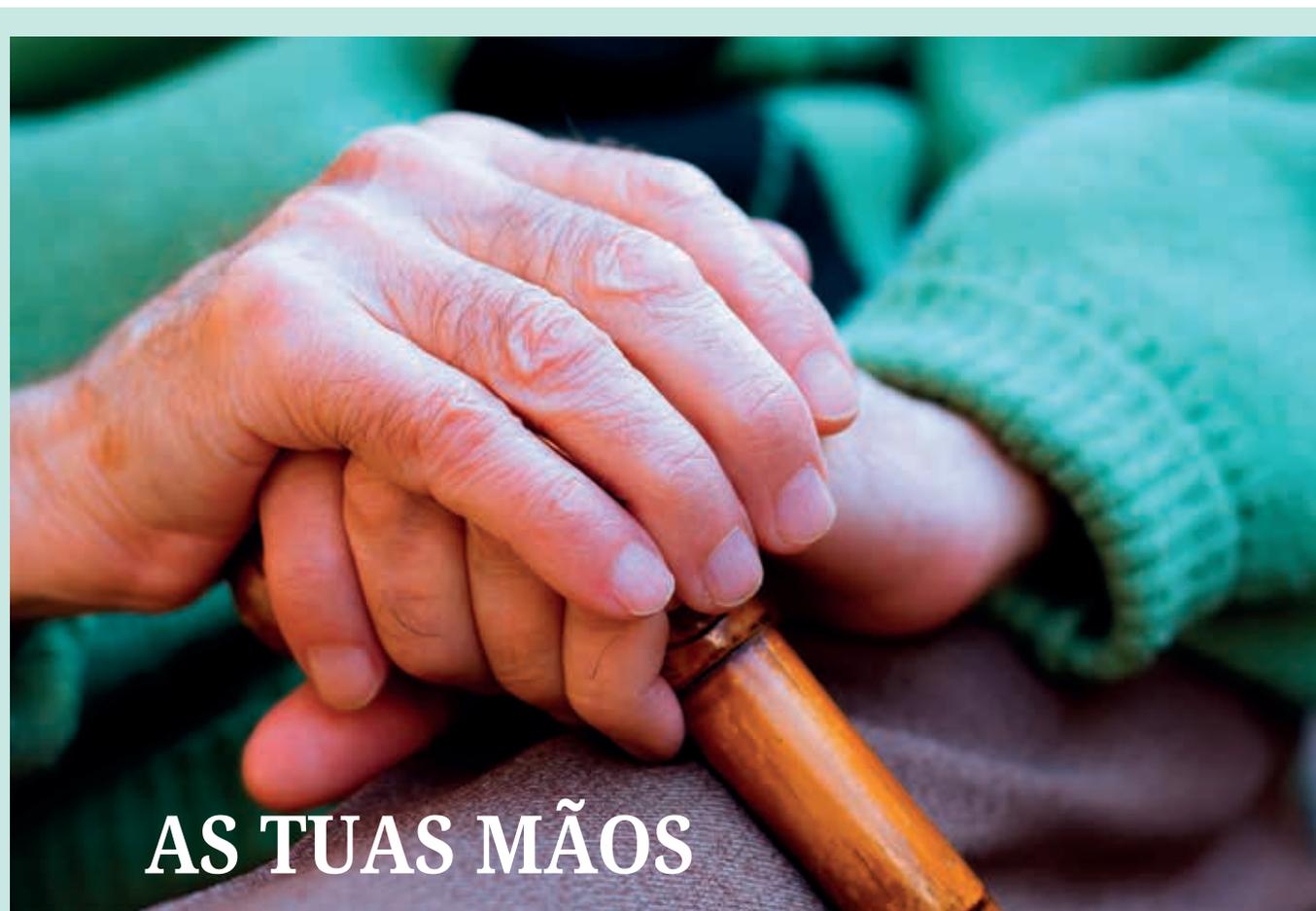
Como torná-los comunidades de resgate da cidadania e de exercício da alteridade? O desafio é transformar essas instituições naquilo que elas deveriam ser sempre: comunidades. E comunidades de alteridade.

Aqui entra a perspectiva da generosidade. Só existe generosidade na medida em que percebo o outro como outro e a diferença do outro em relação a mim. Então sou capaz de entrar em relação com ele pela única via possível porque, se tirar essa via, vou querer ser como ele ou que ele seja como sou - a via do amor, se quisermos usar uma expressão evangélica; a via do respeito, se quisermos usar uma expressão ética; a via do reconhecimento dos seus direitos, se quisermos usar uma expressão jurídica; a via do resgate do realce da sua dignidade como ser humano, se quisermos usar uma expressão moral. Isso supõe a via mais curta da comunicação humana, que é o diálogo e a capacidade de entender o outro a partir da sua experiência de vida e da sua interioridade.

No mesmo vagão em que o Universo nos contempla com os ensinamentos da Alteridade, toma assento a Beleza do Servir de que tão bem nos fala nosso Mentor, no texto da página 15.

Estamos iniciando o ano de 2017, o ano do Galo de Fogo que nos pede harmonia nas ações, coragem, força e muito cuidado com o ego.

Boa leitura!



Mario Quintana

As tuas mãos, grossas veias como cordas azuis  
sobre um fundo de manchas já cor de terra  
- como são belas as tuas mãos  
pelo quanto lidaram, acariciavam ou freiriam da nobre cólera dos justos...

Porque há nas tuas mãos, meu velho pai, essa beleza que se chama simplesmente vida.  
E, ao entardecer, quando elas repousam nos braços da cadeira predileta,  
uma luz parece vir de dentro delas...

Virá dessa chama que pouco a pouco, longamente,  
vieste alimentando na terrível solidão do mundo.  
como quem junta gravetos e tenta acendê-los contra o vento?  
Ah! Como os fizestes arder, fulgir, como o milagre de suas mãos!

E é, ainda, a vida que transfigura as tuas mãos nodosas...  
essa chama de vida - que transcende a própria vida...  
e que os Anjos, um dia, chamarão de alma.”

## 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  
jucliadzfernandes@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)

# A ÁGUA

## SUA IMPORTÂNCIA NA COMPOSIÇÃO ORGÂNICA E CONDUÇÃO DE ENERGIA

Nilda Figueiredo  
Nutricionista, CRN10 - 0416

*“Pesquisas mostram que as fronteiras entre o não vivo e o vivo não são tão distantes. A matéria inorgânica foi percebida como algo não inerte e vibra sob a ação de forças numerosas”  
(YOGANANDA/14).*

A água tem grande interação em aspectos orgânicos. A água, substância mineral, insípida e inodora, é essencial a toda forma de vida.

Em nosso corpo, ela age como:

1. solvente que transporta os elementos do metabolismo;
2. participa na digestão, absorção, circulação e excreção de nutrientes;
3. compõe a célula;
4. integra o sangue e sustenta a pressão arterial;
5. determina a pressão do líquido que envolve o Sistema Nervoso Central (líquor cefaloraquidiano);
6. transporta informação e energia.

O nosso corpo é composto por, aproximadamente, 60 a 70% de água (estando a criança mais próxima aos

70% e o adulto dos 60%).

Eliminamos por dia, em condições normais, cerca de: 0,4 litro de água no processo de respiração; 1,2 litro na urina; 0,6 litro na transpiração e 0,1 a 0,3 litro pelos intestinos, somando um total perto de 2,5 litros.

Isso nos lembra da necessidade de reposição diária, em quantidades correspondentes, de forma a nos mantermos hidratados. Lembra também que a água ingerida deverá integrar o corpo e que, por conseguinte, deve ser pura ou compor as frutas, legumes e outros alimentos que ingerimos sem jamais conter aditivos estranhos.

Fonte consultada - BERALDO, Marcos. **Nutrição Multifuncional Celular**. Rio de Mouro/ Portugal: Everest, 2008.



## Uniformes NENL e CAPC é na:

Camisetas Toucas e máscaras Jalecos Gandola



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

## COMPARTILHAMENTO DO CONHECIMENTO NOS PROCESSOS DE HOSPITALIZAÇÃO PEDIÁTRICA

Ivana Maria Fossari

Como enfermeira em uma unidade de hospitalização pediátrica, junto às crianças e familiares acompanhantes, colegas de equipe, observo o quanto precisamos manter o respeito à individualidade, defender a integridade física e emocional do outro, desempenhar o cuidado sem riscos, planejar as ações com segurança e bom senso além do conhecimento técnico inerente ao desempenho profissional.

Essas características do/a enfermeiro/a fazem parte da sua formação na graduação, porém é na prática que se solidifica e desenvolve a capacidade da empatia e de saber ouvir, tornando a comunicação mais eficiente, facilitando a interação com a equipe e paciente/familiares. Uma luta diária para superar limites, encará-los como um desafio, procurar respostas nas discussões em grupo, na tomada de decisões perante situações de emergência ou outras. E assim vamos delineando a arte do cuidado.

Observo, diante do exposto, que nosso papel na vida das crianças e seus acompanhantes numa unidade hospitalar é muito importante, a presença diuturna da enfermagem estabelece uma relação de cumplicidade. Dessa percepção surgem também as inquietações, elas aumentam na medida em que se repetem, como a falta de comunicação entre as pessoas da equipe interdisciplinar.

Tempos atrás, fui procurar apoio no Mestrado em Educação da UFSC às inquietações vivenciadas no universo hospitalar. Naquele espaço acadêmico interdisciplinar, tive oportunidade de reelaborar minhas ideias e acrescentar o lado atriz que desenvolvo desde a adolescência. Na ocasião, ministrava aulas no primeiro trimestre na Oficina Permanente de Teatro da UFSC e desenvolvia, junto com os alunos e



IMAGEM GOOGLE

o fazer teatral, a capacidade de observar.

A principal inquietude vivenciada era a observação de que os profissionais da saúde tornavam seus corpos rígidos pela postura profissional adotada, de neutralidade criando certo distanciamento entre pacientes/familiares e profissionais. Acreditava que aumentar a expressividade corporal pelos jogos teatrais poderia ajudar os profissionais a tornarem-se mais comunicativos, o que de fato é viável e necessário pois aumenta a corporeidade. Desenvolvi, em 1999, a dissertação "Oficina com jogos teatrais: instrumento auxiliar na ressignificação das relações interpessoais do profissional da saúde" estudo de caso de duas Oficinas que ministrei para profissionais da saúde num Congresso de Educação e Saúde em Santiago do Chile e, no Congresso de Prevenção a Gravidez

Precoce em Concepción - Chile.

Passado o tempo, o retorno à academia surgiu de um novo encontro, agora com a gênese do conhecimento no Programa de Pós-Graduação em Engenharia e Gestão do Conhecimento/UFSC, por intermédio de uma amiga de palco que cursava o programa. Fui conhecer, e logo nas primeiras aulas como aluna especial, tive a sensação de pertencimento.

Como aluna regular do programa, trouxe como proposta de Tese minhas inquietações, agora sob a perspectiva do conhecimento. Observo que diante da complexidade que envolve o processo saúde-doença ainda vivemos a era da medicina de evidências, com modelos de gestão centralizados que priorizam a incorporação de novas tecnologias e a especialização vertical dos saberes, o profissional médico se torna

cada vez mais especializado e, em contrapartida, perde gradativamente o olhar clínico generalista.

O olhar para o outro não pode ser reducionista, precisa ser contextualizado, vivemos uma mudança de paradigma para uma visão sistêmica da saúde o que exige de cada um de nós o compromisso com as questões sociais, antropológicas, culturais, conhecer além dos limites e possibilidades do corpo físico, as características que nos identificam como seres humanos.

No processo de hospitalização em pediatria, várias pesquisas nas áreas das ciências médicas, humanas e sociais evidenciam que a abrangência da assistência à criança e acompanhante necessita do trabalho em equipe multidisciplinar para viabilizar o compartilhamento dos saberes na busca de uma visão sistêmica de saúde.

Em teoria, o Ministério da Saúde (MS) vem se debruçando sobre essas questões relativas à promoção, tratamento e recuperação da saúde da população, com a finalidade de dar suporte ao atendimento do Sistema Único de Saúde (SUS) e de promover uma cultura de atendimento favorável ao bom relacionamento dos atores envolvidos: gestores, trabalhadores e usuários, favorecendo novas atitudes e práticas mais humanizadas. Porém a prática revela que, no universo dos hospitais, a cultura organizacional é falha, os profissionais não dialogam entre si, a proposta de um trabalho em equipe existe, mas sua concretização ainda está longe de ser bem-sucedida.

Como enfermeira em pediatria, observo que para as crianças e seus acompanhantes, o trabalho em equipe interdisciplinar é muito importante, porém a delimitação do espaço de cada especialista, em muitas ocasiões, representa um isolamento, um hiato na comunicação. Tal modelo de atenção tende a informações desconectadas, com falta de complementaridade de dados, justo na sociedade do conhecimento em que as tecnologias da informação aproximam as pessoas, conectando-as em redes, essa fragmentação dos saberes não tem mais espaço.

Foi essa a principal inquietação que me conduziu à gênese do conhecimento para desvelar como ocorre o compartilhamento dos saberes envolvidos nesse espaço e desenvolver um estudo que viabilize o estabelecimento de diretrizes para o compartilhamento do conhecimento nos processos de hospitalização em pediatria como contribuição para a implantação da Gestão do Conhecimento nessas organizações, beneficiando a população envolvida.



**Qualidade e Tradição  
em Florianópolis**

**Homeopatia – Fitoterapia – Florais**

Rua Vidal Ramos, 130 – Centro  
Florianópolis – SC – Fone: 3222-6481  
[www.dibernardi.com.br](http://www.dibernardi.com.br)

## 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<br>14:00h às 20:00h                     |
| Terça-feira   | 09:00h às 12:30h<br>14:00h às 16:00h                     |
| Quarta-feira  | 08:00h às 10:30h<br>14:00h às 16:30h<br>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.

## PALESTRAS

### PALESTRAS: FEVEREIRO - 2017

| DATA  | HORA              | PALESTRANTE                | ASSISTENTE               | TEMA  |
|-------|-------------------|----------------------------|--------------------------|---|
| 01/02 | Quarta-feira 20 h | Volmar Gattringer          | Zenaide A. Hames Silva   | É ainda Natal?                              |
| 02/02 | Quinta-feira 20 h | Odi Oleiniski (AME- SC)    | Maria Nazarete Gevertz   | Medicina e espiritualidade                  |
| 03/02 | Sexta-feira 20 h  | Adilson Maestri            | Marcelo Maya Sarmento Só | A doença como caminho                       |
| 04/02 | Sábado 14 h       | Maurício José Hoffmann     | Paulo Neuburger          | Nascer de novo: um planejamento amoroso     |
| 08/02 | Quarta-feira 20 h | Gastão Cassel              | Zenaide A. Hames Silva   | Recomeços                                   |
| 09/02 | Quinta-feira 20 h | Andréa M. Dal Grande       | Rogério M. Dal Grande    | Propósitos                                  |
| 10/02 | Sexta-feira 20 h  | Douglas Lopes Ouriques     | Waldir Francisco Farias  | Religião                                    |
| 11/02 | Sábado 14 h       | Jaime João Regis           | Maria Nazarete Gevertz   | Propósitos e pretextos                      |
| 15/02 | Quarta-feira 20 h | Homero Franco              | Edel Ern                 | Faça tudo para ser feliz                    |
| 16/02 | Quinta-feira 20 h | Rogério M. Dal Grande      | Andréa M. Dal Grande     | Em busca da felicidade                      |
| 17/02 | Sexta-feira 20 h  | Maurílio Martins           | Beatriz Rosa             | Os bons sentimentos                         |
| 18/02 | Sábado 14 h       | Maurício José Hoffmann     | Lizete Wood              | O alimento e a higiene da alma              |
| 22/02 | Quarta-feira 20 h | James Rugerri Lôbo         | Volmar Gattringer        | A vida universal do espírito eterno         |
| 23/02 | Quinta-feira 20 h | Carlos Augusto M. da Silva | Maria Nazarete Gevertz   | Paciência para viver e vencer               |
| 24/02 | Sexta-feira 20 h  | Cynthia Caiaffa            | Beatriz Rosa             | Intenção e atenção internas para o carnaval |
| 25/02 | Sábado 14 h       | Jaime João Regis           | Paulo Neuburger          | Reencontros e resgates                      |

## Horários de Ônibus

| Transporte Coletivo Estrela<br>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 Los Angeles  
D -> Adaptado para deficiente

| Transporte Coletivo Estrela<br>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 Los Angeles  
D -> Veículo Adaptado

| Transporte Coletivo Estrela<br>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<br>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

## 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.

Dê essa oportunidade a você!

## ACENDA SUA LUZ

### trabalhe o medo e minimize suas preocupações

Vera Lúcia Beher

Vivemos numa sociedade da qual o medo faz parte, intrinsecamente. Temos medo da vida e da morte, de nos relacionarmos e de sua ausência, do futuro e do presente, do desemprego, dos noticiários, da violência, parece que estamos cercados por um medo contínuo e camuflado.

Nossos ancestrais, que viviam nas savanas, tinham medo de serem atacados por animais, sem abrigo, frágeis, indefesos e, para se protegerem desse medo, acendiam fogueiras para enfrentar o seu escuro. Hoje, apesar de toda tecnologia e informação, da segurança das cidades, sentimo-nos, da mesma forma, com medo. Somos intensamente bombardeados por notícias e informações que nos levam a dois patamares frequentes, o medo e a preocupação.

Quando observamos o leque imenso de preocupações do dia a dia, como, por exemplo, como desempenharei tal trabalho? Tenho que dar conta de todas aquelas atividades, tenho que, tenho que... De forma desgastante, progressiva e cada vez mais intensa; autoexigente, entramos no processo de preocupação.

Na medicina tradicional chinesa, o medo afeta o rim que é considerado a bateria de energia vital da qual dependemos, interfere nos anos que teremos de vida e na sua qualidade, com saúde ou doença.

No momento da concepção, as energias vitais do pai e a da mãe se unem num "Bun" energético, que vai determinar todas as características da vida do novo ser e esta energia fica armazenada nos rins. Como uma vela de azeite que vai queimando lentamente no dia a dia de nossa existência, dependendo do uso que se faz dela, pois, se utilizado com excessos, o azeite queima mais rápido e perdemos lon-

gevidade. É a força motriz que mantém todos os órgãos e a vida.

Quanto às emoções, o medo afeta nossa bateria básica - o rim, e as preocupações e ansiedades, nosso baço/pâncreas, o alicerce do corpo físico, num processo de perda energética constante que podemos gerenciar.

Por outro lado, aprendemos com o zhi ou a energia do rim que representa a força de viver, a capacidade de realizar as potencialidades pessoais, sua programação pessoal na missão reencarnatória, como também, a capacidade de realização e adaptação a este mundo, que todos nós temos e herdamos de nossos ancestrais. É a força de vontade, o coração valente

O medo como oportunidade de crescimento e o zhi seu aspecto energético/espiritual é representado pelo ensinamento da água, a água não se choca com os obstáculos por muito tempo, ela os contorna e busca novos caminhos, é maleável, molda-se às circunstâncias das situações, não fica represada, pelo contrário, busca caminhos e segue em frente, sempre em movimento em direção a algo maior, o rio e, depois, o oceano.

Assim também nós, para transmutar a crise do medo e dos obstáculos, podemos buscar caminhos novos em direção à descoberta de nossas potencialidades, do eu, da missão que temos nesta vida, buscar novas possibilidades, novos espaços sempre em direção da evolução e metas, cada vez mais altas. Observar sempre as alternativas positivas de solução, nunca o obstáculo a ser contornado, colocar a atenção no problema é dar força a ele, e não ao caminho das possibilidades de sucesso.

O aprendizado do medo é a oportunidade que nos abre caminho para paz interior, a sabedoria e a força de vontade. O entusiasmo no

caminhar e no alcançar os objetivos escolhidos. O coração motivado ou o coração valente é acreditar, ter fé em si e na vida. Não podemos permitir que o medo governe a nossa vida, na paralisia, mas ao contrário, o medo é a oportunidade de exercitarmos a suavidade no caminhar da vida. O exercício de convivência na nossa e na vida dos que caminham conosco.

A energia espiritual do baço/pâncreas é a direção que se dá ao pensamento, é a consciência que proporciona a análise e a decisão e também a percepção de nós mesmos, a percepção corporal ou autoimagem. O desequilíbrio dessa energia faz com que não nos posicionemos na vida, não consigamos ver a nós mesmos e ao nosso papel pessoal perante o todo, além do fator físico. É a autoexpressão, o pensar e o falar.

Filtremos as informações externas, noticiário, conversas, não nos alimentemos na presença dessas energias deletérias, agradeçamos todas as mãos e bênçãos que trouxeram o alimento a nossa mesa, agradecer é reconhecer-nos merecedores. Administremos, também, nossas energias internas, o pensamento é energia.

Não consigo deixar de ter pensamentos negativos?

Existe um antigo símbolo de reflexão, o pensamento adequado que nutre a mente, que é a figura de um tigre que percorre longo caminho para se alimentar, caminha compassadamente, calmo e na certeza de saciar sua fome. O pensamento reflexivo é calmo, positivo e ancorado na certeza da conquista do seu objetivo. Nossa mente é como um tigre, percorre grandes distâncias para se alimentar, utilizamos o longo caminho dos pensamentos, pensamentos para resolver proble-

mas e transpor obstáculos, que se não forem significativos, nutrirem o espírito, acarretarão desequilíbrio, perda de energia e saúde.

Pensamentos pobres perdem-se numa longa continuidade, repetitivos e sem significado, ruminando energias perdidas, isto leva a exaustão mental e desequilíbrio psíquico e físico. Não se pode evitar a infinidade de pensamentos que vêm à mente, mas nós escolhamos o que queremos pensar e nos alimentar psiquicamente.

Nossos pensamentos podem ser, da mesma forma, mais calmos e reflexivos, menos acelerados de forma a nutrir melhor nossas vidas e espírito. Quando o pensamento negativo vier, aceitemo-lo, não depende de nós, apenas alimentemos os positivos. Qual terá mais força, o positivo ou o negativo? Depende de qual nos alimentar.

Escolhamos frases positivas para serem repetidas, que nos coloquem para cima, nos deem força de vontade. Observemos o belo, as artes, a música, o pôr do sol, o perfume das flores, o colocar o pé na areia da praia, um mundo de coisas simples que estão ao nosso redor e não prestamos atenção, devemos colocar a criança que fomos um dia para brincar.

Acenda sua luz...

#### REFERÊNCIAS

CAMPIGLIA, Helena. **Psique e Medicina Tradicional Chinesa**. São Paulo: Ed. Roca, 2009.



Rua Leoberto Leal, 467 | Barreiros, São José.



**PENSANDO e CONSTRUINDO**  
**NOSSO MUNDO**  
espaço educacional

É uma escola? Não. Mas é um espaço educacional de **Contraturno**, onde as crianças ficam quando não estão na escola. O Contraturno do **Nosso Mundo** funciona de segunda a sexta, das **7h às 19h (dois turnos)** para crianças de **2 a 12 anos**. Além de muita brincadeira, aqui as crianças podem participar das oficinas oferecidas, fazer as tarefas da escola e viver a infância! Venha nos conhecer!

WWW.PCNOSSOMUNDO.COM.BR  
CONTATO@PCNOSSOMUNDO.COM.BR  
RUA PAPA JOÃO XXIII, 121 | COQUEIROS | FLORIANÓPOLIS | SC  
(48) 3209-6700 OU 99694-4000



## UMA CRIANÇA PERDIDA DOS PAIS

Homero Franco

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

Para Deus, nós sempre seremos crianças, até o ponto em que, livre das reencarnações, sermos chamados a conduzir outras crianças.

Somos crianças que, bastante distraídas, quem sabe traídas ou atraídas neste burburinho que é a “festa” da vida como a estruturamos, acabamos perdidos dos pais. Este é o momento do choro, do desespero, do pânico, da dor.

Nunca faltam os que querem ajudar e suas palavras, em geral, são de piedade, comiseração, lamento, consolo. Quase nada que traga uma solução.

Esta é, de um modo grosseiro e amplo, a situação dos seres acometidos por doenças graves. Perderam-se do Pai, melhor dizendo, perderam-se de suas almas e bateram no muro. A estrada acabou?

Muitos pensam que sim.

E aí o desespero se torna multiplicado.

No seio daqueles que podem e realmente ajudam, surgem muitos que estão a um passo de cuidar de outras crianças e encaminham a criança perdida para um endereço belo e exaltador para que a criança possa buscar refúgio e não apenas ser aliviada de suas dores reais, mas também desenvolva o desejo de viver uma vida mais harmoniosa, alinhada

com os ditames de sua alma.

Pronto. Reencontrou os pais.

Nos braços dessa mãe (que é o CAPC) a criança irá se acalmar e confortar-se, encher-se de esperança, fé e coragem para sobrepujar os efeitos do tempo confuso em que ficou perdida.

Naquele santuário de paz, esperança, alegria e fé, tudo será feito para encorajá-la a esquecer-se do pânico da perdição e lutar para nunca mais chegar ao ponto de perder-se de si mesmo, perder-se de sua alma, perder-se do Pai.

Os quase vinte anos de história de sucesso da Casa do Ribeirão nos autorizam a afirmar que todo paciente que cancela a terceirização de sua cura e a toma em suas mãos como responsabilidade sua para com sua própria alma (e com Deus), faz parte da estatística de cura daquela Casa e da própria história de cada um que ali se refugia quando se perde.

E o trabalho fica ainda melhor arrematado quando o paciente descobre que após o reencontro com o Pai há todo um caminho a percorrer para não perder-se novamente. E que esse caminho pode ser encontrado nas várias terapias de grupo que a Casa oferece.



## INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Adilson Maestri

Escola de Méduns

<http://adilsonmaestri.blogspot.com>

O mundo dá voltas. Nossa vida pode, a cada momento, tomar novo rumo, impulsionada por nossos pensamentos e pela interação com o pensamento daqueles que dividem conosco o seu viver.

Não estamos sós no mundo nem naquilo que conceituamos como a nossa vida, sobre a qual entendemos que temos controle e comando da direção.

É verdade que temos o direito e dever de dar direção a nossas vidas, mas temos que estar atentos para conduzi-la em harmonia com aqueles que dividem os espaços e as experiências existenciais conosco.

Buscar a convergência das ideias, dos desejos, dos sentimentos é saber conduzir o processo com sabedoria.

Quanto mais levamos em conta as necessidades dos parceiros de jornada, mais temos possibilidade de fazer do nosso viver uma experiência exitosa.

Entretanto, temos que ter em mente o alerta do Nazareno sobre o sim e o não.

Considerar o próximo não é só

concordar com suas ideias e desejos, é saber decidir até que ponto o desejo do outro também é seu.

É a concordância das vontades, a conjunção dos desejos que torna a convivência em grupo harmônica.

Saber se posicionar diante da vontade alheia pode ajudar a ambos, pois pode dar a oportunidade para que o outro reavalie suas propostas.

Precisamos ser espelhos para ajudar os companheiros se autoavaliarem, assim como devemos nos reavaliarmos diante de uma negativa em nossas propostas.

Se a unanimidade é burra, a não convergência das ideias também não é inteligente.

Reavaliemos nossas ideias sempre que encontrarmos resistências. Elas podem ser falta de compreensão dos outros, mas também pode ser a oportunidade para não cometermos erros grosseiros.

Estar atento aos sinais, que nos são enviados pelo Universo por meio dos que nos cercam, é saber conduzir-se na vida com inteligência emocional.

Acesse e permita o saber chegar até você



# ALTERIDADE

Uma palavra que, nestes últimos anos, vem ganhando espaço em algumas áreas do pensamento humano é *alteridade*.

É o valor, por excelência. É o mais importante mecanismo para o crescimento do homem como ser social, que pode levá-lo a interagir pacífica e beneficentemente com tudo que o cerca.

É, sem dúvida, o veículo capaz de conduzir a humanidade para a tão esperada nova era.

Na questão 621 de 'O Livro dos Espíritos', Kardec pergunta onde estão escritas as leis de Deus, obtendo a seguinte resposta: "Na consciência".

Refletindo sobre as implicações da prática da alteridade pelos seres humanos, pode-se afirmar que esse é um valor que está escrito em nossas consciências e que somente agora começa a ser descoberto, quando já se podem vislumbrar alguns tênues clarões a indicarem a aurora de um novo tempo.

Seu significado reflete uma nova mentalidade, aquela que deverá vigorar na civilização que, certamente, irá transformar a Terra num mundo de regeneração porque se refere à aceitação das diferenças; também significa a não-indiferença, o amar ou ser responsável pelo outro, o aprender com os diferentes, aceitando e respeitando-os em suas diferenças.

A propósito, devemos lembrar que todos os seres humanos são diferentes uns dos outros.

A postura alteritária nos leva a ver todos com bons olhos, lembrando as palavras de Jesus: "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" (Ma 6.22,23).

Conforme o Professor Luiz Signates,

A alteridade é uma estratégia fundada na ética da fraternidade e da paz; um indicativo de como agir diante dos conflitos do mundo, inclusive os nossos, a fim de que possamos construir o mundo de regeneração, por representar, em sua profundidade, as leis cósmicas de convívio entre os seres. Com relação ao Espiritismo, pode-se dizer que ela chegou como uma reflexão para mostrar um caminho maduro de relacionamento no movimento espírita.

A pessoa que vivencia a alteridade passa a ser mais fraterna em todos os sentidos, deixando de criticar, julgar, agredir...

As atitudes de não-crítica, não-agressão e não-julgamento deixam o ser em paz consigo mesmo, com a humanidade, com a vida.

Aí você poderá contestar dizendo que atitudes assim tornam a criatura alienada. Mas há grande diferença entre analisar – com vistas ao próprio aprendizado e também no intuito de ajudar, caso seja viável – e julgar, criticar, enviar uma vibração negativa para o errado, seja ele uma pessoa, uma instituição ou uma nação, já que as instituições e as nações são formadas por pessoas.

Por exemplo, você vê alguém caminhando sobre a grama de uma praça para encurtar caminho e pensa: "Que criatura mais sem educação!".

Nesse ato de criticar intimamente a atitude daquela pessoa, você está gerando uma vibração negativa, ou seja, psicoenergia pesada. Parte dela fica em você, seu gerador, e outra parte alcança a pessoa que pisou a grama para cortar caminho. Por outro lado, se apenas registrar o ato errado, mas respeitando a diferença do outro e não criticá-lo, estará fazendo um bem a si mesmo e deixando de fazer mal a outrem.

Mas digamos que, agindo com alteridade, ou seja, sentindo-se também responsável por ele, você entende que deve falar-lhe, alertando-o para o erro que está cometendo, fá-lo-á afetuosamente, de forma a não humilhá-lo, encontrando a



melhor maneira de ser, junto àquela pessoa, uma presença benéfica, e, caso seja inviável esse alerta, poderá emitir-lhe uma vibração fraterna junto com a ideia de que não se deve pisar a grama.

Quando nos habituamos a tudo criticar, observando os outros por uma ótica não alteritária, nosso foco fica dirigido a eles em tons negativos, vigiando a forma como se conduzem nos menores detalhes e, é claro, colocamos a nós mesmos como parâmetro nessa medição de erros, nesse julgamento contínuo que exercemos com relação a tudo e a todos. Esse fato nos leva a desenvolver de forma contínua uma vibração pesada e antagônica



em relação aos outros, porque sempre iremos encontrar neles o que qualificamos como errado.

Além disso, estaremos também desenvolvendo nossa vaidade ao compararmos conosco aqueles que consideramos errados, sem falar que essa psicoenergia negativa que geramos, alcançando o alvo, poderá induzi-lo mais ainda à prática das ações que nele condenamos. Atuará sobre ele como fator indutor.

Mas, se desenvolvemos a alteridade, respeitando completamente a maneira de ser dos outros, em seus erros, equívocos e até mesmo em suas maldades, lembrando que todos somos seres em diferentes faixas evolutivas, tornamo-nos mais leves, mais de bem com a vida, mais alegres e também mais saudáveis. E se entendermos e aplicarmos verdadeiramente a alteridade, faremos uma prece pelos que estamos observando em erro e lhes direcionaremos vibrações positivas, indutoras de ações mais corretas.

[...]

A natureza não dá saltos e precisamos respeitar essa lei, tanto para nós quanto para os outros.

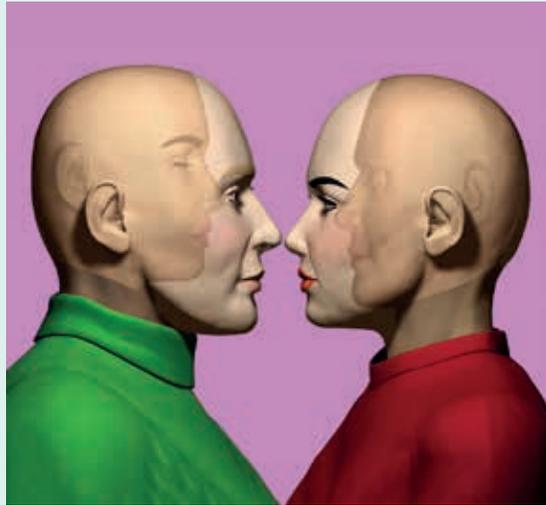
Nos meios espíritas, urge adotarmos a alteridade como bandeira; aprendermos a nos posicionar sempre influenciados por seus valores e, em vez de dividirmos em nome da pureza doutrinária, por que não somarmos em nome do amor?

Mas há um ponto importante a ser percebido em sua totalidade e de forma não distorcida. Diz respeito à crítica. Como o ser humano, ou grande parte da humanidade, tem a tendência de pular de um extremo para o outro, é bem provável que muitos, ao abraçarem as ideias da alteridade, caiam nesses extremos e passem a adotar a omissão ou a convivência como sendo posicionamentos alteritários.

Ocorre que exercer a faculdade da crítica faz parte do crescimento do ser humano. Só que há dois tipos de crítica, uma é saudável, a outra, não.

# DE

IMAGEM GOOGLE



negativos sobre alguém, podemos anular os efeitos danosos que atitudes tais podem gerar tanto no criticado quanto em nós, invertendo as ações, ou seja, passando a garimpar os valores de quem estávamos alvejando com nossos pensamentos ou palavras.

Também é digno de nota o fato de que é muito fácil desenvolvermos um estado de crítica negativa com relação às religiões e a outros saberes, tendo em vista o universo de conhecimentos transcendentais que o Espiritismo nos proporciona.

Esse tipo de procedimento é também gerador de orgulho. Mas uma postura alteritária é niveladora, ajudando a eliminar o orgulho, por nos propiciar entendimentos mais amplos, pelos quais podemos perceber a importância de todos os demais saberes, filosofias e religiões na evolução da humanidade.

Na verdade, a alteridade, em sua essência, deve manifestar-se assim como uma postura ética ou um alicerce interior, sob cujas diretrizes se constrói o nosso pensamento e emoções, dentro de um entendimento mais pleno sobre o ser humano e a própria vida.

Assim, lançando um olhar mais sincero e mais livre sobre os circunstâncias, aqueles a quem, por qualquer motivo, consideramos inferiores a nós, podemos vê-los de forma algo semelhante a como os espíritos superiores nos veem.

Eles não se incomodam nem se surpreendem com as nossas inferioridades, posto que as nossas mazelas não mais encontram eco em seu interior. Esse tipo de percepção representa um gesto interior de luz, que abre portas para o desenvolvimento do amor pleno. É também um caminho para a verdadeira humildade.

Por estas sucintas considerações, é possível perceber a importância da alteridade como uma postura de vanguarda, sinalizando um modelo de convívio para o novo tempo, o mundo de regeneração.

Quanto à propalada unificação do pensamento e das práticas espíritas, que, por sua própria natureza, caracterizam-se por tendências libertárias, entendemos ser algo utópico.

Assim, muito melhor do que brigar por pequenas questões doutrinárias ou modelos unificados de práticas, é abraçarmo-nos fraternalmente, respeitando nossas diferenças, aceitando nossas divergências e juntos trabalharmos mais intensamente pela difusão dos princípios espiritualistas e pelo bem do ser humano.

E que viva o amor, em todas as suas manifestações.

Quando, um dia, os valores da alteridade e do amor fizerem parte da vivência das pessoas, o mundo inteiro vai perceber que a vida é bela e vale a pena viver; que o amor é alegria e vai entender que o Cristo voltou.

Excerto do livro 'A Transição está pedindo mudanças'  
Saara Nousiainen e Simone Ivo Sousa.  
Disponível em: <http://www.mediunespiritas.org/alteridade.htm>

## O QUE É ALTERIDADE?

**Alteridade** é um substantivo feminino que vem do latim e contém o prefixo *alter* que designa **outro**. O significado de alteridade está justamente relacionado ao outro; alteridade é a qualidade ou o estado daquilo que é **diferente** e é o antônimo de identidade.

No estudo da **antropologia**, a alteridade é o conceito que define a existência do indivíduo a partir da relação com o outro. A alteridade é a diferença entre o indivíduo dentro da sociedade e o indivíduo como unidade. Esses dois conceitos só podem existir em função um do outro. Nenhum indivíduo pode existir senão a partir da visão e do contato com o outro. Não pode haver indivíduo se não houver uma relação estabelecida entre ele e outro ou outros (a coletividade).

Os conceitos de *eu* como indivíduo e *eu* como parte da sociedade são interdependentes; segundo o estudo da lógica, só se pode construir a individualidade a partir da ideia da coletividade. É essa existência do *eu* individual a partir do outro que permite ao homem tentar compreender o mundo através dos olhos de outro e sensibilizar-se pela experiência alheia a partir desta relação.

O conceito de alteridade é muito importante dentro do estudo da antropologia porque somente através da experiência de ver-se através dos olhos dos outros é que conseguimos nos compreender. Para conhecer bem a cultura da própria sociedade, é preciso, em primeiro lugar, olhar para ela como uma das possibilidades de evolução das relações humanas, não a única. Sem essa visão diferente, não seria possível estudar e entender a própria sociedade.

Na base da vida do homem em sociedade estão as diferenças. As diferenças só podem ser notadas através da alteridade.

Na **filosofia**, alteridade é um conceito mais restrito que a diversidade, porém mais amplo que a diferença. A alteridade foi campo de estudo na filosofia, principalmente por Aristóteles, Plotino e Hegel.

No pensamento aristotélico, as várias espécies dentro de um gênero e as diferenças entre essas espécies é o que caracteriza o conceito de alteridade.

Plotino se utilizou da alteridade para diferenciar o primeiro Princípio e o intelecto, que é sua primeira concepção. O intelecto é o próprio intelecto enquanto pensante e ente enquanto pensado; desta forma, se caracteriza a alteridade.

No pensamento hegeliano, a alteridade é vista de forma análoga à de Plotino. Hegel usa a alteridade para conceber a natureza em relação à Ideia.

Na **educação**, Paulo Freire, referência nacional que ganhou o mundo em virtude de sua obra incisiva, renovadora e revolucionária, demonstra através de seus trabalhos uma prática de alteridade, pois ele não pensa só em si, e leva em conta o contexto das pessoas mais humildes, leva em conta o contexto da escola, ele pensa no outro e nas relações.

Homem assumidamente de hábitos simples e visão otimista da vida, desde sua iniciação no mundo da educação teve um contato muito próximo e relevante para sua produção com a realidade dos pobres e humildes. Isso foi fundamental para que sua obra atingisse a envergadura a que chegou.

Em 'A pedagogia da autonomia – saberes necessários à prática docente', Freire (1996, p. 15) diz:

É **preciso** [...] que o formando, desde o princípio de sua experiência formadora, assumindo-se como sujeito também da produção do saber, se convença definitivamente de que ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua produção ou a sua construção.

O que Freire e, depois dele, tantos outros educadores perceberam é que estava na hora de levantar a cabeça, conversar olho no olho, superar qualquer constrangimento ou embaraço relativo à pobreza de nossos povos, adotar uma postura de alteridade e reformular a tradicional forma de ensinar que apenas reproduzia conteúdos.

Consultas em:  
<https://www.significadosbr.com.br/alteridade>

# GRUPO DE VIVÊNCIA: superando o individual e construindo o coletivo

Viviane Cruz Perugini  
Programa de Reconciliação Integral do Ser (PRIS)

Nos encontramos diante de um novo tempo, uma nova era, caracterizada pelo avanço tecnológico. A revolução digital trouxe, sem dúvida alguma, avanços em diversas esferas do nosso cotidiano. Há quem afirme que pessoas “desconectadas” do mundo virtual tenderão a ficar para trás política, econômica, profissional e, principalmente, socialmente.

O crescente número de redes sociais, por exemplo, gerou mudanças na maneira como as pessoas se relacionam. Perdemos o “olho no olho”, o “tête a tête”, a troca energética que conseguimos ao encontrar um amigo e ganhar um abraço apertado. E apesar de ser um grande avanço, a tecnologia pode prejudicar nossos relacionamentos interpessoais.

Parece um paradoxo, mas com tanta informação digital, cresce a necessidade de as pessoas buscarem habilidades para se relacionar. Não tenho dúvidas de que quanto maior for o mundo tecnológico, maior será também a necessidade de investirmos no potencial humano. Resgatar o ser humano no seu aspecto individual para uma construção do coletivo é o diferencial que trará de volta o verdadeiro sentido da vida.

O trabalho em grupo proporciona o olhar pra si, o autoconhecimento, o rompimento do egocentrismo, a fim de construir um pensar coletivo, mais humanizado, frente à dinâmica de um mundo relacional.

O ser humano, desde seu nascimento, vive em grupos. Seu primeiro contato grupal é com a família. Em seguida, as crianças são inseridas nas escolas e constroem laços de amizade que pode durar uma vida inteira. É neste universo sistêmico de relações que aprendemos sobre nós mesmos e sobre os outros. A vivência grupal proporciona o compartilhar de experiências individuais e traz consigo a construção de um coletivo que sempre será único e original.

Nenhum grupo é igual ao outro. Cada grupo, na sua individualidade, é composto por pessoas que trazem seus valores, suas crenças, seus conceitos éticos e morais, suas histórias e culturas que influenciam na sua dinâmica, no seu formato grupal.

Quando estamos inseridos num grupo, aprendemos a escutar o que o outro tem a dizer e percebemos que o conhecimento do outro é tão importante quanto o seu.

A troca de experiências é uma oportunidade de crescimento e de construção do saber. Não existe verdade única, nem conhecimento pronto. O que existe é construção ativa e diferenças individuais que, quando somadas, abrem caminhos para um grande potencial criativo das pessoas.

Há um provérbio chinês que diz: “quando dois homens se encontram e trocam pães, cada um sai com um pão. Mas quando dois homens se encontram e tro-



IMAGEM GOOGLE

cam ideias, cada um sai com duas ideias”. Essa troca de ideias e de experiências de vida, acontece quando permitimos nos relacionar com o outro. Quando estamos abertos e nos colocamos à disposição de um trabalho em conjunto.

É natural que surjam sentimentos de medo e angústia como resistência ao início do trabalho em grupo. Afinal, o objetivo é estimular mudanças práticas nas ações comportamentais de cada integrante deste processo.

Sendo assim, não basta apenas construir um saber coletivo, mas também um fazer que contemple

uma ação, uma transforma(ção). Ultrapassando o limite da passividade e da acomodação a qual estamos acostumados, encobrimos nosso verdadeiro potencial humano de saber fazer.

Cada ser humano é responsável pelo seu próprio crescimento e é agente principal na construção histórica, política e social. Mesmo com tantos avanços tecnológicos e com toda a facilidade que temos hoje frente à comunicação virtual, fica difícil fazermos mudanças significativas se não nos convidarmos a um processo de reflexão e tomada de consciência.

Contudo, a exteriorização de

crenças, valores e emoções, juntamente com a liberdade de expressão promovem a descoberta de si mesmo e dos outros interagentes do grupo, estimulando, assim, a criatividade, a flexibilidade, a diversidade e a riqueza de experiências que são vivenciadas nos encontros grupais.

No Núcleo Espírita Nosso Lar, existem muitas terapias à disposição de quem necessita de tratamento físico e emocional. O Programa de Reconciliação Integral do Ser (PRIS) oferece a possibilidade de participação nos Grupos Terapêuticos aos pacientes em tratamento físico no CAPC.



## Espaço reservado para você

## VIRTUDE, UM BEM ESPIRITUAL

Jucemar Geraldo Jorge

Virtude, palavra definida pelo dicionário da língua portuguesa de forma muito objetiva, nada mais é do que a disposição de uma pessoa para a prática do bem, um ato de natureza moral. Na antiga Grécia, a virtude, conhecida por “Arete” era uma expressão de força e de coragem e, por isso, estava muito ligada à honra e considerada um atributo da classe nobre. De acordo com a obra intitulada Paidéia, de Werner Jaeger, tanto em Homero como nos séculos posteriores, o conceito de Arete (virtude) é frequentemente usado no seu sentido mais amplo, isto é, não só para designar a excelência humana, como também a superioridade dos seres humanos: a força dos deuses ou a coragem e rapidez dos cavalos de raça. Só uma vez, nos livros finais, entende Homero por Arete as qualidades morais ou espirituais.

A virtude tem sido tema de inúmeras pesquisas filosóficas desde a Grécia clássica, passando pela idade média, idade moderna chegando até os dias atuais. Vários filósofos apresentaram durante a referida trajetória diferentes teorias sobre a moralidade, todas com um viés epistemológico, ou seja, a ética vista como uma ciência do comportamento moral dos homens em sociedade. Nossa intenção aqui é fazer uma referência sobre a virtude voltada para a prática do bem, com algumas considerações que julgamos importantes, em especial ações virtuosas que podem contribuir para o nosso aperfeiçoamento moral.

O Evangelho Segundo o Espiritismo nos diz que o homem de bem precisa ser bom, caridoso, laborioso, moderado e modesto. A bondade é um gesto que está ao alcance de todos e pode ser colocada em prática através de atitudes simples e sensatas, por isso, a caridade não deve ser apenas de ordem material. A boa ação moral está ao alcance de todos e pode ser praticada com simplicidade através de pensamentos positivos e disposição para ouvir as aflições humanas. No Cap. XIII, o Evangelho diz:

[...] desejo que compreendais bem o que pode ser a caridade moral, a que cada um pode praticar, a que nada custa materialmente, e, entretanto, a que é mais difícil de se pôr em prática. A caridade moral consiste em se suportar uns aos outros, e é o que menos fazeis nesse mundo inferior onde estais encarnados no momento.

Encontramos também, no empenho de uma ação caritativa o labor, ou seja, o trabalho que dignifica nosso dia a dia. É impressionante como deixamos passar em branco as oportunidades de praticar o bem através de nossas atividades diárias, no nosso trabalho, entre os nossos familiares, amigos, nas calçadas das ruas, na porta do supermercado, nos estacionamentos, no trânsito, e mesmo entre aqueles que se aproximam da janela do nosso carro implorando por uma esmola e que, muitas vezes, são ignorados ou submetidos ao crivo do nosso julgamento.

Atentemo-nos, irmãos, para os nossos pensamentos e percebamos o quanto somos subjugados pelo nosso ego todo poderoso. Somos moderados, controlamos bem os nossos atos, temos um bom equilíbrio das nossas ações diárias? Precisamos avaliar esses indicativos comportamentais, pois como disse o filósofo grego Epicuro (C. 342-271 a.C) conforme, texto publicado na Coleção Folha, Grandes Pensamentos: “na maior parte dos homens, a tranquilidade é letárgica, a emoção, colérica. A maioria dos humanos, não logrando atingir o belo equilíbrio da serenidade com o movimento prazeroso, oscila entre a apatia e a exaltação”.

Lutemos pois, para afastar o desinteresse, a apatia, a indiferença e esforcemo-nos para que nossas emoções ensejem a paz de nossa alma, e que as virtudes essenciais, em especial o equilíbrio, encontrem eco em nosso comportamento diário. Já nos disse Platão que todo homem deve ser bom, justo e verdadeiro, é o que fez Jesus Cristo, ao nos deixar o brilho de suas admiráveis ações e extraordinário exemplo de amor eterno. É essa virtude que desejamos exaltar e que está ao alcance de todos, é essa virtude que vai além do eixo epistemológico que queremos impregnar, é essa virtude que tem o caráter de bondade e de amor que pretendemos manifestar.

Sepultemos o orgulho para sempre e esforcemo-nos para exercitar os nossos mais nobres sentimentos, ajudando a quem nos pede socorro. Espelhemo-nos no exemplo da pobre viúva, ao depositar no gazofilácio (local em que, no passado, se faziam doações) as suas duas últimas moedas, num gesto de profundo amor ao próximo. À época, esse ato de doação observado por Jesus Cristo denotou o verdadeiro espírito de caridade e a contemplação do amor ao seu semelhante, pois, na passagem do Óbulo da Viúva, o valor do ato não estava no esmero, na quantidade, mas no gesto simples e na profunda intenção de servir, numa ação totalmente desprovida de orgulho próprio.

Lembremo-nos que a virtude é um bem intrínseco e que podemos usá-la em nosso próprio benefício e, se desejarmos enveredar pela senda das palavras de Cristo, empenhemo-nos em ajudar nossos irmãos, iniciando por aquilo que está ao nosso alcance, por gestos simples, palavras amigas, e prática constante da virtude como um bem espiritual.



## MOVIMENTO DE VANGUARDA NO COMPORTAMENTO INDIVIDUAL DE CONSUMO!

Valéria Melo Ribeiro  
Economista - Corecon-SC 980

O primeiro ponto é definir a palavra **vanguarda**, e a definição aqui usada é a mesma que aparece num dos maiores sites de pesquisa eletrônica, a enciclopédia livre, a Wikipédia. A saber:

A vanguarda (do francês *avant-garde*) significa, literalmente, a guarda avançada ou a parte frontal de um exército. Seu uso metafórico data de inícios do século XX, se referindo a setores de maior pioneirismo, consciência ou combatividade dentro de um determinado movimento social, político, científico ou artístico. Nas artes, a vanguarda produz a ruptura de modelos preestabelecidos, defendendo formas antitradicionais de arte e o novo nas fronteiras do experimentalismo.

E o que seria a atual vanguarda no comportamento individual de consumo? É o combate ao desperdício, e, no sentido mais amplo possível, o combate se inicia com a preservação do solo, do subsolo e extrasolo e segue até as definições para o futuro da humanidade. Engana-se quem associa esse movimento vanguardista à estagnação ou mesmo ao retrocesso das produções ou do consumo, a associação mais correta é ligar as necessidades do Planeta às limitações dos recursos naturais e às limitações do saber humano. O Planeta Terra apresenta recursos econômicos renováveis e não renováveis, há também os recursos econômicos que ainda desconhecemos e que só passaremos a conhecer, na medida em que um grupo de pessoas optar por estudar e ampliar os horizontes do conhecimento e do saber.

As nações economicamente mais avançadas do nosso Planeta é que estão nessa parte avançada de consumo, por exemplo, a Suécia e a França. O Governo Federal da Suécia reduziu os impostos sobre os serviços de consertos de bicicletas, calçados, linha branca e eletrônicos, com o propósito de estimular o conserto desses produtos. A queda de receita advinda dessa redução de impostos é compensada pela alta de impostos sobre produtos novos. Dessa forma, quem compra produtos novos, ajuda a financiar os consertos de quem opta por essa nova postura. A França também está estimulando o consumo consciente! Naturalmente nem todas as nações seguem na mesma direção, principalmente as nações que já foram muito pobres e que, no momento, desfrutam de mais riqueza, nesses países o consumo por produtos novos é estimulado, com o propósito de ampliar o mercado de trabalho. Dentro de uma mesma nação, vamos encontrar grupos de pessoas que já não ostentam mais seus objetos caros de forma pública, mas mantêm o conforto e a segurança, que também custa caro. Também há grupos que verdadeiramente já abriram mão da busca e do convívio da riqueza material e que se voltam ao seu próprio bem-estar, sem se envolverem com compromissos de trabalho, pesquisa, ou mesmo construção familiar e vivem com bem poucos recursos materiais, eles convivem em pequenos grupos e não se importam com as restrições de consumo. Por fim, também temos pequenos grupos de pessoas que alavancam a economia, não só de sua região, como muitas alavancam a economia em vários países, através de seu desempenho pessoal, são as chamadas celebridades, que recebem fortunas por gerarem fortunas, como por exemplo, atletas, atores, atrizes, cantores, produtores, empresários, e muitos vivem cercados de bens de luxo, mas nem todos ostentam.

Pense nisso: o que você produz gera muita riqueza para você e para outros segmentos econômicos? Você realmente tem condições de ostentar luxo e riqueza? Você se sente à vontade em se destacar dos demais amigos e parentes através de objetos de uso pessoal/residencial/automotivo? Que tal fazer parte da vanguarda e se voltar à preservação do meio ambiente? Essa proposta não é a mesma daquele grupo citado que não quer fazer parte do mercado produtivo. Não significa optar por uma ‘pobreza franciscana’ ou desleixo, significa acima de tudo tomar a real consciência do valor do resultado de seu trabalho, que é o seu ganho financeiro, e usar o seu dinheiro nas coisas que realmente lhe dão paz, alegria e que garantam o seu futuro. Faça o que for possível para se assenhorar de seu futuro financeiro. Viver como se não houvesse amanhã pode ser bacana de forma poética, mas lembre-se, o amanhã existe; viver como se só houvesse o amanhã também é um risco desnecessário, pois a abstenção de uma vida confortável no hoje pode reduzir seus dias de “amanhãs”...

Reflita, nem tanto ao mar, nem tanto à terra! Reutilize, recree, reviva, revise, e acima de tudo, ame-se e respeite o próximo!

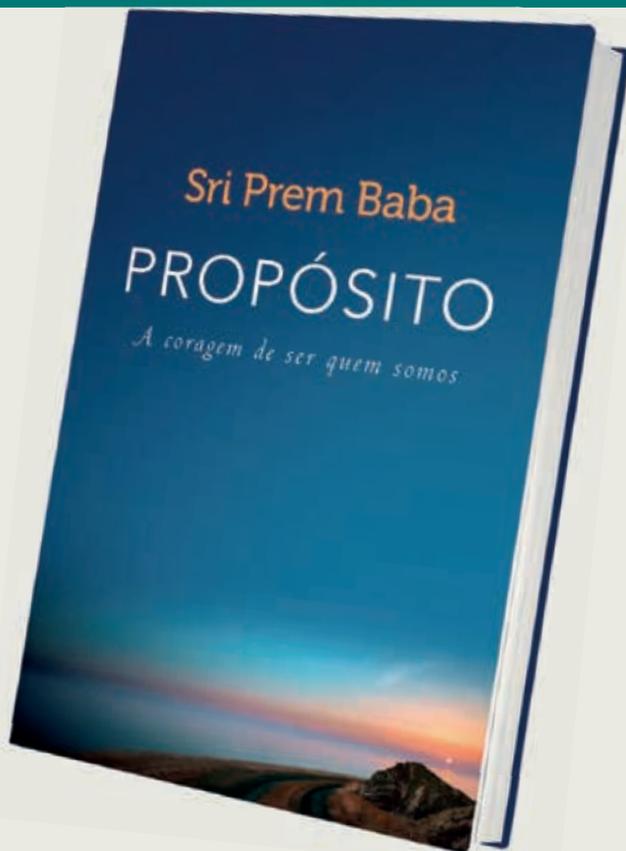
Continue a viver bem com o dinheiro que você tem!

## LIVRO

### PROPÓSITO: a coragem de ser quem somos

Sri Prem Baba  
Editora Sextante, 2016

Flávio Rubens Lapolli  
Terapia do Livro



Quem nunca se perguntou: quem sou eu? De onde vim? Porque motivo estou aqui? Nesse livro, Sri Prem Baba expande o diálogo a que sempre se propôs, abordando temas que têm a ver com os anseios mais íntimos do ser humano.

Sri Prem Braba nasceu em São Paulo. Estudou psicologia e yoga. Líder humanitário e mestre espiritual, fundou o movimento global Awaken Love (desperta amor) com o propósito de restabelecer e elevar os valores humanos para despertar a consciência amorosa.

O livro Propósito conduz o leitor numa jornada rumo à expansão da consciência. Trata-se de uma aventura cheia de incertezas e desafios que nos leva da semente ao fruto, da terra ao céu, do esquecimento à lembrança do

estado de adormecimento ao estado de consciência desperta. Uma jornada que revela os infinitos desdobramentos do amor – esse poder que nos habita, nos move e nos liberta.

O Amor é a semente, a seiva e o sabor do fruto. Ele é a beleza e a fragrância da flor. O início, o meio e o fim. Despertar o amor é o motivo de estarmos aqui. Quando amamos de verdade, estamos exalando a fragrância do ser. Assim como o propósito do sol é iluminar e aquecer, o propósito do ser humano é amar.

## CD



### ZÉ RAMALHO SELEÇÃO ESSENCIAL

Paulo Roberto da Purificação  
Grupo Cantoterapia Sol Maior

José Ramalho Neto, nascido em Brejo do Cruz (PB), em 3 de outubro de 1949, mais conhecido como Zé Ramalho, é um cantor e compositor brasileiro.

Em meados de 2014, Zé Ramalho lançou um álbum intitulado “Seleção Essencial” composto por 14 (quatorze) canções, que marcaram e marcam a vida de muitas pessoas, entre elas estão: “Admirável gado novo”, “Bicho de sete cabeças (Instrumental)”, “Ave de prata”, “O trem das 7 (ao vivo)” e várias outras.

Considerado o “bruxo” da MBP, sua carreira se consolidou em 1979, quando ele lançou seu maior clássico, “Admirável gado novo”, e o grande sucesso “Frevo mulher”, músicas estas que constam do referido álbum. Vale a pena conferir.

## FILME

### BELEZA OCULTA

Direção: David Frankel  
Elenco: Will Smith, Kate Winslet, Keira Knightley e outros  
Gênero Drama  
Nacionalidade EUA

Após uma tragédia pessoal (a perda de sua filha), Howard (Will Smith) entra em depressão e passa a escrever cartas para a Morte, o Tempo e o Amor - algo que preocupa seus amigos. Mas o que parece impossível, se torna realidade quando essas três partes do universo decidem responder. Morte (Helen Mirren), Tempo (Jacob Latimore) e Amor (Keira Knightley) vão tentar ensinar o valor da vida para o protagonista.



## MARIA DO DESPERTAR

Mari Pessoa

Ergueram a estátua de uma mulher incógnita na praça principal de um pequeno vilarejo chamado Lassidão. Deve ter sido durante a madrugada, pois o local amanheceu com um novo adorno e seus habitantes ficaram perplexos. Um bafafá se fez durante todo o dia. Um padre, uma faxineira, um engraxate, uma empresária, o prefeito e um mendigo fizeram uma roda a sua volta. Boquiabertos faziam o coro dos curiosos na fila do gargarejo. “Quem é esta, homem de Deus?”, perguntava o padre. “Eu lá é que sei”, respondia a faxineira. E suposições das mais absurdas começavam a surgir.

Todos pareceram concordar que se tratava da estátua de uma autoridade, celebridade ou santidade importantíssima. Teve até alguns que afirmaram já ter visto tal pessoa andar pelas ruas do vilarejo há muitos e muitos anos. No entanto, sua identidade era um segredo silenciado pela pedra fria que lhe havia dado formas.

Com o passar dos anos, os habitantes do local acostumaram-se com sua presença e chegaram a criar uma placa que dizia: Maria do Despertar: a estátua que acordou este lugar. Seus seguidores foram se multiplicando igual a uma ninhada proveniente de gatos não castrados. Proliferaram-se ao longo do tempo e até criaram um feriado em homenagem à idolatrada Maria.

Numa manhã chuvosa: o susto. Onde foi parar a estátua? Ela fora arrancada pelo tornozelo. Só podia ter sido obra de vândalos desalmados. E uma longa investigação instaurou-se no pequeno e abalado vilarejo de Lassidão. Nenhum indício foi encontrado que pudesse incriminar alguém. Foi então que um homem surgiu dois meses após a desgraça. E ele contou uma história que serviu de explicação para os devotos de Maria do Despertar. Exatamente no dia seguinte de seu desaparecimento, uma estátua surgiu de maneira misteriosa na sua cidade que ficava há uns 230 km dali. “A estátua era linda, toda feita de pedra e vestia botas de couro”, dizia o homem com os olhos deixando transparecer a emoção.

Os moradores choraram a perda, mas, enfim compreenderam. Para eles, a estátua havia aproveitado a madrugada para partir e levar a esperança para outra cidade. Afinal, há muito tempo Lassidão já havia despertado e a única coisa que precisava para seguir em frente era sua fé. Hoje, o vilarejo tem outro nome: Maria do Despertar. É um lugar pacato com uma bela praça com dois pés plantados bem no seu centro. Aos dizeres da antiga placa “Maria do Despertar: a estátua que acordou este lugar” foi acrescentada a seguinte frase: “nem que meus pés estejam incrustados no chão, vou desistir de seguir em frente e difundir a fé”.



## IDEALISMO FILOSÓFICO

Édis Mafra Lapolli  
Terapia do Livro



Para Severino (1994) a filosofia é um tipo de conhecimento como muitos outros já estabelecidos e é social e historicamente aceito como o senso comum, o mito, a religião, a arte e a ciência. Para ele, filosofia pode ser definida como um ‘esforço para compreender a realidade’ que o homem faz espontaneamente para descobrir o universo no qual ele vive e existe, compreendendo a si e a este universo indissociados, a natureza e a sociedade.

Portanto, para os homens, conhecer é um impulso como que natural e instintivo no sentido em que ele brota espontaneamente, confundindo-se na sua origem, com o próprio impulso da vida. A consciência emerge e se desenvolve como estratégia da vida, integrando o equipamento de ação do homem com vistas a sua sobrevivência. O pensar surge, assim, concomitante ao agir, com ele se confundindo. O pensamento não é anterior à ação, pois surge no próprio fluxo do agir (SEVERINO, 1994, p.19).

Todavia é importante considerar como base que a filosofia e a ciência são concepções de mundo que interpretam criteriosamente a natureza e a sociedade, estabelecendo as interligações e as leis de seu desenvolvimento.

Em primeiro lugar, vincula-se o conteúdo da filosofia com as conquistas da ciência. Isto significa, por um lado, que suas afirmações sobre o mundo natural e social e, por conseguinte, sobre o homem e sua vida mudam de acordo com os avanços do pensamento científico. E, por outro lado, que os fenômenos e objetos do mundo não constituem um amontoado de coisas acabadas, mas em constante transformação. Em segundo lugar, se a filosofia trabalha com as verdades da ciência para explicar o mundo, fica fora de cogitação a especulação vazia. O pensar filosófico que possa alimentar-se de hipóteses e teorias sempre partirá de determinadas bases científicas. Por último, a filosofia pretende estabelecer leis do desenvolvimento do mundo, quer dizer que o ser humano é capaz de conhecer a realidade natural e social. Esta assertiva é essencial na concepção do mundo que pretendemos aceitar (TRIVIÑOS, 1987, p.17).

Sob as concepções de Triviniões (1987), pode-se afirmar que, ao observar o mundo, nota-se que ele é constituído de fenômenos e objetos, que se organizam com natureza material ou espiritual.

Isto significa que, diante do problema fundamental da filosofia, o da ligação entre o material e o espiritual, não cabem senão duas respostas. Uma está representada pelo Idealismo Filosófico que considera primário o espírito, a ideia, o pensamento, a consciência. [...] Sendo assim, os

idealistas acham que foi a consciência, a ideia, que criou a realidade objetiva, [...] (TRIVIÑOS, 1987, p.17).

Assim, os cientistas conscientes da ciência que desenvolvem dividem-se em dois conjuntos, de acordo com a prioridade na relação entre a matéria e o espírito: os idealistas que priorizam o espírito e os materialistas que priorizam a matéria.

Portanto, o idealismo filosófico é formado por posicionamentos que reconhecem primeiro o aspecto espiritual, depois, em segundo plano, o aspecto da matéria.

A matéria é a realidade objetiva que se constitui interligada por todos os objetos e sistemas que se organizam no universo. Ela é percebida pelo homem, embora exista independente desta percepção. Ela faz a interligação entre homem e sociedade, entre pensamento coletivo e individual e suas compreensões sobre os sistemas orgânicos, inorgânicos e sociais. A matéria, com o tempo, sofre evoluções e, muitas vezes, pode sofrer transformações em suas bases fundamentais.

A consciência é um sistema evolutivo e organizado de ideias que capacita o homem e a sociedade a refletirem para transformar a matéria e transportá-la para um estágio mais avançado. Portanto, a consciência pode ser considerada como o conhecimento que o homem tem de reconhecer, perante sua prática social com seu grupo de pessoas com atributos semelhantes, valores e preceitos morais de uma sociedade e aplicá-los nas diferentes situações individuais e coletivas. É uma espécie de inteligência que o capacita, internamente, a aprovar ou reprovar os atos próprios e dos outros com base em noções que apresentem oposição ao que é material. Assim, o homem consciente transforma-se em um ser com disposição espiritual e ânimo para compreender e superar os obstáculos e contradições que apresentam relação entre o espírito ou a inteligência e o material.

A prática social e a consciência formam um sistema evolutivo e organizado de ideias e ações que capacita o homem e a sociedade a refletir para transformar a matéria e transportá-la para estágios mais avançados.

Portanto, a visão que se busca estabelecer é focada na prática humana coletiva como definidora da sociedade, de forma a explicitar a essência da existência como homem e como ser social dentro de uma sociedade.

### REFERÊNCIAS

- SEVERINO, A. J. *Filosofia*. São Paulo: Cortez, 1994.  
TRIVIÑOS, A.N.S.. *Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação*. São Paulo: Atlas, 1987.

## 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



# ESTÉTICA SOCIAL

## corpo, mente e espírito, a verdadeira plenitude da vida

Inara Antunes Vieira Willerding  
Édis Mafra Lapolli

Quando escutamos a palavra estética, o primeiro pensamento sobre esse termo nos remete ao que é belo. Mas é belo para quem?

Será que a beleza está nos objetos ou quem sabe nas pessoas que apreciamos, ou está em nós, na nossa forma de ver?

Está na nossa forma de ver, de perceber, na nossa essência. A beleza é uma percepção sensório-emocional, é por meio das nossas emoções, da nossa sensibilidade, que a estética se torna a capacidade de perceber as coisas como belas ou não.

A definição de emoção pode parecer evidente e simples, uma vez que está presente no nosso dia a dia com frequência. Elas são expressas por meio das nossas percepções, validadas pelos nossos sentidos, pelos sinais intuitivos, sensoriais (visão, audição, paladar, olfato e tato), que nos remetem às expressões emocionais transcendendo por meio de nosso comportamento. Todos nós sentimos sinais intuitivos (sensoriais), aos quais temos que aprender a gerir e a controlar, de modo a que trabalhem a nosso favor e não representando

obstáculos.

Quando falamos em percepção, é preciso entender o seu processo, composto de três etapas. A primeira refere-se à informação que capta os sentidos; a segunda, ao processamento; e a terceira, à interpretação da informação captada, gerando, assim, conhecimento. É importante abordar que a percepção está limitada pela determinação, tanto pela astúcia dos sentidos como pelas aptidões, capacidade de entendimento, experiência, conhecimentos e inteligência do indivíduo.

Cada indivíduo possui sua forma singular de perceber, pois a interpretação depende de sua experiência, inteligência e atenção, correspondendo ao seu mundo vivencial e ao seu conhecimento. Ele é formado pelas conexões: CORPO, MENTE e ESPÍRITO, que são essenciais para o sucesso, para a construção de uma sociedade equilibrada, generosa e transformadora, pois a liberdade humana, encontrada pelo próprio indivíduo no cultivo das suas próprias condições, abre fronteiras para a criatividade e inovação, estando in-

clusos os sentimentos, as emoções, a verdadeira plenitude da vida.

Somos únicos, buscando a todo o momento um equilíbrio entre o nosso eu e o mundo, por meio do juízo estético, onde os nossos sentidos são janelas que nos integram ao mundo e alimenta a vida, fortalecendo a alma, nos admitindo conhecer o mundo e acreditar nas percepções que nos conectam, rumo à trajetória espiritual.

Dessa forma, o juízo de gosto, do belo refere-se ao modo como as faculdades mentais interagem mutuamente, por meio de uma especificação, de uma finalidade, ou seja, de se ter um fim, sem que se perceba nela um fim determinado.

Ao abrir essas fronteiras, nos possibilita a construção de um conhecimento por meio da sensibilidade, das percepções de mundo e a relação com ele, atribuída por sabedoria terrena e espiritual, voltada a sabedoria do ser humano.

VOLTADA A ESTÉTICA SOCIAL!

## PORQUE FAZER O BEM SEM OLHAR A QUEM

### Elementos Doutrinários

Jaime João Regis  
Equipe Filosófica

Pela média geral dos comportamentos e atitudes, nas manifestações que revelam os sentimentos dominantes, como vive a humanidade? Num balanço que incluíse os pequenos e os grandes eventos, o geral e o particular, o atacado e o varejo, chegaríamos a conclusão, à resposta que a humanidade vive mal. Os mais pessimistas ou negativistas diriam: de mal a pior, os mais otimistas ou positivistas diriam: mal com tendência de melhora. Para todos, o poema *Desiderata* afirma: “Mesmo que você não possa perceber, a terra e o universo vão cumprindo o seu destino”. E que destino! Mas, das observações do cotidiano, façamos uma investigação nas nossas estatísticas pessoais. Os resultados nos levarão àquela expressão já referida em outro tema já escrito; “Os números contam a história do espetáculo!” E que espetáculo!

Felizmente a Doutrina Espírita nos esclarece todas estas questões, nos informa como funciona o mecanismo de reparação no programa de evolução dos espíritos e nos indica como proceder. Ao referir-se à justiça divina, aos atributos da divindade e à pluralidade das existências em seus fundamentos, destaca a reencarnação e os seus objetivos como missão, provas, expiações e resgate, numa lógica irretocável e convincente. Princípio sobejamente comprovado por variados ângulos e enfoques, com contínuas e incessantes provas experimentais e fatos verídicos investigados, a reencarnação é o único caminho que torna compreensível as razões da existência e a justiça de Deus. Sem ele, continuaremos órfãos de convencimentos, sem escada, pendurados no pincel.

A resolução das nossas pendências, das situações mal resolvidas, é imprescindível até o último ceutil, sem o que não sairemos da prisão e não alçaremos voo a paragens mais elevadas. Não por questões de contabilidade, mas de ponderabilidade. Só as consciências libertas da matéria, das suas influências e amarras adquirem a leveza para voos mais altos. E nesse particular, é lógico e indispensável zerar todos os nossos débitos, aplacar os efeitos de todos os males e danos cometidos, conceder e obter o perdão em tudo que gerou resquícios de ódio. Elevar a cem o nosso índice de aceitação e zerar totalmente o nosso índice de rejeição. É o resgate tão falado e tão lógico, mas tão difícil e indispensável. Como localizar cada uma das pessoas com quem temos marcas e lesões não cicatrizadas de feridas abertas em experiências passadas? Será que as temos? Como se pode saber? Podemos ter uma indicação pelo que produzimos na presente encarnação e pelas nossas tendências, reações, atos e pensamentos. Mas só o fato de estarmos neste plano reencarnados é indicativo de que temos uma “fiada” de resgates a serem feitos.

Como fazê-los? Como encontrar esse “povo” todo? Na programação reencarnatória algumas dessas pessoas nós pedimos que fossem colocadas no plano. Outras os mestres programadores as incluíram, pela importância, e necessidade verificadas, e outras o próprio impulso do determinismo gerado pela resultante da lei de causa e efeito ou de ação e reação promove a inclusão.

Há um princípio na força que comanda o pulsar do universo, pelo qual tudo o que foi desarmonizado deve ser rearmado, no tempo e no espaço. A mesma fonte de onde partiu o impulso desarmonizante, emitirá outro impulso, modificado em seu efeito cinético, reordenando o que havia sido desordenado. É um processo natural. Qualquer ação desarmonizante ao ser praticada, gera um registro imediato na memória do computador universal que acionará comandos quando a leitura dos fatores percebidos sinalizar como sendo oportuno. E então, acontecem os reencontros, não desejados e não solicitados, mas determinados. O sistema calculou as órbitas dos comprometidos e no momento adequado para que elas viessem um dia a se cruzar, liberou os comandos. É assim que funciona o que poderíamos designar de Programa Automático de Reencontro de Adversários de Antigamente – PARADA!

Há uma lógica nisso: está na lei, é necessário, a reencarnação é um tempo muito breve, existem as dificuldades naturais e a lista de reacertos a ser resolvida é longa. Determinadas aproximações e cruzamentos de caminhos em nossas vidas não têm explicação e dizemos: estava escrito, os céus estão conspirando. E é isso mesmo. Com um detalhe: foi o próprio protagonista que escreveu ou que armou a conspiração, que pode ter sido há muito tempo.

São aqueles reencontros que geram repulsas, mal-estar, intolerâncias, acionando ou reavivando antagonismos intensos, sem se saber quem era ou quem é a pessoa. Episódios dessa natureza são frequentes e podem acontecer em qualquer dos ambientes onde nos movimentamos. Mas há um espaço ou uma associação de caráter e objetivos mais que especiais, que poderíamos identifica-lo como o Centro de Atenção, Solidariedade, Amor e Libertação ou CASAL. Os Casais são projetos divinos, palcos de reencontros para grandes resgates, onde histórias podem ser reescritas e existências restauradas, com o compartilhamento, o respeito, a superação, o interesse, a atitude sincera, o afeto, o prazer de estar juntos, a entrega. E há sim, os Casais que se constroem sobre componentes que formam uma rocha solidificada, antes dispersos, e que foram unidos com a argamassa dos objetivos mencionados. Mas há, e muitos, os que se distanciam do projeto divino e, para eles, o CASAL é transformado em Cela de Aprisionamento, Sofrimento, Agressão e Luta. Expressa ou silenciosa. Houve o reencontro, mas não aconteceu o resgate.

Existem ainda aquelas pessoas que não conhecíamos, que se apresentam a nós com dificuldades de diferentes ordens e sentimos que necessitam de ajuda. Sejam elas quem forem, sentindo simpatia ou repulsa, ajudemos. Ali poderá estar alguém com quem temos dívidas e resgates a serem sanados e que a vida, de mão beijada, colocou diante de nós.

Façamos o bem, não olhemos a quem, pois este quem, para nós, pode ser alguém mais do que ninguém.

## SERVIR COM AMOR

Irmão Savas

(Mentor do Núcleo Espírita Nosso Lar)

Era um dia quente em que o pôr de sol presenteava o céu com matizes suaves e suave era a brisa que entrava pela janela onde Jesus se encontrava debruçado. Olhos perdidos no horizonte, ele contemplava aquele cenário preparado pelo Pai. O suspiro que exalou era um atestado de saudade da Casa Paterna. Deixou a janela e voltou os olhos ligeiramente melancólicos aos discípulos que silenciosamente o esperavam.

Sobre os protestos de alguns, principalmente de Pedro, Jesus passou a lavar os pés de seus discípulos, num gesto de doação e humildade. A toalha branca jogada em seu ombro serviu para secar com carinho os pés dos apóstolos tão cansados da caminhada. Com tal atitude, Jesus demonstrou que todos os homens são iguais, contudo, passa a ser maior aquele que serve.

As páginas do tempo foram viradas e o livro da vida registrou a lição do Nazareno. É comum em nossos dias ainda escutar que “maior é aquele que serve”. Contudo, poucos entendem o que o Mestre pregou, vez que desde pequenos fomos ensinados que o melhor, o mais importante é ser servido e não servir. Essa é nossa cultura, esses os valores que pesam e fazem diferença no mundo materialista. Como principal oponente ao ato de servir, encontramos o ego. Palavra tão pequena, mas, de um poder extraordinário. Um exame mais profundo nos levaria a entender que o ego, essa palavrinha oriunda da língua latina e que em nosso linguajar significa “eu” é a responsável por inúmeras situações que ocorrem em nosso conturbado mundo. O ego, nascido como egoísmo, nada mais é que um amor próprio excessivo, que leva o indivíduo a olhar unicamente para os seus interesses em detrimento dos direitos alheios.

Vencer o ego, ou vencer a si próprio, só se torna possível se o amor entrar nessa batalha. Talvez por isso, o dito popular de que “só o amor vence” é sempre lembrado. A expressão, porém, merece um retoque e ficaria melhor se dissessemos que “só o amor verdadeiro vence”. O amor não se aprende no banco escolar, nem nos livros de filosofia. Amar se aprende amando. É necessário um esforço consciente e gigantesco para mudar nossos padrões sobre o amor. Necessário se torna que sejam empregados esforços deliberados em direção da autocompreensão e do desenvolvimento interior. No início, permanecer nesse caminho é um esforço heróico, mas, com o tempo, aprendemos a amar mais e melhor.

Amar mais e melhor é um percurso que se inicia e que não tem volta. O sentimento do amor legítimo é gratificante. Quem ama se torna melhor. Sentindo-se melhor, quem ama, para preservar esse sentimento, passa a praticá-lo naturalmente. Deixa de negociar o amor. Não tem mais exigências, não espera mais resposta do ser amado.

Servir, portanto, é um ato nascido do amor autêntico, da renúncia ao ego. Quem aprende a servir, passa a exercer a compaixão, filha legítima do amor. Quem atinge esse patamar de compreensão, exerce silenciosamente o ato de servir. Não precisa de ninguém para testemunhar ou aplaudir. Quem ainda necessita de demonstrações ao servir, não conhece o amor incondicional, pois só ama a si próprio. A recompensa esperada por aquele que ama é, tão somente, a alegria interior. Nossa alma sorri diante do desaparecimento, pois, está curada.

O caminho para a cura interior tem início com a investigação e o conhecimento de nós mesmos. Isso, porém, falaremos outro dia, pois, no momento torna-se necessário um mergulho em nosso interior para exame do quanto servimos neste mundo, a quem servimos e qual o sentimento que nos trás o ato de servir.

O passaporte para a cura interior nos será deixado aqui nesta página. Na bagagem que carregaremos pelo caminho, não poderemos nos esquecer de colocar a paciência, a boa vontade e a perseverança. Cultivando esses estados mentais positivos, seremos, com certeza, conduzidos a uma melhor saúde mental e, conseqüentemente, à felicidade.

# Informativo Nosso Lar



Núcleo Espírita Nosso Lar  
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer



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

## CARIDADE

São Paulo traçou um quadro incomparável da caridade:

“A caridade é paciente, a caridade é prestativa, não é invejosa, não se ostenta, não se incha de orgulho. Nada faz de inconveniente, não procura o seu próprio interesse, não se irrita, não guarda rancor. Não se alegra com a injustiça, mas se regozija com a verdade. Tudo desculpa, tudo crê, tudo espera, tudo suporta” (1 Cor 13.4-7).

Diz ainda o Apóstolo: “Se não tivesse a caridade, nada seria [...]”. E tudo o que é privilégio, serviço e mesmo virtude [...] “se não tivesse a caridade, isso nada me adiantaria”. A caridade é superior a todas as virtudes. E a primeira das virtudes teológicas: “Permanecem fé, esperança, caridade, estas três coisas. A maior delas, porém, é a caridade” (1 Cor 13.13).

Sabemos que o exercício de todas as virtudes é inspirado pela caridade, que é o “vínculo da perfeição” (Cl 3,14). Devemos amar como filhos de Deus e não como escravos por medo, ou como mercenários em busca de recompensa, pois precisamos responder ao amor Daquela “que nos amou primeiro” (1 Jo 4.19).

A caridade tem como frutos a alegria, a paz e a misericórdia; ela exige a bondade e a correção fraterna; tem de ser desinteressada e liberal; é amizade e comunhão. Santo Agostinho disse que: “A finalidade de todas as nossas obras é o amor. Este é o fim, é para alcançá-lo que corremos, é para ele que corremos; uma vez chegados, é nele que repousaremos” (Jo 10.4).

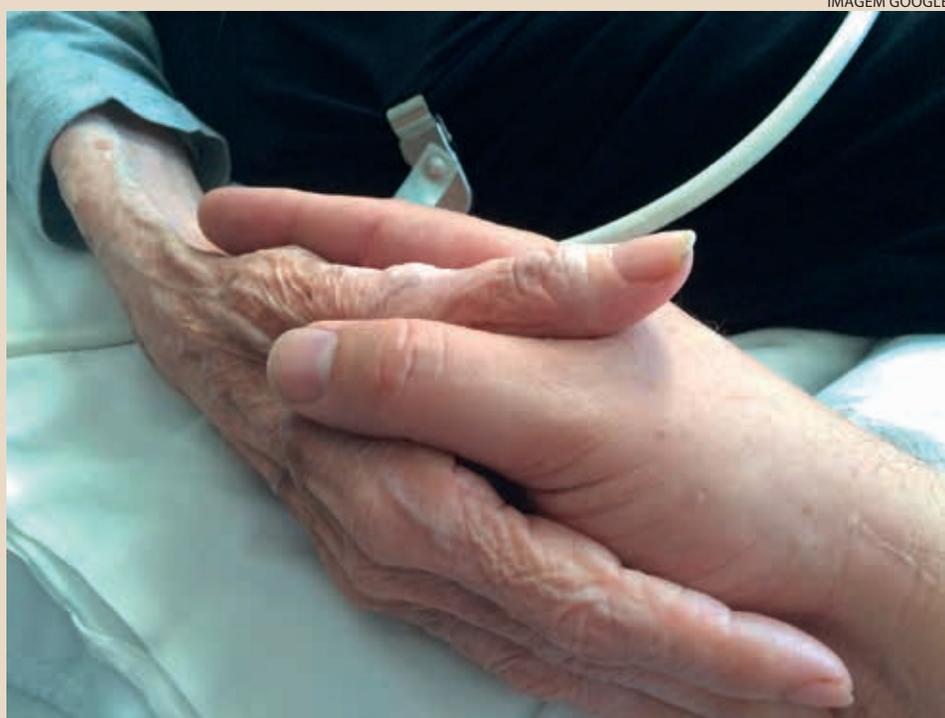


IMAGEM GOOGLE

<http://cleofas.com.br/o-que-e-a-virtude-da-caridade/>



# 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

Koerich é corresponsável da Kredilig S/A. Crédito sujeito a aprovação.