

Informativo Nosso Lar



Núcleo Espírita Nosso Lar
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer



www.nenossolar.com.br

SETEMBRO 2019 - ANO 9 - Nº 79



IMAGENS WEB

A CRISTALOTERAPIA DO DR. MARCEL VOGUEL

Dentre muitas técnicas usadas desde a antiguidade para reorganizar nossas energias e, recentemente estudadas cientificamente, tendo comprovada sua eficiência, está o uso de cristais, a Cristaloterapia. Um tipo de terapia que tem como meta a ampliação da consciência das coisas importantes, a satisfação da alma, além de nos ajudar a lidar com os conflitos, eliminar sentimentos negativos, amenizar momentos de insegurança, oferecer uma dose extra de amor próprio e autoconfiança, trazer mais tranquilidade mental e clareza de visão. **Páginas 8 e 9**

AS CAPACIDADES DINÂMICAS DAS ORGANIZAÇÕES

Daniela de Oliveira Massad afirma que o papel do conhecimento torna-se altamente relevante para as organizações, sendo necessário o reconhecimento da importância do desenvolvimento das capacidades dinâmicas, para a renovação e reconfiguração dos recursos e capacidades da empresa na busca de uma vantagem competitiva duradoura. **Página 4**



Colunas

- **QUANDO A VERDADE SE IMPÕE**
Adilson Maestri
Página 7
- **A ALMA NO COMANDO**
Homero Franco
Página 7
- **EUPRENDEDORISMO: a busca da autenticidade e do trabalho com propósito**
Édis Mafra Lapolli
Página 13
- **CONVIVÊNCIAS: Elementos doutrinários**
Jaime João Regis
Página 15

TIVE CÂNCER

Câncer é um diagnóstico de um momento de vida, um sinalizador, "UM CHAMADO DE VIDA". Se Deus nos desejasse mortos, seríamos atropelados, sofreríamos um infarto fulminante. Uma queda. Mas não, câncer é uma doença crônica, que vai se desenvolvendo lentamente. Que nos dá tempo de pensar, sentir, escolher, tratar. E mais ainda, o câncer é um Ritual de Passagem. "Ele" nos autoriza as mudanças. Mudamos o olhar, tudo fica mais bonito e intenso. O verde, o colorido das flores, o canto dos pássaros, o calor do sol, os afetos, os sabores, tudo, nos diz em seu depoimento a médica homeopata, voluntária do CAPC, Dra. Carmen Maria Garcia. **Página 14**



Toda matéria, seja física ou sutil, apresenta uma determinada frequência.

Os corpos físico e etérico, tendo frequências diferentes, sobrepõem-se e coexistem no mesmo espaço.

Disfunções no corpo espiritual causadas por desequilíbrios emocionais podem prejudicar o fluxo da energia através dos chakras, o que pode acabar causando desequilíbrios hormonais e doenças físicas.

Dentre muitas técnicas usadas desde a antiguidade para reorganizar nossas energias e, recentemente estudadas cientificamente, tendo comprovada sua eficiência, está o uso de cristais.

Um tipo de terapia que tem como meta a ampliação da consciência das coisas importantes, a satisfação da alma, além de nos ajudar a lidar com os conflitos, eliminar sentimentos negativos, amenizar momentos de insegurança, oferecer uma dose extra de amor próprio e autoconfiança, trazer mais tranquilidade mental e clareza de visão.

Fabio Cabral, cristaloterapeuta, assina a matéria de nossa página central e nos brinda com informações importantes sobre o assunto.

Na página 15, nosso Mentor nos alerta: "A voz interior, que podemos chamar de Eu Superior, se ouvida atentamente, passará a ser o nosso guia da felicidade. Não existe idade para começar a mudança de nossos hábitos. O agora é a hora de ser feliz".

Estamos ingressando na primavera e é hora de abriremos nossos corações para o novo, para observar a natureza se refazendo e sentir a alegria de viver.

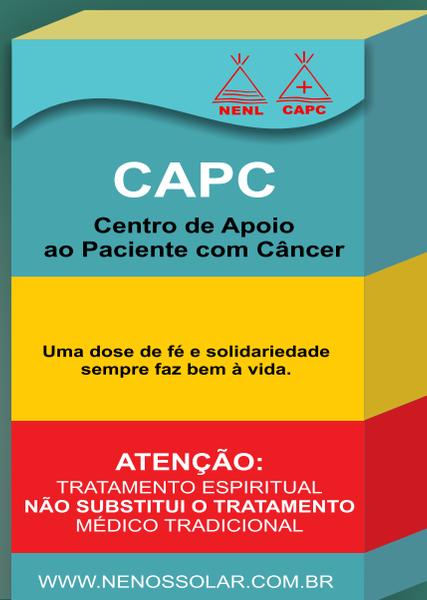
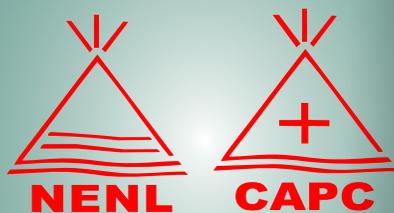
Trazemos mais um número de nosso jornal com informações sobre os trabalhos em Nosso Lar e assuntos selecionados para reflexão.

Boa leitura!



IMAGEM WEB

Entre o tratamento médico tradicional e o espiritual, fique com os dois.



www.nenossolar.com.br

Esconde-esconde

Bianca Velloso

Sabe onde a felicidade se esconde?

Descobri dia desses, por acaso, desatenta, descabelada, desprovida de expectativas: Ela se esconde sob o véu das dificuldades...

O amor ensina que as diferenças são possibilidades de olhar o mundo através de outras lentes pintar a vida com outras cores O diferente pode ser bom, pode fazer bem

Quando se experimenta o novo com a alma despida de preconceitos

A felicidade nos toma nos braços e nos leva a bailar entre as estrelas

expediente

Direção Geral
José Alvaro Farias

Editor
José Álvaro Farias

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

Editoração
Fernandz Editora
jucliadzfernandes@gmail.com

Tiragem: 5.000 exemplares
Gráfica: Rio Sul

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



NUTRIÇÃO, UMA FERRAMENTA CONTRA O CÂNCER!

Ana Laura Rodrigues Bordinhão

Nutricionista Clínica, Mestre em Oncologia - CRN 10 nº 4244

O alimento pode ser um importante aliado na prevenção e durante o tratamento do câncer, embora não exista UM único alimento capaz de prevenir ou curar o câncer, um hábito alimentar saudável poderá ter um papel valioso contra o câncer.

A grande dúvida em relação à alimentação é como saber se nossos hábitos alimentares são compatíveis com a prevenção do câncer. Veja, a seguir, alguns pilares importantes para auxiliá-lo:

1) COMIDA FRESCA: A maior parte da sua alimentação deve ser construída com comida de verdade (aquela que é plantada, colhida, pescada). Monte suas refeições com alimentos como: batata doce, batata baroa, inhame, aipim, abóbora, vegetais, legumes variados, peixes, ovos, temperos frescos,

cogumelos, grãos integrais (aveia, quinoa, amaranto), frutas variadas, prefira óleos não refinados (azeite de oliva, manteiga – com moderação, óleo de coco).

2) QUALIDADE DO ALIMENTO: Sempre que possível, utilize orgânicos, não consegue orgânicos? Consuma a versão não orgânica, mas não deixe jamais de consumir comida de verdade. Além disso, a forma de preparo também é muito importante, evite cozinhar em altas temperaturas – utilize sempre o fogo baixo ou moderado, ou na temperatura mínima no forno, isso evitará a formação de compostos tóxicos potencialmente carcinogênicos.

3) COMIDA – ALIMENTO DA ALMA: lembre-se, comer é um ato de amor e autocuidado, comida

tem memória afetiva e sensorial, por isso, é tão importante que saibamos dosar e equilibrar a rotina alimentar com momentos em que iremos desfrutar de uma refeição com maior valor afetivo.

4) FREQUÊNCIA: no seu dia a dia, procure manter-se regrado dando condições de sustentar efeitos preventivos prolongados e, por isso, mais efetivos. Quer saber por onde começar? Foque-se em INCLUIR alimentos de alta qualidade nutricional em todas as refeições do dia e, naturalmente, você irá substituir



IMAGEM WEB

- 200-300g de frutas (sendo 70-100g frutas cítricas)

Lembre-se, se você está iniciando os novos hábitos pequenas mudanças já serão bem-vindas desde que você consiga sustentá-las e, aos poucos, perceberá diferenças que o estimularão a seguir em frente. Comece a consumir vegetais crus duas vezes ao dia e aumentar o tamanho de suas porções de folhosos, substitua o refrigerante (mesmo que zero) por água, inclua frutas diariamente.

O hábito alimentar é uma construção diária sempre haverá algo para ser melhorado, e para que você consiga se nortear, use apenas você mesmo como comparativo, isso o manterá sempre aprimorando e refinando suas escolhas, tome as rédeas de sua saúde, a nutrição é uma importante ferramenta contra o câncer!

e enriquecer sua alimentação. Segue aqui uma meta para consumo diário (baseada em estudos científicos) para prevenção de câncer:

- 300g de vegetais (50g de folhas verdes e 100g de vegetais crucíferos: brócolis, couve-flor, couve manteiga, couve de Bruxelas, folhas de mostarda);





MODA BRANCA

www.andrauniformes.com.br

TOUCAS

CAMISAS

JALECOS

CALÇAS

CALÇADOS

ANDRA 1
R. Esteves Jr. 748 - Centro
Fone: 48 3224-9179

ANDRA 2
R. Nery C. Bittencourt 328 - Santa Mônica
Fone: 48 3028-3282

AS CAPACIDADES DINÂMICAS DAS ORGANIZAÇÕES

Daniela de Oliveira Massad
Doutoranda do PPGECC/UFSC

Em meio a ambientes de constantes mudanças, as organizações precisam inovar. Entretanto, para inovar e realizar a gestão da inovação de maneira bem-sucedida, é necessário que as empresas desenvolvam capacidades dinâmicas (BESSANT; TIDD, 2019). Estas capacidades estão relacionadas aos processos de aprendizagem da organização.

A capacidade organizacional refere-se a um conjunto de rotinas de alto nível que fornece possibilidades de decisão para gerar resultados importantes para a sustentabilidade da empresa, com efeitos e mecanismos de controle geralmente conhecidos (WINTER, 2000). As capacidades dinâmicas são as capacidades necessárias em situações de rápida mudança tecnológica e ambientes de competição incertos, em que as empresas precisam reconfigurar suas competências internas e externas para alcançar vantagem competitiva (TEECE; PISANO; SHUEN, 1997).

Capacidades dinâmicas são, entretanto, geradas a longo prazo, exigindo recursos especializados e envolvendo a exploração das competências existentes na organização e o desenvolvimento de novas (BESSANT; TIDD, 2019). As competências e as capacidades dinâmicas são determinadas através dos processos, das posições e das trajetórias das empresas, conforme Teece, Pisano e Shuen (1997). Assim, segundo os autores, a essência das capacidades dinâmicas e a das competências são definidas pelos processos organizacionais, que são influenciados pelas posições da empresa com relação aos ativos e por suas trajetórias de evolução.

A abordagem das capacidades dinâmicas fornece um



IMAGEM WEB

paradigma mais amplo para compreender a vantagem competitiva em ambientes de rápida mudança (TEECE; PISANO; SHUEN, 1997) e complementa a visão “baseada em recursos” (WANG; AHMED, 2007) que trata o conhecimento como um recurso genérico, surgindo a partir de uma perspectiva “baseada no conhecimento”, que o considera um elemento crítico no desenvolvimento de capacidades (ALIJANI et al, 2016).

No desenvolvimento das capacidades dinâmicas, as empresas devem buscar um equilíbrio entre o aproveitamento das competências existentes e a criação de competências novas, entretanto, a capacidade dos gestores em construir, reconfigurar e integrar as competências e os recursos organizacionais interfere significativamente nesse processo, tornando algumas empresas mais passíveis de desenvolver capacidades dinâmicas que outras (BESSANT; TIDD, 2019).

De acordo com Zahra, Sapienza e Davidsson (2006), as atividades empreendedoras constituem o pontapé inicial

para identificar e explorar oportunidades para o desenvolvimento de capacidades dinâmicas, pois influenciam a seleção de recursos e capacidades, bem como os processos de aprendizagem para a captura de conhecimento externo.

Meirelles e Camargo (2014) consideram que a geração de ideias e a introdução de rupturas no mercado, a mudança organizacional e a inovação e o desenvolvimento de novos mercados são indícios da ocorrência de capacidades dinâmicas nas organizações. Capacidade de absorver conhecimento, capacidade inovadora e capacidade de se adaptar são alguns exemplos de capacidades dinâmicas organizacionais (WANG; AHMED, 2007).

Na era do conhecimento, o papel deste torna-se altamente relevante para as organizações, sendo necessário o reconhecimento da importância do desenvolvimento das capacidades dinâmicas para a renovação e reconfiguração dos recursos e capacidades da empresa em busca de uma vantagem competitiva duradoura.

REFERÊNCIAS

- ALIJANI, S. et al. Building capabilities through social innovation: Implications for the economy and society. In: *Finance and Economy for Society: Integrating Sustainability*. Emerald Group Publishing Limited, p. 293-313, 2016.
- BESSANT, J.; TIDD, J. *Inovação e empreendedorismo*. 3 ed. Bookman Editora, 2019.
- MEIRELLES, D. S.; CAMARGO, Á. A. B. Capacidades Dinâmicas: o que são e como identificá-las. *RAC - Revista de Administração Contemporânea*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 41-64, 2014.
- TEECE, D. J.; PISANO, G.; SHUEN, A. Dynamic capabilities and strategic management. *Strategic management journal*, v. 18, n. 7, p. 509-533, 1997.
- WANG, C. L.; AHMED, P. K. Dynamic capabilities: A review and research agenda. *International journal of management reviews*, v. 9, n. 1, p. 31-51, 2007.
- WINTER, S. G. The satisficing principle in capability learning. *Strategic management journal*, v. 21, n. 10-11, p. 981-996, 2000.
- ZAHRA, S. A.; SAPIENZA, H. J.; DAVIDSSON, P. Entrepreneurship and dynamic capabilities: A review, model and research agenda. *Journal of Management studies*, v. 43, n. 4, p. 917-955, 2006.



parceria

confiança

experiência

responsabilidade

Fabíala Duarte

Assessoria para Idosos

(48) 99954-6771

fpd1974@yahoo.com.br

@fabiduarte0904

[com referências]

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 cópia xerox do laudo dos exames que comprovem o seu diagnóstico.

+ 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:	08:00 às 12:00h 13:00 às 20:00h
Terça-feira:	09:00 às 12:30h 14:00 às 16:00h
Quarta-feira:	08:00 às 10:30h 14:00 às 16:30 h 19:30 às 21:00 h
Quinta-feira:	14:00 às 16:30h

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

SETEMBRO 2019

DATA PALESTRA	HORA	PALESTRANTE	ASSISTENTE	TEMA	
04/09/2019	Quarta-feira	20:00	Jucemar Geraldo Jorge	Marcelo M. S. Só	Alma - Um caminho para conexão com Deus
05/09/2019	Quinta-Feira	20:00	Odi Oleiniski	Maria Nazarete Gevertz	Medicina e Espiritualidade
06/09/2019	Sexta-feira	20:00	Adilson Maestri	Beatriz Rosa	Os sinais
07/09/2019	Sábado	14:00	Maurício Hoffmann	Zenaide A. Hames Silva	Espiritismo e Autoconhecimento
11/09/2019	Quarta-feira	20:00	Neuzir Oliveira	Sandra Flores	Preces
12/09/2019	Quinta-Feira	20:00	Paulo Neuburger	Rodrigo Luiz Alves	Curar a si mesmo
13/09/2019	Sexta-feira	20:00	Gastão Cassel	Beatriz Rosa	Desencontros - os valores do cotidiano
14/09/2019	Sábado	14:00	Homero Franco	Zenaide A. Hames Silva	Ajuda-te e o céu te ajudará.
18/09/2019	Quarta-feira	20:00	Sheyla de Liz Baptista - Nutrição	Nilda Figueiredo	Alimentos antioxidantes - Benefícios para a saúde
19/09/2019	Quinta-Feira	20:00	Rodrigo Luiz Alves	Elizete Florência dos Santos	Tomai a vossa cruz e segui-Me
20/09/2019	Sexta-feira	20:00	Rosângela Idiarte	Jair Idiarte	Piedade Filial
21/09/2019	Sábado	14:00	Maurílio Martins	Paulo Neuburger	O que estamos semeando?
25/09/2019	Quarta-feira	20:00	Rosane Gonçalves	Edel Ern	Dor e sofrimento - como entender?
26/09/2019	Quinta-Feira	20:00	Carlos Augusto Maia da Silva	Neuzir Oliveira	Como aprender a perdoar
27/09/2019	Sexta-feira	20:00	Volmar Gattringer	Zenaide A. Hames Silva	A lei do amor
28/09/2019	Sábado	20:00	Cynthia Caiaffa	Sandra Flores	O que Jesus nos traz Página 1/1

Horários de Ônibus

Transporte coletivo Estrela Ltda.
039 Forquilhas - Florianópolis

Partidas de Forquilhas (Ida)

2ª a 6ª		Sábados		Domingos e feriados
05.00	14.25*	05.00	16.45*	05.40
05.40	15.30*	06.00	18.45*	06.30
05.55C	16.35*	06.40*	20.45*	08.15*
06.20	17.35*	08.00*	23.20*	09.55*
07.00*	18.40*	08.40*		11.55*
08.00*	19.30*	09.40*		14.55*
08.40*	20.20*	11.00*		17.55*
09.50*	21.45*	12.20*		19.55*
11.20*	23.15*	13.05*		21.50*
12.55*		14.45*		

Partida do TICEN (volta)

2ª a 6ª		Sábados		Domingos e feriados
06.10	16.30	05.50	17.55	07.30
07.10	17.30	07.10	19.55	09.10
07.45	18.30C	07.50	22.30	11.00
09.00	19.20	08.50	00.40	14.00
10.30	20.50	10.10		17.00
12.00	22.20	11.30		19.05
13.30	23.20	12.15		21.00
14.30	00.40	13.55		22.50
15.30		15.55		00.40

Transporte coletivo Estrela Ltda.
763.1 Parque Residencial Lisboa

Partida do Lisboa (Ida)

2ª a 6ª		Sábado	Domingos e feriados		
05.00	10.20*	19.35*	06.00	15.20*	07.00
05.30	11.15*	20.05*	06.30	16.00*	08.30*
05.45	12.05*	20.55*	07.00	16.40*	09.30*
06.00	12.25	21.45*	07.20*	17.20*	10.30*
06.12	12.50*	22.25*	07.40	18.00*	11.30*
06.25	13.25*	22.55*	08.00*	18.40*	12.30*
06.37	13.45BR*		08.40*	19.20*	13.30*
06.50BR	14.30*		09.20*	20.00*	14.30*
07.02	15.25*		10.00*	20.40*	15.30*
07.15	15.35*		10.40*	21.30*	16.30*
07.30BR*	16.20*		11.20*	22.20*	17.30*
07.45	16.55*		12.00*		18.30*
08.05*	17.15BR*		12.40*		19.30*
08.30*	17.35*		13.20*		20.30*
08.55*	18.10*		14.00*		21.30*
09.20*	19.10*		14.40*		22.30*

Partidas do TICEN (Volta)

2ª a 6ª		Sábado	Domingos e feriados		
06.40	16.40	22.15LA	06.40	18.00	07.45
07.25	16.55	22.35LA	07.20	18.40	08.45
07.50	17.05	23.05LA	08.00	19.20	09.45
08.15	17.15	23.35	08.40	20.00	10.45
08.42	17.25	24.00	09.20	20.50	11.45
09.35	17.37		10.00	21.50	12.45
10.32	17.50		10.40	22.50	13.45
11.20	18.05		11.20	24.00	14.45
12.02	18.20		12.00		15.45
12.35	18.35		12.40		16.45
13.05	18.55		13.20		17.45
13.42	19.10		14.00		18.45
14.35	19.40		14.40		19.45
14.50	20.15		15.20		20.45
15.25	21.05		16.00		21.45
16.00	21.30LA		16.40		22.45
16.20	22.05		17.20		24.00

Transporte Coletivo Estrela
763 Los Angeles

Saída de Los Angeles

2ª a 6ª		Sábados	Domingos e feriados
05.15 ZR	10.02 Z	06.00 R	06.20 ZLR
05.40 M	10.55	06.30 Z	08.10 ZR
06.00 E	11.50	07.55ZR	10.25 ZR
06.15 ZR	12.35 M	10.05ZR	12.25 ZR
06.15Exp	13.05 E	11.40 R	14.25 ZR
06.25	14.15 M	13.25ZR	16.25 ZR
06.50 Z	15.20	14.15 R	18.25 ZR
06.55 R	16.20	16.05ZR	20.25 ZR
07.05 Z	17.15 EZ	18.05ZR	
07.20 M	18.20Exp	20.05ZR	
08.00 Z	19.35 E		
09.00	20.20 ZE		
09.25 M	21.10 EZ		

Saída do TICEN

2ª a 6ª		Sábados	Domingos e feriados
06.12z	14.10z	07.05 RZ	07.20 RZ
06.30LM	15.15	09.10 RZ	09.30 RZ
08.15R	16.10ZE	10.45 R	11.30 RZ
08.40M	16.35M	12.25 RZ	13.30RZ
09.15 z	17.03ZE	13.15 R	15.30RZ
10.10	17.33	15.05RZ	17.30RZ
11.05	18.25ZE	17.05 RZ	19.30RZ
11.40M	18.50M	19.05RZ	22.30RZ
12.10ZE	19.17Z	22.05RZ	
13.20M	20.05RZE		

Transporte Coletivo Estrela
020 Potecas

Saída de Potecas

2ª a 6ª	
05.00	13.00
05.20	13.30
06.00	14.40
06.30	15.45
06.45	16.50
07.00	17.45
07.35	18.45
08.05	19.40
09.00	20.45
10.00	21.25
11.05	22.40
12.00	

Saída do TICEN

2ª a 6ª	
06.50	16.25
07.15	16.40
08.10	17.35
9.10	18.02
10.15	18.32
11.10	19.05
12.05	19.50
12.38	20.35
13.45	21.50
14.45	22.40
15.45	

Transporte Coletivo Estrela Ltda.
0125 Vila Formosa - Lisboa - Kobrasol

Saída de Vila Formosa

2ª a 6ª	
06.00	12.30
06.20	12.40
06.45	13.50
07.20	14.30
08.10	16.10
09.05	17.00
09.50	
12.05	

Saída do Kobrasol

2ª a 6ª	
06.40	17.40rzl
07.20	18.10
09.00	18.40x
11.10	19.30
11.50	22.25z
13.40	
15.20	
16.10	

Atendimento Fraterno

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 Fraterno, 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!



FOTO CID JUNKES

BALNEÁRIO INGLESES: a transformação de uma vila de pescadores

José Luiz Sardá
Geógrafo

Conta a história que a origem do bairro de Ingleses é atribuída ao naufrágio de uma nau inglesa, ocorrido na metade do século XVIII em frente a Ilha do Mata-Fome, como é conhecida popularmente pelos nativos e pescadores. Esta ilha serviu de abrigo aos naufragos e alguns destes sobreviventes constituíram famílias com as nativas do lugar. Naquela época, era um povoado bastante habitado e todos se agrupavam em torno da pequena capela consagrada a Nossa Senhora dos Navegantes, construída em 1881 sobre os cômodos de areia, por um abastado lavrador. Na década de 1960, a capela foi demolida com o objetivo de construir uma igreja maior, devido ao aumento da população. Até hoje a tradicional festa religiosa de Nossa Senhora dos Navegantes, atrai multidões de romeiros e devotos.

Naquela época, Ingleses do Rio Vermelho abrangia parte da costa Leste da Ilha de Santa Catarina, desde o atual bairro de Rio Vermelho até o balneário de Ingleses. Foi criado por Decreto-Lei de 11 de agosto de 1831, sob a invocação de São João Batista, posteriormente, em 04 de dezembro de 1962, por Decreto, foi criado o Distrito de São João do Rio Vermelho. A ocupação desta freguesia açoriana deu-se através do núcleo original e dos principais caminhos, vielas e becos abertos sobre as planícies das Aranhas e do Capivari, serviu também como posto de reconhecimento de embarcações que chegavam pelo lado Norte da Ilha.

Era uma vila de pescadores e agricultores que se dedicavam a maior parte do tempo à agricultura e à pesca. Nas décadas de 1960 os engenhos de farinha e de açúcar dominavam a paisagem local, mas a partir dos anos 1970 deixaram de existir. A atividade pesqueira era intensa, existiam as “Salgas” (tipo de armazém que estocava e comercializava o pescado). No final da década de 1980, as terras que

serviram à agricultura foram parceladas e transformadas em grandes loteamentos e condomínios. A ausência de planejamento urbano originou a crescente demanda de milhares de migrantes, notadamente de gaúchos, paranaenses, paulistas e catarinenses do interior.

Nos anos 1990, o “boom” do turismo no balneário passou a representar importante fonte de renda à população e trouxe profundas modificações no cotidiano dos nativos e prejuízos ao meio ambiente, e transformou a bucólica e pacata vila de pescadores. A valorização e especulação imobiliária desencadeou o crescimento desordenado, afetando diretamente a vida e o cotidiano da população local. Os imóveis localizados ao longo das vias e da estrada principal foram sendo substituídos por supermercados, restaurantes, shopping, hotéis, pousadas, resorts, loteamentos, conjuntos habitacionais e serviços diversos.

Atualmente, a região de Ingleses vem sofrendo grande pressão sobre os ecossistemas e têm causado sérios danos ambientais. Exemplos: áreas de dunas invadidas pela população de baixa renda, originando grandes bolsões de pobreza, a poluição no Rio Capivari, onde efluentes de esgoto são despejados *in natura* no leito do rio, os processos erosivos no cordão praiado pela ocupação desenfreada, a descaracterização das encostas e ocupações irregulares nas áreas de preservação ambiental. Segundo o último censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE, as planícies dos bairros Sitio Capivari e Santinho tiveram significativo aumento populacional e foi a região que mais cresceu nos últimos dez anos, em Santa Catarina. Dados apontam que os seis distritos do Norte da Ilha, terão no ano 2.020 uma população flutuante/residente aproximada de 460 mil habitantes.

O TRABALHO VOLUNTÁRIO

O voluntariado tem sido muito relevante nas últimas décadas.

Trabalho voluntário é o que se faz sem imposição de ninguém, aquele que depende somente de nosso livre-arbítrio. O voluntário engajado, participante e consciente se diferencia pelo seu grau de comprometimento.

Quando colocamos na tarefa, que voluntariamente desempenhamos, nossos sentimentos melhores, ela se torna fonte de enriquecimento de virtudes.

Sempre que quisermos, podemos aceitar o trabalho abençoado a que somos constantemente convidados pela vida, onde estivermos.

Em uma das parábolas do Mestre Jesus, um pai pede ao filho mais velho: Filho, vá trabalhar hoje, na minha vinha.

O filho concordou, mas não foi.

Então o pai disse o mesmo ao segundo filho, que, de imediato, se negou a ir. Entretanto, passado um tempo, se decidiu e abraçou a tarefa.

Todos somos os filhos convidados para trabalhar na vinha do Pai, para trabalhar na Seara do Mestre. São convites constantes, em qualquer época de nossa caminhada imortal.

Não basta, contudo, aceitá-los. Precisamos nos engajar no trabalho com amor e disposição, com responsabilidade e seriedade.

Nenhuma seara, se não for devidamente preparada, adubada, semeada e muito bem cuidada, dará frutos e alimentará. É um labor contínuo, sem queixas nem reclamações, que exige amor e dedicação de quem se propõe a realizá-lo.

Na parábola, o pai diz ao filho: Vá trabalhar hoje, na minha vinha. Hoje, porque amanhã talvez haja passada a oportunidade, sejam diferentes as condições, a vida possivelmente tenha mudado os rumos existenciais.

O trabalho voluntário nos enriquece e engrandece a quem o recebe.

O salário é o imenso amor que retorna multiplicado para nós mesmos. É luz que se acende, aquecendo-nos o coração, fazendo com que esse sentimento nos fortaleça.

Mesmo quando funcionários remunerados, podemos ser voluntários no amor, na gentileza que oferecemos, na boa vontade em servir.

Se já sentimos o amor do Cristo em nossas vidas, sirvamos ao próximo, de maneira voluntária. Servir é honra que nos enriquece de vida e de responsabilidade, amadurecendo nossos sentimentos e nos enobrecendo interiormente.

Como voluntários conscientes, nos assemelhamos à pedra preciosa a brilhar ao sol do amor.

Geramos simpatia quando nos apresentamos para o trabalho.

Deixamos uma saudade imensa quando partimos para novas tarefas.

O trabalho que desempenhamos voluntariamente passa a ser o maior alento para nossa vida.

E nosso coração se repletará de prazer ante essa fonte inesgotável de venturas.

Onde quer que estejamos nos doemos ao bem maior.

O maior exemplo de trabalhador voluntário temos em Jesus, que somente se dedicou a todos, sem qualquer pedido de retribuição. Prometendo o reino dos céus, modificou as paisagens da Terra. Trabalhando sem cessar, confirmou que também o Pai, até hoje, trabalha.



A ALMA NO COMANDO

Homero Franco

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

Sensibiliza-me e encoraja-me a notícia de que é o uso da Inteligência Espiritual – que embasa um novo paradigma universal – tema por mim abordado na edição anterior, o motor de uma nova era que leva as pessoas a pensarem com a alma.

Se os grandes líderes da humanidade, como Alexandre, César e Napoleão, tivessem sabido que suas almas poderiam estar contaminadas pelo sangue derramado em suas campanhas conquistadoras – que não foram poucas – teriam mudado o seu estilo guerreiro e, assim, em suas lápides as inscrições seriam menos sanguinolentas.

O próprio Napoleão, mais inclinado ao islã do que ao cristianismo, escreveu em suas memórias que “quando morremos, morremos de verdade. Que é uma alma? Onde está a alma da pessoa adormecida?” Bonaparte sabia da alma, mas não acreditava nela. Sobre o cristianismo, desapontava-o a hipótese do castigo eterno.

Vê o leitor os inconvenientes da ignorância espiritual. Mesmo no apogeu do poder do mundo, Napoleão, César e Alexandre não pensavam com a emoção e nem com a alma. Seguiam os ditames de uma mente conquistadora e sanguinária. Já imaginou o leitor o impulso que estes líderes teriam dado ao mundo, se fossem líderes espiritualizados, donos de uma fé lúcida e racional?

Escrevendo sobre Napoleão, Rosebery afirma: “aquele senhor tem a cabeça de César e o corpo de Alexandre”, numa inocente alusão de que se tratava do mesmo espírito.

Volto à Inteligência Espiritual (também grafado como QS – Quociente Spiritual), que começou a ser pesquisada como coisa da mente física (1980), evoluiu para Quociente Emocional (1990) e virou o milênio desafiando a neurociência como algo maior que o âmbito puramente corporal, também chamado de QI (quociente de inteligência). Se hoje temos a oportunidade de tantos avanços na apuração da verdade em nossos comportamentos, o crédito é inteiro do pensamento emanado da alma. Quantos líderes religiosos e civis, reis e rainhas, generais e presidentes poderiam ter mudado a história da humanidade se, minimamente, tivessem imaginado que suas almas são extensões do Grande Todo em aprendizagem no rumo do bem? Ou será que para aprender temos, realmente, de ser alcançados por tragédias?



QUANDO A VERDADE SE IMPÕE

Adilson Maestri

Escola de Médiums

<http://adilsonmaestri.blogspot.com>

Estamos, desde os primórdios da civilização humana, acostumados a crer naquilo que as autoridades, quer sejam políticas ou religiosas, dizem ser a verdade dos acontecimentos.

Aprendemos a crer em nossos professores, pastores, governadores, e mais recentemente em jornalistas, como se essas autoridades fossem dignas de credibilidade face aos cargos que ocupam.

Com o desenvolvimento das ciências e a popularização dos meios de comunicação e fácil acesso a documentos históricos, pudemos reavaliar nossos conceitos a respeito de tudo que conhecemos como sendo a história da humanidade.

Pesquisas arqueológicas, abertura de arquivos secretos de governos, traduções de textos antigos de línguas antes não decifradas, nos permitem, hoje, reavaliar a história dos homens e melhor compreender o significado de estarmos aqui, agora, na Terra.

A história sempre nos foi contada e registrada pelos vencedores de guerras e usurpadores do poder, escondendo seus reais interesses nas versões divulgadas.

Assisto a filmes e documentários, leio livros, revistas, jornais e fico atento quando se trata de reprodução de fatos históricos e me pergunto: o que o autor está querendo dizer; a quem interessa essa versão, qual o viés político e econômico está nas entrelinhas do noticiado.

E não poderia ser diferente com os documentos que traduzem os textos exotéricos, aqueles que chegaram ao conhecimento do vulgo.

Estamos no alvorecer de uma nova era, onde a ética está se impondo como conse-

quência da evolução humana. Precisamos aprender a ler nas entrelinhas de tudo o que nos chega como notícia, quer de acontecimentos recentes, como do passado distante.

Deve haver coerência naquilo que brota das mentes verdadeiramente iluminadas, pois estarão a traduzir a verdade que vem na luz. A simplicidade é uma marca incontestável na descrição da realidade. Quanto mais elaborado, mais romanceado o relato, menos crível.

É através do ceticismo que podemos questionar crenças e dogmas, alicerçados ao longo do tempo. Em toda a obra da codificação, Allan Kardec tinha por base uma premissa muito importante: “É preferível rejeitar nove verdades a aceitar uma única como erro”.

Embora Allan Kardec tenha fundamentado os princípios espíritas sobre as leis da natureza, deixava sempre uma porta aberta à dúvida, pois se uma nova lei fosse descoberta, o Espiritismo teria de se pôr de acordo com essa lei.

E acrescentou: “Não lhe cabe fechar a porta a nenhum progresso, sob pena de se suicidar. Assimilando todas as ideias reconhecidas justas, de quaisquer ordens que sejam, físicas ou metafísicas, ela jamais será ultrapassada, constituindo isso uma das principais garantias da sua perpetuidade”.

Um ceticismo moderado deve nortear as atitudes de qualquer indivíduo na sua vida cotidiana. E, com muito mais razão, quando se insere nos meandros do Espiritismo, que lida com fenômenos extrassensoriais, sujeitos a muitas dúvidas e erros de interpretação.

Portanto, antes de qualquer julgamento frente a uma notícia ou fato novo, ponha sua intuição em primeiro plano e sinta o que lhe diz sua natureza divina e confie nela.



A CRISTALOTERAPIA DO DR. MARCEL VOGUEL

Fabio Cabral
Cristaloterapeuta

O que aconteceria se a prova científica da energia psíquica fosse finalmente estabelecida?

Seria tal prova suficiente para despertar toda uma nação adormecida para o saber efetivo de que ela realmente vem se transformado incondicionalmente?

Iremos ver o dia em que até o mais céptico aceitará o fato de que sua mente sozinha é suficiente para curá-lo de suas doenças, e que as bases sobre as quais sua realidade de saúde é constituída consistem num aglomerado de intenções, pensamentos, respiração, ações cotidianas e desenvolvimento da consciência pessoal e interior.

Se Marcel Vogel estiver certo, poderemos, em breve, descobrir se este cenário aparecerá para todos e, de acordo com ele, o primeiro passo, que seria a prova científica deste fato, não está longe de se comprovar.

Vogel diz, endossa e acredita que por tudo o que você ora, se é o que você realmente quer, isso será conseguido.

“Peça, e você receberá; procure e você encontrará; bata e a porta se abrirá”. Essas são as três afirmações que Cristo fez, e que eu tento colocar em prática, por toda a minha vida.

A transformação de Vogel de cientista racional para espiritual começou ainda na IBM, durante a preparação de um curso, que ele desenvolveu para os empregados da empresa, sobre criatividade.

Enquanto preparava o curso, se deparou com dois artigos intrigantes sobre o trabalho de Cleve Backster com plantas, um na ‘Argosy Magazine’ intitulado ‘Plantas tem emoções?’ e o outro no ‘Popular Electronics’ que incluía a descrição de um aparelho eletrônico que podia medir reações elétricas quimicamente induzidas emitidas pelas plantas. Foi, então, que ele criou e desenvolveu um aparelho similar àquele e pôs em prática experiências inovadoras. O que Vogel descobriu



IMAGENS WEB

em suas experiências mais antigas foi que seu instrumento media e indicava mais reação eletromagnética das plantas quando ele somente pensava em queimá-las, despedaçá-las ou desenraizá-las do que quando executava essas tarefas de forma física e material.

Nesse período de sua vida, Vogel diz que aprendeu as lições que precisava aprender: “Há criação de energia conectada com o pensamento, quando alguém pulsa o pensamento em um objetivo, cria-se energia e ela torna-se tão poderosa,



capaz de produzir a transformação física e material”.

Após experiências extensivas usando plantas conectadas a seu aparelho, Vogel observou, em meio aos experimentos, que quando ele expirava lentamente de maneira natural durante o experimento, os instrumentos mostravam pouca atividade, nas quando prendia o ar nos pulmões e o soltava de maneira brusca na respiração pelas narinas, a carga era induzida a adquirir maior potência e a agulha que media essa atividade parecia praticamente sair do gráfico. Depois descobriu que a sua distância desta ação aos 10, 20 e até 100 metros não diminuía a carga. Aparentemente, ele superou a lei do quadrado inverso (o quadrado da distância é inversamente proporcional à influência de dois corpos agindo um no outro) e foi testemunha de um novo tipo de transformação de energia, inclusive à distância. A respiração parecia ser a chave que poderia potencializar ou não a ação

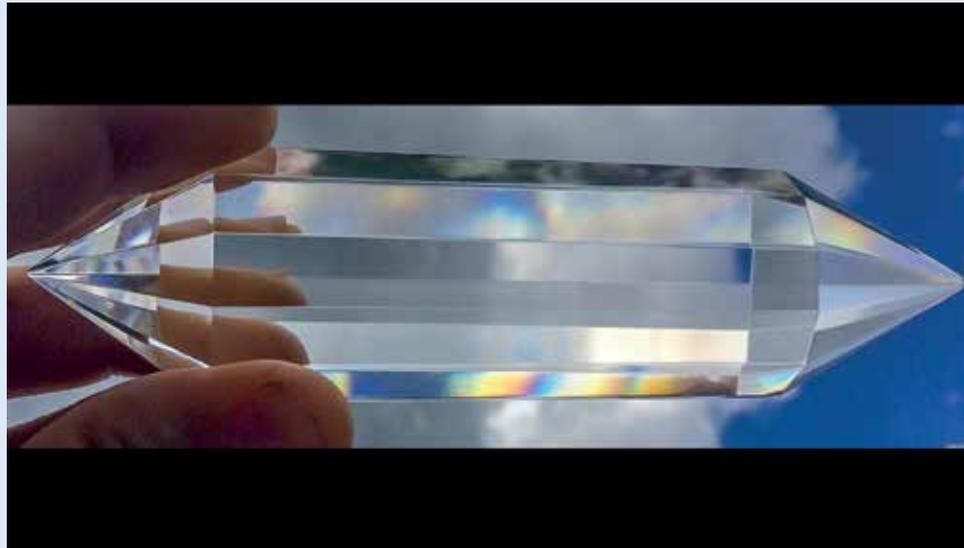
do pensamento.

Das duas polaridades distintas envolvidas na respiração, a inspiração traz carga para o corpo enquanto a expiração descarrega uma polaridade oposta. Cientificamente, inspiração traz oxigênio para o sangue formando oxi-hemoglobina e expiração libera dióxido de carbono. Contudo, em um nível holístico, Vogel acredita que inspiração também traz a força da vida sob forma de energia, o Prana descrito pelo hinduísmo, enquanto a expiração libera e potencializa o poder do pensamento.

Experimentos posteriores o levaram a resultados mais surpreendentes: pegando três folhas, Vogel colocava-as lado a lado em um prato de vidro em sua casa. Cada dia ele se concentrava em duas das folhas, enviando-lhes amor e desejo de bem-estar, enquanto ignorava a terceira, depois de uma semana, a folha que ele ignorou estava marrom e murcha, enquanto que a diferença notável entre elas era que as com que ele se comunicou positivamente pareciam estar se curando, se refazendo e continuavam apresentando a mesma vitalidade de quando foram recém-colhidas.

Porém em uma análise final, não são suas conquistas científicas que dão a Vogel esta confiança. Ao contrário, tanto conquistas, como confiança nascem de uma fonte muito mais básica, a Fé, e a Fé de Vogel é parte de todo o seu processo.

Dr. Marcel Vogel, cientista, químico, físico, investigador e criador de produtos de tecnologia para a IBM, deixou para a empresa mais de 100 patentes, durante os 27 anos tempo em que estudou a fundo e desenvolveu as aplicações do cristal de quartzo para a eletrônica e, principalmente, sua relação de condução de padrão energético em comparação com o da água, que ele diz ser o remédio do futuro. Foi o responsável pela invenção e introdução do cristal líquido (LCD) na indústria eletrônica e trabalhou incansavelmente para o conhecimento detalhado deste material tão especial. Suas pesquisas revelaram que os cristais podem ser usados para conduzir, armazenar e amplificar a ener-



cristais de quartzo podem captar e amplificar todos os tipos de energias e não apenas os impulsos elétricos conhecidos pela ciência. Levou a cabo inúmeras experiências com a ajuda de voluntários, no sentido de determinar se as energias sutis da natureza (energias biopsíquicas) são manipuláveis e potencializadas com a ajuda do quartzo. Os seus resultados foram inequívocos e deram origem a uma das primeiras teorias científicas a afirmar que a força da mente atua sobre a matéria e que os efeitos positivos das sessões terapêuticas podem ser aumentados através da utilização dos cristais.

Foi neste contexto que surgiu o Bastão de Quartzo Vogel, um dos poderosos instrumentos desenvolvidos para o melhor aproveitamento das propriedades naturais do quartzo.

Vogel descobriu que facetando o quartzo natural poderia aumentar o seu potencial para guardar informações sutis e que a lapidação tornava o seu padrão vibratório mais consistente. Após muito meditar sobre o assunto, Vogel obteve um vislumbre que lhe sugeriu a construção do primeiro bastão curativo. Vogel pôde apresentar a sua criação, um quartzo hialino biterminado, puro e translúcido, lapidado segundo a Geometria Sagrada da Cabala e da grande Pirâmide de Quéops, com um ângulo preciso de 51 graus, 51 minutos e 51 segundos. Iniciou com um bastão facetado em 4 lados polarizados em positivo e negativo, sucessivamente depois, foi percebendo que a lapidação em mais faces 6, 8 ou 12 ampliavam ainda mais a corrente vibratória circundante e fluente entre as extremidades do cristal. Os Bastões Vogel são instrumentos capazes de captar, ampliar e dirigir todos os tipos de frequências vibratórias como luz, cor, som, pensamentos e emoções. Como um feixe de laser, a energia é irradiada de forma constante e altamente concentrada, podendo ser aplicada a pessoas ou obje-

tos através do simples exercício da vontade. Esta eficácia deve-se ao fato de estes quartzos canalizarem a energia do mesmo modo que a água, a mesma que compõe o corpo humano em cerca de 70%. Por vibrarem da mesma forma, dá-se uma passagem de informação restauradora, resultando na afinação do corpo desequilibrado e, por fim, na cura. Existe neste aspecto uma correlação direta com nossa prática primordial de fluidificação da água, aplicando a ela a vibração positiva intencional do pensamento ali firmando a frequência da cura.

A ponta mais larga do bastão Vogel é o polo feminino ou negativo (receptivo). Ela capta a energia vital canalizando-a em espiral ao longo de toda a extensão do bastão. Cada vez que encontra uma faceta, a energia é amplificada e dirigida à faceta seguinte até atingir a ponta mais fina, o polo masculino ou positivo (emissor), por onde é expelida com uma intensidade muito superior à inicial. Nas orientações descritas por Vogel, esse feixe energético deve ser canalizado principalmente através do Timo para que as aplicações sejam benéficas e eficazes na transformação da doença (estado vibracional desequilibrado) em saúde (estado vibracional equilibrado). Desta forma, qualquer pessoa pode se valer deste poderoso instrumento de cura desde que siga as orientações e a prática de utiliza-

ção descritas pelo Dr. Vogel. Essas orientações podem ser encontradas e alguns filmes antigos disponíveis no youtube, onde o próprio Marcel Vogel ensina a técnica da utilização dos bastões de Quartzo Hialino.

A construção desta matéria sobre o trabalho de Marcel Vogel foi compilada das poucas e superficiais informações existentes em português sobre seu trabalho nas páginas da web, que são traduções dos textos explicativos disponíveis em inglês sobre as pesquisas e desenvolvimento do Dr. Vogel em seus estudos com a utilização de cristais como instrumento de cura quântica, aplicada ao corpo humano.

www.cristaisdecurvelo.com.br

www.voggelterapia.com.br

blogartstones.com.br

E das pesquisas realizadas nas páginas em inglês

marcelvogel.org (principal fonte de pesquisa)

www.crystalwings.com

www.freedomfarmslearningcenter.org

www.russellforsyth.com

theyfly.com

Instruções sobre a utilização do Bastão Vogel podem ser encontradas em workshops ministrados pelo próprio Marcel Vogel, disponíveis no youtube, seguem alguns links:

www.youtube.com/watch?v=fXsxI72QtWI&t=142s

www.youtube.com/watch?v=cwMi0bD8enc&t=388s

www.youtube.com/watch?v=tJioBfgO6RQ

www.youtube.com/watch?v=MSf6ShRVxvs

www.youtube.com/watch?v=fXsxI72QtWI&list=PLMvDt8Ang5wHVKi4BXe0AP55j-eN-PyEU



CELEBRAÇÃO DA OUTORGA

No dia 16 de agosto, comemoramos o DIA DA OUTORGA, o momento em que a Espiritualidade concedeu ao NENL e ao CAPC a missão de atuar como um Hospital Escola, comandado pela tríade mentora, os irmãos Yura, Gabriel e Savas.

Para celebrar esta data, a mais importante da nossa Instituição, os trabalhadores da Casa se reuniram em uma noite de oração, na terça-feira, 20 de agosto.

FOTOS RENATA FONTANA DE FARIA



COMO PARTICIPAR DAS TERAPIAS?

Equipe do Programa de Reconciliação Integral do Ser - PRIS

Em matéria anterior, o PRIS foi apresentado aos leitores e agora, queremos retomar o assunto, estendendo um pouco mais.

O leitor foi informado de que a boa saúde não pode depender exclusivamente da farmácia. Viver bem, com saúde é uma jornada diária de atenção para conosco em vários aspectos, os mais elementares são a segurança pessoal contra acidentes que podem retardar uma vida e, também, a nutrição, os exercícios, o sono, as boas emoções, e assim vamos acrescentando a realimentação intelectual, psíquica, até chegar ao plano da fé, onde iremos encontrar os aspectos espirituais.

Pronto, chegamos no papel dos Grupos Terapêuticos Nosso Lar, como foi abordado numa matéria anterior: um aprendizado em favor da escola progressiva.

Como são os trabalhos? Os trabalhos conduzem experiências de grupo pequeno, de até 15 pessoas, sob a orientação de facilitadores qualificados, para criar clima de liberdade de expressão, que encoraje os participantes a liberar suas defesas e barreiras, relacionarem-se de forma aberta e aceitarem as transformações que são exigidas no comportamento daquele que caminha para uma cura progressiva. Ou seja, encontrarem-se consigo mesmos.

É demorado? Temos grupos para quatro e até 10 semanas de duração. É a experiência direta, fundamental, imediata, entre pessoas, criando um clima de crescimento mútuo, rico de trocas, com o objetivo de aprendizado, quebra de rotinas, alteração de comportamentos, cuidado de si, aproximação ao sagrado e consciência de que a vida é um eterno aprendizado.

Como participar? O PRIS estruturou um sistema administrativo para cuidar disso.

A Central Pris é responsável por acolher os interessados, oferecer-lhes as terapias em curso, controlar sua frequência às sessões e registrar isso na plataforma informatizada da Casa.

Duas outras instâncias: uma cuida da divulgação do PRIS para os diversos públicos e outra lida com o acolhimento aos facilitadores atuais e futuros.

O PRIS é um Programa da Casa, sob a orientação direta do Dirigente Geral. Tem, a coordenar-lhe a gestão, um Coordenador.

Como o paciente se inscreve? Ele é estimulado no CAPC e no NENL à participação de grupos de tratamento suplementar/complementar e ingressa participando de uma reunião que acontece em duas ocasiões na semana: às quartas-feiras às 14:30h na sala 202, e aos sábados, às 8:30h, no espaço Caminho Sagrado, também na sala 202.

Como se tornar um facilitador? As pessoas com perfil para tal devem se apresentar ao Caminho Sagrado aos sábados às 8:30h, na sala 202, e declarar aos coordenadores sua intenção de dedicar-se aos grupos terapêuticos como facilitador.

Ele será inscrito, entrevistado, encaminhado àquilo que melhor represente seu potencial e irá passar pelos estágios seguintes, até ser um FACILITADOR.

Terapias em andamento neste momento:

Curarte – a cura pela arte – às quintas-feiras;

DSI – desenvolvimento integral do ser – às segundas-feiras;

Energia Corporal – às quartas-feiras;

Meditaluz – meditação – às quintas-feiras;

Terapia do Perdão – às terças-feiras;

Roda da Cura – xamânica – às terças e quintas-feiras.

Ainda em 2019, teremos mais três grupos a serem abertos.

As terapias nesta Casa têm a orientação espiritual do Irmão Yura.

Nestes 12 anos de atividades do PRIS, os grupos a ele filiados registram atendimentos algo superior a 2.500 pessoas, conduzindo-as à condição de coparticipantes de seus processos de cura, razão pela qual ao serem acolhidos aos Grupos, imediatamente, propomos a eles mudança da nomenclatura de PACIENTE para INTERAGENTE.

DEMONSTRATIVO FINANCEIRO *

Valores referentes aos dias 01/08/2019 a 31/08/2019

INGRESSO DE RECURSOS (RECEBIMENTOS) NO PERÍODO 123.398,35

INGRESSOS DE RECEITA NO MÊS	123.398,35
Arrecadação via Celesc	33.408,14
Mensalidades de voluntários	34.389,00
Doações na Conta Corrente	28.406,21
Doações realizadas internamente	9.414,00
Anúncio Jornal	3.250,00
Contribuição cópias xerox	730,00
Venda de materiais na secretaria	12.801,00
Aluguel do espaço para cafeteria	1.000,00

RESUMO DA MOVIMENTAÇÃO FINANCEIRA	
TOTAL DAS RECEITAS NO MÊS	123.398,35
TOTAL DAS DESPESAS NO MÊS	157.569,88
Valor utilizado da Reserva Financeira	34.171,53

DESEMBOLSO (PAGAMENTOS) NO PERÍODO 157.569,88

DESPESAS COM RECURSOS HUMANOS	69.762,00
Folha de pagamento	47.235,85
Vale transporte	381,00
FGTS - Fundo Garantia Tempo de Serv	3.778,34
DARF	703,84
GPS (Guia da Previdência Social)	17.662,97
ENERGIA ELÉTRICA	5.235,70
ÁGUA E SANEAMENTO	2.453,65
Casan	1.692,79
Tratamento de esgoto	760,86
TELEFONE E INTERNET	2.401,56
Telefone fixo	277,90
Telefone móvel	1.454,66
Internet	669,00
DESPESAS COM ALIMENTAÇÃO CAPC/NENL	7.468,21
MATERIAIS DE LIMPEZA E HIGIENE CAPC/NENL	6.649,10
LAVANDERIA CAPC/NENL	5.185,60
SEGURANÇA ELETRÔNICA	3.238,84
Segurança eletrônica	463,48
Aquisição de equipamentos de segurança	2.775,36
DESPESAS COM VEÍCULOS	4.330,36
Combustível	1.741,51
Documentos, licenciamentos, seguros	2.588,85
MANUTENÇÃO DO PRÉDIO E INSTALAÇÕES	30.710,39
LABORATÓRIO	8.254,58
Produtos hospit, manutenção bioquím e terapias	2.313,55
Matéria prima (extrato, ervas e tintura)	1.420,28
Embalagens	1.621,22
Farmácia e Produtos bioquímicos (CAPC/NENL)	1.159,53
Gás	1.240,00
Administração do Laboratório	500,00
SISTEMA DE CONTROLE DE PACIENTES	2.515,00
MATERIAL DE EXPEDIENTE ADMINISTRATIVO	4.919,29
Aquisição de material para a secretaria	711,24
Equipamentos para uso administrativo	14,00
Serviços administrativos (cartório, motoboy...etc)	210,00
Aquisição materiais para revenda na secretaria	3.104,05
Gráfica	580,00
Tonner	300,00
DESPESAS DE INFORMÁTICA	1.888,95
Manutenção de equipamentos	1.694,00
Aquisição de equipamento de Informática	194,95
SISTEMAS DE INFORMAÇÃO	1.955,40
Informativo Impresso	1.900,00
Domínio da web	15,00
Provedor de Internet	40,40
TARIFAS BANCÁRIAS	601,25

NOTAS EXPLICATIVAS

Esse relatório tem a finalidade de demonstrar a ORIGEM e DESTINAÇÃO dos recursos arrecadados no período

Tendo em vista que o valor arrecadado no período foi insuficiente, houve necessidade de utilizar recursos de nossa reserva financeira no valor de R\$ 34.171,53

* Esse demonstrativo tem a finalidade de informar toda a arrecadação e custeio do Núcleo Espírita Nosso Lar e Centro de Apoio ao Paciente com Câncer.

Espaço reservado para você

Para publicar seu livro, o primeiro passo é entrar em contato com a Editora Pandion

[/editorapandion](https://www.editorapandion.com) | www.editorapandion.com | 48 3204 4088 | 48 99982 5258

CD

PADRE ZEZINHO 45 ANOS DE CANÇÃO

Paulo Roberto da Purificação
Cantoterapia Sol Maior



Padre Zezinho, sacerdote católico, educador e pregador, é hoje o maior representante da música católica no país. Ao todo, são milhares de canções gravadas, de CDs vendidos. Das suas mais de 1.500 canções e dos cerca de 120 CDs cantados e falados, afirma: "não sou padre porque canto: canto porque sou padre! É um serviço que farei enquanto a Igreja ainda precisar de minha voz". Padre Zezinho lança

seu novo CD em comemoração aos 45 anos de sucesso de sua trajetória.

Um CD que emociona, com preciosos in-

gredientes que nos colocam diante dos alicerces, valores e atitudes, tocando a nossa alma e cultivando-os em nossos corações.



LIVRO

FREQUÊNCIA VIBRACIONAL

As nove fases da Transformação Pessoal para utilizar todo o potencial da energia interior

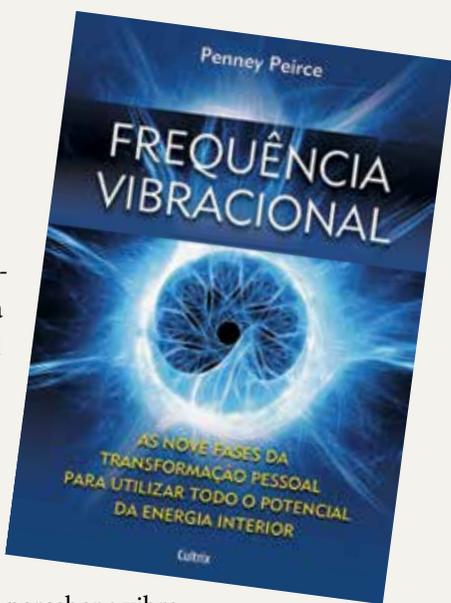
Penney Peirce
Cultrix, 2011

Lizete Wood Almeida Souto
Terapia do Livro

O livro ensina a identificar a "frequência original" que, segundo a autora, é a vibração pessoal mais alta e mais natural que uma pessoa pode atingir, é o meio mais puro e sábio para maximizar a lucidez, minimizar conflitos e descobrir novos talentos e capacidades.

Penney Peirce explora toda a potência dessa energia, transmitindo de forma simples, os passos necessários para perceber a vibração ao seu redor e em seu interior e, a partir de sua percepção, dominá-la como um campo que protege, orienta e ajuda.

São nove as fases de transformação pessoal, um caminho que, em alguns momentos, pode ser penoso, mas que abre possibilidades para percepções e emoções mais positivas e felizes.



FILME

CARAVAGGIO - A ALMA E O SANGUE

Há um embate que permeia toda a duração de *Caravaggio - A Alma e o Sangue*. Já em seus minutos iniciais, o documentário sobre a vida do pintor Michelangelo Merisi, mais conhecido como Caravaggio, adota um tom melancólico, que anuncia constantemente o estado de espírito de seu biografado. No entanto, os acontecimentos em tela poucas vezes conseguem expressar com precisão a tormenta vivida pelo artista. O diretor Jesús Garcés Lambert nos dá acesso irrestrito às obras de Caravaggio, priorizando o uso de planos detalhes em imagens que apresentam suntuosamente os maiores clássicos do pintor, hoje abrigados em diversos museus espalhados pela Europa. Ao explicar uma das técnicas



de Caravaggio, que consiste em pintar o objeto retratado ligeiramente inclinado para frente, de modo a passar a sensação de que quase podemos tocá-lo, a montagem do documentário guia o nosso olhar como se estivéssemos em frente ao quadro e permite uma leitura que nos faz transitar de maneira ágil entre seus traços, cores e texturas, enquanto especialistas em arte apresentam informações sobre a vida pessoal do artista e o contexto em que foram pintadas.



Espaço reservado para você

A DOULA NO PARTO

Shirley Alessandra da Silva Antonacci - Doula

A palavra “doula” vem do grego e significa a mulher que serve. O trabalho da doula no Brasil é recente e ainda não existe um órgão regulamentador. Essas mulheres são profissionais capacitadas por meio de cursos de especialização, onde são treinadas para darem suporte físico e emocional à parturiente.

Antigamente, as mulheres pariam em suas casas, rodeadas por outras mulheres e eram atendidas por parteiras. Essas mulheres que acompanhavam a parturiente durante o trabalho de parto, auxiliavam durante a gestação, parto e pós-parto, como rede de apoio e auxílio aos cuidados com o bebê.

Desde que o parto passou a ser um evento hospitalar, surgiram outros agentes nesse cenário, o médico obstetra, o pediatra, a enfermeira obstetra, enfermeiros e técnicos em enfermagem. Cada um com a sua função específica no atendimento ao nascimento. E essas mulheres que prestavam apoio a gestante acabaram por sair de cena. Mas você deve estar se perguntando, com tantos profissionais no parto, para que serve uma doula?

A doula é a mulher que irá acompanhar a gestante desde o início da gravidez, trazendo informações com embasamentos técnicos e científicos sobre a gestação, parto, as fases do trabalho de parto, o puerpério, cuidados com o bebê, bem como noções básicas de amamentação e manejo.

Durante todo o pré-natal, a doula irá munir o casal com informações e dicas de leituras, preparando e conscientizando esta família para as transformações que estão por vir.

Outro ponto importante realizado pela doula em conjunto com a família é a elaboração do plano de parto, documento este que o casal elabora, colocando todas as suas expectativas e vontades a serem respeitadas durante o todo o trabalho de parto pela equipe médica, como por exemplo, que seja respeitada a hora dourada, momento logo após o parto, em que a mãe recebe seu bebê para se conhecerem e para amamentar.

Estudos demonstram a importância desse momento para o sucesso do aleitamento materno. Muitas maternidades aproveitam esse momento logo

após o parto, para fazer procedimentos rotineiros, como pesar, medir, sem levar em conta a hora dourada. Outra solicitação é não ter as suas mãos amarradas em caso de cesariana, entre outros tantos procedimentos. O plano de parto tem como objetivo garantir que a mãe e o bebê tenham a sua integridade e dignidade humana preservada e respeitada.

No momento em que a mulher entra em trabalho de parto, a doula identifica em qual fase essa mulher se encontra, e orienta com métodos não farmacológicos de alívio da dor, como massagens, bolsa de água quente, cavalinho na bola, rebozo, técnicas de respiração, vocalização etc. Algumas doulas possuem outras especializações como terapeutas florais, reiki, aromaterapia, acupuntura, entre outros.

É importante ressaltar que a doula NÃO faz procedimentos médicos, não faz ausculta do bebê, não faz exame de toque na gestante, não aufere pressão e não faz parto.

Doular uma mulher é se entregar, é doar-se de corpo, alma, mente e coração. É amor incondicional pelo sagrado feminino, sororidade. É sintonia e sincronicidade, pulsar junto, mergulhar dentro dos olhos durante uma contração e outra, e lembrá-la do quanto ela é forte, de tudo que ela já passou e que a próxima contração é menos uma, que falta muito pouco para o seu bebê vir ao mundo.

Esse vínculo entre doula e doulанда é construído durante o pré-natal, mas não é regra, algumas se conhecem no momento do parto.

O Decreto Estadual de Santa Catarina nº 1305, de 19 de setembro de 2017, regulamentou a Lei 16.869 de 15 de janeiro de 2016, que dispõe sobre a presença de doulas durante o período de trabalho de parto, parto e pós-parto imediato, estabeleceu providências, tais como o cadastro de ingresso das doulas nas maternidades.

Vale salientar que o fato da presença da doula no ambiente hospitalar não se confunde com a presença do acompanhante, de que trata a Lei federal nº 11.108, de 7 de abril de 2005.

Ser doula é respeitar a mulher nas suas escolhas e apoiá-la, indiferentemente se essas escolhas não condizem com o que a doula acredita.



EUprendedorismo: a busca da autenticidade e do trabalho com propósito

Édis Mafrá Lapolli
Terapia do Livro



O criador desse termo foi Eduardo Seidenthal, e ele diz que este conceito, quando bem aplicado, é capaz de aproveitar o talento humano buscando empreender em seu propósito de vida, ou seja, buscando a autenticidade e o trabalho com propósito.

Na visão de Seidenthal, muitas pessoas trabalham no que não querem. E, realmente, não é uma tarefa fácil sair da zona de conforto de uma carreira segura para partir em busca de uma aventura em um caminho incerto, mesmo que este caminho seja muito mais de acordo com sua alma. Para ter a coragem de seguir em uma nova experiência, precisa-se buscar o autoconhecimento.

Somente conhecendo-se muito bem é que podemos nos perceber e perceber o mundo a nossa volta. E, com a percepção aguçada, vamos conseguir encontrar nossa forma de caminhar, empreendendo com propósito: EUprendendo.

Eduardo Seidenthal conta que quando resolveu mudar sua forma de caminhar, olhou e não sabia o que fazer com sua vida. E foi aí que ele teve a grande sacada desse novo conceito que une empreendedorismo e individualidade. Assim, inspirado em uma filosofia africana, criou a Rede de EUprendedorismo Ubuntu, que quer dizer “eu sou porque você é e você é porque nós somos”. UBUNTU é uma palavra africana que traduz de forma bela a essência do ser humano: humanidade, relacionamento, colaboração, solidariedade, compaixão, perdão, irmandade, amor ao próximo, capacidade de entender e aceitar o outro.

A rede tem seu foco no desenvolvimento da consciência e do autoconhecimento, levando para as pessoas as condições para que possam realizar os seus projetos profissionais e, também, os projetos pessoais. Ela traz cinco conceitos

básicos em sua filosofia. São eles: Abrir; Incluir; Colaborar, Ornar e Acreditar.

Abrir no sentido de que se precisam abrir as perspectivas. Temos que olhar para dentro de nós e para os outros, procurando possibilidades, aceitando novas experiências, pois a única forma de dar certo é fazendo.

Incluir é um conceito que está diretamente relacionado com a capacidade de fluidez das pessoas. Assim, torna-se necessário caminhar de forma que, muitas vezes, parece desconexa, fluir entre diferentes áreas de polos, frequentemente, opostos. Portanto, nesse caso, o foco de sua visão deve ser no propósito e não nas atividades.

Colaborar é uma prática necessária no euprendedorismo. Quando se fala em colaborar, estamos falando em cruzar habilidades para superar dificuldades complexas e, assim, com esses cruzamentos, ficamos mais fortalecidos para alcançar nossos objetivos.

Ornar ou combinar representa muito mais, representa coerência, verdade, integridade. Lembrando que as ações empreendedoras devem reunir esses conceitos de forma harmoniosa, pois só assim vamos poder comprovar se a ideia inicial possui potencial para dar certo.

Acreditar sempre em você mesmo e isso não é tarefa fácil, e também deve acreditar nos demais para que consiga colocar o seu negócio na prática. É necessário acreditar em algo maior, é necessário ter fé.

Com tudo isto, se pode perceber que o mais importante é escutar a si mesmo e ter coragem para romper com o que é seguro e ir a busca da felicidade.

Meu desejo é que possamos sempre seguir aprendendo uns com os outros, acreditando e que possamos encontrar a coragem necessária para escutar o que nossa alma pede, pois não podemos querer que o nosso entorno mude sem mudarmos nós mesmos a nossa forma de caminhar.

REFERÊNCIA

SEIDENTHAL, E. As raízes do EUprendedorismo. Editora do autor, 1. ed., 2015.

Espaço Teté | Restaurante

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



(48) 3244-3518

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

@espacotete

espacotete@gmail.com | Av. Nagib Jabor, 407 - Capoeiras - Florianópolis - SC (ao lado da Escola Arte e Vida)

TIVE CÂNCER

Carmem Maria Garcia

Médica Homeopata - CRM-SC 27114

Associação Médico Espírita de Santa Catarina - AME/SC

Aos meus 46 anos, tive câncer. Estava em uma época da minha vida, que me parecia maravilhosa. Estava formada há 20 anos, trabalhando feliz, naquilo que tinha desejado toda a vida. Dava aulas, na minha especialidade, fazia palestras, tinha o consultório sempre com a agenda, com pacientes em espera, também era empresária e tinha grupo de estudo permanente. E mais, ainda fazia parte da diretoria da minha especialidade. Feliz? Sim. Pelo menos era o que eu via e pensava. Estava completamente realizada como profissional. Afetivamente? Nem sei, pois pouco tempo sobrava, pra me dedicar a minha vida social ou afetiva. Um acontecimento especial era parar pra comer, ou dormir, ou tomar um café, ou ir calmamente ao banheiro.

Então, de um exame de rotina, veio o diagnóstico. Câncer de mama. Como assim???? Estava feliz, realizada, comprometida, atendia meus pacientes com alegria. Parecia tudo perfeito!!!!

A vida parou. Exames, exames, exames e mais exames. Anátomo patológico. Triplo negativo. Prognóstico? A Oncologista, que era minha amiga, não quis me tirar as esperanças, apenas me disse, que as minhas chances de sobreviver, eram as mesmas de ganhar a Mega Sena, acumulada e sozinha. Quantas pessoas ganham? Ganhei.

Primeiro a luta diária. Cirurgia gigante. Retirada radical das duas mamas, com esvaziamento axilar, reconstrução com os retos abdominais e colocação de prótese. Tempo cirúrgico, nove horas. Sala de recuperação. Lembro-me de ter tido o pensamento: "Será que se morre de tanta dor?". Era uma dor tal, que me parecia uma benção sucumbir.

Não. Segui em frente. Quimioterapia, Radioterapia, Fisioterapia. Cada dia uma aventura. Cada dia uma surpresa. Conjuntivite purulenta, Herpes Zoster, Candidíase oral, vaginal. Aftas ardentes, que impediam de me alimentar. Enjôos. Uma viagem à escuridão. Mas dentro de mim, uma certeza. Com a força da minha vontade de viver e com a Fé inabalável, que sempre tive, eu vou viver. Depois as revisões de dois em dois meses, sempre com o aparecimento de algum problema. Neuropatia periférica, desequilíbrio e quedas frequentes, novas cirurgias. Mas o tempo foi passan-

do. Sim, tudo isso era o que se passava comigo. Mas dentro de mim, eu tinha tomado a decisão de viver. Fora de mim, ninguém poderia lutar, só eu. Agarrei-me com todas as forças, com a minha fé na vida e em Deus. Em uma das minhas internações, por complicações, quando possivelmente iria à nova cirurgia, fechei meus olhos, olhei pra dentro do meu coração, onde residem todas as minhas crenças e rezei, com toda a minha intensidade. Entregando-me, para aquilo que fosse de meu merecimento, mas que se eu pudesse fazer uma escolha, seria viver. Isso se eu tivesse alguma coisa boa, para fazer, para melhorar o meu pequeno mundo, que é onde convivo e as pessoas que dele fazem parte. De repente, percebi que estava completamente em paz. A dor tinha cessado. Todos os exames não foram conclusivos. Tive alta hospitalar e continuei a minha luta. Depois as possibilidades de metástases, novas cirurgias. Mas os anos foram passando. Tudo foi ficando pra trás, menos a minha Fé, nunca abalada. Não consegui mais voltar para o consultório. Não consegui mais voltar pra minha antiga vida. E isso foi o grande aprendizado. Abri mão do título, do dinheiro, do po-



der, da vida conhecida. Pois é impossível querer curar-se voltando pra vida, que o adoeceu. Eu não entendia, mas tinha conhecimento, que se não mudamos, não sobreviveremos. Mas e aí? O que fazer? Viver. Não tinha feito nada, além de estudar e trabalhar. Venho de família muito humilde, a palavra é trabalho. Mas pedi e recebi, mais uma chance de vida. Quais alguns aprendizados?

Câncer é um diagnóstico de um momento de vida, um sinalizador, "UM CHAMADO DE VIDA". Se Deus nos desejasse mortos, seríamos atropelados, sofreríamos um infarto fulminante. Uma queda. Mas não, câncer é uma

doença crônica, que vai se desenvolvendo lentamente. Que nos dá tempo de pensar, sentir, escolher, tratar. E mais ainda, o câncer é um Ritual de Passagem. "Ele" nos autoriza as mudanças. Mudamos o olhar, tudo fica mais bonito e intenso. O verde, o colorido das flores, o canto dos pássaros, o calor do sol, os afetos, os sabores, tudo. E mais, desaparecem as necessidades do ter. Como mágica, aprendemos o ser. Mágica? Não, dor. Cada abraço é melhor de sentir, melhor de acolher. As conversas, os amigos, a Oração, a Vida. Tudo começa a fazer sentido. O amor dentro de nós se torna tão grande, que tem que ser dividido e o dividindo se torna maior, assim comecei a buscar, o que fazer para espalhar minha experiência, meu amor, minha alegria de viver. Ter tido câncer foi bom? Foi. Infelizmente eu estava surda, cega, alheia à vida. Precisei de uma experiência de quase morte, para ver que eu vivia uma quase vida. Foi extremamente doloroso, morreu uma parte de mim, mas com o Ritual de Passagem, comecei a dizer "nãos", escolher melhor as pessoas para meu convívio, o que realmente desejaria fazer, aprendi a me ouvir e a não calar. Então, mais uma vez, recebi a Bênção de Deus, tendo tido Câncer.

Gratidão Pai, e agora, passados 15 anos, meu maior desejo é viver o meu Propósito de vida. Gratidão, por tudo o que me ensinastes. Gratidão por poder dividir a minha experiência. Gratidão pela Vida e por Estares dentro de mim.



CONVIVÊNCIAS Elementos Doutrinários

Jaime João Regis

Desde a mais remota antiguidade, o homem vive agrupado. Nos primórdios, quando era ainda um ser bastante rudimentar, vivia em pequenos grupos nas cavernas, comunicando-se através de uma linguagem formada por grunhidos, iniciando a sua socialização. Na busca de alimento, tornou-se nômade, vagando, em bandos, pelas estepes e planícies, das regiões mais áridas às geleiras. Com a sedentarização, para a criação de animais e cultivo de cereais, estabeleceu-se em pequenas aldeias e povoados, surgindo a distribuição de funções e responsabilidades.

Sempre vivemos agrupados porque a nossa natureza é gregária, somos dependentes do convívio em grupo porque é neles que conseguimos satisfazer as nossas diferentes necessidades. Nos grupos primários, que são a família, a vizinhança, os grupos de amigos e os grupos de recreação, o contato é mais direto e, neles, buscamos atender as nossas demandas afetivas. Nos grupos secundários, que são o trabalho, as associações sociais, as associações culturais, os clubes recreativos, associações políticas, religião, buscamos preencher aspectos mais amplos de nossas vidas: integração, vida social, reconhecimento, participação, ação comunitária.

Inicialmente restritos em número e tamanho, os grupos humanos se expandiram tanto em relação à quantidade quanto aos contingentes de integrantes. Ampliaram-se as oportunidades de convivência e de aprimoramento que se pode com ela alcançar, no exercício da cooperação e do entendimento.

Através dela, adquirimos hábitos e práticas, a visão sob outro ângulo, amealhamos experiências. Mantida com pessoas ou organizações voltadas para o bem, fortalece a distinção e a convicção quanto ao que possa ser adequado e o que deva ser evitado, o discernimento entre o lícito e o ilícito, solidificando a têmpera de um caráter firme, evitando os descaminhos e a desgraça dos que optaram pela estrada do crime e da imoralidade.

A convivência construtiva faz acionar os bons sentimentos, despertando o interesse de uns para com os outros, conduzindo à prática da fraternidade, elemento resgatador e mantenedor da paz entre os homens. Motivada pela afeição e pela ajuda mútua, a convivência plenifica de amor a vida de um casal, tornando-os mais próximos no decorrer dos anos e transferindo aos filhos o mesmo clima. A dedicação transforma

o discípulo em qualificado mestre, leva a grandes descobertas uma equipe científica, é a chama mantenedora da luz e dos laços de amor fraternal numa comunidade religiosa e em qualquer outra organização humana.

Mas por que tem sido tão difícil a construção e a conservação de convivências pacíficas e harmoniosas entre as pessoas e no seio das suas comunidades? Porque é necessário que prevaleçam a compreensão e o colaboracionismo em superação ao egoísmo e ao exclusivismo. E que a indulgência e a tolerância sejam fatores neutralizadores da ação reativa, evitando os desentendimentos e afastamentos, as mágoas e os ressentimentos. O perdão e a reconciliação são molas mestras nesse processo, cuja prática requer a assimilação da atitude humilde e do reconhecimento do erro. Mas o orgulho e a prepotência têm sido os elementos que dificultam a harmonização.

Em consequência, estabelece-se e prevalece o atrito, reacendem-se inimizades. Vive-se na contramão dos objetivos da vida, em sentido contrário ao projeto reencarnatório de aproximação. Respira-se um ar pesado, porque a atmosfera espiritual dos ambientes é carregada, saturada pelas emissões mentais deste processo contínuo. Nos comovemos com as palavras da oração de Francisco de Assis, mas, vivemos em atritos!

Mas, as convivências dolorosas fazem parte do processo de crescimento ou de evolução. Devem ser entendidas como oportunidades. Enfrentar e superar as dificuldades que elas trazem é a forma de vencer a si próprio, encarando as próprias deficiências. Administrar o caos e sair incólume é sentir-se um vencedor. As marcas que restarem dos embates serão sempre registros de aprendizados para futuras situações. Elas surgem em questões onde necessitamos dar mais atenção ou rever opiniões e conceitos, estudando mais, reunindo mais informações para melhor concluir... e conviver.

Como o seixo rolado, formado pela perda das arestas das pedras brutas quando mantidas sob o atrito do contato entre si, transformando-se nas belíssimas formas arredondadas e ovaladas que adornam os rios encachoeirados e a orla de lagos e mares, o homem, em sua existência milenar, haverá de adquirir beleza e perfeição de sentimentos, porém, num longo e doloroso processo de lapidação nas convivências conturbadas. Fazendo o caminho da dor, quando está programado para alcançá-las pelo amor...

EM BUSCA DA QUALIDADE PLENA DE VIDA NA TERRA

Irmão Savas

(Mentor do Núcleo Espírita Nosso Lar)

Vimos à Terra com a missão de purificação e transformação de nosso espírito. É aqui, através da convivência com outros seres humanos, que descobriremos nossas imperfeições, nossos defeitos, nossas atitudes egoístas.

É nessa escola terrestre que descobrimos que a matéria mais importante do curso é o amor. Nós somos amor, pois fomos criados à imagem e semelhança do Amor. Contudo, no decorrer de nossas vidas, sentimentos de medo, ódio, tristeza, insegurança, dentre outros sentimentos negativos, começam a desenvolver-se sobre essa nossa natureza original, ou seja, sobre nosso Eu Superior.

Essa roupagem externa que camufla nosso verdadeiro “eu” é tecida, no tear da vida, urdida e reforçada pelo que aprendemos em nossa infância e pelas experiências no correr de nossos dias. Passamos a vida escondendo nosso eu verdadeiro e exibindo uma imagem de perfeição, pois a sociedade em que vivemos, nos fez crer que só os bons e perfeitos merecem ser amados e alcançam a felicidade. O medo da rejeição, de não receber amor nos faz interpretar os papéis que passam a decidir nossas vidas. Assim, muitas vezes encobrimos com um sorriso estudado muitos defeitos, tais como nossa raiva, nosso ciúme, orgulho e egoísmo. Vestimos o traje da bondade, da paciência e da solidariedade. Muitos de nós passamos a vida usando esse disfarce e acabamos acreditando que realmente somos aquilo que aprendemos tão bem representar. Tornamo-nos domesticados como fossemos animais. A opinião dos outros passa a ser nosso guia.

Mas nem todos conseguem conviver com essa mentira criada por nosso medo da rejeição. Por isso, numa determinada fase de vida, achamo-nos vazios de nós mesmos, uma vez que rejeitamos a nós próprios e a nossa verdade, verdade essa que nos levaria ao caminho da felicidade. É nessa hora de fragilidade em que procuramos olhar para dentro de nós e perguntar:

– Oh! Meu Deus! Que fiz eu comigo mesmo?

Quando isso ocorre, existem aqueles que entendem que tudo está perdido, então esmorecem e entram em depressão.

Melhor é dormir, é ficar recolhido para não ver como estamos e no que nos tornamos. Contudo, existem aqueles que escutam a voz interior que chama que reclama uma atitude. A voz interior? Sim, todos nós temos essa voz, contudo, nem todos a escutam porque o volume pode estar totalmente fechado para não ser ouvido.

A voz interior, que podemos chamar de “Eu Superior”, se ouvida atentamente, passará a ser o nosso guia da felicidade. Não existe idade para começar a mudança de nossos hábitos. O “agora” é a hora de ser feliz. A voz interior nos fará olhar para dentro de nós mesmos para, de início, perguntar:

- Quem sou eu de verdade?
- Que vim fazer no planeta Terra?
- Para onde irei quando acabar meu estágio nesta vida?
- Por que respondi com rispidez a alguém?
- Qual o motivo que me faz falar mal de uma pessoa?
- Quais meus maiores defeitos de personalidade?
- Que posso fazer para viver em paz e de modo harmonioso?

Isso é só o começo da viagem, da jornada interior. Primeiro passamos a remover os entulhos que fecham o caminho para dentro de nós mesmos. São tantos, mas o volume da voz que ressoa dentro de nós é suave e não nos acusa de nada... Não cobra, não acusa, só orienta, consola e dá forças para a continuidade de nosso trajeto rumo à felicidade.

O novo período que passaremos a viver vem com algumas exigências, das quais podemos citar a prece em primeiro lugar, a boa e nobre leitura, o exercício da paciência e o perdão a nós mesmos. Perdoando-nos pelo que ficou lá atrás, compreenderemos melhor nossos semelhantes, perdoando-os também. O orai e vigiai pregado pelo Mestre Jesus e propalado através dos séculos será o escudo necessário para defesa de nossos novos sentimentos que nos levarão a uma vida de qualidade plena, ao encontro do amor por nós mesmos e, conseqüentemente, por nosso próximo.

O amor por nós mesmos, esse é o primeiro passo do “FAÇA TUDO PARA SER FELIZ”.

