

FRATERNIDADE ESPÍRITA CRISTÃ

A LIBERTAÇÃO

ANO XXXIX | N.º 163 | JULHO/AGOSTO/SETEMBRO DE 2024
PVP 5 EUROS | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA AOS SÓCIOS



Índice

- 03 Editorial
- 04 Doutrina Espírita Hoje
"Psicologia do Envelhecimento"
- 16 Sou médium...
...terá influência o Espírito pessoal do médium?"
- 19 Momentos de Reflexão
"O Homem de Bem"
- 22 Clube de Leitura
"Redenção"
- 25 Espaço Jovem
- 27 Efemérides

Editorial

CARMO ALMEIDA

Envelhecer é ter a oportunidade de vivenciar as várias fases de aprendizagem que a vida no plano material permite ao Ser humano.

Às dificuldades da infância, e à natural inocência dos primeiros anos de vida, sucedem-se os conflitos da personalidade em afirmação perante si mesmo e os outros, mas, em simultâneo, acumulam-se experiências que terão grande relevo nos anos futuros.

A juventude chega repleta de oportunidades e desafios onde as conquistas dos anos anteriores se revelam nas escolhas e decisões a serem tomadas.

Na maturidade, provavelmente a etapa que maior tempo utiliza para a concretização dos seus projetos, o Ser debate-se já com o resultado das suas opções. Renova conceitos e desenvolve uma percepção mais lúcida sobre a importância da vida e de saber viver sem acumular prejuízos de toda a ordem.

Aproximando-se da velhice, começa a sentir a importância de tudo o que fez, mas também, de tudo o que ficou por fazer, por concretizar, por completar.


Analisa os comportamentos dos que retornam à vida no plano material. E onde ontem era rigor hoje é apenas ternura porque compreende que esse é um recurso divino a implantar confiança no pequeno ser de quem se aproxima.

Nas lutas dos jovens, revê-se, nas mesmas questões, inseguranças, dúvidas, hesitações. E, se o deixarem, estende as mãos para segurar as dos que vê percorrerem os trilhos de amarguras que parecem não ter fim, mas que, ele sabe, em breve serão extintas.

Se o deixarem dirá, aos filhos dos conflitos do crescimento, que, em breve, aquelas dores que assoberbam a alma juvenil se diluirão para darem lugar a oportunidades de crescimento interior, de realização dos sonhos, dos projetos nascidos anteriormente e que agora, finalmente, pode por si mesmo concretizar.

Vê os adultos que dobraram as décadas e começam a ter cabelos grisalhos, e compreende cada ruga, cada marca, cada sombra no olhar. São as suas, vê-se a si mesmo espelhado em cada rosto que traduz segurança no fazer e no dizer, a par com uma quase desesperada necessidade de paz, de tranquilidade, de compreensão, do afago repleto do misterioso poder de asserenar, aquele afago recebido nos primeiros anos de vida. São momentos em que algo de imaterial surge como a maior necessidade, um alimento espiritual de que se sente faminto.

E o velho pensa nas palavras que poderia dizer. Porém, poucos parecem interessados em ouvi-lo ou acatar as suas observações. Então, reflete no caminho que percorreu e no modo que escolheu para fazê-lo e pensa: "Está tudo bem. Quem me deu as oportunidades de que usufruí é o mesmo que aos outros envolve no mesmo cuidado que me dispensou. Cada um segue e define para si o caminho por onde quer seguir. Mais à frente compreenderá melhor essa força, esse querer que pretende o melhor para cada um dos seus filhos. O que eu aprendi será conhecimento de todos. E está tudo certo!"

É então que se revela a última e mais importante conquista: o velho sente-se em paz! 

Doutrina Espírita Hoje



*Psicologia do
Envelhecimento*

LIS MARA



*“A vida e morte biológica não são pontos extremos que iniciam e encerram a existência humana em especial. Antes constituem estágios de condensação e de desagregação molecular, como fenômenos transitórios da realidade da vida. O oposto da morte não é vida, mas renascimento...”*¹

Segundo o dicionário Priberam, os significados de “psicologia” e “envelhecimento” são a “ciência que estuda o comportamento e os processos mentais” e “feito ou que existe há muito tempo”.

Desta maneira, podemos tentar perceber que neste capítulo, Joanna de Ângelis irá nos alertar para os comportamentos e processos mentais das pessoas nascidas há muito tempo.

Mas antes, é importante lembrarmos que o tempo é uma métrica humana para a contagem da sucessão dos segundos, minutos, horas, dias, anos, séculos e milênios.

A Doutrina Espírita utiliza-se dessa métrica para estabelecer o conceito de transitoriedade das coisas da vida, como definido por Joanna de Ângelis: “A vida e morte biológica não são pontos extremos que iniciam e encerram a existência humana em especial. Antes constituem estágios de condensação e de desagregação molecular, como fenômenos transitórios da realidade da vida. O oposto da morte não é vida, mas renascimento...”¹

Esta transitoriedade nos traz o conceito de tempo material (ou biológico) e tempo espiritual.

O tempo material refere-se a sucessão dos dias da vida na matéria, enquanto o tempo espiritual refere-se aos instantes que se movem na eternidade. Sendo ambas as escalas temporais instrumentos de evolução rumo à perfeição relativa da Humanidade, como descrito no cap. IV, item 25, do livro *O Evangelho segundo o Espiritismo*: “A passagem dos Espíritos pela vida corpórea é necessária para que eles possam cumprir, por meio de uma ação material, os desígnios cuja execução Deus lhes confia. É-lhes necessária, a bem deles, porque a atividade que são obrigados a exercer lhes auxilia o desenvolvimento da inteligência”.²

Um ciclo de vida material pode ser representado por quatro estágios: nascimento, crescimento, envelhecimento e morte.

“Cada minuto que passa, adicionamos consumo a máquina orgânica”,³ como nos diz Joanna de Ângelis. As diferentes fases da vida orgânica apresentam diferentes aspectos. Joanna de Ângelis afirma que o período infantojuvenil é caracterizado não só pelas aprendizagens e fixação de conhecimentos, mas, também, pelas ansiedades de conquistas e realizações. Considerado então, como um período de imaturidade.⁴

E, Joanna de Ângelis diz que o período da velhice é caracterizado pela sabedoria, conhecimento e amadurecimento das emoções.⁴ Neste capítulo 17, do livro "Vida Plena", Joanna de Ângelis ainda nos descreve que o envelhecimento é uma fatalidade: um destino inevitável para tudo no Universo.

Se o período da velhice é caracterizado como o período de sabedoria, é porque as pessoas chegam a esta fase da vida cheias de valores enobrecedores e dignos do respeito das civilizações.

Muitos filósofos fazem referências ao período de sabedoria caracterizado pela fase de envelhecimento. Joana de Ângelis, no livro "Vida Plena", faz referência a uma das obras, sobre este tema, considerada das mais belas, escrita pelo Filósofo romano Marco Túlio Cícero, chamada "Cato Maior de Senectude" ou "Catão, o Velho, Idoso",⁵ escrito no ano 44 a.C. (Cícero veio a falecer no ano 43 a.C., com aproximadamente 63 anos).

Os filósofos antigos ficaram conhecidos por escreverem ensaios filosóficos sobre determinados temas. Um ensaio de filosofia consiste numa defesa argumentada de uma afirmação, muitas vezes representado sob a forma de diálogos. Neste caso em especial, Cícero, se utiliza de três pessoas com caráter conhecidos pela sociedade romana para criar os seus personagens fictícios e possíveis diálogos entres eles. A ideia de se utilizar de pessoas conhecidas para torná-las seus perso-

nagens serve para dar credibilidade aos seus argumentos. O mais importante dos personagens é Catão, uma figura pública conhecida pela sociedade Romana pelos seus bons valores, caráter e sabedoria, e que veio a falecer entre os 83 e 85 anos. No livro de Cícero, Catão serve como a representação da sabedoria do bem envelhecer. Os outros dois personagens são dois Jovens amigos, que Cícero utiliza como possíveis jovens aprendizes a pedirem conselhos ao velho Catão. A primeira parte do livro mostra o quão rica é a obra:

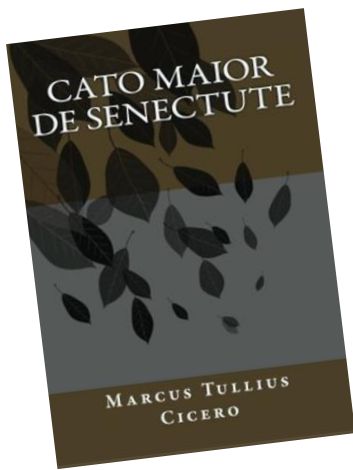
"CÍPIÃO. Frequentemente expresso, Marcus Cato, em conversa com Caio Lélío, agora presente, minha admiração por sua sabedoria insuperável e consumada, em outros assuntos em ação, mas especialmente porque nunca percebi que a velhice era dolorosa para você, embora para os velhos em geral é tão odioso que eles se consideram carregando um fardo mais pesado que o Atenas.

CATO. Vocês, Cipião e Lélío, parecem admirar o que não foi difícil para mim. Para quem não tem recursos em si - para uma vida boa e feliz, todo período da vida é um fardo - para alguns; mas para aqueles que buscam todos os bens de dentro, nada que vem no curso da natureza pode parecer mau. Sob este título, um lugar especialmente para eu ansiar pela velhice, que todos desejam alcançar, mas a criticam quando a alcançam. Tal é a consistência e a perversidade da loucura humana.



"A velhice é, inevitável experiência da vida, portadora de altos valores, entre os quais a sabedoria, o conhecimento, a respeitabilidade pela existência dilatada."

*Divaldo Pereira Franco/pelo espírito Joanna de Ângelis,
"Vida Plena", cap. 17, 1.^a edição, Editora LEAL*



Eles dizem que a idade se arrasta sobre eles mais rápido do que eles pensavam ser possível.

Em primeiro lugar, quem os forçou a fazer essa estimativa falsa?

Em segundo lugar, como a velhice poderia ser menos pesada para eles se chegasse aos oitocentos anos do que aos oitenta? Pois o tempo passado, por mais longo que tenha decorrido, não poderia fornecer conforto para acalmar uma velhice tola. Se, então, você costuma admirar minha sabedoria - gostaria que fosse digna de sua apreciação e de meu próprio sobrenome - sou sábio a esse respeito, que sigo e obedeço a natureza, o guia mais seguro, como se ela fosse um deus, e é totalmente improvável que Ela tenha organizado bem as outras partes da vida e, ainda assim, como um poeta inexperiente, despreze o último ato do drama.

Deve haver, no entanto, necessariamente, algum fim, e, como no caso das bagas nas árvores e os frutos da terra, deve haver aquilo que em sua estação de plena maturação está, por assim dizer, pronto. Murchar e cair, que um homem sábio deve suportar pacientemente. Pois rebelar-se contra a Natureza é apenas repetir a guerra dos Gigantes contra os Deuses."

No primeiro diálogo entre Catão e Cipião é possível destacar alguns trechos interessantes. Primeiro a admiração dos jovens pela sabedoria do velho mentor, que não fazia do período do envelhecimento um fardo. Logo em seguida, Catão mostra a sua sabedoria ao dizer que para ele a velhice não é um período difícil e justifica que, para aqueles que não têm recursos em si mesmo todo período da vida será um fardo: *"Para aqueles que buscam todos os bens de dentro, nada que vem no curso da natureza pode parecer mau".*

É imperioso notar que essa passagem do livro de Cícero vem de encontro com toda a sabedoria que Joana de Ângelis vem nos apresentar neste capítulo, mas, ainda não vamos estabelecer ligação entre eles. Entretanto, fica-nos o questionamento: se a velhice já é vista como um período tão rico da vida material desde antes da vinda do Cristo, porque que o mesmo vem sendo considerado, pelas civilizações mais atuais, como uma carga social muito pesada?

A estrutura social das civilizações vem mudando o seu panorama conforme as mudanças demográficas e socioeconômicas. O que antes era demarcado por grande número de jovens e adultos está a passar por uma transição decorrente do aumento da expectativa de vida ao envelhecer. É possível identificar que a estrutura da população mundial em 1950 é representada por uma pirâmide devido

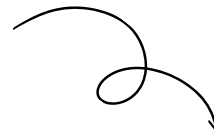
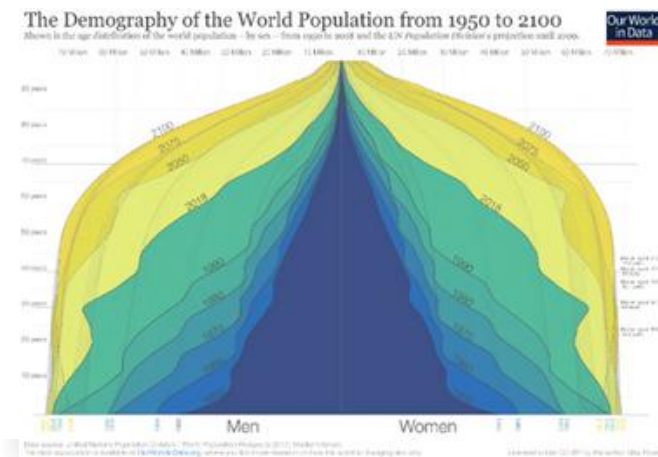


Figura 1. A demografia da população mundial de 1950 a 2100 [6].

ao elevado número de nascimento e um elevado índice de morte ao longo da vida. Atualmente, estamos no ponto de virada na história da população global, pois a partir de agora não só está ocorrendo um alargamento da base (nascimento), como também está havendo um aumento do número de pessoas em idade ativa e em idade avançada. E isto está acontecendo à medida que a saúde global melhora. Com o aumento da população idosa, surge a necessidade de tratar novas questões, até então menosprezadas, como saúde, qualidade de vida, e economia. Enquanto, como a própria Joana nos apresenta, algumas civilizações já cogitaram a aplicação da Eutanásia em pessoas de idade avançada, atualmente vive-se um conflito. Por um lado, em muitos países dito “desenvolvidos”, está ocorrendo a imposição do antienvelhecimento, principalmente para as mulheres, pois o desgaste do tempo não lhe pode “roubar” a beleza, por outro, o desenvolvimento de cuidados paliativos e da economia do envelhecimento, por exemplo. Os cuidados paliativos visam a melhoria da qualidade de vida dos pacientes que se encontram com uma doença incurável e a

economia do envelhecimento visa estimular o potencial económico desse grupo populacional através de novos hábitos de compra, viagens, lazer, empreendedorismo, que estão diretamente ligados a qualidade de vida e satisfação com a velhice. Este conflito deve-se, principalmente, aos graves problemas ainda existentes na criação, que são inquietos em si mesmos, egoístas e enfermos sociais, não se dando ao esforço de identificar em si mesmas seus deveres e derrapam em transtornos graves e distúrbios complexos, como nos apresenta Joanna, no livro “Encontro com a Paz e a Saúde”.¹

Na mesma obra, Joana nos alerta que esta consciência individualizada é o grande desafio de evolução do *Self*, que, para se libertar, a pouco e pouco do homem velho e imperfeito, ainda muito grosseiro, necessita do mecanismo de reencarnação, que surge com ou sem concordância, quer o *Self* tenha consciência do que acontece, quer não.

O mecanismo de reencarnação traz-nos de volta a ideia do tempo Espiritual e Material.



Por um lado, ainda estamos na fase do processo de aperfeiçoamento do *Self* e, encontramos em nós próprios as raízes de graves males. Por outro, este despertar para uma velhice plena, repleta de comportamentos saudáveis, não acontece nas fases primeiras da vida material. Os valores que podem ser adquiridos durante a vida material são de suma importância, pois, *"passarão a ser suporte de sustentação para evitar a destruição dos recursos orgânicos ou a sua degenerescência."*⁸

A ideia de aprender a *"trabalhar sempre pela preservação da saúde emocional e moral, renovando conceitos, adaptando-se a ideias e circunstâncias novas com a preocupação de zelar pela maquinaria orgânica..."*⁸ reafirma a importância dos estudos espíritas para crianças jovens, que, justamente, tem como objetivo, o despertar das consciências.



*"Quando se adquire o sentido de amor pela vida alargam-se os horizontes que se iluminam de alegria e beleza, favorecendo com tesouros inimagináveis de saúde e paz. O amor é a terapia preventiva e curadora para inúmeros males que desestruturam o ser humano e o afligem. Ninguém realizará esse mister por outrem por mais expressivo e nobre seja-lhe o amor, pois que se trata de labor pessoal intransferível, de autoconsciência somente adquirida pelo esforço pessoal."*¹

O despertar da consciência para o aprimoramento interior é a base que vai nos conduzir ao "equilíbrio" descrito por Cato, no ensaio de Cícero, que, nada mais é do que o discernimento ao conduzir os atos, cada um com a sua constituição emocional e racional.

Quando, então, pensamos nos comportamentos que devemos adquirir durante a vida material para podermos usufruir de uma velhice plena, podemos nos perguntar: Devemos investir mais nos cuidados ao corpo material, para podermos gozar de uma vida longa e saudável, ou devemos investir no aprimoramento do Espírito, para adquirir virtudes que ainda nos faltam?

Acredito que esta seja uma pergunta-chave para todos aqueles que praticam a Doutrina Espírita, pois é crucial perceber se damos então mais valor aos cuidados ao corpo e aniquilamos a alma ou cuidamos do Espírito e aniquilamos o corpo?

Kardec, junto com a falange de Espíritos amigos, abordou este tema no capítulo XVII – Sedes Perfeitos, do livro "O Evangelho segundo o Espiritismo".⁷

Neste capítulo, Kardec vem descrevendo uma espécie de "guia" sobre o que consiste a perfeição, à luz do Cristianismo, tocando em pontos como:

- características da perfeição;
- o homem de bem;
- os bons Espíritos;
- a Parábola do Semeador;
- e depois, nos apresenta as instruções dos Espíritos sobre o que podemos fazer para alcançar esta perfeição, apresentando-nos o dever, a virtude, os superiores e os inferiores, o Homem no mundo e cuidar do corpo e do Espírito.

É interessante perceber que, o cuidado com o corpo e com o Espírito consiste em um passo importante, não só para uma velhice plena, mas, também, rumo à perfeição. E, neste item em especial, Kardec começa por nos alertar que o cuidado ao corpo é de suma importância, pois o mesmo serve como instrumento de ação do Espírito enquanto encarnado, sendo então o Espírito cativo da carne. Em outras palavras, primeiro precisamos manter o corpo são, saudável, para que a ação do Espírito não se limite ainda mais. E mais: *"para que essa prisioneira (a alma) viva, divirta-se e chegue mesmo a conceber as ilusões da liberdade, tem o corpo que estar são, disposto e forte"*.



"Envelhecer com aprimoramento interior é uma ciência e uma arte que deve ser cultivada nas diversas fases.

Certamente não serão evitados os fenômenos do tempo, todavia podem ser diminuídos os prejuízos decorrentes."

Divaldo Pereira Franco/pelo espírito Joanna de Ângelis,

"Vida Plena", cap. 17, 1.^a edição, Editora LEAL

Entretanto, como podemos imaginar, Kardec continua a descrever no item 11, que o importante mesmo é encontrar o equilíbrio entre os dois cuidados:

“Amai, pois, a vossa alma, porém cuidai também do vosso corpo, instrumento da alma. (..) Não castigueis o corpo pelas faltas que o vosso livre-arbítrio o induziu a cometer e pelas quais ele é tão responsável quanto o cavalo mal dirigido, pelos acidentes que causa”.

O que Kardec quer nos alertar é que a perfeição não está em castigar nosso corpo pelas faltas que o Espírito ainda comete, mas, sim, que possamos usar o nosso corpo para servir de instrumento de melhoramento do Espírito. Por isso a necessidade de termos um corpo saudável, para que o Espírito possa ser útil e caridoso por mais tempo, e, deixe de ser menos egoísta e orgulhoso.

Este item é então finalizado com a seguinte frase: *“Dobrai-o, submetei-o, humilhai-o, mortificai-o: esse é o meio de o tornardes dócil à vontade de Deus e o único que conduz a perfeição”.*

Este exercício de fazer o corpo se submeter à vontade do Espírito para progredir, traz uma maturidade vivencial, que se o Espírito estiver desperto desde a infância para estas vivências, resulta na aquisição de *“...recursos múltiplos que podem ser aplicados no período final do corpo”.*⁸

Esses recursos apreendidos durante a mocidade, vão gerar *“...mecanismos de conservação e de ações corretas”.* São estes mesmos recursos, também citados por Cato (Cícero), que vão fazer com que não só o período da fase idosa seja pleno, como que transformará todos os outros, não fazendo da vida um fardo.

Para facilitar ainda mais a nossa vida, Joanna nos traz, no fim do capítulo 17 do livro “Vida Plena”, algumas atitudes de devemos ter que são comportamentos adequados para termos durante a vida material com um intuito de termos uma velhice plena. Então ela nos diz:

“Exercite-se no bem, nas injunções edificantes a fim de estimular os seus neurónios na produção de hormônios responsáveis pela paz, pela alegria e pela atividade constante.

***Não se permita ociosidade dourada ou lamentadora,** porque a vida estua (vibra), talvez com menos vitalidade, mas com muito mais sabedoria e proveito de cada momento.*

***Pense na morte não como uma interrupção da vida, mas sim uma etapa** que se abre em direção para outras experiências.*

***Jamais se considere inútil ou pesado a alguém,** mesmo nos momentos difíceis, porque sua mente é que administra a sua existência, e nada mais belo e agradável do que uma jornada rica de ações e de recordações agradáveis.*

***Evite queixar-se da velhice e desfrute-a** sendo simpático ao invés de desagradável. recalcitrante (resistente) e reclamador.*



Agradeça a Deus o longo período que tem vivido, considerando que nem todos os seres humanos conseguem a mesma bênção que você vem desfrutando...⁸

Joanna ainda continua nos dizendo sobre um dos fatores mais desgastantes na velhice: a solidão, que é o estado de se estar só. E ela nos afirma então aquilo que a maioria dos Espíritos encarnados não gostaria de saber, a solidão é inevitável:

“As pessoas têm os seus interesses especiais e não estão preocupadas com os acontecimentos que dizem respeito aos outros”.⁸

Podemos minimizá-la, mas não podemos pôr fim. E, Joanna não nos deixa sem solução:

“Busque preenchê-la tornando-se presença valiosa onde se encontre, mantendo uma vida interior sempre enriquecida de significados comuns às demais pessoas.

Seja uma pessoa recetiva, que dialogue sobre diversos temas sem paixão de preferência, qual desejasse fazer que o globo terrestre girasse conforme sua maneira de pensar.

Torne-se desejável e evite cansar os demais com as narrativas do seu tempo e das suas experiências.”⁸



item 1 – Honrai a vosso Pai e a vossa Mãe, em que Kardec no diz que: *“...o termo honrai encerra um dever a mais, (além da caridade e do amor ao próximo), para com eles (pai e mãe): o da piedade filial. Deus, desta forma, quis mostrar que ao amor se devem juntar o respeito, as atenções, a submissão e a condescendência, o que implica a obrigação de cumprir-se para com eles, de modo ainda mais rigoroso, tudo que a caridade ordena em relação ao próximo em geral”*.

Kardec nos atenta que não é só darmos o estritamente necessário, não é só darmos um cómodo da casa, e não fazer nada disso com má vontade! Porque: *“...os filhos não devem a seus pais pobres só o estritamente necessário; devem-lhe também, na medida de suas possibilidades, as pequenas doçuras do supérfluo, as solitudes, os cuidados amáveis, que são apenas o juro do que receberam, o pagamento de uma dívida sagrada. Esta é a única piedade filial aceita por Deus”*. 🦋

Entretanto, além desse recado direto para o que devemos fazer para minimizar esta solidão, é importante lembrarmos, mais uma vez, da importância da evangelização da criança e dos jovens. É o ensino moral que vai nos despertar para o entendimento mais profundo dos valores e virtudes que devem ser adquiridos. Como, por exemplo, o olhar dos jovens para com os idosos, principalmente, dos filhos para com os pais.

Para isso, trago um trecho do livro “O Evangelho segundo o Espiritismo”, cap. XIV,

Bibliografia:

- [1] D'Ângelis, Joanna (Espírito), Franco, Divaldo, Encontro com a paz e a saúde, Cap. 11 - item Vida e morte biológicas,
- [2] Kardec, A., Evangelho Segundo Espiritismo, cap. V, item 21.
- [3] D'Ângelis, Joanna (Espírito), Franco, Divaldo, Episódios diários, Cap. 37
- [4] D'Ângelis, Joanna (Espírito), Franco, Divaldo, “...”, Cap. X,
- [5] Cícero, M.T., “Cato Maior de Senectude”.
- [6] acessado em 06/03/2023, <https://ourworldindata.org/age-structure>
- [7] Kardec, A., Evangelho Segundo Espiritismo, cap. XVII – Sedes Perfeitos, item 11.
- [8] D'Ângelis, Joanna (Espírito), Franco, Divaldo, Vida Plena, Cap. 17, Leal-FEP, 2021



Sou médium...

*...terá influência o
Espírito pessoal do
médium?*

JULIETA BARBOSA



Sobre esta questão, os Espíritos Erasto e Timóteo, autores deste ensino, esclarecem-nos sobre a dissertação dada por um Espírito superior. Assim, os Espíritos superiores comunicam-se com os Espíritos encarnados dos médiuns, da mesma forma que se comunicam com os Espíritos propriamente ditos, pela irradiação do seu pensamento, qualquer que seja a natureza dos médiuns escreventes, mecânicos, semimecânicos ou intuitivos.

Os pensamentos dos Espíritos superiores não precisam da vestidura da palavra para serem compreendidos pelos Espíritos, porque estes percebem os seus pensamentos, sendo suficiente que lhes dirijam os seus pensamentos em razão de suas faculdades intelectuais; isto é, Espíritos há que pelo seu adiantamento os podem compreender, enquanto outros, ou por não terem lembrança ou conhecimento que lhes dormitem no coração ou no cérebro, não os percebem.

Neste caso, o Espírito encarnado do médium tem mais facilidade em exprimir o pensamento do Espírito superior a outros encarnados, apesar de não compreender o pensamento, do que um Espírito desencarnado pouco adiantado, e isto porque, o corpo do médium é um instrumento à disposição do Espírito superior, enquanto o Espírito errante não o pode fazer.

Os Espíritos superiores servem-se de preferência de um médium cujo cérebro tem conhecimentos adquiridos na vida atual e seu Espírito é rico em conhecimentos obtidos em vidas anteriores, dado que a comunicação se torna muito mais fácil do que se fosse com um médium de uma inteligência limitada. Os Espíritos Erasto e Timóteo, ajudam-nos a melhor compreendermos o papel dos médiuns e dos processos pelos quais os Espíritos se comunicam.

Assim, um médium cuja inteligência atual ou anterior esteja desenvolvida, o pensamento do Espírito superior comunica-se, Espírito a Espírito, instantaneamente. É que encontram no cérebro do médium os elementos próprios a dar a palavra ao pensamento que lhe corresponde, quer o médium seja intuitivo, semimecânico ou mecânico.

Por este motivo, os ditados que o médium obtém de Espíritos diferentes, por exemplo, trazem o cunho pessoal do médium porque este exerce a sua influência no tocante à forma, pelas características da sua individualidade, apesar de o pensamento do Espírito superior lhe ser estranho e esteja fora do seu âmbito.

Podemos imaginar agora através de um exemplo dado por um Espírito: os Espíritos superiores são quais compositores de música que hão composto uma ária; mas, só têm um piano, um violino, uma flauta, um fagote e uma gaita barata.

Naturalmente, que com os três primeiros instrumentos a composição é mais compreensível e, apesar da diferença entre eles, não deixará de ser idêntica. Todavia, se apenas estiver à disposição dos Espíritos a gaita barata, será para os Espíritos uma dificuldade.

Esclarecem-nos também que quando são obrigados a servirem-se de médiuns pouco adiantados, o trabalho torna-se longo e penoso, não só porque é como decompor os seus pensamentos e ditá-los palavra por palavra ou até letra por letra, como também se torna um entrave ao desenvolvimento das suas manifestações.


É por essa razão que os Espíritos superiores gostam de achar médiuns que sejam bons instrumentos, porque o seu perispírito a atuar sobre o perispírito daquele a quem estão a mediunizar, apenas têm de impulsionar a mão que lhes serve de caneta, enquanto com médiuns insuficientes, são obrigados a um trabalho semelhante ao das pancadas, isto é, transmitir os seus pensamentos formando frases, palavra por palavra.

Por isso, os Espíritos superiores de preferência se dirigem para a divulgação do Espiritismo e para o desenvolvimento das faculdades mediúnicas escreventes, às classes sociais mais instruídas, embora haja nelas muita incredulidade e rebeldia.

Assim como deixam aos Espíritos pouco adiantados as comunicações de pancadas e transportes, assim também os homens pouco sérios preferem o espetáculo dos fenómenos, aos fenómenos puramente espirituais.

Quando os Espíritos superiores pretendem ditados espontâneos, atuam não só sobre o cérebro e os arquivos do médium como também preparam os seus materiais com os elementos que o médium lhes fornece.

Enquanto os Espíritos superiores não precisam de revestir os seus pensamentos, porque os percebem e transmitem reciprocamente; os seres corpóreos necessitam das palavras para perceberem as ideias, ainda que mentalmente.

Se aqueles que reclamam os fenómenos como meio de se convencerem, estudassem, saberiam em que condições excepcionais eles se produzem. 

Bibliografia:

Allan Kardec, "O Livro dos Médiuns", 2.ª Parte, capítulo XIX, item 225



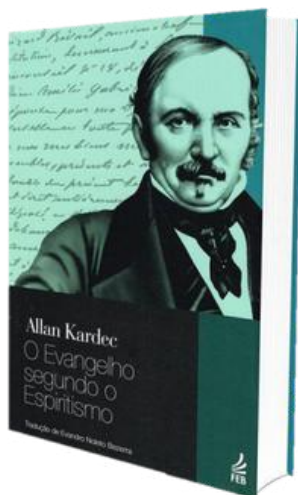
...procure o esclarecimento e o auxílio num Centro Espírita.

Momentos de Reflexão

*O Homem
de Bem*

CREMILDE ANDRADE





“Amái os vossos inimigos; fazei o bem aos que vos odeiam e orai pelos que vos perseguem e caluniam; porque, se somente amardes os que vos amam, que recompensa tereis disso?”

Não fazem assim também os publicanos?

Se saudardes unicamente os vossos irmãos, que fazeis com isso mais que os outros?

Os pagãos não fazem a mesma coisa?

Sede, pois, vós outros, perfeitos, como perfeito é o vosso Pai celestial.”

O verdadeiro homem de bem é o que age segundo as leis Divinas, segundo as boas e belas atitudes que lhe chegaram ao coração, que lhe tocaram a alma, de todas as informações, de todos os conhecimentos tirados das palavras e da conduta irrepreensível de Jesus.

Por esta razão, o homem de bem sabe que Deus é misericordioso, justo, sábio e de suma bondade. Por isso, se lhe submete à Sua vontade em todas as coisas. Assim sendo, a espiritualidade é sempre sobreposta à matéria. Nunca deixa de perguntar à consciência sobre os seus próprios atos. À noite, age como Santo Agostinho nos ensinou, percorre todas as suas ações diárias e pergunta a si mesmo se violou a Lei de Deus, se fez todo o bem que estava ao seu alcance, se agiu mal em alguma vez e ainda, se foi indiferente em alguma

ocasião de ser útil, se alguém ficou com alguma queixa dele, enfim, se fez ao próximo tudo o que desejara lhe fizessem a si.

Ele tem presente na sua mente, que as dores e as vicissitudes da vida, as decepções que possam surgir, são provas ou expiações que ele tem de aceitar sem murmurar e, se estiver ao seu alcance, tem o dever de as minorar, cuidando assim do corpo, fortalecendo o Espírito.

Quando faz o bem não espera retribuição. Sacrifica sempre os seus interesses à justiça e ao bem comum, tendo ao mesmo tempo uma palavra caridosa, uma palavra amiga.

E tudo se reverte em ânimo, em alegria. São os benefícios que espalha, os serviços que presta, é o fazer ditosos os outros, são as lágrimas que enxuga, as consolações que prodigaliza aos aflitos, ao contrário do egoís-

ta, que calcula os proventos e as perdas decorrentes de toda a ação generosa; o seu primeiro impulso é pensar nos outros, antes de pensar em si, é cuidar dos interesses dos outros antes do seu próprio interesse.

Se o homem de bem vê em todos os homens, irmãos seus, não quer saber qual a religião, a nacionalidade ou a raça daquele ser que tem à sua frente para ajudar e, não lança anátema aos que não pensam como ele.

Apologista do perdão, a exemplo de Jesus, não alimenta ódio nem rancor, nem desejo de vingança, perdoa e esquece as ofensas; apenas de benefícios se lembra, por saber que lhe será perdoado conforme houver perdoado.


É consciente e, por isso, é indulgente e tem sempre presente a lição do Cristo: *“Atire-lhe a primeira pedra aquele que se acha sem pecado”*, procurando sempre o bem que possa atenuar o mal.

Nunca esquece de se engrandecer com as palavras e o exemplo de Jesus, exaltando-O como modelo e Guia da Humanidade, *“o ser mais perfeito que Deus com o seu infinito Amor, ofereceu ao homem”*.

Tem como preocupação em cada dia, ser melhor do que na véspera, dizendo para consigo mesmo: o que é que eu posso dar de mim que seja proveitoso ao meu próximo?

Nunca canaliza a sua energia em função das suas paixões, ao contrário, utiliza-a para levantar a moral dos seus irmãos, minimizando situações sofredoras que os outros possam estar a viver.

O homem de bem que cumpre as Leis de Deus, respeita todos os direitos que aos seus semelhantes dão as leis da Natureza, como quer que sejam respeitados os seus.

Finalmente, o homem de bem é aquele que possui uma fé raciocinada, que pode enfrentar a *“razão em todas as épocas da Humanidade”*, porque os seus alicerces fundam-se na ético-moral proposta por Jesus!...

“O verdadeiro homem de bem é o que cumpre a lei de justiça, de amor e de caridade, na sua maior pureza.

Se ele interroga a consciência sobre seus próprios atos, perguntará a si mesmo se não violou essa lei, se não praticou o mal, se fez todo o bem que podia, se desprezou voluntariamente alguma ocasião de ser útil, se ninguém tem qualquer queixa dele; enfim, se fez a outrem tudo o que gostaria que lhe fizessem.”

Bibliografia:

Allan Kardec, “O Evangelho segundo o Espiritismo”, Capítulo XVII – Sede Perfeitos, item 3 - O Homem de Bem

Clube de Leitura

VICTOR HUGO

Redenção

ZAIDA ADÃO

À semelhança do livro que abordámos no número anterior, também esta é uma obra ditada pelo Espírito Victor Hugo e psicografada por Zilda Gama.

Victor Hugo traz-nos uma obra rica em informações doutrinárias, com personagens falíveis como nós, que não demonstram uma evolução espiritual acima do comum e com as quais facilmente nos identificamos no sofrimento e nas cogitações.

Esta "narrativa de trágica odisseia ocorrida no século XIX" na Normandia é protagonizada por quatro espíritos comprometidos entre si, Heloísa, Gastão, Rene e Ariel.

Na reencarnação retratada, estes espíritos têm a oportunidade de se redimirem, através da dor, de escolhas menos corretas em vida anterior.

"Não é o júbilo, mas o sofrimento que liga as almas perpetuamente."

O ciúme e a calúnia dilaceram o coração de Heloísa que só encontrará a verdadeira ventura após se dedicar ao amparo dos mais necessitados.

As primeiras páginas trazem-nos a reflexão sobre dogmas do catolicismo e o esclarecimento que a Doutrina Espírita nos traz sobre os mesmos.



A utilização da mediunidade, enquanto ferramenta de controlo da mente, sem desenvolvimento moral, é evidenciada através da vivência de Ariel. Ser portador de faculdade mediúnica não é sinónimo de elevação moral. A vivência da faculdade mediúnica deve ter por base a caridade e o serviço a favor do próximo. É fundamental que o médium tenha pleno conhecimento do seu processo para tornar-se instrumento útil de auxílio aos sofredores. A importância do perdão na redenção das almas e a justiça Divina sempre em ação são pontos comuns dos romances espíritas e aprendizagens fundamentais para a nossa alma.

Todos os crimes, injustiças, crueldades serão julgados pela Justiça Divina. O Pai divino concede ao espírito o *“olvido das torpezas perpetradas, para, depois de polido, acendrado, regenerado, saneado, quintessenciado – depor-lhe na frente o ósculo do perdão”*.

No instante em que um ser humano” concede o perdão *“a quem lhe causou torturas e traições, aproxima-se do Soberano do Universo, que acolhe, como Pai clementíssimo, o réprobo, o trãnsfuga do seu lar radioso, o transviado do Bem, apontando-lhe o carreiro resplendente do Labor e do Dever, que o haja de conduzir às mansões de eternas delícias.”* 🦋

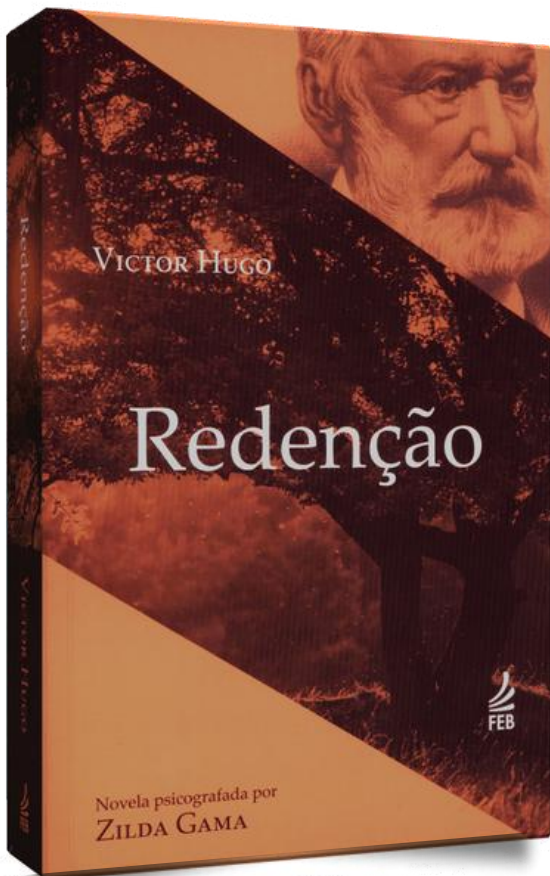
Bibliografia:

1-Victor Hugo (Espírito), *“Redenção”*, psicografado por Zilda Gama, Brasília, FEB, 12ª ed, 1993

2-idem

3-idem





"(...) se Deus fosse meu Pai, e bom como dizeis, não me teria feito assim aleijado, para alvo do escárnio. E no mínimo, se o fizesse, dar-me-ia braços vigorosos para punir os que me injuriam e me machucam!

– Justamente na privação dos braços é que se manifesta a sabedoria divina, pois com o teu gênio impulsivo, se os possuísses serias vingativo, acabarias talvez num calabouço, ou na guilhotina...

Deus quer que sejas humilde e tolerante, que abrandes a fereza do teu gênio, que não mais pratiques o mal.

A humildade e a paciência são as derradeiras virtudes que o espírito precisa adquirir, para poder forrar-se às provas terrenas e ascender às mansões luminosas! Já foste cruel e orgulhoso.

– Como cruel e orgulhoso, se sou espezinhado por todos, menos pelo senhor e Marta, quando apenas conto nove anos de idade?

– Noutras existências, Níbio, cujas deploráveis consequências resgatamos com prantos e martírios.... Não há um corpo para cada alma, porém diversos corpos para uma só alma, assim como um só fio para um colar composto, às vezes, de centenas de contas...

É mister assim seja, para que haja tempo de redirmos todos os nossos crimes e conquistar todas as virtudes!

(...) A criança ouvia atentamente e, daí por diante, salutar mudança lhe foi notada: não mais agredia os que se referiam à sua desdita, tornou-se refratário aos folguedos e entregou-se aos estudos que lhe ministravam hábeis professores, revelando inteligência invulgar na sua idade. Tornou-se humilde e reservado."

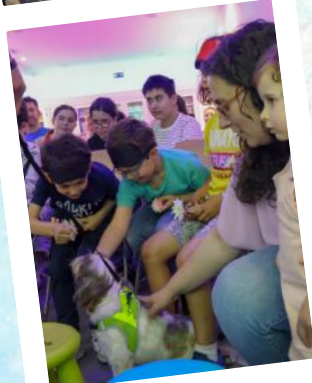
"Redenção", Livro V - Na via-crúcis, capítulo I

ESPAÇO JOVEM

REPORTAGEM FOTOGRÁFICA LIS MARA



TARDE ESPECIAL na FEC



Atividade para Pais e Filhos
25 maio 2024





Efemérides

ANA ALEXANDRA HENRIQUES

ANTÓNIO JOAQUIM FREIRE (1877 - 1958)

Médico, escritor e jornalista, foi um dos grandes impulsionadores do I Congresso Espírita Nacional, que se realizou em 1925, assim como das atividades que, após esse Congresso culminaram na fundação da Federação Espírita Portuguesa (1926), onde exerceu a função de 1.º Vice-presidente, da primeira Direção eleita. Conferencista e orador de destaque, foi autor de diversos artigos nos periódicos espíritas da época e autor de várias obras notáveis sobre o Espiritismo, algumas reeditadas no Brasil, na Argentina e também em Portugal: "Comentários a uma Pastoral" (1927); "À Margem do Espiritismo (da sabedoria antiga à ciência moderna)" (1948); "Da Alma Humana (Metapsicologia Experimental)" (1950); "Da Fraude no Espiritismo Experimental" (1950); "Da Evolução do Espiritismo" (1952).



FERNANDO DE LACERDA (1865 - 1918)

Fernando Augusto de Lacerda e Mello, nascido em Loures, Portugal, no dia 6 de agosto de 1865, foi um médium português que desencarnou no Rio de Janeiro, Brasil, no mesmo dia do seu aniversário, em 1918. A sua vida foi marcada por várias facetas: militante político, comerciante, escritor.

Em 1887 inicia-se o seu apostolado enquanto médium psicógrafo dedicado à divulgação da Doutrina Espírita.

Através da sua mediunidade comunicaram-se os espíritos de Alexandre Herculano, Eça de Queirós, Camilo Castelo Branco, Victor Hugo, Júlio Dinis e João de Deus, deixando várias obras e vários artigos em revistas da época. A sua obra mais conhecida intitula-se "Do País da Luz" que evidenciando a imortalidade da alma e a comunicabilidade dos Espíritos foi considerada um grande preventivo contra o suicídio, tendo recebido a atenção de nomes ilustres, incluído Teófilo Braga.

MARTINS PERALTA (1918 - 2007)

José Martins Peralva Sobrinho nasceu em Buquim, cidade do Sul de Sergipe, em 01/04/1918. Profícuo trabalhador espírita, foi colaborador do Centro Espírita Célia Xavier durante 15 anos ininterruptos, exercendo diversos cargos de direção em diversos departamentos na Federação Espírita de Minas Gerais. Esteve também ligado a diversas associações caritativas entre elas: o Abrigo Jesus e o Hospital Espírita André Luiz Autor de cinco obras evangélico-doutrinárias de reconhecido valor: "Estudando a Mediunidade", "Estudando o Evangelho", "O Pensamento de Emmanuel", "Mediunidade e Evolução", editadas pela FEB, e "Mensageiros do Bem" editada pela União Espírita Mineira.

Como escritor e jornalista, ficou também conhecido pelos artigos espíritas que publicava no Jornal "O Estado de Minas". Pertenceu à Associação Sergipana de Imprensa, era associado ao Sindicato dos Jornalistas Profissionais de Minas Gerais e à Associação Brasileira de Jornalistas e Escritores Espíritas (Abrasjee), hoje Associação Brasileira de Divulgadores do Espiritismo (Abrade). Desencarnou em 03/09/2007.



Horários

Encerramento 2023/2024

Reabertura 2024/2025

2.ª Feira | Estudos Espíritos para Adultos

Encerramento - 24 de junho

Reabertura - 7 de outubro

3.ª Feira - Integração no Centro Espírita

Atendimento individual com marcação prévia através do número 218 821 043 - das 17h às 19h

Receção - 16h30 às 19h

Encerramento - 16 de julho

Reabertura - 10 de setembro

4.ª Feira - Estudo Doutrinário "Doutrina Espírita Hoje"

Encerramento - 3 de julho

Reabertura - 2 de outubro

5.ª Feira - Assistência Espiritual

Assistência Espiritual - Passe - 17h e 19h

Nota: A Assistência Espiritual (Passe), durante o mês de julho, destina-se a adultos, crianças e jovens.

Receção - 16h às 19h30

Encerramento - 25 de julho

Reabertura - 12 de setembro

Estudos Espíritos - Iniciação - Iniciação ao estudo da Doutrina Espírita - das 20h às 21h

Encerramento - 27 de junho

Reabertura - 3 de outubro

Sábado - Estudos Espíritos para Crianças e Jovens - dos 3 aos 21 anos de idade

Encerramento - 29 de junho

Reabertura - 14 de setembro (Assistência Espiritual para Crianças e Jovens - 15h às 15h30)

Reabertura - 5 de outubro (Aulas)

A LIBERTAÇÃO

N.º 163 - Ano XXXIX

julho/agosto/setembro 2024

Nome do Proprietário e Editor

Fraternidade Espírita Cristã

Morada Sede do Proprietário e Editor,
Redação e Impressão

Rua do Vale Formoso de Cima, n.º 97 A

1950-266 Lisboa, Portugal

N.º de Contribuinte 501 091 670

N.º de Registo na ERC 109883

N.º de Depósito Legal 10.284/85

ISBN 0871 - 4274

Periodicidade Trimestral

Tiragem 500 exemplares

DIREÇÃO

Maria Emília Barros

COLABORADORES

Ana Alexandra Henriques

Carmo Almeida

Cremilde Andrade

Julieta Barbosa

Lis Mara

Zaida Adão

REALIZAÇÃO

Paginação e Design Gráfico - Paula Alcobia

Graça

Banco de Imagens - Pixabay



www.fec.pt



[FEC Fraternidade Espírita Cristã](#)



fecfuturo.blogspot.com



[fec_portugal](#)



[fecportugal](#)



[Clube de Leitura da FEC](#)



FRATERNIDADE ESPÍRITA CRISTÃ
WWW.FEC.PT