Informativo Nosso Lar

Núcleo Espírita Nosso Lar
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer

www.nenossolar.com.br

AGOSTO 2021 - ANO 11 - Nº 99

IMAGEM WEB

OUTORGA

A outorga é uma data comemorada pelo Sistema Nosso Lar, formado pelo Núcleo Espírita Nosso Lar e o Centro de Apoio ao Paciente com Câncer, pois representa a fundação do Sistema e o início de suas atividades. A palavra outorga significa um consentimento ou uma concessão que alguém confere ao outro. Neste caso, a espiritualidade concedeu ao Nosso Lar a autorização para operacionalizar os trabalhos espirituais na Terra. **Páginas 8 e 9**

EU ME SABOTO. E VOCÊ?

A autossabotagem é a forma com que ajo contra mim mesma em algumas situações do dia a dia. Eu atrapalho as minhas próprias tarefas e meu desempenho. Sim, eu me saboto, muitas vezes!

Mesmo sabendo que eu sou capaz, inteligente, há momentos e situações em que o sentimento de ansiedade, insegurança, medo do fracasso vem à tona, despertando atitudes de sabotagem, por subestimar a minha inteligência e competência, me sentindo uma fraude, a própria impostora, diz Inara Antunes Vieira Willerding. **Página 4**

ENTREVISTA

Nossa entrevista deste número é com os Coordenadores do Grupo de Segurança do Sistema Nosso Lar, Gisela Fátima Catecati e Sólon Oliveira do Canto, que nos falam sobre a segurança espiritual em uma casa espírita, a segurança no Núcleo e no CAPC e sobre o Plantão da Segurança. **Página 14**

FOTO SÓLON DO CANTO

Colunas

- **QUANTO DE JESUS HÁ EM MIM**
  Adilson Maestri
  Página 7
- **ENERGIAS DECISIVAS**
  Homero Franco
  Página 7
- **DIVERSIDADE: Vamos refletir?**
  Édis Mafra Lapolli
  Página 13
- **O MONUMENTO CHARRUA: Elementos Doutrinários**
  Jaime João Regis
  Página 15

Nosso Lar, a princípio, era uma casa de passagem para contemplar espíritos que migravam de um espaço para o outro, até que foi decidido pela espiritualidade socorrista que se tornaria um hospital de recuperação. A partir de então, começou a ser criada a conspiração para o surgimento do grupo físico Núcleo Espírita Nosso Lar.

O Núcleo Espírita Nosso Lar nasceu num pequeno espaço físico em São José/SC, onde foram feitas as primeiras experiências pelos primeiros colaboradores que se tornaram os dirigentes da Casa.

A tríade de mentores, Savas-Yuri-Gabriel, outorgou a eles a responsabilidade pela execução do projeto que então começou a se materializar e essa responsabilidade se estendeu a todos os colaboradores que foram chegando às centenas nessas quase cinco décadas de existência da Casa.

Comemoramos, anualmente, essa "Outorga", no dia 16 de agosto e esse é o assunto, que com alegria, trazemos na página central desta edição.

Toda a estrutura que o NENL tem em funcionamento hoje, só foi possível ser executada pela garra com que os voluntários abraçam esse projeto e colaboram para que cada procedimento possa ser implementado com os necessários cuidados e muita amorosidade.

No próximo mês de setembro, deveremos retornar aos trabalhos presenciais, que serão retomados gradativamente, obedecendo aos critérios recomendados pelas autoridades sanitárias.

Os Mentores acompanham a tudo com atenção.

Ir. Savas, o Mentor Espiritual que deu início ao Projeto Nosso Lar, em seu texto da página 15, nos diz: "Eu, o Mentor desta casa de amor e caridade, também me tornei um dos vigilantes espirituais do Núcleo Espírita Nosso Lar e, por esse motivo, encontro-me, neste momento, percorrendo os corredores, subindo e descendo as escadas para que fique totalmente constatado que reina a paz e a harmonia neste sagrado ambiente".

Nossa gratidão a todos que, direta ou indiretamente, têm colaborado para que nossa Casa continue cumprindo com sua missão de amparar a todos em suas dores e angústias assim como em seus desejos de crescimento humano e espiritual.

Boa leitura!

Núcleo Espírita Nosso lar
rádio Web
www.nenossolar.com.br

IMAGEM DA WEB

O tempo

Cora Coralina

Eu sou aquela mulher
a quem o tempo muito ensinou.
Ensinou a amar a vida
e não desistir da luta,
recomeçar na derrota,
renunciar a palavras
e pensamentos negativos.
Acreditar nos valores humanos
e ser otimista!

AOS COLABORADORES DE NOSSO LAR

Comunicamos aos nossos colaboradores e voluntários que o Núcleo Espírita Nosso Lar e o Centro de Apoio ao Paciente com Câncer continuam com suas atividades suspensas, pelo menos até o dia 31/08/2021, quando, novamente, será reavaliada a situação, pois seguimos as determinações das autoridades de saúde pública referentes aos riscos da pandemia causada no mundo pelo Coronavírus, COVID-19.
Como as duas casas permanecerão fechadas, solicitamos aos colaboradores para que continuem a nos ajudar através de depósitos bancários na seguinte conta:

Banco do Brasil - 001
Agencia: 5201-9
Conta Corrente: 970002-1
Núcleo Espirita Nosso Lar
CNPJ: 79.885.794/0001-78
Número PIX: 79885794000259

Ou então, acessando a página **doeporamor.com.br** e nos ajudem pelo PagSeguro.
Agradecemos o apoio de cada um.
Que Deus nos ilumine e que possamos nos manter calmos e em oração.

Direção Geral

Núcleo Espírita Nosso Lar
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer

expediente

Direção Geral
José Alvaro Farias

Editor
José Álvaro Farias

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

Editoração
Fernandz Editora
juceliadzfernandes@gmail.com

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**

O Informativo Nosso Lar também está on-line no seguinte endereço: http://www2.nenossolar.com.br/informativo-nosso-lar/

IMAGEM WEB

TEMPEROS NATURAIS E SEUS BENEFÍCIOS

Elaine S. da Silva
Nutricionista - CRN 10 nº 4904

Com a correria do dia a dia, com a automatização de tantas coisas, nós estamos, infelizmente, perdendo o hábito de parar para fazer uma refeição. Comemos em pé, vendo televisão, mexendo no celular e nem prestamos a atenção em nosso prato, na forma que mastigamos, no tempo que levamos para comer e muito menos no sabor dos alimentos.

Sempre digo aos meus pacientes que a natureza é perfeita e ela nos fornece ervas e especiarias que enchem as nossas preparações de sabor e ainda agregam muito no valor nutricional, pois são ricas em compostos que potencializam a nossa saúde.

Usar e abusar dos temperos naturais é um comportamento que sempre devemos ter. Os condimentos industrializados, que nos causam tanto mal em longo prazo e nada acrescentam em nossa saúde, devem sempre ser evitados.

Então, para deixar a suas preparações cheias de aroma, sabor e saúde, seguem alguns dos temperos e seus benefícios:

ALHO – tem efeito hipotensor, ou seja, diminui pressão sanguínea. É também expectorante, antisséptico, antifúngico, imunoestimulante, anticoagulante, prevenção/tratamento de alguns tipos de cânceres além de ser fonte de compostos antioxidantes e desintoxicantes.

CÚRCUMA – uma raiz com um grande potencial anti-inflamatório e antioxidante. Existem estudos que mostram o uso da cúrcuma com diminuição de tumores. Ela é fundamental para quem sente dores e para quem quer aumentar a imunidade.

ORÉGANO – antimicrobiano, antifúngico, melhora níveis de colesterol, fitoestrógeno, ajuda na função hepática, antimutagênico, anticancerígeno e tem um grande potencial antioxidante.

ALECRIM – tem efeito calmante de mucosa gástrica e intestinal, ajuda na detoxificação hepática, antioxidante, melhora a disposição, pois age no sistema nervoso central além de melhorar circulação periférica.

CANELA – Como benefício, a canela proporciona sensação de saciedade, combate problemas respiratórios e tem ação antigases. Age também na melhora da sensibilidade a insulina e ajuda no metabolismo dos lipídeos.

NOZ MOSCADA – Funciona como bom digestivo, diurético e ótimo anti-inflamatório gastrointestinal.

GENGIBRE – potencializa a imunidade, diminui náuseas e vômitos principalmente nas gestantes. Diminui enxaquecas, ajuda na motilidade intestinal, na diabetes diminuindo a glicemia e tem grande efeito anti-inflamatório.

PIMENTA – tem ação cardioprotetora, analgésica, antioxidante, reduz níveis de glicose, melhora pressão sanguínea e ajuda na queima da gordura.

MENJERICÃO – antioxidante, antimicrobiano, anti-inflamatório (asma e reumatismo), inibe a proliferação de células cancerígenas.

Aqui, são apenas algumas das inúmeras ervas e especiarias que temos na natureza, mas nessas breves linhas você já percebeu o quão importante elas são para nossa saúde. Não deixe de tê-las em seus dias e abuse desses temperos naturais.

INTESTINO: NOSSO SEGUNDO CÉREBRO

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

Os médicos chamam o intestino de "o segundo cérebro". A saúde do primeiro determina o bem-estar do segundo. A conexão entre os transmissores de ambos pode ser vista em situações simples e cotidianas: o "frio na barriga" diante do medo, a diarreia, diante da ansiedade, a náusea, quando estamos assustados.

O intestino pode ser considerado um sistema nervoso, pois possui cerca de 100 milhões de neurônios. Ele produz e armazena a serotonina, hormônio responsável pelo bom humor e memória. Ele ainda fabrica mais de trinta neurotransmissores. A serotonina processa e transmite informações e estímulos sensoriais através dos neurônios e também media funções fisiológicas importantes como os movimentos peristálticos, que é a movimentação de músculos lisos encontrados em porções do esôfago, estômago e intestino que garantem que o bolo alimentar chegue ao estômago e que o bolo fecal seja eliminado do corpo. Quando há queda do nível do neurotransmissor, a saúde mental, física e as emoções sofrem as consequências.

O cérebro tem efeito direto sobre o estômago e intestinos. Esta interligação acontece nos dois sentidos: um intestino perturbado pode enviar sinais para o cérebro, assim como um cérebro perturbado pode enviar sinais para o intestino. Quando mantemos um padrão mental de baixa frequência vibratória, como a maledicência, a raiva, o desejo de vingança, a falta de empatia etc., a resposta física causa uma série de eventos prejudiciais ao intestino, incluindo redução na absorção de nutrientes, redução da oxigenação do intestino, diminuição do fluxo sanguíneo ao sistema digestivo levando à redução do metabolismo e redução da produção enzimática no intestino em torno de 20 mil vezes! Vale lembrar que a presença de enzimas no processo de digestão é fundamental para que o corpo consiga absorver todos os nutrientes necessários e expelir os que não precisamos.

Procurar manter um pensamento elevado nem sempre é fácil diante do estresse do nosso dia a dia, mas é muito mais difícil conviver com os sintomas de uma doença e enfrentar o tratamento que muitas vezes inclui até a intervenção cirúrgica. O modo pelo qual percebemos, avaliamos e interagimos com as pessoas e com a vida é fruto de padrões mentais. O cérebro não produz pensamentos ou sentimentos, ele apenas armazena os dados enviados pela mente, pela consciência e os distribui pelo organismo, levando à saúde ou à doença, dependendo do padrão destes pensamentos e sentimentos.

A vantagem de sabermos como funciona a nossa mente é podermos identificar esses padrões mentais negativos e fazer o direcionamento consciente para um padrão mais elevado, trazendo às nossas vidas novos hábitos, novas formas de pensar, sentir e agir.

Nem sempre conseguimos mudar sozinhos. Às vezes necessitamos da ajuda de um profissional especializado. Da mesma forma, quando os sintomas intestinais aparecerem, é importante procurar o médico, mas não menos importante e tentarmos detectar a causa destes sintomas. Na grande maioria das vezes, vamos encontra-la na nossa mente, naquilo que não está resolvido, que nos tira a paz.

Na página 151 do "Minutos de Sabedoria" podemos ler:

> Interprete corretamente a frase de Juvenal: mente sã – corpo são. Não é a mente que depende da saúde do corpo. Ao contrário, é o corpo sadio que depende da mente sadia. Quando o espírito está perfeitamente equilibrado, não há enfermidades que nos ataquem. Cuide de sua mente, para que a saúde se reflita em todo o seu corpo.

REFERÊNCIAS

EU SEM FRONTEIRAS. O intestino é nosso segundo cérebro**.** Disponível em: http://www.eusemfronteiras.com.br/o-intestino-e-o-nosso-segundo-cerebro/ Acesso em: 22 jul. 2021.

FAZENDO SEU MUNDO MELHOR. **O que são padrões mentais e como interferem na nossa vida**. Disponível em: https://fazendoseumundomelhor.com.br/o-que-sao-padroes-mentais-e-como-interferem-em-nossas-vidas/ Acesso em: 22 jul. 2021.

HEPATOGASTRO. O emocional pode gerar problemas intestinais Disponível em: . https://hepatogastro.com.br/o--emocional-pode-gerar-problemas-intestinais/ Acesso em: 23 jul. 2021.

PASTORINO, C. Torres. **Minutos de Sabedoria**. 41 ed. Curitiba: Editora Vozes, 2008.

SANTOS, Vanessa Sardinha dos. **Movimentos peristálticos e sua importância para a digestão.** Disponível em**:** https://biologianet.com/anatomia-fisiologia-animal/movimentos-peristalticos-sua-importancia-para-digestao.htm. Acesso em: 22 jul. 2021.

EU ME SABOTO. E VOCÊ?

Inara Antunes Vieira Willerding, Dra.
Pós-doutoranda do PPGEGC/UFSC

A autossabotagem é a forma com que ajo contra mim mesma em algumas situações do dia a dia. Eu atrapalho as minhas próprias tarefas e meu desempenho.

Sim, eu me saboto, muitas vezes!

Mesmo sabendo que eu sou capaz, inteligente, há momentos e situações em que o sentimento de ansiedade, insegurança, medo do fracasso vem à tona, despertando atitudes de sabotagem, por subestimar a minha inteligência e competência, me sentindo uma fraude, a própria impostora.

Em 1978, Clance e Imes criaram o conceito de Síndrome ou Fenômeno do Impostor ou da Impostora, a partir do estudo voltado às mulheres que possuíam espaços de sucesso profissional e acadêmico, e perceberam que, em sua maioria, despertavam o sentimento de que estavam enganando as pessoas com relação ao seu nível de inteligência. Essas mulheres se sentiam impostoras em suas realizações, pois não acreditavam em si mesmas e consideravam o seu brilhantismo profissional fruto do acaso ou pelo seu esforço, mas não por sua competência e inteligência. Elas se sentiam uma mentira, uma fraude.

Você já se sentiu assim?

Eu já. Certa vez resolvi convidar um grupo de amigos para jantar em minha casa. Resolvi fazer algo diferente. Surpreendê-los. E lá fui eu procurar receitas de comida mexicana que era algo que eu não sabia fazer, mas achei desafiador no momento.

O jantar foi um sucesso. Recebi vários elogios.

Você deve estar se perguntando, então: Qual foi o problema?

O problema foi que eu não soube receber os elogios, ficava me escondendo atrás de desculpas do porquê de tudo ter dado tão certo e ter ficado saboroso. Eu estava me sabotando. Naquele momento, tive a incapacidade de assimilar de um lado o meu sucesso e de outro o meu medo de ser "desmascarada" ao aparecer alguma "falha" no jantar que estava oferecendo.

Você deve estar pensando que foi um simples jantar, não é mesmo?

Vamos a outro fato, então.

Tenho um irmão mais velho e somos muito ligados. Por ser mais velho, primeiro filho, neto, sobrinho e por aí vai, além do fato de ser homem (modelo de família patriarcal), ele sempre foi considerado o inteligente da família, e eu a menina sensível. Para mudar essa crença familiar, tive que me esforçar muito para ir além da minha sensibilidade e enxergar a minha inteligência e minhas capacidades.

No âmbito corporativo não foi diferente, tive que lutar muito para chegar a um cargo de liderança e depois continuar lutando para que meus liderados, principalmente os do gênero masculino, me respeitassem.

IMAGEM WEB

Essa luta é constante tanto na vida pessoal, quanto na profissional, e é nessa ciranda que, às vezes, eu me autossaboto, duvidando da minha capacidade intelectual, das minhas competências, me questionando se tudo que conquistei realmente foi por minha inteligência, competência ou foi por sorte ou oportunidade.

Assim como eu, existem pessoas que, em momentos da sua vida, despertam a síndrome da impostora ou do impostor, muitas vezes, por estarem envolvidos em ambientes heterocisnormativos dominantes, construídos socialmente, cheios de estereótipos não respeitando a pluralidade global que existe.

SOMOS TODOS CAPAZES e INTELIGENTES, independente de identidade de gênero, etnia, nível social, idade, cultura, e devemos sim almejar e alcançar uma vida plena e uma carreira de sucesso longe de crenças sabotadoras.

É preciso ter essa consciência para dizer: CHEGA!

Chega de ter sentimentos relacionados à síndrome da impostora. Vamos domar nossas crenças sabotadoras para podermos viver e caminhar de forma plena.

Aproveite que agora você sabe o que é a síndrome da impostora e, se esse pensamento estiver afetando sua vida, não hesite, grite: EU SOU CAPAZ!

REFERÊNCIAS

CLANCE, Pauline Rose; IMES, Suzanne Ament. The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. **Psychotherapy: Theory, Research & Practice**, v. 15, n. 3, p. 241, 1978.

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

ANDRE MAIA

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

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

As palestras que foram proferidas no Núcleo Espírita Nosso Lar são reapresentadas na Rádio Nosso Lar, sempre às 20 horas. Veja abaixo a sua programação diária.

6h
ORAÇÃO DA MANHA COM IR. ALVARO
TERAPIA DA FAMÍLIA COM IR. BEATRIZ
MOMENTO DE REFLEXÃO COM IR. KIRLA

7H
ORAÇÃO COM IR. LUIS
MOMENTO DE MEDITAÇÃO COM IR. WALERIA

8H
TERAPIA DA FAMILIA COM IR. BEATRIZ
MOMENTO DO MENTOR COM IR. KIRLA

9H
MOMENTO DE MEDITAÇÃO COM IR. WALERIA (SÁBADO E DOMINGO)
MOMENTO DA PALESTRA (SEGUNDA A SEXTA)
ORAÇÃO COM IR. LUIS (SABADO E DOMINGO)
MOMENTO DE REFLEXÃO COM IR. KIRLA (SABADO E DOMINGO)

11H
TERAPIA DA FAMÍLIA COM IR. BEATRIZ
MOMENTO DE REFLEXÃO COM IR. KIRLA

12H
ORAÇÃO DA TARDE COM IR. ALVARO
ORAÇÃO COM IR. LUIS

13H
MOMENTO DO MENTOR COM IR. KIRLA
REFLEXÃO COM IR. MARIO

14H
MOMENETO DA PALESTRA (REPETIÇÃO DE SEGUNDA A SEXTA)
MOMENTO DE MEDITAÇÃO (SÁBADO E DOMINGO)
TERAPIA DA FAMÍLIA (SÁBADO E DOMINGO)

16H
MOMENTO DO MENTOR COM IR. KIRLA
MOMENTO DE MEDITAÇÃO COM IR. WALERIA

17H
MOMENTO DE MEDITAÇÃO COM IR. WALERIA
ORAÇÃO COM IR. LUIS

18H
ORAÇÃO DA AVE MARIA COM IR. ALVARO.

19H
MOMENTO DO MENTOR COM IR. KIRLA
REFLEXÃO COM IR. MARIO

20H
MOMENTO DA PALESTRA (DOMINGO A QUINTA-FEIRA)
MOMENTO DE MEDITAÇÃO COM IR. WALERIA (SEXTA E SÁBADO)

21:30H
ATENDIMENTO A DISTÂNCIA

22H
ORAÇÃO DA NOITE COM IR. ALVARO

23H
MOMENTO DO MENTOR COM IR. KIRLA (DOMINGO A QUINTA)
MOMENTO DE MEDITAÇÃO COM IR. WALERIA (SEXTA E SÁBADO)

24H ÀS 6H
MUSICAS CALMAS E INSTRUMENTAIS

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 Ângeles

Saída de Los Ângelis

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	13.15R	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
13.00	
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 cônjugue, 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!

ATITUDES ESPERADAS DO BOM PROFISSIONAL

Juliano Keller Alvez
Doutorando do PPGEGC/UFSC

Em uma organização, encontramos pessoas de gerações distintas, com diferentes hábitos, verdades e crenças, o que pode representar um desafio aos gestores, que esperam determinadas posturas das pessoas e, muitas vezes, elas não são materializadas no dia a dia. Essa diversidade de pensamentos, sentimentos e de ações, quando não é bem gerida, pode resultar em consequências negativas, como a insatisfação de clientes, as não conformidades em serviços e produtos e, principalmente, as perdas de tempo, dinheiro e de resultados para as organizações.

Para evitar tais consequências e para responder a empreendedores e colaboradores que questionam sobre "quais posturas são esperadas das pessoas no mundo corporativo atual", elencamos aqui cinco atitudes que o bom profissional deve ter. Vamos a elas?

Agir com ética

Fazer o certo mesmo quando ninguém está observando e fazer o certo mesmo quando nem todos o fazem ainda é uma prerrogativa esperada pelas organizações. Mas o que é "fazer o certo"? Bem, aí a sugestão é observar a cultura da organização que você está inserido e procurar entender o que a empresa entende como "certo". Geralmente, o que se espera nesse sentido é a proteção ao cliente, oferecendo a ele um bem ou serviço de boa/alta qualidade, ter o desejo de solucionar problemas e não de escondê-los, manter o ritmo de trabalho alto, mesmo em tempos ou momentos que isso não seja tão necessário, trabalhar com paixão pelo local em que escolheu para trabalhar e ser pontual nos compromissos, com entregas de qualidade.

Exercitar a boa comunicação

Comunicar-se bem é um trunfo importantíssimo. Seja a comunicação com seu líder, com pares ou com liderados, espera-se que ela seja clara, com as ferramentas certas, com a preocupação contínua de ter comunicado todo o necessário e se o interlocutor efetivamente entendeu a mensagem. O uso da ferramenta certa para cada ocasião também entra aqui como fator crítico, pois, dependendo do tema, uma boa conversa pessoal de dez minutos pode ser mais efetiva do que diversas mensagens de texto inconclusivas. E este é apenas um exemplo! A agilidade, o respeito incondicional pelas pessoas e a busca de ações e soluções e não de culpados são boas atitudes na comunicação.

Assumir suas responsabilidades individuais com vigor

O fato de um profissional entender exatamente qual é a "sua parte" no todo e de ele cumprir isso que lhe cabe com excelência, também é algo esperado pelas organizações. Portanto, o eficaz aproveitamento do tempo, bem como a geração de alternativas de solução para um problema, a clareza das necessidades do cliente interno e a busca contínua por ganhos de produtividade pessoal são boas ações para esse tópico.

Agir de forma inovadora

Atitudes inovadoras independem de idade, formação ou classe social. Todo bom profissional pode ter seus olhos voltados a fazer diferente e melhor, buscando sempre alternativas para oportunizar à organização um novo serviço ou produto, uma nova forma de satisfazer o cliente, uma nova alternativa para racionalizar despesas e tantas outras formas de inovar. É importante estar "aberto ao novo" e evitar posturas de que isso ou aquilo "não dará certo" sem ao menos fazer a tentativa.

Saber trabalhar com metas e objetivos

Todas as organizações com iniciativas ligadas à boa gestão usam metas e objetivos no seu pensamento estratégico e em seus processos. Vimos que muitos profissionais não lidam bem com metas e se sentem pressionados pela existência delas. Olhar a meta como algo positivo na vida e nos negócios é uma atitude que, certamente, conduz ao crescimento de todos. Trabalhar com elas significa colaborar na construção de ações para o seu cumprimento, independente do cargo que ocupa, debater com o time sobre alternativas para o atingimento e monitorá-las por dia, por semana ou de alguma forma que seja visível ao time.

Esperamos que essas dicas enriqueçam sua carreira e que façam sentido no seu dia a dia para que seu rendimento como profissional seja cada vez mais vigoroso e eficaz. Lembro ainda que, se observarmos bem, as atitudes citadas não servem apenas para a vida profissional: elas podem nos transformar em pessoas melhores para a vida! Pense nisso... e aja!

O QUE É CERTO? E O QUE É ERRADO?

William Paranhos
Mestre em Engenharia e Gestão do Conhecimento

A evolução é um processo inerente às pessoas e à sociedade, dependendo da sua abertura para tal desenvolvimento. Evoluímos em vários âmbitos e por meio de inúmeros aspectos, tais como o físico, mental, tecnológico, ambiental, político, espiritual e muitos outros. Contudo, há um conceito que se encontra na base de todos esses aspectos do desenvolvimento e da evolução: a construção social. O termo "construção" está relacionado com o conjunto de atividades com vistas a criar algo e o termo "social", por sua vez, se relaciona com questões condizentes com a comunidade, com a sociedade humana e com os relacionamentos. Uma construção social, desse modo, pode ser compreendida como tudo aquilo que é criado pelas pessoas e difundido entre os seus relacionamentos.

De acordo com Gomes (2007; 2012), as construções sociais representam fenômenos implícitos e explícitos, tácitos e manifestos, subjetivos e objetivos, que são construídos e reconstroem a história, a cultura, a política, e todos os outros meios que se fazem presentes nas sociedades desde os tempos antigos. Muitas dessas construções, por vezes, não são percebidas pelas pessoas, seja em sua própria personalidade ou nas ações presentes na sociedade, operando por meio de vieses chamados de inconscientes (PENNA, 2014), ou seja, daquilo que não temos consciência. E o que tudo isso tem relação com a definição do que seja certo ou errado? Tudo.

Responda para mim: o que você está lendo nesse momento? Um jornal, um informativo, correto? Correto. E por qual motivo você o chama de jornal? Porque você aprendeu assim, certo? E se você tivesse aprendido que o nome disto que chamamos de jornal na verdade é carro, você o chamaria de quê? Quero acreditar que a sua resposta tenha sido "carro". Então, perceba que até mesmo um jornal, ou qualquer outro objeto, é uma construção social, porque ele é criado (construção) pelas pessoas e repassado nas relações (social). Da mesma forma que um objetivo tátil, tudo aquilo que é subjetivo também pode ser considerado como uma construção social.

Somos uma sociedade que aprendeu, por meio das construções sociais, que tudo é binário. Possui dois lados, ou duas perspectivas diferentes, e isso está presente em todos os dias de nossas vidas. O filósofo Platão inaugurou aquilo que chamou de "alma" para realizar uma distinção com o corpo físico (OLIVEIRA, 2012). A partir de sua definição, aprendemos que somos pessoas constituídas de corpo e alma.

O Cristianismo, por meio da Igreja Católica Apostólica Romana e dos textos da Bíblia, propagou a ideia da existência de Deus e do diabo, do céu e do inferno, do bem e do mal. Em Mateus (10, 28) podemos confirmar tais afirmações: "Não tenham medo dos que matam o corpo, mas não podem matar a alma. Antes, tenham medo daquele que pode destruir tanto a alma como o corpo no inferno".

Todos esses binarismos construídos estão presentes em nosso cotidiano, sem que nem percebamos. Os computadores são configurados por um sistema de configuração binário. A biologia classifica os animais sempre com: gênero e espécie. Nos casamentos: "Prometo ser fiel, na alegria e na tristeza, na saúde e na doença, na riqueza e na pobreza" E por conta dessa construção social binária, acabamos tendo a necessidade, mesmo que inconsciente, de determinar que se existe algo que possa ser considerado normal, obrigatoriamente deve haver algo anormal. Se existe algo que deve ser considerado ruim, obrigatoriamente deve existir algo bom. Se existe algo ou alguém que está certo, com toda a certeza há alguém que está errado.

Será mesmo que tudo deve ser compreendido dessa maneira? Será que não existe um "caminho do meio" ou outras possibilidades? Relembre alguma situação em que acusaram você de ter errado, de ter feito algo ruim. Como você se sentiu naquele momento? Talvez você até soubesse que não tinha feito determinada coisa da melhor maneira possível, mas também acreditava que não tinha errado. Percebe que nessa possibilidade surge um outro caminho, uma outra dimensão?

Esse texto tem o intuito de propor a reflexão. Dizem que o verdadeiro trabalho de um filósofo não é o de responder as dúvidas, mas sim criar ainda mais perguntas, e é essa a força motriz que leva à evolução. Quando refletimos ou questionamos, vamos em busca de explicações, aprendemos mais e evoluímos.

Mas, voltando à construção social ou à situação em que você acredita ter sofrido um julgamento injusto, será que realmente as coisas só obedecem aos binarismos? Pense em quantas pessoas sofrem, adoecem, são violentadas todos os dias, não por estarem fazendo algo, de fato, errado, mas por conta de uma sociedade que às julga, por conta de uma construção social, dizendo que aquilo não está correto. Se, ao final desta leitura, você percebe que, realmente, talvez não exista uma definição tão rígida entre o que é certo e o que é errado, e quer saber de que maneira você pode desconstruir esse pensamento que está tão enraizado em nosso inconsciente, a fim de não mais julgar outras pessoas, tudo pode ser resumido em somente duas palavras: compreensão e empatia. Mas isso é assunto para um próximo texto.

REFERÊNCIAS

BÍBLIA. N.T. Mateus 10, 28.
GOMES, N. L.. Diversidade e Currículo. In: **Indagações sobre currículo**: diversidade e currículo. Brasília: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Básica, 2007.
GOMES, N. L. Desigualdades e diversidade na educação. **Educação & Sociedade**, v. 33, n. 120, p. 687-693, set. 2012.
OLIVEIRA, A. M.. A psicologia de Platão: sobre a teoria da psyché (alma) humana no diálogo Fedro, a partir das categorias do apolíneo e do dionisíaco. **Plêthos**, v. 1, n. 2, p. 176-196, jan. 2012.
PENNA, C.. **Inconsciente social**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014. 488 p.

ENERGIAS DECISIVAS

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

O que segue, aqui nesta coluna, não é assunto novo, não é descoberta científica recente, o mundo sempre conheceu isso, mas por uma série de contingências, algumas até de má intenção, o grande público ignorou e, por isso, não cuidou de si.

Repito ainda: não é coisa nova. O ser humano é uma bateria energética que recebe e transmite vibrações notadamente através dos campos cardíaco e mental.

Logo, as questões relacionadas à sintonia (pensar/sentir) determinam a presença de vibrações de boa ou de má qualidade. E de companhias de boa ou de má qualidade.

Poder-se-ia afirmar que "diga-me o que pensas/sentes e eu te direi quem são as suas companhias físicas ou energéticas?" Sim, com toda certeza.

Como escrevo para um jornal dedicado às coisas também espirituais e como esta página trata de Espiritualidade, entendo que posso afirmar o que afirmarei sem causar espanto a nenhum leitor.

Então, vamos lá: os meus e os seus pensamentos, os meus e seus sentimentos, atraem e são atraídos por pessoas e espíritos que convivem no nosso entorno. É, digamos, o tom vibratório do bem ou do mal que faz com que se aproximem de nós pessoas e espíritos da mesma faixa.

Eu sei, alguém vai dizer que estou forçando a barra.

Juro que não.

Sempre que você e eu estamos elucubrando situações que incluem vingança, agressões, maledicências, mentiras, sacanagens, desejos mórbidos, aí está o padrão daqueles que se ligam nesta onda e são os nossos parceiros prediletos.

As ondas mentais mais conhecidas da população se identificam pelo nome de telepatia, mais podem estar nos padrões de empatia, rejeição, amor incondicional, paixão, desejo, inclusive ardente. A mediunidade é um dos seus estágios receptivos. Mesmo que não possua esta capacidade, qualquer um de nós pode sofrer transtornos vibratórios a partir do padrão daquelas energias que atraímos. Está nesse campo o que se chama de obsessão.

Então finalizo desejando a todos os leitores que possam estar num dos extremos, no pior, chamando coisa ruim; e no melhor, chamando boas companhias; desejo que faça um balanço e se descubra podendo escolher de que lado deseja vibrar. E, ao fazer isso, descubra o que sua vida pode estar sendo: um caos ou algo cada dia mais perto da proposta de Deus.

Ah, ia esquecendo: nossa saúde caminha ao lado do que eu e você pensamos e sentimos.

QUANTO DE JESUS HÁ EM MIM?

Adilson Maestri
Escola de Médluns
http://adilsonmaestri.blogspot.com

Ouvindo o Dr. Bezerra de Menezes falar por intermédio do médium Gilberto Rissato, pus-me a pensar na sua mensagem e na questão que ele propõe: quanto de Jesus há em mim?

Li no Evangelho de João a conversa de Jesus com Tomé quando este perguntou: "Senhor, não sabemos para onde vais; como então podemos saber o caminho? Ao que ele respondeu: Eu sou o caminho, a verdade e a vida. Ninguém vem ao Pai, a não ser por mim" (JOÃO, 14).

Daí, parei para refletir: o quanto dos ensinamentos do Mestre eu já absorvi, o quanto estou traduzindo em minhas falas e atitudes?

Difícil fazer uma avaliação isenta, onde o ego não encontre justificativas para os deslizes e decisões precipitadas sem a devida consulta interna para saber se estaria navegando na onda da luz ou das sombras.

Temos o livre arbítrio para tomar nossas decisões, o que facilita o navegar pelas águas turvas das satisfações físicas.

A disciplina necessária para cultivarmos bons hábitos, pautados na Lei Divina, ou seja, na amorosidade, não é tarefa para principiantes, néscios, muito menos para arrogantes tomados pelo ego e pela presunção de domínio da verdade.

O ascetismo que é a doutrina de pensamento ou de fé que considera a ascese, isto é, a disciplina e o autocontrole estritos do corpo e do espírito, é um caminho imprescindível em direção a Deus, à verdade e à vida feliz.

Mas para focarmos nesse aprendizado, tornam-se necessários vontade e determinação, que só podemos encontrar se deixarmos a voz interior, aquela que vem de nossa essência divina, o espírito, se manifestar.

Cultivar o hábito de nos perguntarmos, constantemente, sobre nossas questões básicas da sobrevivência e da realização, que demandam tomadas de decisões acertadas para vivermos bem conosco e com a humanidade que nos cerca, além da grande quantidade de ligações que todos temos com os vários planos existenciais, favorece em muito o acerto de nossas decisões.

E é nesse momento que vale muito a pena checar se essas decisões estão na conformidade dos ensinamentos do mestre, naqueles princípios basilares que Ele tão amorosamente nos ofertou por meio de seus ensinamentos diretos e suas parábolas.

Deixo essa pergunta, para que você, meu amigo leitor, se faça: O quanto há de Jesus em mim agora? Silencie e deixe que sua natureza mais pura responda. Mas não se assuste se ainda faltar muito. Estamos aqui na Terra, agora, justamente para fazermos esse aprendizado. Boa sorte!

ATENDIMENTO FRATERNO ONLINE

DIA	HORÁRIO	Números do WHATSAPP)
SEGUNDA-FEIRA	8 -10h	(48) 9 9118.5768
	14 -16h	(48) 9 9811.6743
TERÇA-FEIRA	10 -12h	(48) 9 9995.0708
	14 -16h	(48) 9 9632.1190
QUARTA-FEIRA	8 -10h	(48) 9 9996.8217
	14 -16h	(48) 9 9997.8566
QUINTA-FEIRA	17 -19h	(48) 9 9651.4613
	18 - 20h	(48) 9 9973.7204

Porém, se preferir que seu atendimento seja aos sábados, deve ligar durante a semana para a secretaria do NENL, 3357-0045, e pegar o número do Watsapp que estará atendendo (pois o atendimento será em rodízio).

OUTORGA

A outorga é uma data comemorada pelo Sistema Nosso Lar, formado pelo Núcleo Espírita Nosso Lar e o Centro de Apoio ao Paciente com Câncer, pois representa a fundação do Sistema e o início de suas atividades.

A palavra outorga significa um consentimento ou uma concessão que alguém confere ao outro. Neste caso, a espiritualidade concedeu ao Nosso Lar a autorização para operacionalizar os trabalhos espirituais na Terra.

Como a maioria dos espíritas sabe, na Estratosfera da Terra existem milhares de casas espirituais, sendo o Nosso Lar uma parte desse todo. Essas instituições são responsáveis por cuidar tanto de espíritos que estão chegando, quanto daqueles que estão saindo do planeta.

Nesse sentido, as casas são auxiliadas por entidades espirituais com certo nível de superioridade, em termos de experiência de vibração. A principal função das entidades espirituais é cuidar daqueles que estão em necessidade. Por exemplo, aqueles que estão em sofrimento ou estão passando por conturbação, por terem saído ou por estarem ingressando no planeta.

Todas essas casas são relatadas em livros e a única que se destaca com um nome próprio é o Nosso Lar, que foi um processo psicografado por Chico Xavier. Em contrapartida, a grande maioria das casas, pelo menos todas as conhecidas atualmente, tem a data de sua outorga como nome ou como referência. Sendo assim, o Nosso Lar poderia tranquilamente ser chamado de "Casa de Repouso 16 de agosto", uma vez que é a sua data de outorga.

Assim, a partir da concessão espiritual, o Nosso Lar foi orientado a procurar um espaço na Estratosfera do planeta. Sobrevoando o estado de Santa Catarina, seus representantes puderam ver o processo de cima, visualizando o triângulo entre a ilha das Galés, o morro da Pedra Branca, em São José, e a montanha do Cambirela. Durante a visita, notaram que ao movimentar o triângulo no sentido circular, surgia o espaço onde se localizam diversas casas de recuperação.

FOTO DE HERMÍNIO NUNES

Salão do Cristo no Núcleo Espírita Nosso Lar

FOTO DE HERMÍNIO NUNES

Rampa da Esperança no Centro de Apoio ao Paciente com Câncer

A fundação do Núcleo Espírita Nosso Lar

Uma dessas casas é justamente o Nosso Lar, que começou a ser espiritualmente e energeticamente plasmada há 80 anos por entidades espirituais. Inicialmente, o Nosso Lar foi construído apenas para servir como uma simples casa de passagem. Dessa maneira, seria um local aonde espíritos que vinham dos Andes, dos grandes desertos da América e da Europa, pudessem passar e colher energias à beira do mar.

Para que a energização ocorresse, era necessário que existisse um entreposto, no caso um processo plasmado espiritualmente, para contemplar esses espíritos que migravam de um espaço para o outro. Com esses movimentos, os espíritos conquistavam a sua limpeza, o seu desenvolvimento e a sua cura.

Assim, durante muito tempo, o Nosso Lar serviu apenas como uma casa de passagem, até que foi decidido pela espiritualidade socorrista que a região merecia um hospital de recuperação. Como já existiam muitas casas espirituais no local, não havia a necessidade de se criar um novo sistema ou ambiente. Por conta dessa decisão, a espiritualidade socorrista resolveu transformar o Nosso Lar em um grande hospital.

Algum tempo depois, os espíritos que ali residiam na época, especialmente o irmão Yura, receberam a autorização para procurar um grupo de seres humanos encarnados, a fim de conseguir um suporte físico. Dessa forma, o hospital poderia ser desenvolvido tanto na Terra quanto

no espaço.

A partir de então, começou a ser criada a conspiração para o surgimento do grupo físico Núcleo Espírita Nosso Lar. Coube ao irmão Álvaro a tarefa de arrebanhar pessoas, receber psicografias e estar à frente da construção, conforme a orientação da espiritualidade.

Hoje, a casa conta com mais de 2.600 colaboradores inscritos e trabalhando ativamente com quase 1500 pessoas. São pessoas que trabalham todos os dias da semana, assim como os espíritos que trabalham diariamente no hospital no espaço.

Dessa forma, a celebração do dia 16 de agosto é uma maneira de resgatar o processo de construção do Sistema Nosso Lar. Além disso, a comemoração tem um gosto especial este ano, já que marca o retorno do Núcleo após a paralisação forçada pela pandemia do coronavírus.

IMAGEM DA WEB

O resgate de um espírito após o desencarne

A Importância do Hospital Nosso Lar

O hospital do Nosso Lar, segundo relatos, é um espaço com grandes corredores e muitas salas, bem parecido com a descrição de Chico Xavier. É nesse local que estão os espíritos curadores, que desencarnam e que estão ligados ao Nosso Lar. Ali, as criaturas recém-coletadas depois do desencarne são tratadas, bem como aquelas que estão vindo para reencarnar no planeta Terra.

Dessa maneira, os espíritos são treinados antes de reingressar na matéria. Acredita-se que o retorno à Terra possa causar um choque muito grande, exigindo certa preparação. Por conta disso, os espíritos recebem cuidados, informações e atenção durante muito tempo até chegar ao seu encarne pleno e definitivo.

Aqueles que estão vindo de fora para o reencarne também são tratados e são apresentados à família, ao sistema, ao país e à comunidade. Ali eles recebem a universalidade do tratamento do ser, do desenvolvimento, do aprimoramento e do conceber.

Além dos cuidados tomados, também se pode destacar o poder das entidades espirituais. Essas têm a capacidade de levar as criaturas em deslocamento e depois devolver normalmente a uma cama de hospital ou a cama de suas casas, por exemplo. Porém, ainda não é viável precisar a qual distância esse processo pode ser feito, mas é possível ter certeza de que os hospitais não são móveis.

IMAGEM WEB

Nesse sentido, o que é móvel é a vibração que norteia a Terra, sofrendo influência do Sol e dos movimentos naturais do próprio planeta. Esses movimentos são como o movimento de um corpo humano. A orla do planeta, conhecida como Estratosfera, também acompanha essas nuances dos movimentos de vida. Como se fosse o ato de respirar, de expandir e contrair um diafragma, para poder receber e expulsar o ar, fazendo disso o movimento da vida.

Por fim, para entender a importância do hospital, é necessário destacar que a atuação nos pacientes segue as recomendações dos médicos espirituais. Esses auxiliam nos hospitais físicos, nas casas, no atendimento à distância, até mesmo nas invocações das preces da rádio.

Também é possível citar a participação através do simples vibrar, quando são chamados a processos mais profundos, como é o caso de desencarne de pessoas. Os médicos são convidados a acompanhar e podem conduzir o espírito, quando desencarnado, ao hospital do espaço. Por isso, esse ambiente é de fundamental importância para a vida e o equilíbrio espiritual.

Este espaço foi concebido para que pudéssemos trabalhar, desde a Ilha das Galés até a Pedra Branca e o Cambirela. E, neste triângulo, a gente faz um círculo, tendo o Núcleo na Forquilhinha, ou próximo do Núcleo, que é a Pedra Branca, o centro do movimento e notamos que é um lugar bastante grande, onde em espírito, muitas vezes, somos levados. Às vezes, a gente sente isso como um sonho, como uma forma de "parece que eu vi, parece que eu estive lá". É nesse ambiente que é totalmente controlado pela espiritualidade que nós temos essa predisposição de ser auxiliados.

Nosso retorno: 16 de agosto de 2021

Então, nós estamos nos preparando para mais uma festividade espiritual, mais uma alegria e mais uma outorga. Ela está sendo preparada para o dia 16 de agosto, como sempre foi, há muito tempo, há mais de 40 anos e agora nós estamos fazendo a comemoração dupla, pois exatamente na Outorga é que nós vamos voltar a trabalhar depois da pandemia. Assim, estamos tendo a nossa segunda outorga, a nossa segunda autorização e o nosso segundo consentimento.

E os espíritos bondosos que lá estão treinados, espíritos amorosos, que você pode chamar como você quiser, como guia protetor ou anjo da guarda. Cada pessoa tem o direito de pensar somente aquilo que tem condições de entender e compreender. Nós não podemos unificar a fé de todas as pessoas, nós temos que unificar a crença maior em Deus. Mas a maneira de cada um compreender fica a seu critério.

Neste planeta com mais de sete bilhões de habitantes, todos nós cremos em Deus. São muito poucos os que dizem que não creem em Deus. Mas lá no fundo, eles creem em um ser maior, um conselho superior que tem outro nome ou que não tenha nome nenhum. Mas todo mundo crê que existe algo superior.

Não fomos nós quem fez esse universo, não somos nós que patrocinamos os ventos, as nuvens, as chuvas, as tempestades e os mares. Não conhecemos ninguém que faça isso, realmente é alguém superior. Então, alguns se reservam o direito de não dar nome, de não seguir e não ter um apadrinhamento de fé. Respeitamos. Assim é também com as religiões, temos os católicos, os protestantes, os umbandistas, entre outros. Todos têm formas diferentes de manter a sua crença em Deus e nós respeitamos, pois todos estão falando a mesma língua. Todos estão com os mesmos desejos e as mesmas vontades. Todos têm a mesma capacidade de caminhar em direção a Deus, porém de forma diferente e nós respeitamos. Afinal, o que seria do verde se todos gostassem do amarelo?

FOTO DE WALMOR SILVA

Voluntários do NENL no Salão de Reuniões

SÉRIE "EU CUIDANDO DE MIM" (8)

O SILÊNCIO É DE OURO

Pela Equipe do Programa de Reconciliação Integral do Ser (PRIS)

Alguém andou ensinando que a palavra é de prata e o silêncio é de ouro. Esta série produzida pela Equipe do PRIS, que coordena e apoia os diversos grupos terapêuticos que atuam em Nosso Lar, a serviço da reconciliação integral do paciente com ele mesmo e, portanto, para livrá-lo da dor, vem lhe dedicando esta série de textos, na expectativa de que você leia para si, para os seus, para os amigos.

Não queremos ensinar ninguém, pois o ideal, no entender de nossos terapeutas, é que cada um se conscientize do que é melhor para si e, assim, ninguém invade ninguém e ninguém fica dependente de ninguém. O verdadeiro terapeuta não é o que cura, é o que ilumina para o paciente o caminho da cura.

Este é o oitavo artigo de uma série que já abordou a Vigília, o Trabalho, a Humildade, a Obediência, a Fé e o Respeito. Chegou a vez de silenciar.

O **Silêncio** é um valor tão forte que também fala, também diz, também faz, também muda, também transforma. Toda a criação divina está na harmonia que, sem o silêncio, não existe. O barulho é o caos, é a trovoada, é o raio, é o tiro, é a explosão. O ser humano não silente é alguém que está pelo seu lado de fora, procurando algo, fazendo algo, percutindo algo, precisando de algo e, geralmente, sem nada ter para oferecer além do seu próprio barulho. Sempre que aquietamos nosso ser, mais ainda nossa mente, nossa garganta, nossos braços e pés, a resposta é o silêncio e, atrás do silêncio, vêm as conexões com a realeza íntima que habita em nós e que nos pede vigília, trabalho, humildade, obediência, fé, respeito e, claro, silêncio. Então fica faltando o quê? Fica faltando nosso próximo texto que falará da disciplina. Será importante ler aquele também.

Em várias terapias grupais, que acontecem em Nosso Lar, os pacientes são estimulados a silenciar e meditar. Não existirá a principal reconciliação do ser humano consigo mesmo sem o silêncio, a concentração, a contenção, a meditação. Por isso, a palavra é de prata – não a jogue fora com qualquer trivialidade. Por isso, o silêncio é de ouro – não deixe escapar este tesouro.

Veja, o PRIS e seus grupos terapêuticos tratam da reconciliação integral, isto é, do ser consigo mesmo, do ser com sua família, do ser com o meio ambiente, do ser com sua alma e, claro, com Deus.

Quando em silêncio e meditando conectados com nossa realeza íntima, muita coisa se esclarece para a nossas mentes agitadas e perdulárias.

Largue bastante de lado a telinha iluminada. Muita coisa ali nada tem a ver conosco.

Nossa Alma sabe tudo o que tem a ver conosco. Já falou com ela?

Ela só nos atende se ficarmos quietos e concentrados.

Não sabe como fazer? Vem para os nossos grupos terapêuticos.

Interessados em cuidar de si, através de Grupos Terapêuticos para aprofundar o conhecimento de como se faz para silenciar e conversar conosco, são convidados a participar do Caminho Sagrado, aos sábados, às 8:30h, que é, também, quando se inscrevem para o Grupo Terapêutico que desejarem. Essas reuniões acontecem todos os sábados no NENL, onde o PRIS recebe os pacientes da semana e seus familiares. Nestes tempos de pandemia, os encontros presenciais estão suspensos. Mas, eles voltarão. Quando voltarem, aparece lá.

ATÉ O ÚLTIMO SUSPIRO, CONSIGO SER EU DE VERDADE?

Elizângela Rodrigues Mota
Psicóloga, CRP -12/14549

De acordo com Rogers (1997), a tendência à atualização é natural, comum a todos os seres humanos, a experiência individual dessa tendência é que é única para cada um. Portanto, não é a realidade externa que molda nossas vidas, mas as percepções privadas que temos do mundo. Em todo organismo há um fluxo em direção à realização construtiva das possibilidades que lhe são inerentes e, no Ser Humano, há uma tendência a um desenvolvimento mais complexo e completo. Uma direção à totalidade em direção à realização de suas potencialidades. Claro que essa tendência pode ser frustrada ou desvirtuada, porém, nunca destruída, ao menos que se destrua o organismo vivo também.

Outros autores como Maslow falam dessa tendência em outras palavras, Rogers vai adiante, ele nos faz pensar em algo maior, numa tendência formativa atuando no universo, que pode ser observada em qualquer nível. Existe um processo criativo e não desintegrativo, onde se evidencia a tendência à complexidade. O universo está em constante construção e criação, assim como em deterioração, esse processo está presente no Ser Humano também.

Nessa tendência formativa há a sintropia: uma tendência a uma ordem crescente e a uma complexidade inter-relacionada tanto no nível inorgânico como no orgânico. E a entropia: tendência à deterioração e à desordem, caos. Essa deterioração orgânica ou inorgânica que conhecemos como destruição ou morte, seria uma transformação.

A relação entre o eu (quem somos) e o eu ideal (o que gostaríamos de ser, baseado nas condições de valor) é uma questão central na teoria da personalidade, de Carl Rogers, e diz respeito aos conceitos de congruência e incongruência. A congruência é um sentimento de integração experimentado quando o eu real e o eu ideal correspondem e a incongruência é o sentimento de conflito ou de mal-estar experimentado em decorrência da não correspondência entre o eu real e o eu ideal.

Essas duas forças, a tendência à atualização e a tendência formativa, ficam evidentes no filme **Até o último homem**. Em Desmond Doss, o protagonista, já no início do filme, quando ainda era criança, passa por um processo de atualização da tendência. Ele bate no irmão, quase o mata, essa experiência é tão significativa para ele, que o transforma, passando de violento a pacifista, passa a acreditar que não deve utilizar armas ou algo que tire a vida de alguém. Mesmo presenciando cenas de violência doméstica durante sua infância e juventude.

Quando chega a guerra, ele decide se alistar, com o objetivo de salvar vidas e não de destruí-las. Enquanto os demais vão para destruir o inimigo, ele vai para salvar vidas, nessa altura do filme ele já está fazendo formação em Medicina. Ele é chamado de covarde e, mesmo acusado de louco, Doss é mandado ao front, ainda que sem pegar em armas.

No front, ele se depara com o caos, aqui, fica evidente o processo de tendência formativa, num processo de entropia, onde o caos se faz presente através da guerra entre os homens, há destruição e morte, deterioração tanto das pessoas quanto do ambiente. Nessa situação, Doss age diferente do esperado numa Guerra. Consegue, mesmo num ambiente hostil, nada facilitador ao crescimento, se manter congruente, autêntico e empático. Ele consegue funcionar plenamente, apesar das barreiras, se integrando à vida, sua consciência participa de uma tendência formativa na sintropia, pois, mesmo com a Guerra e as pessoas se matando, ele mantém seu desejo interno de salvar vidas. Aqui, quando me refiro à congruência é no sentido do personagem conseguir agir de acordo com sua intenção e desejo e não que o meio onde ele se encontra esteja favorecendo a congruência, que ele esteja confortável me meio ao caos e morte.

O filme é baseado na estória de Desmond, ele foi um objetor de consciência, premiado com a Medalha de Honra do Congresso por sua bravura como médico durante a batalha de Okinawa, em 1945, na Segunda Guerra Mundial. Ele resgatou 75 soldados americanos, incluindo alguns adversários, durante o sanguinário combate, no qual não portava armas e se recusava a lutar, já que ia contra as suas crenças.

Porque trazer essa reflexão acerca de um filme de guerra num momento de pandemia? Irmãos, estamos sendo congruentes com nossa espiritualidade, desejos e visão de mundo diante do caos social? Estamos conseguindo ser responsáveis por aquilo que acreditamos diante de tantas privações e acontecimentos desencantadores? Estamos conseguindo ter fé, objetivos e consciência nessa reviravolta do mundo?

Diante desses questionamentos, apenas posso afirmar que a transição planetária se faz presente e que nada acontece nesse planeta sem a permissão de nosso Governador Espiritual, nosso irmão maior - Jesus Cristo. Tenhamos fé e continuemos buscando nossa evolução. Estamos aqui para ajudarmos uns aos outros, não há momento melhor para pôr isso em prática do que um momento de pandemia, onde muita dor e medo se espalham. Fiquemos com Deus.

REFERÊNCIAS

ROGERS, Carl R.: **Um Jeito de Ser**. 5 ed. São Paulo: E.P.U, 2014.
Até o Último Homem, 2016. Direção: Mel Gibson.

DEMONSTRATIVO FINANCEIRO *

Valores referentes aos dias 01/07/2021 a 31/07/2021

INGRESSO DE RECURSOS (RECEBIMENTOS) NO PERÍODO	127.158,86
INGRESSOS DE RECEITA NO MÊS	**127.158,86**
Arrecadação via Celesc	29.299,43
Doações na Conta Corrente - Mensalidade Colaboradores	45.055,20
Doações realizadas internamente	550,00
Anúncio Jornal	3.300,00
Doações específicas	33.954,23
Diferença venda veículo	15.000,00

RESUMO DA MOVIMENTAÇÃO FINANCEIRA	
TOTAL DAS RECEITAS NO MÊS	127.158,86
TOTAL DAS DESPESAS NO MÊS	13.413,88
Valor creditado na Reserva Financeira	113.744,98

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 excedente, foi feito um depósito de recursos em nossa reserva financeira no valor de R$ 113.744,98

DESEMBOLSO (PAGAMENTOS) NO PERÍODO	13.413,88
DESPESAS COM RECURSOS HUMANOS	**1.497,00**
Folha de pagamento	854,60
FGTS - Fundo Garantia Tempo de Serv	73,91
DARF	164,62
GPS (Guia da Previdência Social)	403,87
ENERGIA ELÉTRICA	**1.226,58**
ÁGUA E SANEAMENTO	**667,25**
Tratamento de esgoto	667,25
TELEFONE E INTERNET	**2.348,93**
Telefone fixo	741,13
Telefone móvel	938,80
Internet	669,00
SEGURANÇA ELETRÔNICA	**796,02**
Segurança eletrônica	606,02
Manutenção de equipamento	190,00
DESPESAS COM VEÍCULOS	**543,69**
Combustível	374,84
Documentos, licenciamentos, seguros	168,85
MANUTENÇÃO DO PRÉDIO E INSTALAÇÕES	**2.053,52**
SISTEMA DE CONTROLE DE PACIENTES	**2.948,00**
MATERIAL DE EXPEDIENTE ADMINISTRATIVO	**712,57**
Aquisição de material para a secretaria	677,57
Serviços administrativos (cartório, motoboy...etc)	35,00
DESPESAS DE INFORMÁTICA	**500,00**
Manutenção de equipamentos	500,00
TARIFAS BANCÁRIAS	**104,00**
Impostos	**16,32**
ISS	16,32

* 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.

Eu sou MAIOR

Ana Farias
Grupo Ideia Aberta

Já me senti uma pessoa muito pequena porque acreditava que precisava ser suficiente: suficiente pra sociedade, suficiente pros meus amigos, suficiente pra passar com média acima de 8 na faculdade, suficiente pras relações onde estava, e assim por diante, até entender que eu não preciso ser suficiente pra nada e ninguém.

Eu preciso e precisava ser suficiente pra mim, porque só eu sei quais são/foram meus piores dias, porque só eu sei quais dias em que quis sumir do mapa, quais as vezes em que quis explodir feito uma homem-bomba, que às vezes em que só pude contar com minha própria respiração me guiando para um momento à frente de calma e conforto.

Eu. Sempre eu. Fui sempre eu. Toda a vida eu.

Eu, quando tive um colapso emocional. Eu, quando passei mal no domingo por causa de mais uma dessas pessoas que você encontra acidentalmente e, de repente, já não é mais o mesmo. Eu, quando consegui levantar, lavar uma louça, beber dois litros de água, ir à academia, retomar a vida e puxá-la pelo pescoço. Eu que tive de espremê-la na parede e pedir que me devolvesse a paz. Eu, sempre eu.

O que está e sempre estará entalado na minha garganta, no entanto, é aquilo que faço com todas as minhas dores. Porque absolutamente tudo que passei e eventualmente vou passar só é ainda mais material para meu cérebro. Eu vou digerir cada pequena coisa que me afeta e me queima e eu vou escrever sobre isso. Pra minha morte ou vida, ainda não sei, tudo que posso fazer da minha dor é criar textos, formar ideias e dizer: eu felizmente sangro.

Quando olho para todas as pessoas com as quais me relacionei e penso no quão boa tentei ser para elas, eu sinto muita paz. Porque antes de tentar ser boa para alguém, eu fui boa pra mim. Eu me concedi tempo e espaço. Eu me dei abrigo e fui minha própria casa. Então não tentar ser suficiente pra elas foi uma questão que eu sempre regurgitei e aprendi a lidar. Hoje, sinto que sou e posso ser suficiente nas minhas relações porque, honestamente, eu sou tudo isso comigo mesmo.

A boa notícia desse texto é que você também não precisa se esticar como um elástico para caber em alguém. Você não precisa continuar dentro dessa casa escura onde você se alojou só porque acredita que não conseguirá sair para a rua e apreciar o sol. Você tem a si mesmo, tão grande e maior que todas as expectativas depositadas nos outros.

Domingo, eu passei muito mal porque a gente nunca sabe ou entende que a dor pode vir e sentar na janela a qualquer instante. De qualquer pessoa. Por qualquer coisa. Daí que ela vem e quando olho para minhas mãos e me sinto suja, eu respiro, paro e impreterivelmente agradeço: acontece que me conheço suficientemente pra poder escrever sobre tudo que me dói e tirar uma lição disso.

Não é aquele velho clichê de que a dor ensina, ou talvez seja.

Mas sempre que passo por um processo doloroso e que envolve um lance mais emocional, eu realmente penso: “isso vai fazer sentido daqui a um tempo?” “Isso está me ensinando a ser melhor?” e vida que segue.

Talvez tudo esteja meio confuso mesmo, mas eu só queria dizer que sempre tive e sempre terei eu. Você sempre teve e sempre terá você. Pessoas machucam, mas você pode e deve ser a pessoa que mais importa no processo de cura e reconciliação.

Você... Só você.

Você vai se lembrar desse texto todas as vezes em que for abruptamente ferido por alguém. Eu quero que você se lembre do quão bom, gentil e útil a si mesmo você consegue ser, do quão honesto, verdadeiro e sensível às suas próprias percepções você pode e deve ser. Que você é muito bom e merece alguém igualmente bom. E que não se recobre suficiência, porque suficiência é uma equação matemática: começa e termina em nós mesmos.

E, ah: faça da sua dor um texto. Uma música. Uma vontade de ser maior. Porque eu estou e sou maior do que antes e eu realmente acredito que você também pode ser.

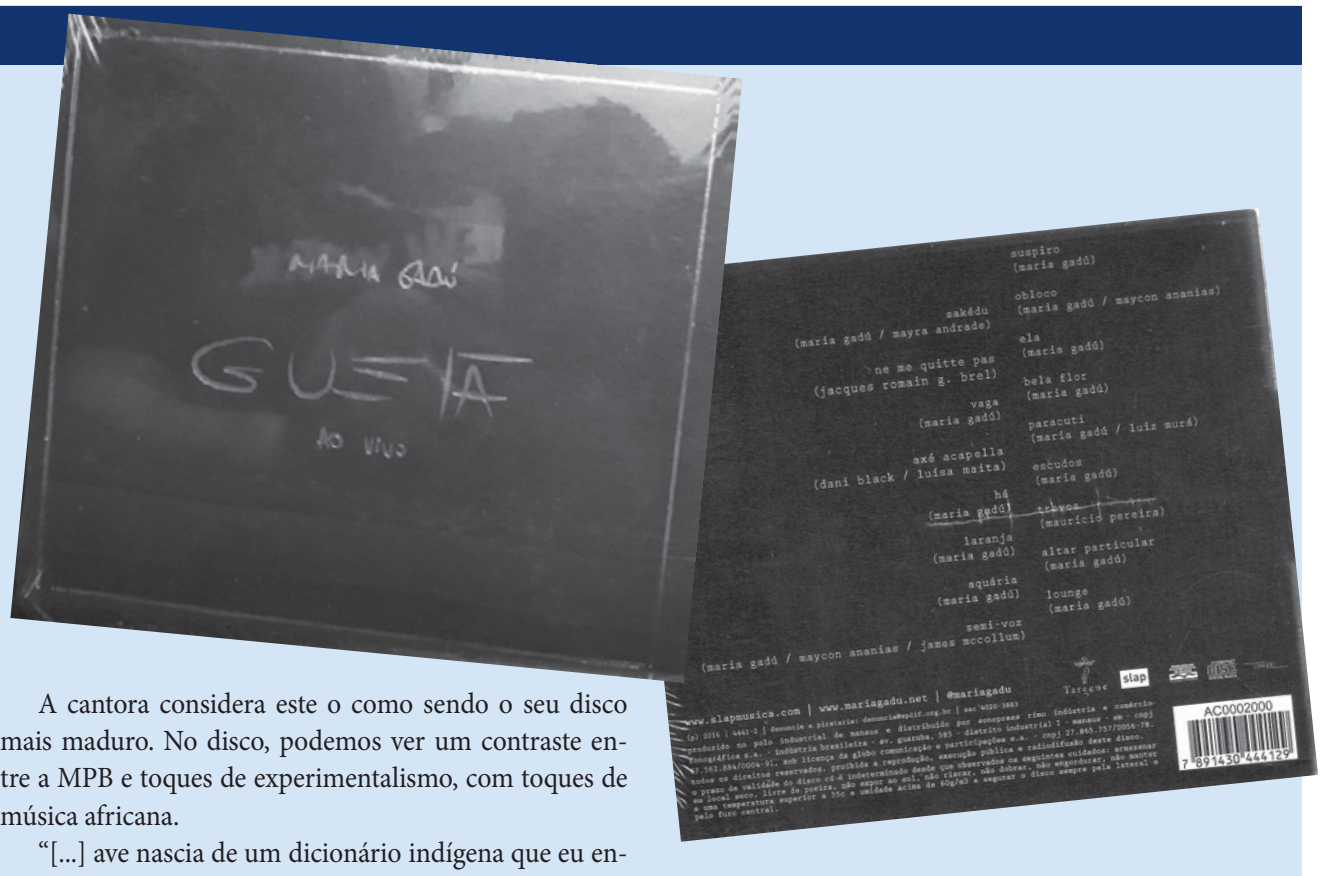
IMAGEM WEB

CD

MARIA GADÚ - GUELÃ AO VIVO

Paulo Roberto da Purificação

Cantoterapia Sol Maior



"Guelã ao Vivo" é o último projeto de Maria Gadú apresentado ao vivo e a cores na cidade natal da artista, São Paulo. O trabalho traz a cantora ao lado de uma nova formação de banda, dando vida a um álbum que nasceu a partir de um processo de recolhimento da artista, de uma tentativa de se reinventar e encontrar novas sonoridades. O repertório de 18 faixas traz o disco "Guelã" completo, e apresenta ainda sucessos de carreira como a interpretação de '*ne me quitte pas*' e 'bela flor'.

Guelã ao Vivo" apresenta, ainda, um documentário exclusivo retratando todo o processo criativo de uma obra verdadeiramente prima por parte da talentosa Maria Gadú.

A cantora considera este o como sendo o seu disco mais maduro. No disco, podemos ver um contraste entre a MPB e toques de experimentalismo, com toques de música africana.

"[...] ave nascia de um dicionário indígena que eu encontrei pelo livro que eu tava lendo. A ave chamava guelã.

FILME

ANTONIA: UMA SINFONIA

Antonia Brico se tornou na primeira mulher a conduzir uma orquestra em Nova Iorque, nos anos 1930. Embora ninguém acreditasse que era possível, ela não descansou até virar maestrina. É fato que quebrou muitas barreiras. Foi a primeira mulher norte-americana a se formar com uma master class em regência, sua orquestra completamente feminina era inédita até então e foi também a primeira mulher a conduzir a Orquestra Filarmônica de Nova Iorque. Dona de tantos feitos, certamente é uma personalidade atraente ao olhar cinematográfico, ainda mais por ter origem holandesa e se tratar de uma produção realizada em seu país de origem.

LIVRO

LUZ E SOMBRA uma forma de aprender

Vera Lúcia Behr
Editora Pandion, 2021

Lizete Wood Almeida Souto
Terapia do Livro

Acaba de ser lançado o livro que nos emociona, ensina, nos pega pela vontade de continuarmos na leitura tão interessante e, aos poucos, sem que percebamos, nos leva à autoanálise.

LUZ E SOMBRA: uma forma de aprender vem mostrando que estamos aqui para aprender, nos curar de dores antigas e evoluirmos, que a ciência e o amor são pontos semelhantes que nos conduzem ao mesmo lugar.

Com todo o seu cuidado de terapeuta, Vera Behr fala de sentimentos, de amor, de perdão, de autoamor, de gratidão, vai delicadamente, e com muita sensatez, trazendo o leitor à observação do seu próprio interior, à percepção íntima do que deve ser mudado e melhorado. Para isso, usa os ensinamentos da mitologia grega e da medicina chinesa, da qual é grande conhecedora.

É um livro lindo, iluminado, que pode ser lido aos poucos, por partes ou, se na ânsia de continuar a leitura tão gostosa, o leitor for "devorando-o" direto, aconselho a voltar a cada parte, devagar, "digerindo" cada capítulo, cada palavra.

Espaço reservado para você

SOMBRAS NA PAREDE, ECOS NA CAVERNA: algoritmocracia e preconceitos cognitivos

Gabriela Almeida Marcon Nora
Doutoranda do PPGA/UNIVALI

Denise Teresinha Almeida Marcon
Mestranda do PPGEGC/UFSC

Maiêutica, a arte de construir e aprimorar conceitos ou ideias. Sócrates costumava iniciar discussões sobre temas diversos com uma interrogação, a partir da qual captava a visão de seu interlocutor. Num primeiro momento, aceitava a resposta e, então, a partir da evolução da conversa, demonstrava os paradoxos contidos na opinião externada. Assim é que o método socrático fazia com que o próprio interlocutor reconhecesse seu desconhecimento sobre a temática, muito mais ampla do que supunha.

Como Sócrates, também Foucault reconhece que não há uma verdade absoluta, universal, sobre coisa alguma. Há, de fato, uma vontade generalizada de verdade que nos conduz a legitimar e repetir nossas próprias opiniões, o senso comum coletivo. Kierkegaard, noutro contexto, debruçou-se no questionamento da verdade enquanto subjetividade, às chamadas verdades objetivas e subjetivas, à dicotomia da recordação e repetição.

Ser, estar, tempo e modo: Circunstâncias qualitativas que influenciam o nosso processo de construção do pensamento. É possível tomar decisões com base, exclusivamente, na reprodução e no reforço de nossas próprias ideias? O fato é que uma verdade tresloucadamente desejada no coletivo somente pode ser validada na esfera individual, afunilando-se no plano da existência de cada ser humano.

Nesse norte, falar em democracia é assumir a viabilidade da convivência de múltiplas verdades e a prevalência de umas sobre outras por intermédio de um processo de legitimação. E para que, efetivamente, se alcance essa legitimidade da coletivização de verdades individuais é necessário que tenhamos consciência de que optamos por uma visão determinada dentre uma pluralidade de visões igualmente legítimas em si mesmas.

A democracia é, há tempos, panaceia para os males da humanidade. É, teoricamente, capaz de produzir tolerância, convivência, harmonia, aceitação. Ocorre que é o processo democrático que permite a um indivíduo relativizar a sua verdade individual em prol do coletivo, em prol daquela que, uma vez socializada, será a verdade mais apta a conduzir um conjunto de pessoas que partilham alguns interesses e perspectivas em certo momento.

Diante de um mundo cada vez mais global e digital, da virtualização dos relacionamentos e da automatização da influência comportamental, de mecanismos de inteligência artificial que reforçam estereótipos e atalhos mentais, o grande desafio democrático é muito mais filosófico do que operacional. Pessoas terão acesso às urnas, terão acesso à informação, mas serão capazes de reconhecer as próprias verdades? Serão capazes de escutar a própria voz interior ou mais altos serão os ecos da caverna?

Uma inteligência artificial a tonificar os nossos preconceitos cognitivos enrijece nossa própria ignorância e estimula a acreditar em uma verdade generalizada e a defendê-la sem reflexão, críticas ou flexibilidade. Impõe-nos a algoritmocracia, por intermédio da qual nos comunicaremos e aceitaremos apenas aqueles que concordarem conosco, aceitaremos ser manipulados por aqueles a quem aprovamos. Seres ensimesmados, seguros de seu constante acerto, consumidos e limitados pelas próprias crenças. E que evolução se extrai da reprodução?

Novos tempos exigem abertura e contemplação. A filosofia, mais uma vez, apresenta-se como instrumento de libertação. É por intermédio da meditação e ponderação que seremos capazes de identificar o que é nosso e o que é do outro, o que é incutido e o que é elaborado, o genuíno e o atribuído. Refletir faz-nos seres humanos. A informação serve para ser transformada, não consumida. Ser capaz de criticar a si próprio é uma virtude desde sempre. Predicado ainda mais nobre quando se trata de generalizar o pensamento e impactar a esfera do próximo.

DIVERSIDADE
Vamos refletir?

Édis Mafra Lapolli
Terapia do Livro

Entender o que é diversidade passa, necessariamente, pela noção de variedade, de pluralidade e de diferença. Segundo o dicionário, variedade, é um conjunto de coisas ou tipos que se diversificam dentro de uma classe; diversidade, multiplicidade, sortimento. Pluralidade é o fato de existir em grande quantidade, de não ser único; multiplicidade, diversidade. E, diferença é a qualidade do que é diferente; o que distingue uma coisa de outra.

Vivemos em um mundo marcado pela diversidade de etnias, povos, subjetividades e representações. Lembrando que o diverso é algo que compõe a condição humana e que só se torna possível na diversidade, e a diversidade é uma constatação da humanidade. O problema que temos que refletir é sobre a forma com que lidamos com a diversidade, pois nossa cultura é marcada por um sentimento de intolerância e de preconceitos em relação ao outro, de tal forma que fica claro a nossa incapacidade de lidar com a diversidade, sendo que podemos considerar isso um problema cultural e social muito sério. E, nesse caminhar da humanidade percebe-se uma ameaça à interculturalidade e à construção de uma sociedade aberta ao plural e ao diverso.

Muito se fala do direito à diversidade, mas, para tanto, torna-se necessário conceber esse direito a partir de uma intervenção cultural, no plano do simbólico e da representação e devem ser pensados com base na transformação sociocultural, principalmente, nas potencialidades que uma boa convivência e com harmonia com os diversos pode trazer para o bem-estar da sociedade, abrindo novos caminhos e espaços para o aprimoramento cultural coletivo.

Assim, um dos pontos mais importantes nesta discussão e reflexão sobre diversidade é como atuar sobre os mecanismos sociais transformando as diferenças em desigualdades. A inclusão é um exemplo e, com ela, o diferente passa a ser respeitado na sociedade, podendo participar a sociedade como um todo de compartilhamentos de conhecimentos, de novos aprendizados e, com isto, novas experiências.

Antes de tudo, podemos perceber que todos somos diferentes e são as diferenças que formam nossas individualidades, então, quando conseguimos enxergar o quanto temos de diferenças, conseguimos respeitar à diversidade.

E, é esse respeito à diversidade, a condição ideal e necessária para que se estabeleça a inclusão social, garantindo assim, o exercício da cidadania, que é um direito de todos os seres humanos, de forma igualitária.

Assim, lembrando que as atitudes de compreensão e respeito com a diversidade e com a multiplicidade de características de cada ser permitem que façamos a transformação das diferenças em igualdades. E, quando valorizamos nossas singularidades conseguimos eliminar as discriminações e os preconceitos.

Que possamos cada vez mais nos apropriar dos conhecimentos que nos levam a valorizar e respeitar a diversidade.

Entrevista com os Coordenadores do Grupo de Segurança do Sistema Nosso Lar, Gisela Fátima Catecati e Sólon Oliveira do Canto.

1) No que consiste a segurança espiritual de uma Casa Espírita?

Primeiramente, o conceito de segurança: Segurança é o substantivo feminino que significa o ato ou efeito de segurar. Também pode ser sinônimo de confiança, garantia, firmeza, estabilidade e certeza.

Como vivemos preocupados com a possibilidade de acessos indevidos em nossas residências, por exemplo. Colocamos muros, grades, cercas elétricas, travas, trancas, sensores, alarmes, câmeras e cães. Em uma Casa Espírita, também são adotados, impreterivelmente, procedimentos de segurança.

Texto transcrito do livro **Elucidações do Além** de Ramatís, psicografado por Hercílio Maes (Capítulo: Aspectos Singulares das Sessões Mediúnicas):

> A sessão de boa envergadura moral é protegida contra a invasão de espíritos desordeiros, e proibida mesmo àqueles que não foram indicados para assistirem ao trabalho da noite. Nas vias de acesso ao recinto onde ela se efetua, os mentores distribuem guardas que impedem o ingresso a qualquer espírito de más intensões. Essa guarda também pode ser constituída pelos nossos irmãos silvícolas, obedientes e serviçais, que a serviço do Bem, formam cordões de isolamento em torno do local. Deste modo, as entidades de má fé ou agressivas, postam-se à distância, evitando-se, a projeção dos seus pensamentos maldosos ou fluidos magnéticos que perturbam a harmonia da sessão.

A segurança espiritual de uma Casa Espírita consiste em uma ou mais entidades sintonizarem-se com o propósito da instituição. Toda Casa Espírita tem como princípio prezar o amor ao próximo. Portanto, em uma Casa Espirita, segurança implica na manutenção da harmonia e equilíbrio energético nos ambientes de trabalho e na conservação da emissão de boas vibrações pelos os médiuns de segurança.

Cada Casa Espirita adota seus procedimentos de segurança, que

consistem no estabelecimento de parceria com entidades com este perfil, como também em preparar médiuns voluntários para exercerem esta função, para atuarem de forma conjugada, com intuito de promoverem influência positiva nos ambientes e nos presentes, encarnados e desencarnados, contribuindo na manutenção de um nível energético salutar. Jesus nos recomendou, quando disse: ORAI E VIGIAI…

2) Há necessidade de um Grupo de Segurança em toda Casa Espírita? Por quê?

Não necessariamente um grupo de segurança, contudo inevitavelmente, há necessidade de procedimentos de segurança. Cada Casa Espírita tem uma constituição espiritual, mas não tem por obrigação ter um grupo de médiuns específico para este fim. Toda Casa Espírita tem médiuns com características específicas para dar suporte a estas entidades, porém cada Casa estabelece a sua forma de atuação e a nomenclatura.

3) Como funciona o Grupo de Segurança no Sistema Nosso Lar?

O NENL tem por finalidade: A assistência social e promoção humana, visando uma sociedade fundada nos valores morais que possibilitem a liberdade, a igualdade, participação e solidariedade. Ser modelo e multiplicador na luta pela conscientização do ser humano quanto ao seu papel na melhoria da qualidade de vida da sociedade. Contribuir, na medida de suas possibilidades, para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes com câncer, bem como de doenças degenerativas. A intensificação e a preservação da unidade de seus participantes.

Para cumprir com sua finalidade e manter a integridade, harmonia e segurança de seus voluntários; de quem frequenta a Casa; dos pacientes e; dos seus ambientes, o Núcleo adotou, por meio dos MENTORES DE NOSSO LAR – YURA, SAVAS e GABRIEL e de seus Dirigentes, um sistema de segurança.

Nas diversas missões no Uruguai e Argentina, consolidaram-se as questões de segurança espiritual com a adesão dos seres que marcaram sua passagem pelo plano físico como integrantes da Nação Charrua.

Foi criado o Grupo de Segurança, diretamente ligado ao Dirigente Geral, para manutenção e equilíbrio energético da Casa, para conservação de boas energias, harmonia para os trabalhos, trabalhadores e pacientes. É uma equipe de médiuns que visa ser um grupo de suporte identificado para essa função e uma referência junto às Entidades que prestam este trabalho, tendo como função, auxiliar na harmonia física e espiritual. Os médiuns atuam como receptores e dispersores de fluídos de sustentação, cuja captação se dá através da assimilação de correntes energéticas.

A segurança do Sistema Nosso Lar está pautada em três níveis, ou seja:

Nível 1 – um raio de 1000 metros; Nível 2 – no portão do NENL; Nível 3 – nos ambientes de trabalho.

4) O que é necessário para que um voluntário do Núcleo ou do CAPC seja indicado ao Grupo de Segurança?

Perfil adequado, ou seja: o voluntário tem que apresentar características para representar essas Entidades, que são: convicção da importância dos trabalhos que a

Casa oferece a todos; assiduidade; coerência; estudo; disponibilidade e discernimento. O médium precisa ter concluído a Escola de Médiuns, estar com as mensalidades em dia, ser vinculado a um dia de trabalho na Casa e não pertencer a outros grupos e trabalho, como por exemplo, Grupo Andino. O mais importante: querer participar, colocar-se a disposição da Espiritualidade que tem esta função e o propósito de aprender, crescer e evoluir.

Ao observar a necessidade de aumentar o número de participantes no Grupo, a Direção da Casa abre as inscrições na secretaria do Núcleo, para voluntários (que se encaixam nos pré-requisitos) candidatarem-se a membro do Grupo de Segurança. Os candidatos, após serem analisados pelos coordenadores do Grupo e pelo Dirigente Geral da Casa, têm seus nomes colocados à disposição da Espiritualidade. Após a efetivação, são apresentados aos irmãos Charruas e fazem o seu juramento. A Direção da Casa e os coordenadores do Grupo de Segurança irão prepará-los e orientá-los para atuarem como seguranças.

5) Podem dizer como é feito o Plantão da Segurança no Núcleo e no CAPC? O que significa a manga marrom?

O plantão de segurança é feito através de uma escala com adesão dos participantes de acordo com a necessidade da Casa e a disponibilidade de cada médium. Todos têm um período para o plantão, além do trabalho efetuado normalmente pelo médium. No plantão, o segurança escalado é o primeiro a chegar aos trabalhos e só sai depois da sua conclusão.

O médium de segurança traz sempre consigo um boton ou broche com o símbolo dos Charruas - um monumento existente em Salsipuedes, departamento do Uruguai. No plantão, é preciso manter uma postura diferenciada, estar sempre atento às variações do ambiente, evitando desarmonia por parte dos médiuns e pacientes presentes na Instituição.

Procedimentos dos médiuns da equipe de segurança, no "Plantão de Segurança":

Devem se apresentar nas Casas, antes do inicio dos trabalhos. - No Núcleo: Dirigir-se ao monumento Charrua, que fica localizado no morro, memorial de pedras trazidas das missões. - No CAPC: Dirigir-se ao local no morro destinado à segurança, uma pedra. Colocar-se à disposição da Espiritualidade que é incumbida de realizar a segurança dos ambientes, fazer suas preces, enfim, preparar-se para os trabalhos.

Em seguida, dirigir-se, - no Núcleo: até a recepção, hall de entrada, auditório, salão do Cristo. - No CAPC: até auditório, refeitório e dualidade. Discretamente e mentalizando: "Que a luz divina, a proteção de nossos Mentores e a presença dos irmãos Charruas mantenham a segurança destes ambientes e de nossos trabalhos".

Apresentar-se ao Dirigente ou Coordenador do trabalhos/período/frente de trabalho, que irá orientar onde o médium deverá se posicionar, onde será necessária a presença deste irmão. No dia/período que o irmão de segurança estiver de Plantão Segurança, não poderá realizar outra atividade. Deverá manter sempre uma postura mediúnica e silêncio.

A manga marrom, usada nos plantões, é uma das identificações do médium que está na Função de Segurança, uma referência para os encarnados e desencarnados.

O MONUMENTO CHARRUA Elementos Doutrinários

Jaime João Regis

Os espíritos de povos nativos que habitaram uma determinada região, como os indígenas, em razão da atração exercida por fatos marcantes ocorridos, existência de objetos pessoais, força magnética presente e o não reconhecimento de outra realidade na dimensão extrafísica, podem conservar vínculos com os locais terrenos de suas encarnações, mantendo-se ligados ao meio que lhes é familiar.

Nos locais em que viveram e que hoje são marcados por suas presenças espirituais, a matéria mineral conserva gravada as ondas vibratórias geradas pela pulsação e movimentação das energias ali ocorridas, que não se dissipam, por ficarem impressas na intimidade atômica dos elementos que a constituem. Os acontecimentos havidos, as ações cometidas, tudo está registrado nas pedras ali encontradas. Por isso, diziam os anciões dos primitivos povos indígenas da América, que as pedras contam a história do homem. Hoje se sabe do fundamento desta afirmação, pelo conhecimento da ciência que estuda o armazenamento de memória em determinados minerais. Estes registros podem ser transcritos através da psicometria, forma de mediunidade de efeito inteligente em que o médium tem a visão das cenas e a descrição dos acontecimentos diante de um objeto procedente do local da ocorrência.

A presença desses espíritos pode ser sentida pelos médiuns, que os percebem identificando-os pelas vibrações características, pela forma de aproximação, pela particularidade do contato, do envolvimento e da manifestação, quando esta, em situações especiais e com objetivo claro é autorizado pela esfera espiritual superior. Também são percebidos através da vidência, pelos que registram esta forma de mediunidade.

Suas energias tem um padrão vibracional mais denso, pela forte carga de elementos básicos ou primitivos de que são constituídas. São conhecedores das plantas, ervas e outros elementos da natureza com propriedades medicamentosas e seus usos, associados ou isolados, no tratamento de várias doenças. Combinam componentes do geo e do bio ectoplasma com os seus próprios fluídos para as ações de cura. São monitorados por espíritos de esferas superiores que os aproximam de grupos de atendimento para auxiliarem nos trabalhos prestados, no suprimento fluídico das terapias aplicadas ou no suporte energético de segurança ambiental e espiritual. Frequentes relatos feitos por videntes, médiuns trabalhadores ou pacientes das casas espíritas, informam a presença de espíritos indígenas em seus ambientes.

Os objetivos dos espíritos superiores que os monitoram na erraticidade, ao leva-los à participação em programas de ação caritativa, de prática do bem, aproveitando seus recursos e potencialidades, são: 1) Oportunizar o convívio com outros espíritos desencarnados devotados à prática do amor. 2) Possibilitar o trabalho em parceria com os médiuns e encarnados motivados pela cooperação e o auxílio ao próximo; 3) No convívio com todos conhecer as dores e o sofrimento, as virtudes e os defeitos do homem sociabilizado da atualidade, preparando-os para futuras reencarnações, amenizando os choques da brutal diferença das duas realidades.

Nas visitas aos seus sítios primitivos, deve-se ter respeito e cuidados. A recolha de pedras ou outros materiais somente pode ser feita para um fim sério e justificado e por pessoa que reconheça a importância e o significado do local para os espíritos nativos. Dispostas em local reservado, junto às instalações de uma casa espírita onde eles atuam como colaboradores, são um referencial às suas presenças e um elo energético com as suas origens.

Uma formação assim descrita e com a indicação Monumento Charrua, além desse referencial, representa o compromisso com o esforço para se gravar nas pedras que o formam uma nova história, em lugar da registrada no passado, quando lhes foram roubados: a terra, a natureza, o alimento, a família, a liberdade, a vida. O respeito, a fidelidade, a sinceridade, a coerência entre a palavra e a ação na vivência da parceria firmada, são os instrumentos da ação de resgate da dívida contraída nos trágicos episódios do genocídio de uma nação, nos quais muitos da geração atual dos que se apresentam como colaboradores ou que buscam atendimento estavam presentes como algozes.

A Doutrina Espírita explica que não há efeito sem causa e que nada existe ao acaso. A família, a época e a região onde reencarnamos, as pessoas e os grupos a quem nos ligamos, têm uma razão de ser: o reencontro de prejudicados e causadores do prejuízo no passado, para reparação de equívocos cometidos.

O VIGILANTE ESPIRITUAL

Irmão Savas
(Mentor do Núcleo Espírita Nosso Lar)

O último paciente transpôs a porta que então foi fechada. Os trabalhos do dia terminaram, e mais uma vez foi cumprida a missão espiritual dessa casa de amor e compaixão pelos necessitados.

Permaneci no ambiente, como é costumeiro que assim eu o faça, como também é costumeiro caminhar pelos corredores, visitar os quartos onde se encontram as camas dantes ocupadas por aqueles que vieram buscar a cura de seus males.

Revejo, meu irmão, o teu olhar atento para cada movimento dos médiuns que trabalhavam para que a energia, a luz e o amor emanados pelos seres celestiais fossem repassados a cada paciente.

Eu, o Mentor desta casa de amor e caridade, também me tornei um dos vigilantes espirituais do Núcleo Espírita Nosso Lar e por esse motivo encontro-me neste momento percorrendo os corredores, subindo e descendo as escadas para que fique totalmente constatado que reina a paz e a harmonia neste sagrado ambiente.

Venho hoje, portanto, falar sobre vigilância, aquela que Jesus nos recomendou quando disse: ORAI E VIGIAI…

Quando chamas teu Pai Celeste por meio da prece e agradeces todos os benefícios que tens recebido, não esqueças que precisas vigiar não só os acontecimentos mundanos, mas, principalmente, vigiar a ti mesmo. Precisas vigiar, portanto, teus atos, tuas atitudes, teu ego, e como tratas teus semelhantes. Sem a vigília sobre ti mesmo, corres o risco de transgredir as leis espirituais que possibilitam nosso crescimento espiritual.

A prece é o alimento de tua alma, enquanto que a vigília é o lume para que não tropeces nos degraus da escada da vida, deitando por terra tuas boas intenções, tuas promessas de vida digna, acabando teus dias no lamaçal dos fracassados. Vigiai, e orai sempre. Não podes tirar uma folga quando assumes o compromisso de orar e vigiar.

Creia, meu amado irmão, o alerta de Jesus contido em suas palavras orai e vigiai nos dá a possibilidade de captar a influência benéfica dos bons espíritos que procuram nos intuir nas melhores decisões e atitudes, ajudando-nos a ter a força necessária para vencer as tentações conforme está contido na oração que Jesus nos ensinou, qual seja, o Pai Nosso.

Seja, pois, um vigilante de ti mesmo e faça da prece o alimento de tua alma. Orando e vigiando terás o passaporte para a verdadeira e duradoura felicidade.

Espaço reservado para você

Informativo Nosso Lar

Núcleo Espírita Nosso Lar
Centro de Apoio ao Paciente com Câncer

www.nenossolar.com.br

A água fluidificada

O que é?

É aquela água que sofreu a magnetização (ou fluidificação) através da oração, adquirindo propriedades especiais de forma a beneficiar a quem a utilize. É utilizada conjuntamente com os passes e a irradiação, no tratamento espiritual.

Para que serve?

Pode servir de um modo geral, em benefício de todos, ou em caráter particular para determinado enfermo, sendo que aí o seu uso deve ser pessoal e exclusivo.

Quais seus efeitos?

Seus efeitos são múltiplos, mas age, principalmente, em nível perispiritual que depois reflete no nosso corpo físico. Ela facilita a absorção medicamentosa no organismo, auxilia no equilíbrio emocional, no reequilíbrio energético, dores em geral. Quando geral, tem ação reconfortante, quando específico, tem propriedades especiais.

Como devo utilizar?

Embora não haja contraindicações para o uso, há recomendações. Lembre-se de que é um medicamento e, como tal, não devemos abusar ao utilizarmos.

Tomar com fé e em estado de oração;

Não abuse para que, no futuro, o descaso ou desrespeito ao benefício não o torne inócuo;

Dê preferencia a bebê-la pela manhã, ao despertar e à noite, ao deitar, sempre em oração.

"Se desejas, portanto, o concurso dos Amigos Espirituais, na solução de tuas necessidades físico-psíquicas ou nos problemas de saúde e equilíbrio dos companheiros, coloca o teu recipiente de água cristalina à frente de tuas orações, espera e confia. O orvalho do Plano divino magnetizará o líquido, com raios de amor em forma de bênçãos e estarás, então, consagrando o sublime ensinamento do copo de água pura, abençoado nos Céus".

(EMMANUEL)

IMAGEM WEB