

AÇÃO ESPÍRITA

Nº 154 - ANO 36 - JUNHO DE 2026 - EDIÇÃO DIGITAL



“O espiritismo nos dá a chave de inúmeros fatos e coisas inexplicadas e inexplicáveis de outro modo, fatos e coisas que passaram por prodígios, em outras eras.” – Allan Kardec (*O Céu e o Inferno*)

O CENTRO ESPÍRITA E A PROPAGAÇÃO DO ESPIRITISMO

Donizete Pinheiro

SABEMOS QUE A DOCTRINA ESPÍRITA não tem dono nem chefe. Não há qualquer registro em órgãos públicos que atribua direitos exclusivos a quem quer que seja sobre o conjunto doutrinário, no Brasil ou em outros países.

As entidades do movimento de unificação, como a Federação Espírita Brasileira e demais organizações estaduais, têm por objetivo apenas agregar as instituições que a elas se filiam, para que possam se apoiar e se aperfeiçoar. Existem inúmeras casas espíritas que seguem de forma independente e não desejam se associar, direito que lhes assiste.

Por outro lado, muitas organizações se dizem espíritas, mas mesclam suas atividades com práticas de outras vertentes espiritualistas. Apesar de os termos espiritismo e espírita terem sido criados por Allan Kardec (vide a introdução de *O Livro dos Espíritos*), muitas pessoas se sentiram no direito de usá-los a seu bel-prazer, ainda que suas condutas não se ajustem adequadamente ao que foi ensinado pelo Codificador. E, quanto a isso, nada se pode fazer legalmente.

Allan Kardec informou que o espiritismo consiste nos ensinamentos revelados à humanidade pelos Espíritos Superiores, por iniciativa de Jesus, e que a ele coube a tarefa – missionária e fundamental, diga-se – de organizar e explicar esses ensinamentos de forma metódica, para a compreensão de todos e sua disseminação (vide prolegômenos de *O Livro dos Espíritos*).

A quem compete a divulgação da Doutrina Espírita?

Muitos consideram que essa é uma responsabilidade das organizações do movimento de unificação; outros a depositam nos ombros de companheiros que se destacam pela mediunidade, pelos livros escritos ou pela oratória cativante, porque atraem a atenção e a simpatia de muitos.

Parece-nos evidente que se trata de uma tarefa de todo espírita que estuda e vivencia a Doutrina com seriedade. Disse Jesus: “Assim resplandeça a vossa luz diante dos

homens” (Mateus 5:16). Dessa maneira, abençoados pela luz do espiritismo, devemos, segundo as nossas condições pessoais, propagar essa mesma luz àqueles que caminham conosco na jornada terrena.

No entanto, no item 341 de *O Livro dos Médiuns*, Allan Kardec se reporta particularmente ao compromisso das sociedades espíritas sérias na propagação do espiritismo. Assinala ele:

“Serão estas condições de tão difícil preenchimento, que se não encontre quem as satisfaça? Não o cremos; esperamos, ao contrário, que as reuniões verdadeiramente sérias, como as que já se realizam em diversas localidades, se multiplicarão e não hesitamos em dizer que a elas é que o Espiritismo será devedor da sua mais ampla propagação.

Religando os homens honestos e conscienciosos, elas imporão silêncio à crítica e, quanto mais puras forem suas intenções, mais respeitadas serão, mesmo pelos seus adversários: Quando a zombaria ataca o bem, deixa de provocar o riso: torna-se desprezível. É nas reuniões desse gênero que se estabelecerão, pela força mesma das coisas, laços de real simpatia, de solidariedade mútua, que contribuirão para o progresso geral.”

No coletivo que costumeiramente chamamos de “centro espírita” repousa esse trabalho fundamental. Sobrepara o grupo, acima dos indivíduos, sempre falhos e passíveis de enganos, críticas ou antipatias.

O esforço de todos deve ser o de fortalecer os nossos laços fraternais, investir cada vez mais no estudo com método e simplicidade, no serviço da caridade, no preparo e na conscientização dos trabalhadores.

A referência não será mais alguém, mas uma casa espírita reconhecida pela seriedade e pelo trabalho no bem, onde todos possam se sentir acolhidos e contentes, sabendo que ali encontrarão o preparo necessário para uma vida mais espiritualizada e cristã.



Atividades da USE Intermunicipal de Marília



O departamento de doutrina da USE Intermunicipal de Marília prossegue com suas tradicionais *lives* dos segundos sábados de cada mês.

O tema central do primeiro semestre é “Questões atuais do Movimento Espírita”, com o objetivo de tratar de assuntos que implicam as atividades dos centros espíritas, dificultando os serviços e também a propagação do espiritismo.

Em maio, Edmar Galvez, presidente da USE Regional de São Paulo, apresentou o tema "Conflitos de opiniões doutrinárias e a busca pela unidade".




Em junho, Antonio Braojos Dantas, médico e expositor

espírita, falará sobre o tema: "Obsessão na sociedade".

Em julho começa um novo tema central – Espiritismo e Atualidade –, com o propósito de reflexão sobre importantes questões da sociedade atual, à luz do espiritismo.

No dia 11 de julho, a convidada Angela Bianco, diretora do Departamento da Família da USESP, apresentará o tema: "Espiritismo e Família – desafios da educação dos filhos e relações familiares.

As apresentações são pelo canal da USE Intermunicipal no Youtube e ficam postadas para quem quiser assistir posteriormente e compartilhar.

<p>QUESTÕES ATUAIS DO MOVIMENTO ESPÍRITA</p> <p>EDMAR GALVES (Presidente da USE Regional de São Paulo)</p>  <p>CONFLITOS DE OPINIÕES DOCTRINÁRIAS E A BUSCA PELA UNIDADE</p> <p>9.MAIO.2026, SÁBADO, 15h</p> <p>LIVE PELO CANAL DO YOUTUBE USE INTERMUNICIPAL DE MARÍLIA</p> <p>USE DEPARTAMENTO DE DOCTRINA</p>	<p>QUESTÕES ATUAIS DO MOVIMENTO ESPÍRITA</p> <p>ANTONIO BRAOJOS DANTAS (médico e expositor espírita de Marília)</p>  <p>OBSESSÃO NA SOCIEDADE</p> <p>13.junho.2026, SÁBADO, 15h</p> <p>LIVE PELO CANAL DO YOUTUBE USE INTERMUNICIPAL DE MARÍLIA</p> <p>USE DEPARTAMENTO DE DOCTRINA</p>	<p>ESPIRITISMO e ATUALIDADE</p> <p>ANGELA BIANCO Diretora do Departamento da Família da USESP – São Paulo</p>  <p>ESPIRITISMO E FAMÍLIA Desafios da educação dos filhos e relações familiares</p> <p>11.JULHO.2026, SÁBADO, 15h</p> <p>LIVE PELO CANAL DO YOUTUBE USE INTERMUNICIPAL DE MARÍLIA</p> <p>USE DEPARTAMENTO DE DOCTRINA</p>
--	--	---

Conflitos e opiniões doutrinárias e a busca pela unidade - USE Intermunicipal de Marília

Ultrassonografia da alma

Karina Rafaelli - Marília/SP

A **ULTRASSONOGRRAFIA É HOJE** um dos exames mais utilizados na medicina moderna. Seu princípio é simples: ondas sonoras de alta frequência percorrem o corpo, interagem com os tecidos e retornam ao aparelho, formando imagens que revelam o que os olhos não veem. Mas a qualidade de resolução dessa imagem depende de vários fatores: a tecnologia do equipamento, o conhecimento e a experiência do médico ultrassonografista, o tipo de tecido, a presença de líquidos, a densidade do meio e a forma como o som refrata, reflete ou se dispersa.

Fazendo uma analogia metafórica, podemos aplicar esses mesmos princípios ao campo espiritual. A Doutrina Espírita oferece um verdadeiro **ultrassom da alma**, capaz de revelar regiões íntimas que influenciam nossa saúde emocional e moral.

O meio interfere na imagem — e o meio interior interfere na consciência

Joanna de Ângelis explica que o autoconhecimento exige “clareza interior”, pois a consciência só reflete a verdade quando não está turvada por conflitos e defesas psicológicas (Autodescobrimento, cap. 1). Essa orientação dialoga diretamente com Allan Kardec, que na **questão 919 de O Livro dos Espíritos** pergunta qual o meio mais eficaz para o homem se melhorar nesta vida. A resposta dos Espíritos é clara: **“Um sábio da Antiguidade vo-lo disse: conhece-te a ti mesmo”**. Esse é o ponto de partida de qualquer exame moral.

Assim:

- O **orgulho** funciona como um tecido rígido: refrata a verdade, impede a passagem do “som moral” e produz imagens distorcidas de nós mesmos.
- A **intolerância** age como ar entre os tecidos: cria refrações, impede a visualização e gera áreas de “artefatos emocionais”, onde não conseguimos enxergar o outro nem a nós mesmos com nitidez.
- A **mágoa** se comporta como calcificações: endurece regiões da alma, produz sombras acústicas e impede que a luz do Evangelho atravesse o coração.

Por outro lado:

- A **humildade** é como o gel condutor usado no exame: facilita o contato, reduz barreiras e permite que a verdade se revele com mais precisão.



- A **tolerância** atua como um tecido homogêneo: favorece a passagem das ondas da compreensão e produz imagens mais fiéis da realidade espiritual.
- O **perdão** funciona como um meio líquido, criando uma verdadeira janela acústica na alma — assim como ocorre na ultrassonografia, quando a presença de líquido permite que as ondas sonoras atravessem estruturas antes inacessíveis, melhorando drasticamente a qualidade da imagem. Da mesma forma, o perdão reduz barreiras emocionais, elimina “artefatos” produzidos pela mágoa e permite que enxerguemos nossas próprias imperfeições e as dos outros com mais compreensão.

Reflexão, refração e sombra acústica — fenômenos da alma

Assim como o som pode refletir, refratar ou ser absorvido, nossas emoções também respondem de maneiras diferentes aos estímulos da vida: **Reflexão**: Quando uma crítica bate no orgulho, ela volta imediatamente — como uma onda refletida — em forma de irritação ou defesa. **Refração**: Quando um elogio atravessa a vaidade, ele se desvia, ampliando ilusões sobre nós mesmos. **Sombra acústica**: Quando um trauma não é elaborado, cria uma zona escura na alma, onde evitamos olhar. Joanna chama isso de “conteúdos da sombra” (O Ser Consciente, cap. 3).

... Ultrassonografia da alma

Karina Rafaelli - Marília/SP

A ultrassonografia moral, portanto, exige coragem para observar essas áreas de sombra e maturidade para interpretar o que elas revelam.

O Evangelho como transdutor da consciência

O transdutor é o instrumento que transforma ondas sonoras em imagem. No campo espiritual, esse papel pode ser desempenhado pelo Evangelho, que traduz vibrações superiores em orientações práticas, revelando: onde ainda guardamos orgulho; onde a impaciência permanece; onde a culpa pede reparação; onde a esperança precisa ser cultivada...

Nesse sentido, Joanna afirma que “Jesus é o modelo terapêutico por excelência” (O Homem Integral, cap. 1). Seu exemplo funciona como um transdutor perfeito: converte verdade em libertação, dor em crescimento, compreensão em amor.

No entanto, ultrassonografia da alma depende de disposição interior e vontade sincera para que a imagem íntima seja nítida. Léon Denis nos lembra que “(...) nela dispomos do botão poderoso que decide o movimento ou a inércia da máquina.” (O Problema do Ser, do Destino e da Dor, cap. XXIII).

Que possamos acionar o botão “Vontade” da ultrassonografia da alma e desenvolver: a **humildade**, para permitir a passagem da verdade; a **caridade**, para suavizar o terreno



emocional; o **estudo**, para interpretar corretamente o que vemos; a **oração**, para ajustar a sensibilidade do aparelho interior.

Em um mundo que investe tanto para enxergar o corpo, talvez o maior avanço seja aprender a enxergar a si mesmo – com nitidez, profundidade e amor.

Faça seus “exames” de rotina!

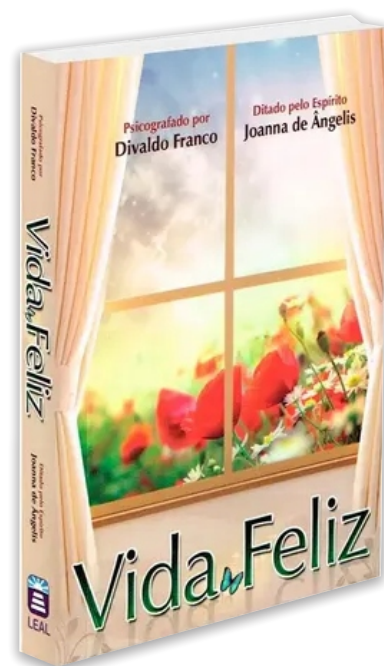
(Karina Rafaelli é Médica Radiologista / Ultrassonografista)

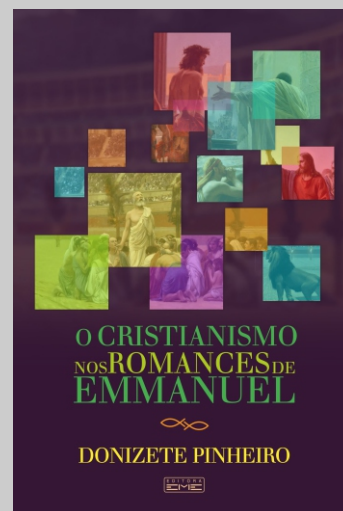
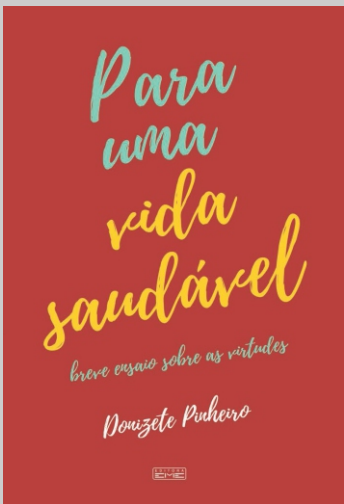
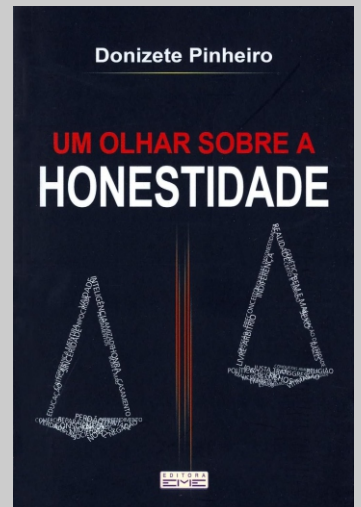
SUGESTÃO DE BOA LEITURA

Muitos pessoas dizem não gostar de ler as obras de Joanna de Ângelis, afirmando que sua forma de escrever é de difícil compreensão. De fato, geralmente, nossa irmã espiritual se vale de um estilo formal, elaborado e pouco coloquial. No entanto, há nisso um propósito maior, que é o de alcançar estudiosos que já se adiantaram no estudo da Doutrina Espírita e de outras áreas humanas, como a psicologia, a filosofia e o Evangelho, permitindo reflexões mais aprofundadas. Isso é notado especialmente na sua série psicológica.

Não significa, porém, que esse espírito de elevada estatura intelectual e moral não seja capaz de se dirigir aos principiantes ou às pessoas menos letradas. Messe de Amor, a primeira obra publicada pelas mãos de Divaldo Franco, é facilmente compreendida pela maioria dos leitores. Mas, queremos aqui oferecer como sugestão o livro Vida Feliz, publicado no formato de bolso, e que traz páginas curtas e diretas, úteis para as variadas situações do nosso dia a dia. **VEJA UMA PÁGINA:**

“ A presença do ciúme no teu comportamento é sinal de desequilíbrio. O ciúme jamais será o sal temperando o amor. Desconfiança e insegurança significam a manifestação do ciúme. Quando ele se introduz na afetividade altera a paisagem dando surgimento a pesadelos e perturbações prejudiciais. Supera as insinuações ciumentas na tua conduta, amando com tranquilidade e confiando em paz. Se a pessoa amada não te corresponder à expectativa, segue adiante, porque o prejuízo é dela. ”





LIVROS de DONIZETE PINHEIRO

Que a execução seja suspensa

Orson Peter Carrara - Matão/SP

QUE O DIGAM OS RÉUS, JUÍZES, advogados de defesa e acusação, sobre os detalhes e desdobramentos de uma ação judicial, qualquer que seja sua natureza. Há que se juntar documentos, anexar provas, debater, estudar, perder ou vencer a causa e colocar em cumprimento ou execução a pena decorrente do julgamento.

E como é o cumprimento de uma pena consciencial, não executada por tribunais humanas, mas decorrente da Justiça Divina, que está acima das frágeis decisões humanas? Nela, não há privilégios, nem preferências, é estável e perfeita, sem os chamados “jeitinhos” ou mesmo sem qualquer burla, tão comuns no cotidiano da vida humana.

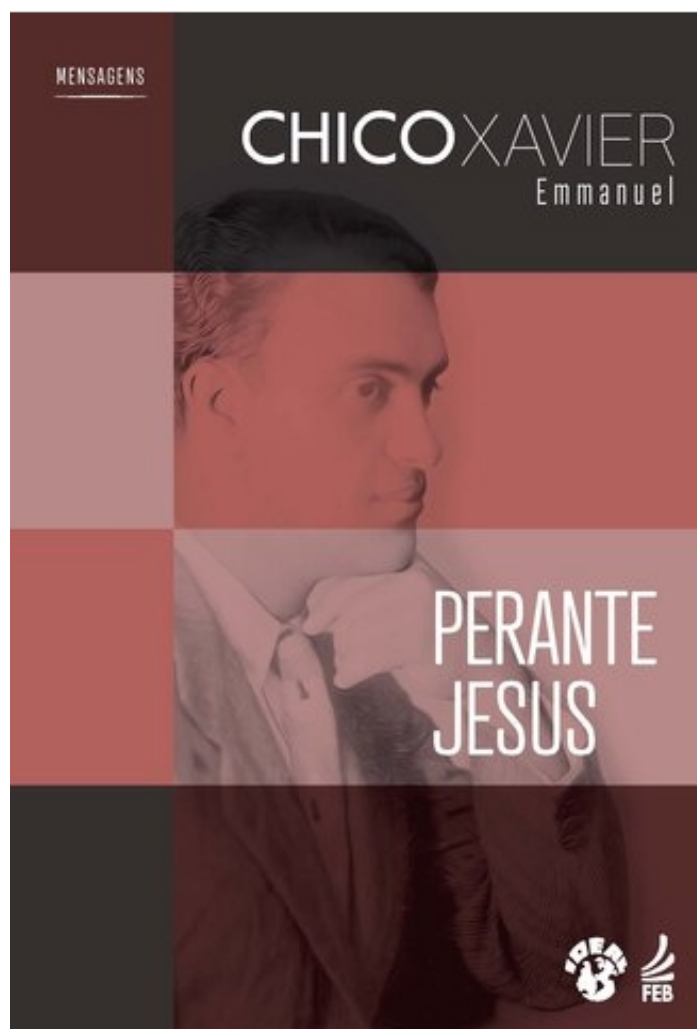
O assunto é amplamente apresentado por Kardec no Código Penal da Vida Futura, constante do livro O Céu e o Inferno, em magistral documento que sempre precisamos consultar para ampliar a reflexão. Mas, apresento também, entre tantas outras reflexões disponíveis, trechos parciais do capítulo 4 – Remuneração Espiritual –, constante do livro Perante Jesus (edição FEB/IDEAL), de Emmanuel.

A bela lição apresenta diversos exemplos, destacando a remuneração espiritual que advém dos variados esforços aos quais nos dedicamos, além da remuneração salarial do trabalho material. Essa recompensa promove o desenvolvimento intelectual e moral de todo aquele que se empenha e se entrega às boas causas, seja em benefício próprio ou em favor de terceiros.

E destaca com sabedoria que esses esforços continuados, quando se transformam no prazer de servir, vai gerar um efeito extraordinário (e aqui transcrevemos o autor): “(...) toda vez que a Justiça Divina nos procura no endereço exato para execução das sentenças que lavramos contra nós próprios, segundo as leis de causa e efeito, se nos encontra em serviço ao próximo, manda a Divina Misericórdia que a execução seja suspensa, por tempo indeterminado (...)”.

As pendências do passado, remoto ou recente, são trazidas à tona pela Lei de Causa e Efeito. A consciência exige de si mesma a execução da autorreparação, impondo situações que permitam reparar os equívocos guardados no íntimo. Quando chega o momento da cobrança, previsto no planejamento reencarnatório, se estivermos engajados em trabalho ativo em favor do bem coletivo e do próximo, essa execução pode ser suspensa por tempo indeterminado.

E mais. Vejamos que extraordinário (também transcrevo o autor): “(...) a influência de todos aqueles a quem,



porventura, tenhamos prestado algum benefício aparece em nosso auxílio, já que semelhantes companheiros se convertem espontaneamente em advogados naturais de nossa causa, amenizando as penalidades em que estejamos incursos ou suprindo-as, de todo, se já tivermos resgatado em amor aquilo que devíamos em provação ou sofrimento, para a retificação e tranquilidade em nós mesmos (...)”.

E aí conclui com sabedoria no lindo texto: (...) “concluamos que trabalhar e servir, em qualquer parte, ser-nos-á sempre apoio constante e promoção à Vida Melhor”. Opção que a vida oferece a todos nós: aprender a servir. Isso significa apoio a nós próprios e a proteção que precisamos.

Pendências todos trazemos. O trabalho no bem, todavia, suspende a cobrança.

NÃO É DOGMA: DEUS

Espiritinhas

WILTON PONTES



3º EPCE- ENCONTRO DE PRESIDENTES DE CENTRO ESPÍRITA DO OESTE PAULISTA

No domingo 22 de março de 2026, das 15 às 17 horas, pelo Google Meet, foi realizado o 3º EPCE-Encontro de Presidentes de Centros Espíritas do Oeste Paulista, coordenado pela USE Regional de Marília e com a participação das Regionais de Assis, Presidente Prudente, Centro-Oeste e Nova Alta Paulista.

Participaram 36 pessoas, sendo presidentes ou seus representantes, e dirigentes dos órgãos das USEs locais, com um total de 33 instituições espíritas.


Foram abordados dois temas:

1º TEMA: O acolhimento fraterno na prática, com disparador inicial a cargo da Regional Marília, apresentado por Karina Rafaelli.

2º TEMA: O cuidado fraterno com o trabalhador, apresentado por Guaracy Nascimento, presidente da Regional de Assis.

O evento teve como propósito o aprimoramento do serviço fraternal que os centros espíritas oferecem aos que chegam pela primeira vez e também aos trabalhadores.

A USE Regional de Marília, que organizou o evento, ofereceu uma síntese dos temas, como segue:



3º ENCONTRO DE PRESIDENTES DE CENTROS ESPÍRITAS DO OESTE PAULISTA

Um evento com a participação dos presidentes dos centros espíritas integrantes das USEs Regionais: Marília, Centro-Oeste, Assis, Nova Alta Paulista e Presidente Prudente

22 DE MARÇO DE 2026, DOMINGO, DAS 15 ÀS 17 HORAS PELO GOOGLE MEET

1º TEMA: O acolhimento fraterno na prática

2º TEMA: O cuidado fraterno com o trabalhador


INSCRIÇÃO: pelo formulário Google (link em separado)

INFORMAÇÕES

Karina (14) 98127-8831

Donizete (14) 99762-3768

REALIZAÇÃO





SÍNTESE DOS TEMAS ABORDADOS

1º TEMA- O acolhimento fraterno na prática.

Facilitadora: Karina Rafaelli
USE Regional de Marília

Abordou o papel das casas espíritas e a importância do trabalho de acolhimento fraterno. Para que essa tarefa possa ser bem realizada, precisa ser instrumentalizada por meio de cursos de capacitação. Reforça a importância da recepção fraterna, que nem sempre recebe a atenção e valorização necessária (muitas vezes não há ninguém na recepção; outras, o dirigente escolhe na hora alguém para ficar distribu-

indo mensagem). O trabalhador que assumir a recepção precisa estar preparado para acolher as pessoas com boas-vindas, receber demandas e encaminhá-las corretamente (ter um conhecimento básico da doutrina), precisa ter conhecimento de tudo aquilo que se faz na casa espírita (precisa ser um trabalhador da casa e estar a par de todo o seu funcionamento). É a porta de entrada para a vivência do Evangelho, o cartão de visitas da casa espírita. Precisa ser uma pessoa simpática, que sabe lidar com o público, que tenha empatia e sido treinada para função. O acolhimento começa na recepção fraterna da casa que inicia na primeira porta de entrada,

3º EPCE- ENCONTRO DE PRESIDENTES DE CENTRO ESPÍRITA DO OESTE PAULISTA

antes do início dos trabalhos, e termina ao final das atividades, com as despedidas.

O frequentador deve ser acompanhado no seu percurso pelas atividades da casa para promover a integração, estimular o retorno, estimular o conhecimento do espiritismo pelo estudo e o pertencimento no ambiente da casa espírita (sentir-se acolhido por todos os trabalhadores da instituição, de forma adequada).

Já o atendimento (diálogo) fraterno é o serviço especializado, realizado por trabalhadores capacitados, para aqueles que desejam receber um esclarecimento à luz da Doutrina Espírita; àqueles que buscam consolo, amparo, respostas. É uma das tarefas mais complexas da casa espírita, que necessita de acompanhamento atencioso dos dirigentes. Necessário que a equipe de atendimento fraterno se reúna periodicamente para estudar as demandas e a própria doutrina.

Comentários e Sugestões:

- Estender a recepção fraterna para dentro da casa, onde uma pessoa possa atender melhor, com mais tempo, alguma necessidade, como, por exemplo, a conversa com novos frequentadores. Também ajuda a desobstruir a porta de entrada.

- Ter material impresso, como um folder, com a descrição de todas as atividades da casa e horários, para facilitar as explicações.

- Ofertar o livro O Evangelho Segundo o Espiritismo aos novos frequentadores (prolongar a experiência de contato com a doutrina).

- Ter um trabalhador escalado para as despedidas (ao final dos trabalhos). Preferencialmente, ser o que fez a palestra do dia, pois diversos frequentadores podem não se sentir confortáveis para realizar questionamentos em público, mas o fazem de forma particular.

- Na recepção fraterna, identificar os trabalhadores, por meio de crachás ou camisetas, para facilitar sua identificação, principalmente para os novos frequentadores.

- Organizar escalas, para os dias de atividades, com função de cada trabalhador (pode ser via WhatsApp): recepção, água nos copinhos, passes, despedidas, entre outros. Ter um trabalhador designado como coordenador, para distribuir a tarefa entre os trabalhadores.

- Realizar reunião de trabalhadores para que os mais antigos entendam a necessidade de capacitação contínua e de aquisição de novos trabalhadores. Os trabalhadores da recepção e atendimento fraterno precisam ser convidados pelas lideranças, pois há necessidade de um perfil específico para o desempenho dessas atividades, não sendo recomendado que os cursos sejam abertos a todos.

- Direcionar os novos frequentadores para a biblioteca

para que possam receber orientações sobre literatura disponível para auxiliar nos esclarecimentos de eventuais dúvidas e conhecimento da Doutrina Espírita.

- Organizar cursos para o atendimento fraterno, onde o atendente deverá ser acompanhado nos primeiros atendimentos, pois os assuntos podem ser os mais variáveis possíveis.

- Organizar curso para trabalhadores/voluntários, onde são explicadas todas as atividades da casa, além da sua organização (diretoria, regimento) e sobre o movimento espírita e sua organização.

- Salientado que a motivação pela liderança servidora é fundamental para manutenção dos trabalhadores na casa espírita. Não devemos ficar acomodados no que é possível, mas buscar sempre melhorar. O bom acolhimento contribui para a permanência do frequentador, que pode se tornar um futuro trabalhador (retribuir o que recebeu).

2º TEMA - O cuidado fraterno com o trabalhador.

Facilitador: Guaracy Nascimento

USE Regional de Assis

Necessidade de olhar fraterno para os trabalhadores da casa espírita, que também têm suas dores. As mesmas dores que atingem qualquer pessoa também atingem os trabalhadores espíritas. Dizemos que estaremos em oração pelo companheiro, mas devemos aplicar a verdadeira fraternidade entre nós (dedicação de tempo para conhecer o trabalhador, ouvir, visitar, auxiliar em alguma tarefa). É necessário desenvolver intimidade, amizade entre os trabalhadores, para que estes não busquem atendimento fraterno em outra casa espírita, mas sim tenham a liberdade de falar abertamente de seus problemas. O acolhimento, o sentimento de pertencimento é que mantém o trabalhador na casa, que faz com que ele tenha vontade de ir feliz à casa espírita.

Comentários e Sugestões:

- Implantar grupo de acolhimento a trabalhadores, no qual passagens do Evangelho são estudadas e as dificuldades de vivência em nosso dia a dia são comentadas, segundo experiência de cada um (oportunidade de colocar as dificuldades, aproximação entre trabalhadores).

- Atenção do “olhar amigo”: outro trabalhador que tem maior afinidade ou facilidade para abordar um companheiro que está com alguma dificuldade/problema que não foi verbalizado (por diversos motivos).

- Para facilitar o convívio entre os trabalhadores, organizar um café após uma determinada atividade.

- Implantar curso de reciclagem para os trabalhadores, para proporcionar maior convivência, conhecimento e aperfeiçoamento.

3º EPCE- ENCONTRO DE PRESIDENTES DE CENTRO ESPÍRITA DO OESTE PAULISTA

- Incentivar a participação dos trabalhadores em mais um dia/atividade da casa, com o objetivo de melhorar a interação (um dia comparece para trabalhar, outro para estudo, por exemplo). Foi lembrado o caso da equipe mediúnica antiga, que comparece apenas para as reuniões mediúnicas e não convive/conhece/interage com demais trabalhadores de outros dias/atividades.

- Nomear um coordenador das atividades do dia, que tenha, entre outras funções, a de cuidar dos trabalhadores que atuam na casa nesse dia. Por exemplo: trabalhador não compareceu no dia costumeiro, o coordenador entrará em contato para verificar o motivo (sentimos a sua falta).

- Aos trabalhadores das reuniões mediúnicas, é de extrema importância o dirigente conhecer cada participante,

incluindo medicações utilizadas, doenças, estrutura emocional e familiar.

- Implantar confraternizações periódicas, pois somente nos tornamos amigos, convivendo.

- Incentivar o comparecimento em horário anterior ao marcado para o início das atividades/funções, pelo menos 15 minutos, para interação com os demais trabalhadores.

- Reavaliar qual o melhor dia para realização das confraternizações, para que se possa contar com o maior número de participantes/trabalhadores;

- Diretoria motivada e harmônica, com participação ativa e pessoal do presidente nas atividades, em contato com os trabalhadores e frequentadores, para incentivar o engajamento, o vínculo entre as pessoas e com a casa.

O QUE É O ESPIRITISMO?

Ciência?
Filosofia?
Moral?
Religião?

Ou uma doutrina que atende aos diversos aspectos do ser imortal que todos somos?

Para entendermos melhor, a USE Intermunicipal de Marília promoverá uma conversa fraterna no domingo 26 de julho, no Núcleo Espírita Amor e Paz.

Compareçam!



DIÁLOGO —ESPÍRITA—

Espiritismo é religião?



Convidados

DONIZETE PINHEIRO



FRANCISCO RAMIREZ

1ª PARTE – EXPOSIÇÃO
2ª PARTE – RODA DE CONVERSA

Data
26 de julho de 2026, domingo
das 9:30 às 11:30 horas

Local
NEAP – NÚCLEO ESPÍRITA AMOR E PAZ
Rua Cel. José Brás, 682 – Marília



USE
UNIÃO DAS SOCIEDADES
ESPÍRITAS DO ESTADO
DE SÃO PAULO
INTERMUNICIPAL DE MARÍLIA

**DEPARTAMENTO
DE DOCTRINA**

Doença e saúde

José Benevides Cavalcante - Garça/SP

NADA COMPROMETE TANTO o nosso estado de ânimo quanto o diagnóstico de uma doença – seja em nós mesmos, seja em um ente querido. Essa é a nossa condição neste mundo.

Um estudo inédito, realizado recentemente, sugere que, ao vermos uma pessoa doente, nosso cérebro desencadeia mecanismos de ativação das células imunológicas de linha de frente. Ou seja, mesmo sem estarmos doentes, nosso corpo pode imitar a resposta de quem enfrenta uma infecção real. Os resultados dessa pesquisa foram publicados em um artigo de uma revista internacional especializada em neurociência. O autor do projeto, neurocientista do Hospital Universitário de Lausanne, na Suíça, afirmou: “Os resultados ilustram o poder do cérebro de prever o que está acontecendo e selecionar a resposta adequada para lidar com o problema.”

Nosso corpo possui mecanismos incríveis de defesa, destinados a combater tudo o que possa comprometer a saúde. O sistema imunológico funciona como uma força militar organizada – um verdadeiro exército de células prontas para o combate – que, uma vez acionado, entra em ação. Muitas vezes, essa resposta pode causar-nos certo mal-estar, como a febre, por exemplo, mas tudo isso ocorre para prevenir que agentes externos causem danos ao nosso organismo. Vejamos como Deus nos dotou de preciosos recursos para que pudéssemos nos defender das doenças. Isso porque a vida na Terra representa muito para o espírito, e daí concluímos que a existência é demasiado importante para que a tratemos de forma leviana, como se fosse apenas um “brincar de viver”.

Um dos espíritos que ajudaram Allan Kardec na codificação, Clélie Duplantier, afirmou que o primeiro compromisso que cada um de nós assume na encarnação é consigo mesmo; o segundo, com os mais próximos; e o terceiro, com a sociedade (Obras Póstumas). Portanto, cada um de nós tem uma missão na Terra, e essa missão representa aquilo que podemos de fato conquistar com a reencarnação para nossa evolução espiritual. Isso significa que, nos planos de Deus, ninguém é inútil: todos temos algo a realizar por nós e pelos outros.

Essa consciência nunca esteve tão clara como nos dias atuais, em pleno século 21. Então, precisamos aprender a valorizar a saúde para que possamos aproveitar ao máximo a nossa vida na Terra – a nossa e a do próximo – porque o que queremos para nós devemos também querer para os outros. Não foi exatamente isso que Jesus recomendou?

Por isso, sempre dizemos que “a saúde está em primeiro lugar”. Mas não se trata apenas de cuidar da saúde do corpo. Segundo a OMS, saúde é o bem-estar físico, psicológico e social, ou seja, abrange tanto os indivíduos quanto a sociedade como um todo. O aspecto físico refere-se ao corpo; o psicológico, ao nosso estado de alma; e o social, às relações que mantemos com as pessoas com quem convivemos e até com a sociedade em geral.

Ainda mais hoje, quando sabemos que nosso estado de alma ou emocional exerce influência direta sobre nossa condição física. Já está mais do que comprovado que nossos sentimentos têm ação direta na fisiologia orgânica: bons sentimentos beneficiam o corpo, enquanto sentimentos negativos prejudicam a saúde.

No início da década de 1980, dois pesquisadores americanos, Ader e Cohen, comprovaram isso por meio de cuidadosos experimentos científicos, dando origem a uma nova área da medicina chamada Medicina Psicossomática. Segundo essa abordagem, tudo o que vivenciamos em nosso mundo emocional



reflete no corpo, e tudo o que o corpo experimenta reflete na alma.

Para o espiritismo, essa descoberta não era novidade. Desde a codificação realizada por Allan Kardec, há mais de 169 anos, e, mais recentemente, por meio das obras de Emmanuel e André Luiz, pela mediunidade de Chico Xavier, já recebíamos alertas sobre a necessidade de disciplinar o pensamento para mantermos uma boa saúde.

André Luiz complementou e insistiu nessas informações através de uma série de obras que começou a ser publicada em 1943, com *Nosso Lar*. Vejamos, portanto, quantos anos antes o espiritismo antecipava essa questão, destacando o papel primordial do pensamento como agente de saúde ou de doença, dependendo de sua qualidade.

Emmanuel apresenta uma definição de saúde mais ampla que a da OMS, ao afirmar que “saúde é a completa harmonia da alma”. Isso porque é na alma que tudo começa. Se não estamos bem intimamente, nosso corpo sofre e, dependendo do tempo em que o mal-estar íntimo persiste, ele pode manifestar uma doença – às vezes imediatamente, outras vezes muito tempo depois. Por outro lado, quando estamos bem conosco mesmos, enfrentamos doenças e dificuldades com disposição e coragem, dando exemplo de resignação.

No dia a dia de nossa vida, cada um de nós pode constatar essa verdade. Quando sofremos uma ofensa, uma série de fenômenos ocorre em nosso corpo, abalando toda a sua fisiologia. E, se não esquecermos a ofensa, permanecendo a lembrá-la ou relatando-a insistentemente aos outros, nosso corpo continuará sofrendo as repercussões até que algum distúrbio ou enfermidade seja desencadeado. A mágoa não cuidada ou a ofensa não perdoada é o prenúncio de uma doença.

Por isso, Jesus recomendou o perdão, dizendo:

“Reconciliai-vos o mais depressa possível com o vosso adversário, enquanto estais com ele a caminho, para que ele não vos entregue ao juiz, o juiz não vos entregue ao ministro da justiça e não sejais metidos em prisão. Digo-vos, em verdade, que daí não saireis, enquanto não houverdes pago o último ceitil” (Mateus, 5:25-26).

Você já pensou o que Jesus quis dizer com isso?



Arraiá Fraterno 2026

**É domingo
28 de junho
das 11 às 16h**

**No Grupo Espírita
Jesus de Nazaré,
Rua José Bonifácio, 1122
Marília-SP**

Vai ter barraca de pesca, artesanatos, brincadeiras, bebida sem álcool e muita comida gostosa prá comprar!

ENTRADA GRATUITA

INSTITUIÇÕES PARTICIPANTES

Núcleo Espírita Amor e Paz
Grupo Espírita Jesus de Nazaré
Comunidade Eurípedes Barsanulfo
Sociedade Espírita Vicente de Paula
Centro Espírita Fonte de Luz
Centro Espírita Chico Xavier
Departamento de Mocidades da Use
Assistência Social Dr. Bezerra de Menezes
Centro Espírita Luz e Verdade
Ong Semear Marília (convidada)
N. A. E. Amigos Amantes da Arte

APOIO

USE
UNIÃO DAS SOCIEDADES
ESPÍRITAS DO ESTADO
DE SÃO PAULO
INTERMUNICIPAL DE MARÍLIA

CICLO DE PALESTRAS EM GARÇA

Em abril, a USE Intermunicipal de Garça realizou mais um ciclo de palestras, em casas espíritas de Garça, Gália e Lupércio, contando com a participação de vários expositores da região: Edgar Miguel, Alexandre Perez, Ivan Evangelista Junior, Roberto Françaço, Agrício Antonio de Almeida, Wagner Elias Jacob e Pedro Botelho.



Ciclo de Palestras Espíritas - Abril/2026

Allan Kardec: Codificador do Espiritismo

<p>07/04 (Terça, 20h)</p> <p>O QUE TE PERTURBA? Edgar Miguel apresenta o tema no C.E. Discípulos de Jesus (Av. João Ferreira, 251 - Gália).</p>	<p>20/04 (Segunda, 20h)</p> <p>REFLETINDO SOBRE AS RELAÇÕES HUMANAS Roberto Françaço discute o tema no CEEAC (Rua Floriano Peixoto, 82 - Garça).</p>
<p>08/04 (Quarta, 20h)</p> <p>A PARÁBOLA DO SEMEADOR Alexandre Perez aborda o tema na C.E. Maria de Nazaré (Rua Ver. José Alves Maçquete, 270 - Lupércio).</p>	<p>23/04 (Quinta, 20h)</p> <p>SEDE PERFEITOS Agrício Antônio Almeida apresenta o tema na C. de Caridade Joana D'Arc (Rua João Manzano, 552 - Garça).</p>
<p>13/04 (Segunda, 20h)</p> <p>O BEM VIVER NA VISÃO ESPÍRITA Ivan Evangelista Junior fala sobre o tema no C.E. Caminho de Damasco (Rua Gabriela, 178 - Garça).</p>	<p>29/04 (Quarta, 20h)</p> <p>NA CASA DE MEU PAI, HÁ MUITAS MORADAS Wagner Elias Jacob palestra sobre o tema no CEPAC (Rua Mechiades Nery de Castro, 54 - Garça).</p>
<p>30/04 (Quinta, 20h)</p> <p>PAIS E FILHOS À LUZ DO ESPIRITISMO Pedro Botelho encerra o ciclo na C.E. Allan Kardec (Rua Barão do Rio Branco, 597 - Garça).</p>	

USE UNIÃO DAS SOCIEDADES ESPÍRITAS DO ESTADO DE SÃO PAULO INTERMUNICIPAL DE GARÇA



A convivência conjugal

Aylton Paiva - Lins/SP

NARRA O EVANGELISTA JOÃO que uma das primeiras manifestações públicas de Jesus, revelando seus poderes espirituais, ocorreu nas bodas de Caná, onde também estava presente sua mãe. Assim, o Mestre consagrava o valor e a importância do casamento e da constituição da família.

A Doutrina Espírita igualmente ressalta o valor e a necessidade do casamento para o desenvolvimento do ser humano – não apenas em seu aspecto material, mas também no espiritual – como encontro edificante entre o homem e a mulher.

Em O Livro dos Espíritos, de Allan Kardec, encontramos o esclarecimento de que “o casamento é um progresso na marcha da humanidade” e que “a abolição do casamento seria uma regressão à vida dos animais”, conforme as questões de número 695 e 696.

A constituição da família tem início, fundamentalmente, com a formação do casal: marido e mulher – sem excluir, contudo, outras formas legítimas de união afetiva.

A solidez e a continuidade do casamento dependem de uma convivência conjugal harmoniosa, fundamentada na autenticidade, na honestidade e na compreensão, por parte de cada integrante do casal, de suas próprias possibilidades e limitações.

Ao longo dos séculos e milênios, predominou a posição do homem no comando da mulher e até mesmo dos filhos. Essa fase foi marcada pelo predomínio da força física masculina, pela função da mulher como procriadora e cuidadora, por sua dependência econômica do homem e por usos e costumes que cerceavam sua liberdade.

Entretanto, no processo contínuo de evolução do ser

humano e da sociedade, o domínio do mundo exterior deixou de depender da força física. A mulher passou a ter reconhecidos muitos de seus direitos – ainda que recentemente – e conquistou a possibilidade de não ser mais economicamente dependente do marido, de exercer plenamente sua cidadania. Além disso, os usos e costumes da sociedade mudaram pro-fundamente nos últimos cem anos.

O ambiente do lar mudou muito: onde antes imperava o domínio do marido e a submissão da mulher, hoje deve existir uma vivência democrática, na qual direitos e deveres sejam respeitados reciprocamente.

No entanto, o homem ainda carrega fortes traços culturais do “machismo” que, por incrível que pareça, começam a ser inculcados pela própria mãe – algo que ainda ocorre nos dias atuais.

Dessa forma, os conflitos entre os casais têm sido intensos, desgastantes e avassaladores para ambos, trazendo consequências terríveis para os filhos.

O Mestre Jesus recomendou que “amemos ao próximo como a nós mesmos”, e o próximo mais próximo no casal é justamente a esposa ou o marido.

Assim, o amor entre ambos é fundamental para a harmonia do lar. Contudo, é preciso considerar que a palavra “amor” é muito ampla e não específica como deve ser exercitada em cada situação em que é utilizada.

O sentimento do amor deve ser expresso de forma concreta em cada relacionamento humano. Para exercê-lo, é necessário atentar, muitas vezes, para aspectos que parecem insignificantes, mas sem os quais ele não se realiza plenamente.



... A convivência conjugal

Aylton Paiva - Lins/SP

Assim, não apenas a religião nos indica a excelência do amor, como também a psicologia nos oferece “dicas” para vivenciá-lo no dia a dia.

Quando surge um problema, para avaliar se estamos sabendo enfrentá-lo, se estamos “num beco sem saída” ou se se trata apenas de uma questão transitória, os psicólogos propõem algumas pistas:

1. Se o conflito faz o marido ou a mulher ser rejeitado pelo outro.
2. Os dois falam sobre o problema, mas não atingem a solução.
3. Cada uma das partes ou mesmo uma só assume posição radical e não aceita ceder.
4. Quando falam sobre o problema não alcançam a solução e permanecem frustrados e magoados.
5. Seus diálogos, e principalmente quando tratam do assunto, não revelam interesse na solução, nem na afetividade, muito menos bom humor.
6. No decorrer do tempo o casal se torna mais radical e se ofendem reciprocamente.
7. A ofensa deixa o clima entre os dois mais tenso, as posições mais arraigadas e conflitantes, tornando cada vez mais difícil a conciliação e o entendimento.
8. No decorrer da crise, um dos dois se afasta emocional e sentimentalmente do outro.

Sem dúvida, é muito doloroso ver ou passar por tal situação. Porém, os psicólogos esclarecem que nem tudo está perdido: é possível superar as farpas e os obstáculos.

O bom caminho começa quando um compartilha com o outro seus sonhos e anseios.

A interminável e pouco saudável discussão sinaliza diferenças profundas entre o casal, que precisam ser estudadas e compreendidas.

Algumas providências podem ser úteis:

1. Aprender a ouvir o parceiro.
2. Ao tratar de um problema com o parceiro, é preciso moderação e, inicialmente, procurar controlar as próprias



emoções.

3. Mesmo ao apontar o erro, demonstrar tolerância e compreensão com o outro.

4. Aceitar, quando necessário, a reparação do erro ou da falha cometida, sendo consciente de que nenhum ser humano é perfeito ou está livre de cometer enganos.

5. Observar que o parceiro, ao discutir, pode ser mais conciliador do que parece, desde que se saiba o que e como escutar.

6. A Doutrina Espírita esclarece que o homem e a mulher são espíritos imortais em processo permanente de evolução. Nesse processo, a convivência pode ser difícil, mas é natural que assim seja, pois cada pessoa é diferente: possui pontos de vista distintos, sente e pensa de maneira própria.

O importante é que, na diversidade, saibamos reconhecer os pontos de diferença e, tanto quanto possível, transformá-los em pontos de encontro e de enriquecimento mental, intelectual, sentimental e espiritual, um para com o outro.

Vale lembrar, igualmente, que a formação e a vivência espiritual são fundamentais para a harmonização do casal. Não basta ter religião, é preciso cultivar a religiosidade.

A oração e o estudo do Evangelho no lar constituem instrumentos valiosos de entendimento e pacificação para o casal.

Assim, estaremos tentando amar nossa esposa ou nosso marido na prática do ensinamento de Jesus: “Amai-vos uns aos outros”.



REDE MARÍLIA ESPÍRITA DE INFORMAÇÕES

A serviço da divulgação da Doutrina Espírita

Coordenador: Donizete Pinheiro

Telefone: (14) 99762-3768 - **e-mail:** mariliaespirita@gmail.com

www.mariliaespirita.jor.br

Grupo Espírita Jesus de Nazaré comemorou 67 anos

O GRUPO ESPÍRITA JESUS DE NAZARÉ foi fundado no dia 04 de abril de 1959 e hoje se localiza na Rua José Bonifácio, 1122, na cidade de Marília.

Comemorou seus 67 anos na segunda 6 de abril passado, com o teatro Parábola do Bom Samaritano, encenado pelo grupo AME, vinculado ao departamento de artes da USE Intermunicipal de Marília.

Foi uma bela apresentação, de boa qualidade, e agradou ao público presente, que lotou o salão. Após houve uma confraternização.



GRANDES VULTOS DO ESPIRITISMO

JOSÉ HERCULANO PIRES

José Herculano Pires nasceu na cidade de Avaré, no Estado de São Paulo, em 25 de setembro de 1914. Filho do farmacêutico José Pires Correia e da pianista Bonina Amaral Simonetti Pires, revelou sua vocação literária desde que começou a escrever. Fez seus primeiros estudos em Avaré, Itai e Cerqueira César.

Aos 9 anos de idade, fez o seu primeiro soneto, um decassílabo sobre o Largo São João, da sua cidade natal. Aos 16 anos, publicou seu primeiro livro, “Sonhos Azues” (contos), e, aos 18 anos, o segundo livro, “Coração” (poemas livres e sonetos). Já possuía seis cadernos de poemas na gaveta, e colaborava nos jornais e revistas da época, das províncias de São Paulo e do Rio. Teve vários contos publicados com ilustrações na Revista da Semana e no Malho.

Pires foi um dos fundadores da União Artística do Interior (UAI), que promoveu dois concursos literários, um de poemas pela sede da instituição em Cerqueira César, e outro de contos pela Seção de Sorocaba.

Mário Graciotti o incluiu entre os colaboradores permanentes da seção literária de A Razão, em São Paulo, que publicava um poema de sua autoria todos os domingos. Em 1928, transformou o jornal político de seu pai em semanário literário e órgão da UAI.

Em dezembro de 1938, Herculano (com 24 anos) casou-se com Maria Virgínia Ferraz Pires, evangelizadora infantil do centro onde ele realizou sua primeira conferência espírita. Dessa união tiveram quatro filhos: Herculano, Helena, Heloísa e Helenilda. O casal se muda para o município de Cerqueira César e, em 1940, transferem-se para Marília, onde ele adquiriu o jornal Diário Paulista e o dirigiu durante seis anos.

Com José Geraldo Vieira, Zoroastro Gouveia, Osório Alves de Castro, Nichemaja Sigal, Anthol Rosenfeld e outros promoveu, através do jornal, um movimento literário na cidade e publicou “Estradas e Ruas” (poemas), que Érico Veríssimo e Sérgio Millet comentaram favoravelmente.

Em 1946, mudou-se para a capital São Paulo e lançou seu primeiro romance, “O Caminho do Meio”, que mereceu críticas elogiosas de Afonso Schimidt, Geraldo Vieira e Wilson Martins.

PROFISSÃO E OBRAS

Repórter, redator, secretário, cronista parlamentar e crítico literário dos Diários Associados, Herculano Pires



exerceu essas funções na Rua 7 de Abril por cerca de trinta anos. Foi autor de 81 livros de Filosofia, Ensaios, Histórias, Psicologia, Pedagogia, Parapsicologia, Romances e Espiritismo.

Lançou a série de ensaios Pensamento da Era Cósmica e a série de romances e novelas de Ficção Científica Paranormal. Alegava sofrer de ‘grafomania’, escrevendo dia e noite. Não tinha vocação acadêmica e não seguia escolas literárias. Seu único objetivo era comunicar o que achava necessário, da melhor maneira possível.

Graduado em Filosofia pela USP em 1958, publicou uma tese existencial: “O Ser e a Serenidade”. De 1959 a 1962, exerceu a cadeira de Filosofia da Educação na Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Araraquara. Foi membro titular do Instituto Brasileiro de Filosofia, seção de São Paulo, onde lecionou Psicologia; presidente do Sindicato dos Jornalistas Profissionais no Estado de São Paulo de 1957 a 1959, e professor de Sociologia no curso de Jornalismo ministrado pelo Sindicato.

Herculano Pires foi, também, presidente e professor do Instituto Paulista de Parapsicologia de São Paulo. Organizou e dirigiu cursos de Parapsicologia para os Centros Acadêmicos: da Faculdade de Medicina da USP, da Santa Casa de Misericórdia de São Paulo, da Escola Paulista de Medicina e em diversas cidades e colégios do interior.

Em 23 de janeiro de 1948, fundou o Clube dos

GRANDES VULTOS DO ESPIRITISMO

JOSÉ HERCULANO PIRES

Jornalistas Espíritas de São Paulo, que funcionou por 22 anos, e foi membro da Academia Paulista de Jornalismo, onde ocupou a Cadeira “Cornélio Pires” em 1964.

Herculano pertenceu, também, à União Brasileira de Escritores, onde exerceu o cargo de Diretor e Membro do Conselho no ano de 1964. Foi Chefe do Sub-Gabinete da Casa Civil da Presidência da República no governo Jânio Quadros no ano de 1961, onde permaneceu até a renúncia do mesmo.

ESPIRITISMO

Espírita desde os 22 anos de idade, Herculano Pires não poupou esforços na divulgação falada e escrita da Doutrina Codificada por Allan Kardec, tarefa essa a que dedicou a maior parte da sua vida.

Durante 20 anos, manteve uma coluna diária de Espiritismo nos Diários Associados com o pseudônimo de “Irmão Saulo”. Durante quatro anos, manteve no mesmo jornal uma coluna em parceria com Chico Xavier sob o título “Chico Xavier pede Licença”. Em parceria com o médium mineiro, escreveu diversos livros espíritas inteiramente dedicados ao estudo e divulgação da Doutrina.

Em 1954, publicou Barrabás, que recebeu um prêmio do Departamento Municipal de Cultura de São Paulo, constituindo o primeiro volume da Trilogia Caminhos do Espírito. Em 1970, Ano Internacional da Educação, Herculano Pires percebeu um momento propício para tratar mais diretamente da Pedagogia Espírita. Escreveu ele: “Os cristãos primitivos tiveram de lutar contra a educação pagã para implantar no mundo a Educação Cristã. Agora é a hora dos espíritas, numa batalha muito mais suave, mas que deve ser tão pertinaz como aquela.”

Levou a proposta a Frederico Giannini, proprietário da Editora Edicel, que concordou em produzir e divulgar a Revista Educação Espírita, lançada em 28 de dezembro daquele ano. Diante dos percalços encontrados pelo caminho, mas movido por um propósito maior, Herculano produziu um total de seis edições da publicação.

Entre 1971 e 1974, a convite do proprietário da Rádio Mulher de São Paulo, Roberto Montoro, Herculano apresentou e comandou o programa semanal No Limiar do Amanhã, cuja proposta era tratar do Espiritismo em todos os seus aspectos, sem restrição, e responder a qualquer pergunta dos ouvintes. Sob a direção do Grupo Espírita Cairbar Schutel, em dezembro de 1974, Pires lançou o Jornal Mensagem.



HERCULANO COM CHICO XAVIER E WALDO VIEIRA

Em 1975, publicou Lázaro e, com o romance Madalena, concluiu a Trilogia. Traduziu cuidadosamente as obras da Codificação Kardequiana enriquecendo-as com notas explicativas nos rodapés.

Essas traduções foram doadas a diversas editoras espíritas no Brasil, Portugal, Argentina e Espanha. Colaborou com o Dr. Júlio Abreu Filho na tradução da Revista Espírita.

José Herculano Pires desencarnou na capital paulista na noite de 9 de março de 1979, vitimado por um infarto. Foi levado ao hospital, mas os médicos não conseguiram reanimá-lo, falecendo no local. Ao seu desencarne, deixou vários originais traduzidos da Revista Espírita, os quais vêm sendo publicados pela Editora Paidéia.

(Fonte: site da União Espírita Mineira e da Federação Espírita do Paraná)

www.radiomeimei.com.br



ACESSE A RÁDIO MEIMEI,
DE CONTEÚDO ESPÍRITA

Grupo Fraternidade - Garça/SP

NOVO LIVRO DE DONIZETE PINHEIRO

RELACIONAMENTOS INTERPESSOAIS é o recente livro de Donizete Pinheiro, publicado pela Editora EME.

Os interessados podem adquirir a obra pelo site da Editora, que tem preços especiais para livrarias de centros espíritas e clubes do livro.

No prefácio, o autor explica os objetivos do livro.

PREFÁCIO

ESTE ESTUDO TEM por objetivo refletir sobre os relacionamentos humanos, considerados a principal causa da nossa felicidade ou infelicidade.

Geralmente, nas nossas relações experimentamos mais a infelicidade, e o sofrimento decorrente da convivência conflituosa provoca variadas reações. Vitimados pela raiva ou a mágoa, alguns optam pelo isolamento, buscando o contato solitário com a natureza ou a companhia exclusiva de animais domésticos. Os mais frágeis adoecem, enovelados pela tristeza, a depressão e outras patologias psicológicas – quando não interrompem a reencarnação nos abismos do suicídio. E, não raro, os feridos procuram se vingar de alguma maneira, complicando a vida.

Os conflitos interpessoais atingem não só a individualidade, mas a sociedade como um todo, gerando desarmonia e insegurança coletivas. Isso obriga o país a implementar ações nas áreas de segurança pública e saúde, com acréscimo de recursos humanos e financeiros.

Os psicólogos explicam essas questões com argumentos plausíveis e bem fundamentados, apontando fatores como o instinto de preservação, o ego exacerbado, a ambição desmedida, as doenças mentais etc. Já os sociólogos destacam o excessivo agrupamento de pessoas, o descumprimento de direitos básicos, as desigualdades no tratamento individual e a escassez de bens de consumo.

A ótica espírita acrescenta aspectos relacionados ao espírito imortal em evolução, ainda imperfeito e portador de hábitos, traumas e vícios morais, oriundos desta vida ou de existências anteriores, adquiridos por ação própria ou como reação ao meio em que vive.

Independentemente dos motivos, a doutrina espírita, tendo como base moral os ensinamentos de Jesus, convida ao esforço perseverante no sentido de solucionarmos todas as nossas dificuldades afetivas, sempre fundamentados no perdão e na prática constante do bem.

Em O Livro dos Espíritos, Allan Kardec considera que um dos maiores gozos concedido ao espírito na Terra é o de “encontrar corações que com o seu simpatizem”, o que lhe dá as “primícias da felicidade que o aguarda no mundo dos espíritos perfeitos, onde tudo é amor e benignidade”.¹

Por outro lado, os espíritos superiores lhe disseram que “muito amarga é a falta de simpatia entre os seres



destinados a viver juntos, principalmente quando envenena toda a existência”.²

Se conseguimos desfrutar de uma existência feliz ao lado de pessoas simpáticas e amorosas, agradeçamos a Deus e procuremos estender essa alegria divina a outras pessoas que necessitam do amor fraternal para se animarem para a vida.

Mas, se ainda lutamos com adversários e contraditores, em clima de raiva ou ressentimento, é momento de emprendermos esforços pelo perdão e pela reconciliação, pois somente entraremos no Reino dos Céus quando tivermos o coração puro.

Sejam quais forem as dificuldades, sejamos sempre perseverantes na busca do bem, lembrando que Jesus nos disse: “Tenho-vos dito isto, para que em mim tenhais paz; no mundo tereis aflições, mas tende bom ânimo, eu venci o mundo” (João 16:33).

Fica, então, o convite para aprendermos juntos o que o espiritismo nos ensina, a fim de alcançarmos esse objetivo maior, que é a nossa felicidade.

Desejo que todos consigamos.

(1) Allan Kardec, O Livro dos Espíritos, tradução Guillon Ribeiro, FEB, pergunta 938.

(2) Idem, pergunta 940.

A Lei de Sociedade

Renato Confalonieri - Marília/SP

O LIVRO DOS ESPÍRITOS TRAZ as informações da espiritualidade acerca das Leis Morais no seu Livro Terceiro, dentre elas a Lei de Sociedade, especificamente tratada no capítulo 7.

De acordo com a resposta dada à questão 766, a vida social está na natureza, uma vez que o ser humano foi criado para viver em sociedade. Dizem os espíritos que “Deus não deu inutilmente ao homem a palavra e todas as outras faculdades necessárias à vida de relação”.

Querem dizer com isso que temos toda a estrutura social, cerebral e comunicativa necessárias à nossa interação com os demais indivíduos.

Na questão 767, esclarecem que “o isolamento absoluto é contrário à lei natural e que todos devemos concorrer para o progresso da humanidade, ajudando-nos mutuamente”.

E, na seguinte, que “o homem deve progredir; sozinho, ele não o pode porque não tem todas as faculdades; é-lhe preciso o contato com os outros homens. No isolamento, ele se embrutece e se debilita”.

Comentando essa última resposta, Allan Kardec elucida que “nenhum homem tem as faculdades completas; pela união social, eles se completam uns pelos outros para assegurar seu bem-estar e progredir. Por isso, tendo necessidade uns dos outros, são feitos para viver em sociedade e não isolados”.

Na pergunta 770, os espíritos disseram que é duplo egoísmo o indivíduo viver na reclusão absoluta para fugir ao contato do mundo. Então, sempre buscando aprofundar o aprendizado, o codificador quer saber se o retiro não seria meritório se o objetivo for uma expiação, impondo-se a pessoa uma privação penosa. A resposta foi: “fazer mais de bem do que se faz de mal, é a melhor expiação. Evitando um mal ele cai em outro, uma vez que esquece a lei de amor e de caridade”.

Portanto, saber viver em sociedade, interagindo de forma harmoniosa com as demais criaturas e contribuindo, assim, para o desenvolvimento e a evolução de todos e do próprio planeta — por meio da partilha de nossas habilidades, virtudes e conhecimentos — constitui um dos fundamentos essenciais para estarmos verdadeiramente inseridos na vida coletiva e cumprimos a Lei de Amor e de Caridade.

O orientador espiritual Emmanuel bem sintetiza esse pensamento no livro Roteiro, precisamente no capítulo 32, intitulado Colaboração, assim ensinando:

“Um casaco inexpressivo é fruto do esforço conjugado do fio, do tear, da agulha e do alfaiate, solucionando o problema da vestidura.

Assim como acontece na esfera das realizações materiais, a Nova Revelação convida-nos, naturalmente, a refletir sobre a função que nos cabe na ordem moral da vida.

Cada criatura é peça significativa na engrenagem do progresso.

Todos possuímos destacadas obrigações no aperfeiçoamento do Espírito...”



Emmanuel prossegue, ampliando a compreensão da responsabilidade individual no conjunto da vida:

“Alma sem trabalho digno é sombra de inércia no concerto da harmonia geral.

Cérebros e corações, mãos e pés, em disponibilidade, palavras ocas e pensamentos estanques constituem congelamento deplorável do serviço da evolução.

A vida é a força divina que marcha para adiante.

Obstruir-lhe a passagem, desequilibrar-lhe os movimentos, menoscar-lhe os dons e olvidar-lhe o valor é criar aflição e sofrimento que se voltarão, agora ou mais tarde, contra nós mesmos...”


Aprendemos, pois, que é um determinismo divino viver de forma gregária. Somos criaturas sociais e sociáveis. Vivendo em sociedade e nos ajudando mutuamente, asseguramos o bem-estar de todos, concorrendo para o desenvolvimento mais rápido da humanidade e do planeta.

Por fim, trazemos mais uma lição do espírito Emmanuel, posta no capítulo 18 (Sociedade) do livro Pensamento e Vida, no sentido de que “em todas as épocas, a sociedade humana é o filtro gigantesco do espírito, em que as almas, nos fios da experiência, na abastança ou na miséria, na direção ou na subalternidade, colhem os frutos da plantação que lhe é própria, retardando o passo na planície vulgar ou acelerando-o para os cimos da vida, em obediência aos ditames da evolução”.


É fundamental aprendermos a viver em sociedade com equilíbrio e boa vontade, respeito mútuo e tolerância, de forma pacífica e edificante. A convivência humana é campo de aprendizado contínuo, no qual cada gesto de compreensão e cada esforço pela harmonia se convertem em sementes de luz para o nosso próprio caminho.

Acima de tudo, é essencial termos plena consciência de que nossas habilidades e talentos individuais, quando somados às aptidões e capacidades das demais criaturas, formam um conjunto vigoroso capaz de impulsionar a evolução — tanto individual quanto coletiva — de maneira incomparavelmente mais rápida. Essa é uma das formas mais simples e, ao mesmo tempo, mais profundas de nos inserirmos na dinâmica do bem e de cumprirmos a Lei de Amor e de Caridade, conforme já refletido anteriormente.

ESPIRITISMO

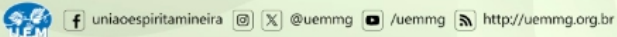


"Amado, não sigas o mal, mas o bem.
Quem faz o bem é de Deus; mas quem
faz o mal não tem visto a Deus."



"Amato, imitu ne la malbonon, sed la
bonon. Bonfaranto estas el Dio;
malbonfaranto ne vidis Dion."

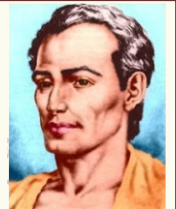
3 João 1:11



ESPERANTO

Palavras de

Emmanuel



SEMENTEIRAS E CEIFAS

"Porque o que semeia na sua carne, da carne ceifará a corrupção." – Paulo (Gálatas, 6:8)

Plantaremos todos os dias.

É da lei.

Até os inativos e ociosos estão cultivando o joio da imprevidência.

É necessário reconhecer, porém, que diariamente colheremos.

Há vegetais que produzem no curso de breves semanas, outros, no entanto, só revelam frutos na passagem laboriosa de muito tempo.

Em todas as épocas, a turba cria complicações de natureza material, acentuando o labirinto das reencarnações dolorosas, demorando-se nas dificuldades da decadência.

Ainda hoje, surgem os que pretendem curar a honra com o sangue alheio e lavar a injustiça com as represálias do crime. Daí, o ódio de ontem gerando as guerras de hoje, a ambição pessoal formando a miséria que há de vir, os prazeres fáceis reclamando as retificações de amanhã.

Até hoje, decorridos mais de dezenove séculos sobre o cristianismo, apenas alguns discípulos, de quando em quando, compreendem a necessidade da sementeira da luz espiritual em si mesmos, diferente de quantas se conhecem no mundo, e avançam a caminho do Mestre dos Mestres.

Se desejas, pois, meu amigo, plantar na Lavoura Divina, fuge ao velho sistema de semeaduras na corrupção e ceifas na decadência.

Cultiva o bem para a vida eterna.

Repara as multidões, encarceradas no antigo processo de se levantarem para o erro e caírem para a corrigenda, e segue rumo ao Senhor, organizando as próprias aquisições de dons imortais.

*Do livro VINHA DE LUZ
psicografia de Francisco Cândido Xavier*



19° Congresso Estadual de Espiritismo

Centro Espírita
no novo tempo

PALESTRAS • RODAS DE CONVERSA • REENCONTROS

CONFERENCISTAS CONFIRMADOS







Rossandro Klinjey • Cosme Massi • Alexander Moreira Almeida • Cesar Perri • Alberto Almeida

São Paulo • 2026
19, 20 e 21 de junho
Teatro APCD (Prox. Terminal Tiête)

Inscrições no site
usesp.org.br/congresso

VALORES DE INSCRIÇÃO

Primeiro lote: **R\$ 345,00**
(em até 3 vezes de R\$ 115,00) até 30/12/25

Segundo lote: **R\$ 390,00**
(em até 3 vezes de R\$ 130,00) até 30/04/26

Terceiro lote: **R\$ 490,00**
(em até 2 vezes de R\$ 245,00) a partir de 1/05/26



UNIÃO DAS SOCIEDADES ESPÍRITAS DO ESTADO DE SÃO PAULO

Nossas ações se gravam no espaço e na consciência

Arnaldo Divo Rodrigues de Camargo - Editora EME

SEGUNDO A MÉDIUM YVONNE PEREIRA, orientada por Bezerra de Menezes, os fatos das existências permanecem registrados no éter – ou mundo espiritual – e refletem-se no perispírito. À luz da Codificação, tais registros explicam a memória espiritual e a evocação de vidas passadas. Em obras como Recordações da mediunidade e A tragédia de Santa Maria, esses registros elucidam experiências pretéritas. De modo semelhante, o espírito Charles afirma em Nas voragens do pecado, que narra fatos por estarem gravados nesses planos sutis.

o poder temporal, nem Tomé, ainda vacilante na fé. Diante da luz espiritual, Pedro, Tiago e João desejaram ali permanecer.

Essa subida tinha a finalidade de estimular os discípulos a compreender que a vida continua e que sua morte seria vida no outro plano.

A parábola do rico e de Lázaro, e a manifestação de Jesus após a morte – convidando Tomé a tocar suas chagas – sustentam nossa crença na imortalidade.

E assim aconteceu: as mãos que curavam os enfermos e acariciavam as criancinhas – “deixai que elas venham a



Diante disso, podemos afirmar que cada cômodo de nossa casa e de nossa consciência ainda guarda memórias – não fisicamente, mas nos sinais deixados por quem amamos e também por quem não nos quis bem. Por isso, perdoar é essencial – quanto antes melhor, como ensinou Jesus: reconcilia-te com teu adversário, enquanto estás a caminho.

Caminhar por uma casa onde almas queridas já se foram deixa de ser peso – torna-se um reencontro silencioso com presenças que o tempo não apaga, apenas transforma em saudade serena e amor que continua vivo. E Chico Xavier ensinava que cada criatura constrói, na própria mente e no próprio coração, o paraíso que a erguerá à perfeita alegria ou o inferno que a rebaixará aos mais escuros sofrimentos.

Jesus conhecia seus discípulos. Ao subir ao monte para orar e dialogar com espíritos elevados – Moisés e Elias –, que haviam vivido séculos antes, não levou Judas, envolvido com

mim” – e sustentavam o nosso mundo foram crucificadas, com pregos nas mãos e nos pés, por um desconhecido, batedor de martelo; e, como resposta, ele disse: “Pai, eles não sabem o que fazem; perdoa-os”.

A partida de um ente querido, pela desencarnação é, muitas vezes, profundamente dolorosa, sobretudo para as mães que amam intensamente seus filhos. À luz do espiritismo, esse retorno torna-se mais consolador; ainda assim, é necessário respeitar o luto de quem sofre.

De tempos em tempos, o Cristo envia líderes humildes para nos lembrar: – conhece-te a ti mesmo.

A felicidade e a perfeição ainda estão distantes de nós; porém, já podemos fazer o bem, permitindo que o outro sinta alegria e veja que sua vida vale a pena. Nada neste mundo material é nosso – por que viver presos aos bens? Assumamos nossa responsabilidade e deixemos a dos outros.

CANTINHO DA EVANGELIZAÇÃO INFANTOJUVENIL

DESAFIOS ATUAIS DA EVANGELIZAÇÃO ESPÍRITA: TECNOLOGIA e INCLUSÃO

Muitas vezes, ao cruzarmos o portão da nossa Casa Espírita, olhamos para as “salas de aula” e vemos apenas crianças brincando. Mas, se apurarmos o olhar espiritual, perceberemos algo muito mais profundo: ali está sendo construído o amanhã.

A evangelização não deve ser considerada uma “escolinha” de fim de semana, nem uma atividade extra para distrair as crianças enquanto os pais assistem à palestra. Ela é a atividade mais estratégica de qualquer instituição espírita.

Dois grandes desafios se apresentam atualmente aos evangelizadores: 1) Uma geração hiperconectada, diante de avanços tecnológicos nunca antes imaginados; 2) A crescente necessidade de acolhimento às crianças atípicas.

Será que estamos preparados para lidar com tudo isso?

É fato que a Inteligência Artificial (IA) e as novas ferramentas digitais já estão ao alcance de todos e fazem parte das salas de aula – inclusive das de evangelização. No entanto, é preciso cautela, pois elas não substituem, em hipótese alguma, o contato direto e o afeto humano. Podem, sim, servir de apoio ao evangelizador.

São recursos que ajudam a traduzir conceitos complexos para o “idioma” de quem já nasceu hiperconectado, criando experiências visuais e interativas, planos de aula dinâmicos e imagens lúdicas que explicam o mundo espiritual. Em outras palavras, a tecnologia permite que o conteúdo de Kardec chegue com mais impacto e clareza ao coração do jovem atual.

Mas atenção: a tecnologia é apenas um meio, um instrumento. A bússola deve ser sempre a fidelidade doutrinária. Sem as obras básicas espíritas como radar, o voo da alma perde a direção.

O desafio é justamente usar o moderno para fortalecer o essencial.

A outra preocupação atual na evangelização espírita está relacionada ao aumento dos diagnósticos de crianças atípicas – como o TEA (Transtorno do Espectro Autista) e o TDAH (Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade). São almas que reencarnam com necessidades evolutivas específicas e que nos pedem mais amor, estudo especializado e um novo olhar pedagógico.

Este novo tempo exige que abandonemos fórmulas prontas e padronizadas, bem como a passividade do simples papel para colorir, priorizando atividades que toquem a alma. Devemos buscar, na ciência e na doutrina espírita, os ensinamentos para um acolhimento

técnico e profundamente cristão, valendo-nos da tecnologia e das ferramentas digitais para criar experiências interativas que estimulem a criatividade e o protagonismo da criança.

Quando trocamos o desenho padronizado por uma atividade que desafia o pensar, estamos respeitando a inteligência do espírito e oferecendo melhores condições para o cumprimento do seu compromisso reencarnatório.

A evangelização pressupõe um tripé amoroso: Centro Espírita, evangelizador e família. Por mais organizada que seja a Casa Espírita, e por mais que o evangelizador se prepare

e se esforce, o envolvimento efetivo da família é essencial. Cabe a ela incentivar o filho a participar das aulas e criar, no lar, uma atmosfera espiritual. Assim, estará dizendo à criança: “Sua evolução espiritual é nossa prioridade.”

Muitos evangelizadores se perguntam se terão condições de se aprimorar para os tempos atuais, já que também possuem compromissos familiares, profissionais e outras ocupações. Diante das dificuldades, alguns acabam desistindo da atividade e, não raro, o serviço de evangelização é encerrado. Também por isso, certas casas nem mesmo conseguem voluntários para implantar o atendimento de crianças e jovens.

Por isso, é importante que todos estejamos conscientes de que a evangelização é um compromisso divino, destinado a garantir que a criança de hoje receba o ensino e o amparo indispensáveis à sua formação moral e espiritual, preparando-a para as provas da vida na Terra. Além disso, a criança espírita de hoje poderá ser, amanhã, o trabalhador que dará continuidade ao Centro Espírita, servindo a Jesus na divulgação do espiritismo para a humanidade.

(por **LUCIANE RODRIGUES**, diretora do departamento de evangelização infantojuvenil do NEAP-Núcleo Espírita Amor e Paz, de Marília/SP)

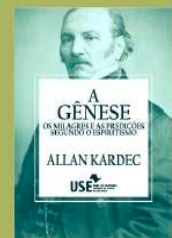
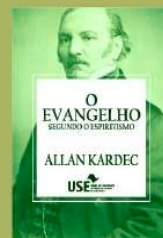
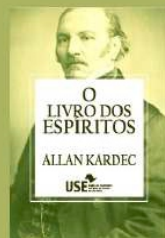


**Para quem busca respostas,
o melhor caminho é a razão.**

**O Espiritismo não pede fé cega, oferece compreensão.
Descubra rumo e as leis que regem a vida e o universo
por meio do estudo das obras de Allan Kardec.**



COMECE
pelo **COMEÇO**
Allan Kardec
A ordem natural de conhecer o Espiritismo



**PROCURE UM CENTRO ESPÍRITA PRÓXIMO A
VOCÊ E PARTICIPE DOS GRUPOS DE ESTUDO
SISTEMATIZADO DA DOCTRINA ESPÍRITA**

■ respostas ao coração e à razão

USE 
**UNIÃO DAS SOCIEDADES
ESPÍRITAS DO ESTADO
DE SÃO PAULO**

ASSUNTOS de ANDRÉ LUIZ

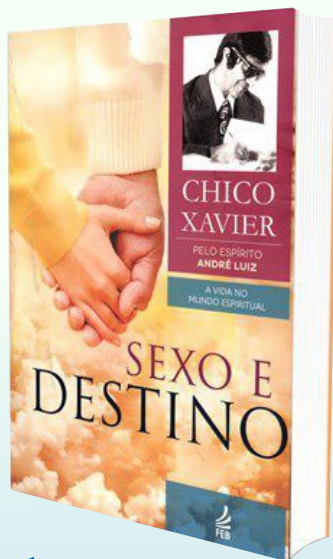
No mês de maio foi feito o lançamento do filme SEXO E DESTINO, com base no livro de mesmo título, do autor espiritual André Luiz e psicografia de Francisco Cândido Xavier, penúltimo livro da coleção A vida no mundo espiritual, publicado em 1963.

Abrindo o livro encontramos um texto do espírito Emmanuel, denominado “Prece no limiar”, do qual destacamos:

...

Pai de Infinita Bondade!

Este é um livro em que permitiste ao nosso André Luis traçar, em lances palpitantes da existência, alguns conceitos da Espiritualidade Superior, em torno de sexo e destino – fotografia verbal de nossas realidades amargas que entremeaste de esperanças eternas.



[...] Na praça extensa das convenções humanas, empenha-se o materialismo na dissolução dos valores morais, com escárnio manifesto à dignidade humana, enquanto religiões veneráveis digladiam com a Natureza, tentando, em vão, bloquear a vida, qual se quisessem ilaquear a si próprias. Ao tremendo conflito dessas forças gigantescas que lutam pelo domínio moral da Terra, enviaste a Doutrina Espírita, em nome do Evangelho do Cristo, para asserenar os corações e comunicar-lhes que o amor é a essência do Universo; que as criaturas te nasceram do hálito divino para se amarem umas às outras; que o sexo é legado sublime e que o lar é refúgio santificante, esclarecendo, porém, que o amor e o sexo plasmam responsabilidades naturais na consciência de cada um e que ninguém lesa alguém nos tesouros afetivos, sem dolorosas reparações.

Este volume pretende afirmar, ainda, que, se não podes subtrair os culpados às conseqüências do erro em que se tornaram incurso, não permites que os vencidos sejam desamparados, desde que te aceitem a luz retificadora para o caminho. Mostra que, em tua bênção, os delinqüentes de ontem, hoje redimidos, se transfiguram em teus mensageiros de redenção para aqueles mesmos que lhes caíram, outrora, nas ciladas sombrias.

[...]



NESSE LIVRO, ANDRÉ LUIZ VISITA UMA INSTITUIÇÃO ESPIRITUAL DENOMINADA “**ALMAS IRMÃS**”, NARRANDO:

[...]

Fomos defrontados pelo instituto que demandávamos. O “Almas Irmãs”, assim chamado pelos fundadores que o levantaram em socorro dos irmãos necessitados de reeducação sexual, após a desencarnação, exibia plano extenso de construções. Conjunto de linhas harmoniosas e simples, ocupando quatro quilômetros quadrados de edifícios e arruamentos, parques e jardins. Autêntica cidade por si.

Inalava-se tranquilidade, alegria.

Das aleias em verde repousante, flores tangidas pelo vento figuravam-se acenos de boas-vindas.

Rostos sorridentes nos saudavam, de permeio com os semblantes circunspetos que nos lançavam olhares de simpatia.

Todas as idades aí se expressavam nos companheiros de ambos os sexos, com os quais renteávamos, satisfeitos.

Bloco de casario sugeria universidades reunidas.

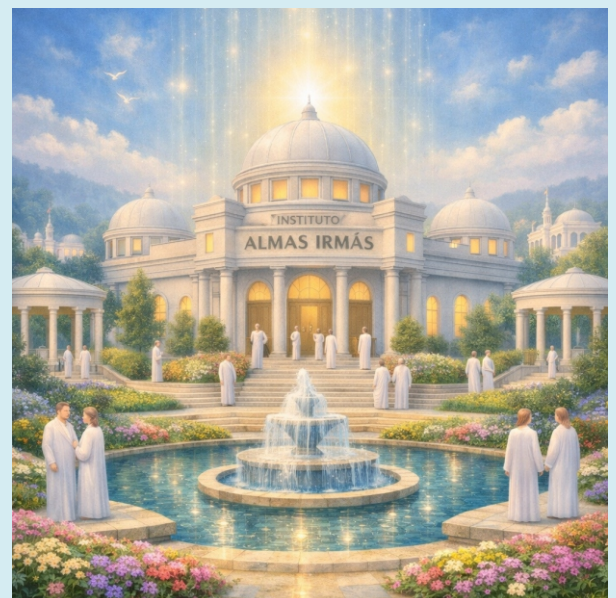
Mas, longe de encontrar representantes da psicopatia ligada às perturbações sexuais, eram criaturas de aparência hígida as que nos acolhiam, afetuosas.

[...]

Abraçou-nos, fraternal, e, como que retomando os esclarecimentos que Neves empreendera, começou dizendo que pisávamos num hospital-escola de suma importância para os candidatos à reencarnação. Os internados ou estudantes vinham, em maioria, de estâncias purgatoriais, após alijarem as conseqüências mais imediatas dos vícios e paixões aviltantes, por eles acalentados no plano físico.

[...]

Enquanto nos detínhamos em caminhada agradável, Belino prosseguia informando que todos eles, depois de suficientemente instruídos, são recambiados ao domicílio terrestre, onde reencarnam nos ambientes em que faliram e, tanto quanto possível, nas equipes consanguíneas que lhes impuseram prejuízos ou que lhes sofreram os danos. No “Almas Irmãs” obtinham a láurea do conhecimento, na Terra volviam a aplicá-lo, através das dificuldades e tentações da faina material, que nos comprovam a assimilação das virtudes adquiridas.



A espiritualidade do ser

Martha Capelotto - São Paulo/SP

A religiosidade é uma conquista que ultrapassa a adoção de uma religião (Joanna de Ângelis)

Com bastante frequência, ouvimos falar sobre a importância de mantermos nosso estado de espírito em harmonia, a fim de alcançarmos mais saúde e bem-estar físico

Carl Jung, ao estudar a intimidade psicológica humana, concluiu que o homem possui uma função religiosa natural, e que sua saúde, estabilidade psíquica e a manifestação adequada de seus instintos dependem dos sentimentos de espiritualidade. Essa conclusão – não apenas de Jung, mas também de outros estudiosos – tem sido pouco valorizada pelas pessoas. Embora a maioria de nós acredite na espiritualidade, ou, melhor dizendo, na existência de uma realidade que se projeta além do mundo que conhecemos, ainda encontramos dificuldades em nos sintonizar com aquilo que é invisível.

Sabemos também que, desde os tempos mais primitivos, é comum expressar sentimentos de espiritualidade por meio da religião e de seus símbolos materiais. Para algumas pessoas, a espiritualidade se manifesta na conexão com a natureza e o cosmo; para outras, encontra expressão na música, nas artes, na meditação e em diferentes práticas.

Assim, qualquer que seja a forma de manifestação da espiritualidade – inata ao ser constituído de corpo e espírito – ela se revela como um recurso extraordinário para o equilíbrio biopsíquico, lembrando o pensamento filosófico grego: “Mens sana in corpore sano”.

Importa mencionar que a neurociência, estudando as diversas áreas do cérebro humano, revela que a meditação e a prece influem positivamente nas áreas responsáveis pela emoção, repercutindo, assim, imediatamente, nos órgãos vitais e nos centros emocionais do ser. Por outro lado, por mais que a ciência avance, ela não tem conseguido expulsar Deus dos mistérios do cérebro humano. A busca pela origem do pensamento, que ainda não se revelou para a ciência, indica que ele, o pensamento, se encontra fora do corpo, para o que alguns cientistas se inclinam.

A propósito, cito uma conclusão do psiquiatra norte-americano Andrew Newberg, que assim declara: “Em vez de partir do princípio de que a consciência emana do mundo material, como faz a maioria dos cientistas, precisamos considerar a visão alternativa proposta por muitas tradições espirituais, segundo a qual, a consciência é considerada um componente fundamental da realidade – tão ou mais fundamental que o espaço, o tempo e a matéria”.

Assim, podemos identificar nessa conclusão, uma similaridade com a Doutrina Espírita, que, além de reconhe-



cer a continuidade da vida após a morte, ainda oferece métodos seguros e não menos legítimos para a constatação da comunicabilidade dos espíritos com o mundo material. São inteligências que, espontaneamente, revelam aos médiuns – notadamente àqueles que trabalham com seriedade – as suas identidades.

Esse fato demonstra que o patrimônio do pensamento e da memória não se perde com a morte.

Não se pode negar a existência da alma somente porque nenhuma delas se deixou aprisionar nos laboratórios para se submeter ao exame metodológico da ciência.

A busca pela espiritualidade, muitas vezes guiada por um roteiro proposto por alguma religião, deve ser acompanhada não apenas pela emoção, mas também pela luz da razão e da lógica. Só assim é possível reconhecer, de forma crítica, a existência de Deus e a imortalidade da alma, sem cair nos fanatismos religiosos que distorcem os sentimentos espirituais, ridicularizam a fé alheia e aprisionam consciências ainda imaturas.

Desse modo, a espiritualização deve ser entendida como um permanente processo de conscientização da vida, da individualidade humana e sua destinação superior, como bem nos ensina, mais uma vez, Joanna de Ângelis, no livro Encontro com a paz e a saúde: “A iluminação interior, porque dilui toda sombra da ignorância no imo do espírito, trabalha pela vitória sobre o medo em todas as suas expressões – da morte, da vida, do insucesso, das doenças, do erro, da velhice, da miséria – ocorrendo, ora de chofre, ora lentamente”.

MOVIMENTO JOVEM



Nos dias 03, 04 e 05 de abril de 2026, a cidade de Marília sediou, no Colégio Bezerra de Menezes, a 59ª COMENOEESP (Confraternização de Mocidades Espíritas do Noroeste do Estado de São Paulo), com o tema "Amar as pessoas como se não houvesse o amanhã".

A iniciativa contou com a participação de aproximadamente 70 jovens, representando diversas mocidades de diferentes cidades, como Lins, Adamantina, Ourinhos, Presidente Prudente, Marília, Garça, Jaú, Pederneiras e Bauru.

O evento proporcionou momentos de aprendizado, troca de experiências e fortalecimento dos laços entre os jovens espíritas.



No sábado 9 de maio de 2026, às 14h30, pelo canal do Youtube, a USE-União das Sociedades Espíritas do Estado de São Paulo realizou a live O ENGAJAMENTO DOS JOVENS NOS CENTROS ESPÍRITAS, como prévia do 19º Congresso Estadual de Espiritismo.

Foi uma roda de conversa com Maria Clara, diretora do departamento de mocidades, e a participação de Lucas Evangelista e Lucas Soares.

A inclusão dos jovens no centro espírita é um assunto que há muito tempo preocupa os dirigentes em geral e ainda não foi devidamente equacionado, de modo que devemos prosseguir conversando e buscando alternativas práticas e viáveis, uma vez que o centro espírita deve acolher a família como um todo, o que significa os pais e os filhos de qualquer idade.



A PROPÓSITO DAS MUITAS GUERRAS



742. QUE É O QUE IMPELE O HOMEM À GUERRA?

Resposta: "Predominância da natureza animal sobre a natureza espiritual e transbordamento das paixões. No estado de barbaria, os povos um só direito conhecem — o do mais forte. Por isso é que, para tais povos, o de guerra é um estado normal. À medida que o homem progride, menos frequente se torna a guerra, porque ele lhe evita as causas, fazendo-a com humanidade, quando a sente necessária".

Quando os do aquém chamam os do além

Wellington Balbo - Salvador/BA

DONA MARIA MEDIA O TEMPO pela saudade. Todos os dias, enfeitava com flores o mármore frio onde repousava o corpo físico de Fabinho, seu filho, que partira 6 meses atrás. Ali, chorava baixinho a subversão da própria vida: não aceitava que o filho tivesse cruzado o portal do mundo antes dela, ignorando a velha cronologia da natureza. Sem o seu menino, os dias haviam se tornado um pesadelo.

Evonildes, testemunha daquela dor, estendeu-lhe a mão e um convite para o centro espírita. De início, Dona Maria recuou. O preconceito, contudo, não resistiu à insistência mansa da amiga, que ecoava em sua mente como um chamado invisível.

Venceu a resistência e foi.

No templo, o peso no peito começou a ceder. Encontrou um acolhimento que não supunha existir e palavras que conversavam diretamente com suas feridas. As visitas semanais transformaram-se em um porto seguro.

Num domingo de sol, o invisível fez-se notar. Sem que nada pedisse, uma das médiuns da casa psicografou uma mensagem espontânea:



“Bom vê-la por aqui, minha mãe... Um dos dias mais felizes da minha nova existência foi quando a senhora aceitou o convite de Evonildes. É muito melhor nos falarmos neste ambiente de paz do que no silêncio do cemitério. Saiba que os seus pensamentos funcionam como um farol para mim. Os do aquém também chamam os do além..”

Naquele instante, as lágrimas de Dona Maria mudaram de sabor: já não eram de falta, mas de presença.

É muito comum pensar que são os espíritos a comunicarem-se conosco, numa busca unilateral do além para o aquém. Contudo, os mundos –

tanto material quanto espiritual – interpenetram-se, interagem e confabulam entre si, de modo que é perfeitamente aceitável uma comunicação do aquém para o além. Ou seja, nós, que estamos por aqui, também mandamos nossos recados aos espíritos, buscando-os por uma ferramenta que, não raro, passa despercebida: os pensamentos.

Quer mandar um abraço do aquém para o além? Envie seus melhores pensamentos, busque na memória as mais saudáveis vivências e perceberá que os do além também atendem ao telefone daqueles que estão no aquém.



ESPIRITISMO

QUAL A AFIRMAÇÃO FALSA?

- 1) A crítica aos defeitos alheios é sempre necessária, porque assim ajudaremos o próximo a evoluir.
- 2) A indulgência pelos defeitos alheios é uma das virtudes contidas na caridade.
- 3) Antes de censurarmos as imperfeições do outro, devemos ver se também não as possuímos.
- 4) Devemos nos esforçar em ter qualidades opostas aos defeitos que observarmos nos outros.
- 5) Podemos vencer nossas más tendências se tivermos vontade e empregando, algumas vezes, até mesmo fracos esforços.

RESPOSTA: 1 (primeira)

ATIVIDADES DA USE INTERMUNICIPAL DE TUPÃ

A USE Intermunicipal de Tupã, tradicionalmente, promove palestras nos últimos sábados de cada mês, sempre na sede da União Espírita Allan Kardec.

Em março, o convidado foi Agrício Antonio de Almeida, de Marília, que falou sobre o tema: Sede Perfeitos.

Em abril, a médica e escritora espírita Elaine Aldrovandi, de Tupã, abordou o tema: Não andeis ansiosos pelo dia de amanhã; a cada dia basta o seu mal.



Histórias de
Tiamara

O Amor de Deus não tem limites

DONA MARIA MORAVA EM UMA linda chácara, rodeada por muitas árvores frutíferas. Todos os domingos, iam até o pequeno pomar para admirar e colher algumas frutas. Mas aquele domingo foi diferente. Ela percebeu que um pequeno galho de seu limoeiro havia tombado e estava lascado no tronco. Pensou em não cortá-lo, deixando a natureza seguir o seu curso.

Seu João, o ajudante responsável pelas pequenas podas no pomar, ao ver a situação do limoeiro, chamou Dona Maria:

– A senhora quer que eu retire esse galho lascado?

Dona Maria, aproximando-se do pequeno limoeiro, observou que um ninho estava sendo construído e respondeu:

– Seu João, vamos colocar uma estaca de madeira para sustentar a lasca e, assim, preservar esse ninho. Se for da vontade de Deus, quem sabe desse galho lascado ainda possamos colher frutos.

Seu João, coçando a cabeça em sinal de dúvida, exclamou:

– Aqui, somente um milagre mesmo!

Assim, todo domingo lá estava Dona Maria, observando o pequeno limoeiro e dizendo a ele que tivesse força. Também percebeu que o pássaro, que estava construindo o seu ninho, havia abandonado o local, pois estava muito próximo do solo. Então, olhando para o céu, disse ao Senhor:

– Meu Deus, como a natureza é sábia! Somos dependentes de Ti, Senhor, assim como esse galho lascado que ainda está ligado ao pé de limão.

Dona Maria ficou alguns dias sem poder descer até o pomar, pois a chuva não dava trégua. Ainda assim, não deixava de sentir saudade de cuidar e admirar suas árvores.

Assim que a chuva passou, Seu João voltou ao trabalho e teve uma linda surpresa. Imediatamente chamou por Dona Maria, que saiu toda preocupada e logo perguntou:

– O que houve? O que aconteceu? – exclamou ela.

Seu João tratou de acalmá-la e disse:

– Algo extraordinário aconteceu! Venha ao pomar



e veja com seus próprios olhos!

Dona Maria saiu apressada e, ao avistar o pezinho de limão, seus olhos se encheram de lágrimas. Que surpresa maravilhosa! O limoeiro estava carregado de frutos – até mesmo o tronco lascado.

Então ela olhou para Seu João e falou:

– Deus está sempre cuidando de tudo. Ele vê as nossas dores, compadece-se e age em nosso favor, assim como a Sua compaixão transforma o desespero em esperança e restitui o que parecia perdido.

Seu João, emocionado, exclamou:

– Esse pezinho de limão nos ensinou que, em momentos de sofrimento, Deus está atento à nossa dor. Ele nunca nos abandona.

Dona Maria, sorrindo, disse:

– Isso mesmo! O amor de Deus não tem limites. Agora é cuidar do limoeiro para colher seus lindos frutos.

Crianças:

Quando tudo parece perdido, Deus tem o poder de trazer nova vida e transformar o impossível em realidade. Para Deus, nada é impossível! Quem acredita n'Ele se coloca sob a Sua luz, permitindo que suas ações sejam iluminadas pela vida divina. E quem é iluminado pela vida de Deus é capaz de praticar boas ações.