

FRATERNIDADE ESPÍRITA CRISTÃ

# A LIBERTAÇÃO

ANO XXXIX | N.º 164

OUTUBRO/NOVEMBRO/DEZEMBRO DE 2024



PVP 5 EUROS | DISTRIBUIÇÃO GRATUITA AOS SÓCIOS

# Índice

- 03 Editorial
- 04 Doutrina Espírita Hoje  
*"Vida e Imortalidade"*
- 16 Sou médium...  
*...terá influência o Espírito pessoal do médium?"*
- 19 Momentos de Reflexão  
*"A Realeza de Jesus"*
- 21 Clube de Leitura  
*"Quedas e Ascensão"*
- 24 Efemérides

# Editorial



CARMO ALMEIDA

De que nos serviria viver se não fossemos imortais?

O nível de realização individual é tão pequeno, por maior que seja a longevidade de uma vida, que se não continuássemos sempre vivos quase nada teríamos conhecido.

Para cada um de nós, poder continuar a aprender, no Plano Espiritual após a morte do corpo físico, e novamente no plano material, numa outra oportunidade, é a verdadeira bênção da existência, o melhor presente que Deus dá a cada um dos seus filhos.

A vida, sem a imortalidade, ou seja, existir por alguns anos e perecer, na maioria das vezes sem glória nem mérito, reduz o ser humano a menos do que a erva que, ao secar, serve como nutriente a outros seres. O corpo físico serve igualmente aos propósitos da natureza, oferecendo à terra os nutrientes de que se compunha.

Porém... Que dizer da alma que o animou? Não simplesmente um princípio espiritual em aquisição de sensibilidade e complexidade, mas alguém repleto de capacidades, capaz de raciocinar, de decidir, de amar tão incondicionalmente que lhe permite doar-se, sacrificar-se e semear no seu Próximo todo um conjunto de ensinamentos que o levarão à felicidade!

Seres criados apenas no momento em que nascem, a partir da união de um princípio feminino com um princípio masculino, gerando células que se subdividem e moldam um novo corpo, o qual vai beneficiar do progresso que encontra no meio que o envolve, seriam capazes de trabalhos que levam a grandes descobertas?

Teriam a fibra moral de estabelecer novos conceitos educativos que beneficiam toda uma

geração? De onde tirariam a coragem de enfrentar desafios grandiosos que comovem a quem deles toma conhecimento?

Acabados de surgir, fracos, simples e ignorantes, como poderiam demonstrar habilidades e aptidões tão diferentes entre si? E um sem número de situações que poderiam ser colocadas teriam como conclusão a existência de uma injustiça generalizada.

A certeza da imortalidade para o ser humano, ao contrário, transborda de explicações lógicas, coerentes, apaziguadoras porque capazes de apresentar motivos lógicos, racionais para todas as aparentes injustiças, desigualdades e sofrimentos tão penosos de viver e de assistir nos outros.

Uma das boas provas da certeza e da importância da imortalidade é representada na figura do Messias de Nazaré. Nascido igualmente frágil e inocente, apresentou ao longo daquela existência toda uma vida de progresso, de força, de beleza, de uma grandeza que ninguém lhe ensinou naqueles dias e mais ninguém conseguiu acompanhar. Jesus, cuja imortalidade lhe foi caminho para o progresso da alma, que um dia foi simples e ignorante e se tornou Mestre da Humanidade terrena, permanece como o maior símbolo da certeza da imortalidade quando ressurge aos olhos extasiados de Myriam de Magdala, e da importância que tem para a alma ser imortal, a fim de que não se desperdice nenhuma das pequenas experiências que, somadas ao longo dos tempos, farão de todos nos, igualmente, seres luminosos, representantes desse amor incondicional que Deus simboliza para cada um de nós.

Por isso, não duvidemos mais da nossa imortalidade e, agradecidos, que ninguém se esqueça de Jesus, neste Natal!

A cosmic background featuring a large view of Earth from space at the top, the Moon in the center, and Mars at the bottom right. The scene is set against a starry space background with a bright light source creating a lens flare effect.

*Doutrina Espírita Hoje*

*Vida e Imortalidade*

TELMA CORREIA



*"A reencarnação é o recurso precioso que a vida oferece a todos que rumam na busca da plenitude."*

*(Divaldo Pereira Franco/pelo espírito Joanna de Ângelis, "Vida Plena", cap. 13, 1.ª edição, Editora LEAL)*

Joanna de Ângelis diz-nos que **"O Universo é um ser vivo que se expande e contrai ao impacto de forças inimagináveis, num continuum infinito."**

Dos microcosmos aos macrocosmos, dos átomos e nanopartículas até aos planetas do Universo tudo manifesta vida, a vida está presente em tudo o que existe no mundo.

Diz-nos ainda que **"Tudo quanto se movimenta traduz ação, portanto vida imanente em desenvolvimento."**

Onde há movimento há vida, pois tudo que se mexe traduz ação e, portanto, expressa vida. Do átomo que salta transferindo-se de onda, até aos planetas que orbitam entre si a vida está sempre presente.

**"Eis porque a vida se encontra em toda a parte, demonstrando ser incoercível"**

Desde as mais minúsculas formas de vida visíveis aos nossos olhos, das mais primitivas formas até às mais colossais, a vida encontra-se em toda a parte demonstrando-se imparável. Não se pode impedir nem refrear.

Desde as nanopartículas, dos átomos, dos primeiros ensaios moleculares até o estabelecimento equilibrado de todas as forças que dão forma e compreensão ao Ser humano, a vida atingiu um dos belos e harmoniosos estágios do processo de evolução. Como serão os próximos?

Joana reforça esta ideia ao designá-las ainda de "forças inimagináveis" porque na escala evolutiva em que nos encontramos, ainda não temos capacidade de entendimento e como tal nem conseguimos sequer imaginar como acontece este "milagre" chamado vida.

Que mistério é este?

O Ser Humano encontra-se no pináculo da vida desde o momento que pode pensar e compreender o seu existir. Desde sempre que a questão da vida e da imortalidade vem sendo colocada ao longo das épocas. Os Deuses gregos e romanos, Lao-tsé, Krishna entre outros, todos exaltavam a imortalidade incentivando a fé e o respeito à vida.

Profetas, xamãs e feiticeiros sempre foram intermediários do mundo espiritual reconhecendo a imortalidade da alma.

E claro, a nossa amorosa Doutrina dos Espíritos prova-nos constantemente que a vida se mantém depois da morte. Todas as manifestações mediúnicas, todas as comunicações e tantas obras nos falam como é viver depois de morrer demonstrando que a morte não existe.

Joana diz-nos que **"A energia que reuniu os inumeráveis segmentos que se transformaram em órgãos até alcançar a arte de pensar, entender e co-criar é como definiram os Espíritos do Senhor - o princípio inteligente do universo"** conforme resposta à questão n.º 23 do LE.

Este princípio é a fase inicial da experiência criadora que jamais parará de desenvolver os inacreditáveis e extraordinários conteúdos que traz em potencial na sua matriz.

A compreensão profunda deste princípio inteligente, dizem-nos os Espíritos, ainda não é fácil analisar com a nossa linguagem. Ainda não temos inteligência para compreender o princípio inteligente. Que paradoxo, não é?!...

E Joana fala em "potência gigantesca"! Ou seja, temos um potencial magnífico dentro de nós e percebemos isso quando olhamos para a história da natureza e do mundo. Quando penso na natureza mais deslumbrada fico e questiono-me frequentemente: Será que a semente conhece todo o potencial que traz em si?

Será que a semente de mostarda, das mais pequenas da natureza sabe que será uma

grande árvore? Será que a lagartinha sonha com a beleza das asas que um dia terá? Será que a semente da rosa imagina a beleza e o perfume que irá exalar?

Quando penso no ser humano mantém-se este deslumbramento: Quando vemos vídeos da gestação fico sempre fascinada. A mágica transformação desde o embrião, feto, até ao recém-nascido. A matriz do DNA, as células tronco que contêm toda a informação sobre a diferenciação celular e constituição dos órgãos..., mas que energia tão inteligente e poderosa é essa que dá a vida. Como é que aquela minúscula célula sabe em que órgão se vai transformar?

Será que sabe que futuramente será um corpo humano perfeito?

Nos tempos da pré-história alguma vez o homo sapiens imaginou os fósforos? Sendo peludo e feioso será que pensou que poderia ser mais belo e ter o corpo harmonioso que hoje em dia o homem tem? Será que conseguimos pensar, imaginar a magnitude, a beleza, a dimensão da luz que um dia teremos num novo corpo celestial?

Conseguimos imaginar que apenas com a nossa energia conseguimos curar o outro mesmo sem termos intenção? Jesus disse: *"Saiu de mim virtude!"* e disse-nos também: *"Vós sois Deuses!"*

Quando seremos como Ele que com um olhar, um toque consegue manipular os átomos e as moléculas a fim de restaurar tecidos, de promover curas?



*"A morte é inevitável experiência  
para a conquista da perenidade. Não  
a lamentes nem a louves. Respeita-a  
e prepara-te para o teu momento."*

*(Divaldo Pereira Franco/pelo espírito Joanna de Ângelis,  
"Vida Plena", cap. 13, 1.<sup>a</sup> edição, Editora LEAL)*

Assim como agora é para nós automático respirar, é instintivo, um dia será automático amar. O Amor será de tal dimensão que sairá de nós de forma inconsciente, instintiva, existirá em nós virtude sem qualquer esforço.

Ramos da ciência como a epigenética e a física quântica e alguns cientistas e autores não espíritas, falam já, no que os Espíritos já nos houveram ensinado, da capacidade da nossa mente agir sobre a matéria e influenciar as células do nosso corpo e como devemos desenvolver todas essas potencialidades que existem em nós a fim de obtermos a autocura.

Oh Deus bondoso, que colocas em nós todo o Teu magnífico potencial criador e esperas pacientemente que saibamos desabrochar em nós toda a beleza da Alma em virtude e Amor!

O corpo humano anatomicamente e biologicamente perfeito...a natureza ...os planetas que circulam e não se chocam...a harmonia divina da vida presente em tudo...

***"A vida humana, pois, é benção que o ser alcança no seu processo de evolução, através de mutações, de atividades incessantes para alcançar a plenitude nessa viagem descomunal da imortalidade. (...) Nada perece, pois que tudo se encontra em movimento, mesmo que não perceptível, rumando em direção do finalismo que lhe está destinado, e deve ser alcançado a esforço pessoal, o que representa no conceito do Evangelho de Jesus, a conquista do Reino dos Céus."***

Portanto nada se extingue, nada pode ser destruído, nada desaparece, apenas passa por diversas fases de transformação dentro de um esquema, um programa que foi previamente traçado e o aparente caos, a aparente destruição é apenas uma fase de todo esse processo.

Este processo, que ao longo dos tempos vai sendo planejado com os nossos mentores objetivando a nossa evolução espiritual através do aperfeiçoamento moral e intelectual, vai-se desenvolvendo até alcançar o patamar da pureza e perfeição que nos permitirá conviver no "Reino dos Céus".

Os nossos sentidos físicos são insuficientes, são muito pobres para conseguirem compreender a grandeza e a majestade do fenómeno Vida. Pensando que desde os tempos pré-históricos em que adquirimos a forma humana que respiramos, comemos, dormimos, observamos, sentimos, comunicamos, vivemos cada instante utilizando esta máquina divina criada por Deus sempre em modo automático neste acumular de evolução ao longo dos milénios. Está tudo aqui disponível para usarmos, sem que façamos algo para que isso aconteça. Em cada sorriso, em cada lágrima, em cada emoção, em cada respirar acontecem milhares de coisas no nosso mundo interno, em cada segundo da nossa vida corpórea trilhões de células funcionam divinamente organizadas no meu corpo sem que a minha mente se preocupe com isso...como se Deus dissesse: "Vá, vai lá aprender a Amar! Não te preocupes com o resto que isso já está tudo em modo automático!"



Nem preciso de ter consciência para o fenómeno biológico acontecer em mim, mas devia ter consciência da grandiosidade desse *Amor* que Ele tem por todos nós para saber agradecer devidamente.

Toda essa informação foi sendo armazenada ao longo dos tempos (como por exemplo no nosso tronco cerebral onde estão os automatismos da respiração, coração, etc). E ao fim de milénios e de tantos avanços científicos já conhecemos tanto sobre a genética, a anatomia e fisiologia do corpo humano, mas, no entanto, continuamos sem conseguir perceber o que "anima" este corpo...há atividade química e elétrica que não se percebe como surge, de onde vem...cada sinapse, cada processo de metabolismo, cada batimento cardíaco implica consumo e libertação de energia...de onde vem essa energia?

Toda a complexidade orgânica da vida humana, só se pode entender ligeiramente compreendendo os 3 "corpos" que a DE explica: O Espírito enquanto princípio inteligente onde reside o senso moral, o perispírito (Semi material) que auxilia a ação do espírito sobre a matéria que é o corpo físico, unidos numa completa interpenetração energética de grande intensidade.

Joana diz-nos: ***"Quando a organização física deixa de receber a força mantenedora que vem do Espírito, dá-se o afrouxamento dos liames periespirituais e***

***a separação do princípio inteligente. Este fenómeno, a morte, é uma fase para a reestruturação dos valores do espírito durante a vilegiatura material."***

É a força vital que se transforma em energia ativa durante o período reencarnatório, que mantém o corpo. Quando o corpo deixa de receber essa força que o sustém dá-se o enfraquecimento desse vínculo, desses laços espirituais que os unem e ocorre a separação. A morte é apenas mais uma fase de remodelação, de reorganização dos valores do Espírito durante a temporada que passa fora da vida material.

***"Retorna às origens, envolto no invólucro peri-espiritual, no qual estão impressas as ondas vibratórias do comportamento moral que o capacitam ao acesso de patamar superior ou repetição da experiência por intermédio de nova investidura carnal."***

Ou seja, o Espírito regressa às origens envolvido na vibração energética em que viveu e onde estão impressas todas as ondas vibratórias do seu comportamento moral. Cumprindo inevitavelmente a lei de causa e efeito e de acordo com essa sua própria energia ele pode subir um degrau na escada evolutiva ou então ter que repetir a experiência na carne, na vida material.



O Espírito imortal quando se liberta da "roupa carnal" vive as consequências compatíveis com as qualidades morais de que foi portador.

Morrer é mudar de vibração, transferência de onda na qual todos os seres se movimentam (assim como o átomo que salta e se move...).

***" (...) a morte é transferência de vibração, ou de onda, na qual se movimentam os seres. Cada qual vive no campo energético a que faz jus, o que propicia felicidade ou desdita."***

Ou seja, morre-se no corpo, mas continua a viver-se no campo energético com o qual está sintonizado, determinando a felicidade ou infelicidade de acordo com a sua própria onda energética ("Há muitas moradas na casa de meu Pai").

Por isso é tão importante a sua conduta ao longo da vida terrena. A vida exige uma ética para ser experienciada por todos.

***"O desenvolvimento intelecto-moral do Espírito ocorre através de etapas terrenas e espirituais, quando aprende a compreender a realidade da vida."***

O Espírito vai evoluindo sobre o ponto de vista intelectual e moralmente intercalando nos dois planos. Ou seja, os seus campos de estágio que lhe permitem o desenvolvimento vão alternando entre o plano físico e o plano espiritual. Imensas obras espíritas trazem-nos essas informações. Alternadamente entre vida material e vida espiritual, seja pelo desencarne ou desdobraimento no sono, o Espírito vive experiências e aprende de acordo com a sua vontade de evoluir e o seu projeto de vida.

***"(...) as Leis que regem o Universo estabelecem códigos e programas que facultam a aprendizagem e desenvolvem os potenciais divinos que se encontram adormecidos no cerne da energia vital."***

O desenvolvimento destas potencialidades é mais acentuado quando o Espírito já está desperto para compreender a realidade da vida, quando já atingiu alguma maturidade espiritual.

Joana diz-nos que quando o ser vive de acordo com as leis divinas, quando esses códigos são vivenciados dentro dos padrões estabelecidos surgem novos desafios e abrem-se horizontes mais amplos que dão bem-estar e estimulam o Espírito para continuar firme no seu processo evolutivo.

Mas se pelo contrário o Espírito não valoriza as lições existenciais, se vive ainda mergulhado nos instintos agressivos não

sabendo utilizar as possibilidades emocionais de que é portador, mantém-se nas faixas primárias de evolução.

Um pouco como a Parábola dos talentos: ***"Aquele que já tem mais se dará e aquele que nada tem até o pouco se lhe tirará."***

Quem tem mais conhecimento e mais vontade de evoluir, mais oportunidades lhe serão dadas e aquele que ainda não despertou para a verdade da vida e não se quer esforçar pela sua evolução perderá as oportunidades que não consegue enxergar. Foquemos a nossa atenção em tudo aquilo que mais interessa, que é a nossa própria evolução, honrando essa divindade que Deus colocou em nós fazendo-a crescer e florescer transformando este Mundo num belo jardim de Amor.

Joanna de Ângelis diz-nos relativamente a esses códigos que regem o mundo, que se estes programas forem vividos de acordo com os padrões morais estabelecidos, novos desafios vão surgindo à vida do Espírito alargando horizontes, proporcionando bem-estar e estimulando o Espírito para continuar o seu processo evolutivo porque ***"A reencarnação é esse recurso precioso que a Vida oferece a todos que rumam na busca da plenitude."***

Mas se as lições existenciais não forem valorizadas, o Espírito permanecerá nas faixas iniciais primitivas, mergulhados nos instintos agressivos não utilizando todas as maravilhosas possibilidades emocionais de que é portador.



*"Mesmo Jesus, o Divino Construtor do Planeta, utilizou-se de um corpo tangível para depois experimentar o fenómeno da morte e ressurgir em gloriosa forma de luz... Enquanto isso, AMA e opera no BEM, crescendo para Deus."*

*Divaldo Pereira Franco/pelo espírito Joanna de Ângelis,*

*"Vida Plena", cap. 17, 1.<sup>a</sup> edição, Editora LEAL*

***"Primordial, a Lei de Amor é a base de todas as demais, por ensejar a ampliação do conhecimento e o controle nas manifestações ambientais e sociais que servem de escola para a conquista de si mesmo, já que é do interior que partem os impulsos e as emoções."***

A Lei de Amor é a base de todas as outras. Só através do relacionamento com o outro é que eu me permito conhecer. Só quando sou namorada é que sei como sou como namorada, só quando tenho filhos é que sei como sou como mãe... e por aí fora. As relações familiares, sociais, profissionais, íntimas são a escola essencial para o meu autoconhecimento, para conhecer o meu mundo interno. E esse meu interior é o que necessito burilar, transformar e embelezar, pois é daí que nascem os impulsos e as emoções. São estas emoções que devem ser trabalhadas até se transformarem em Amor.

*"Onde estiver o vosso tesouro aí estará o vosso coração".* Ou seja, onde estiver o teu pensamento aí estará a tua realidade. Tu és aquilo que pensas e sentes.

Viver nesta escola implica respeitar as leis que regulam todo o ambiente, por isso o Espírito necessita de viver e experienciar todas as Leis: a do Progresso - a evolução é o nosso destino; a de Justiça - equilíbrio entre os direitos e deveres de todos (Causa e efeito); a do Trabalho: impulsor do progresso e da Solidariedade: interajuda, compreensão e bondade entre todos.

***"Periodicamente o aprendiz deste educandário, que é a Terra, é chamado a prestar contas dos recursos que lhe foram confiados e de como foram ou não aplicados devidamente. Trata-se da morte, transferência de onda existencial, a fim de serem conferidas as atividades a que cada qual esteve submetido. Todos os seres vivos periodicamente experimentam essa inevitável transformação que é uma etapa da imortalidade."***

Assim como na formação do ser que parte da pequenez para a grandeza, para a exuberância da vida, há um momento em que este processo se inverte iniciando-se a degradação do corpo e a morte. Mas mesmo aquilo que aparentemente se está a degradar para desaparecer é apenas mais uma fase de mudança que antecede outra. Cuidar da nossa saúde física e mental é honrar esse sopro vital divino que nos foi oferecido por Deus. São fundamentais os cuidados diários com o corpo (higiene, alimentação, hábitos, sono) e com a mente (higiene, autovigilância) para se viver bem. O processo de envelhecimento é também um processo natural do tempo de vida e quanto mais naturalmente aceitarmos isso mais harmoniosa será a nossa velhice. É muito importante saber envelhecer com qualidade e bem estar, de forma a diminuir os prejuízos do próprio desgaste corporal. Desfrutar do presente e das dádivas da vida vivendo conscientes da necessidade da construção do nosso próprio futuro.



Joana diz-nos que todos os seres vivos passam por este processo, que é inevitável e que se trata de mais uma etapa no infinito percurso do Espírito, na imortalidade da alma.

Diz-nos ainda, e todos sabemos que quando acontece, quando alguém parte aqueles que ficam sentem a ausência das afeições que se fizeram estabelecer e de acordo com o grau de afetividade (seja na família, social, de amizade, etc) fica uma saudade que dói na alma.

***"Esta saudade que fere os sentimentos pode e deve ser superada ante a certeza do reencontro que se dará oportunamente, quando da partida de quem ficou e agora seguiu ao Mais-além."***

*"Fazei isto em memória de Mim"* disse Jesus na última ceia. Apesar da dor que pode parecer insuportável e insuperável, Joana adverte-nos para que não nos deixemos abater demasiado nem colocar em causa o nosso sentido existencial quando alguém que amamos muito partiu antes de nós.

O processo de luto é vivido de formas e intensidades muito diferentes pelos indivíduos de acordo com o tipo de laço que os unia e também da maturidade espiritual de quem fica.

A ausência física, a falta do contacto, da voz, das conversas, do carinho...recordar todas as memórias de uma relação que deixa de existir fisicamente e perceber que todos esses momentos não se irão repetir é sempre um processo muito doloroso.

E Joana aconselha-nos: ***"Prossegue amando e recordando os momentos felizes que viveste ao seu lado e faz o bem em sua memória, maneira eficaz de demonstrar-lhe a gratidão pelas dádivas que foram fruídas em sua companhia."***

"Fazei isto em memória de Mim" disse Jesus na última ceia. Cada vez que comeres, beberes, estiveres reunido com os outros em comunhão e união, partilhai do que tendes (conhecimento e material) e fazei isso em memória de mim.

***"A morte é inevitável experiência para a conquista da perenidade. Não a lamentes nem a louves. Respeita-a e prepara-te para o teu momento."***

Tem que haver a morte, ela é por si só um agente educativo e avaliador de resultados. Jesus teve que morrer para revelar a gloriosa ressurreição.

É nos momentos da morte que o Espírito é levado a refletir e a sentir mais profundamente sobre a vida.

Nesse instante em que a memória evoca toda a existência o mais importante é que essas sejam memórias de uma vida que foi vivida de acordo com as Leis Divinas, para que ao desencarnar, o Espírito possa seguir tranquilo o seu caminho e que as suas memórias sejam as suas próprias Bençãos. Portanto a preparação é feita e construída no dia a dia, na autovigilância constante, na capacidade de superação dos desafios, na capacidade de amar e perdoar...só levamos aquilo que damos...vamos tentar que a nossa "mala de viagem" esteja carregada de Amor.

***"Mesmo Jesus, o Divino Construtor do Planeta, utilizou-se de um corpo tangível para depois experimentar o fenómeno da morte e ressurgir em gloriosa forma de luz...Enquanto isso, AMA e opera no BEM, crescendo para Deus."***

Acrescenta mais um capítulo de Amor à tua vida!



*Sou médium...*

A woman's silhouette is shown in profile, facing right, holding a glowing orb in her outstretched hand. The background is a dark, starry night sky with a colorful nebula or aurora in shades of orange, red, and purple. The overall mood is mystical and ethereal.

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

JULIETA BARBOSA



Sendo orgânica a faculdade mediúnica propriamente dita, ela é independente da moral. Por isso mesmo, o seu uso pode ser bom ou mau, consoante as qualidades do médium. Diz-se, por vezes, que a mediunidade é um dom de Deus. Então, podemos interrogarmo-nos por que ela não é apenas característica de homens de bem, dado que existem pessoas indignas que a possuem?!

É que essas pessoas indignas, mais do que as outras, necessitam da mediunidade para se melhorarem. Deus “coloca nas suas próprias mãos” os meios de salvação que devem saber aproveitar.

Refletindo um pouco, concluiremos que todas as nossas faculdades são favores que devemos agradecer a Deus. Pensamos por exemplo em Judas que, como apóstolo, curou doentes. Naturalmente, se os médiuns empregam mal as suas faculdades, perdem não só a oportunidade de se esclarecerem como também serão duplamente punidos.

Algumas vezes os médiuns recebem comunicações espontâneas sobre determinado assunto, com o objetivo de serem esclarecidos e se corrigirem. A insistência poderá por fim abrir-lhe os olhos; todavia, o orgulho não deixa que ele considere para si a advertência recebida.

O objetivo dos bons Espíritos quando transmitem lições de interesse geral, não é só para corrigir uma ou duas pessoas; mas, é muito mais: é a Humanidade.

Constatamos muitas vezes que um bom médium transmite respostas falsas e grosseiras. É que muito embora ele não seja vicioso, pode ser leviano ou frívolo e necessitar de uma lição para que esteja atento e vigilante.

Outras vezes, um médium imperfeito obtém boas coisas, porque tendo uma boa faculdade mediúnica, os bons Espíritos na falta de outro médium, numa determinada circunstância, servem-se dele. Todavia, quando encontram outro médium que melhor convém, preferem-no.

“A verdade não pode ser interpretada pela mentira”, expressão usada, a propósito, pelo Espírito Hahnemann a kardec.

Interrogamo-nos! “Qual seria o médium que poderíamos considerar perfeito?” Os Espíritos respondem: como na Terra não há perfeição, digamos antes “bom médium”. O bom médium seria, pois, aquele que os maus Espíritos jamais “ousassem” fazer uma tentativa de enganar; aquele que simpatizando (sintonizando) somente com os bons Espíritos, teria sido menos vezes enganado. E porque permitem que seja enganado?

Naturalmente, para que o médium exercite o seu julgamento e aprenda a discernir o verdadeiro do falso.

Além disso, o bom médium tem também um lado fraco, através do qual pode ser atacado. Esta situação deve servir-lhe de lição.

Essas comunicações falsas que recebe de quando em vez, são advertências, não só para não se julgar infalível como também para não se tornar orgulhoso.

Como a palavra dos Espíritos superiores só nos chega pura em condições tão difíceis, somos levados a pensar que isso será um obstáculo à divulgação da verdade; mas não, porque a luz chega sempre àquele que a deseja receber; isto é, livrar-se de toda a vaidade humana, reconhecendo a existência de um poder superior.

Nisto, está o exercício da razão que dá ao homem o poder de discernir e escolher.

Será essa a melhor prova da sua sinceridade, condição que todos podem cumprir.

Existe uma espécie de atração ou repulsão que a alma exerce sobre o Espírito comunicante, segundo o grau de semelhança ou dissemelhança entre eles.

A influência das qualidades morais do médium sobre a natureza dos Espíritos que por seu intermédio se comunicam, é crucial.

Naturalmente, os Espíritos bons são atraídos pelas boas qualidades, tais como: a bondade, a benevolência, a simplicidade de coração, o amor ao próximo, o despreendimento das coisas materiais e se afastam dos defeitos: o orgulho, o egoísmo, a inveja, o ciúme, a cupidez, a sensualidade e todas as paixões pelas quais o homem se apega à matéria.

Se é médium... procure o esclarecimento e o auxílio num Centro Espírita.

---

BIBLIOGRAFIA:

Allan Kardec, "O Livro dos Médiuns", 2.ª Parte, Cap. XIX, Itens 226 e 227



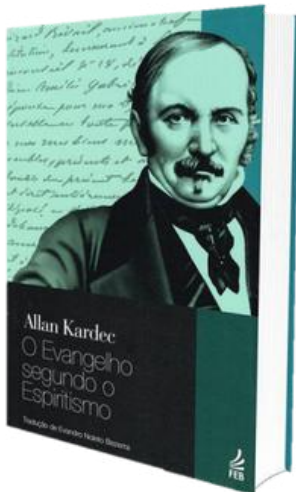
**Se é médium...**

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

*Momentos de Reflexão*

*A realeza  
de Jesus*

TERESA CARROLA



*“Pilatos, tendo entrado de novo no palácio e feito vir Jesus à sua presença, perguntou-lhe: “És o rei dos judeus?” — Respondeu-lhe Jesus: “Meu reino não é deste mundo. Se o meu reino fosse deste mundo, a minha gente houvera combatido para impedir que eu caísse nas mãos dos judeus; mas o meu reino ainda não é aqui.” Disse-lhe então Pilatos: “És, pois, rei?” — Jesus lhe respondeu: “Tu o dizes; sou rei; não nasci e não vim a este mundo senão para dar testemunho da verdade. Aquele que pertence à verdade escuta a minha voz.”*

*(Allan Kardec, “O Evangelho segundo o Espiritismo”, cap. II)*

Com a frase “Meu Reino não é deste mundo”, Jesus quis deixar bem claro que os nossos objetivos não se podem limitar à Terra e ao que nela pretendermos alcançar, mas sim que a nossa verdadeira meta, a nossa verdadeira riqueza se encontra numa outra dimensão.

Aqui na Terra podemos usufruir dos prazeres terrenos, sem deles, no entanto abusarmos em detrimento das coisas que interessam à nossa alma. Mas entre nós, o título de Rei termina com a vida física.

No entanto, o título a que Jesus se refere perpetua-se no tempo e no espaço – é um título adquirido por mérito próprio.

A realeza que verdadeiramente nos deve importar é a do carácter moral, é a que se demonstra pela prática constante do bem e que serve de exemplo moral para os outros que se encontram à nossa volta, nos dois planos da vida.

Ao chegarmos ao plano espiritual, não importará o que fomos, que posição ocupamos, mas sim que bem fizemos, quanto conseguimos dar de nós próprios ao próximo, através dos nossos atos, das nossas atitudes, da nossa compreensão, tolerância, paciência, etc.

O convite de Jesus para procurarmos o Reino de Deus não é um convite à inércia, mas uma luta contra as nossas tendências inferiores, um convite à disciplina interior para a nossa autorrenovação, um convite ao trabalho no bem, um convite ao nosso esforço para compreendermos a realidade que nos cerca e os apelos que a vida nos faz em presença dos que sofrem ou necessitam de nós – é afinal um convite para preencher-mos o vazio no coração e nele implantarmos o bem.

É devido à importância deste tipo de realeza que Jesus chama a nossa atenção para deixarmos de lado tudo o que nos possa exaltar materialmente e privilegiarmos o nosso adiantamento espiritual pela aquisição de valores morais, os únicos imperecíveis.

***“Nem sempre o título de rei implica o exercício do poder temporal. Dá-se esse título, por unânime consenso, a todo aquele que, pelo seu génio, ascende ao primeiro plano numa ordem de ideias, a todo aquele que domina o seu século e influi sobre o progresso da Humanidade.”***

BIBLIOGRAFIA:

Allan kardec, “O Evangelho segundo o Espiritismo”, cap. II - item 4

# Clube de Leitura

## Quedas e Ascensão

pele Espírito  
Victor Hugo

**ZAIDA ADÃO**

O romance mediúnico *Quedas e Ascensão*, é uma obra ditada pelo Espírito Victor Hugo e psicografada por Divaldo Franco.

Victor Hugo regressa pela mão de Divaldo para *"fazer obra doutrinária, porque não tivera oportunidade, na Terra, no seu tempo, (...) de dar a contribuição que gostaria de oferecer ao Movimento Espírita. Utilizando-se de Zilda Gama, (...), ele conseguiu fazer um trabalho muito próprio também para a época em que vivia a médium."* (1)

No entanto, o trabalho desenvolvido com Divaldo Franco *"ia ter características mais modernas, em que faria a narração e,*

*periodicamente, a interromperia para estudo de itens importantes, deixando entre espaços o comentário filosófico, psicológico, doutrinário, do trabalho, para adestrar o leitor que, por acaso, não conhecesse a Doutrina Espírita, a fim de entender a trama da Justiça Divina, e para o espírita, a fim de corroborar e estimulá-lo a cada vez mais entender melhor os ensinamentos que a Doutrina revela."* (1)

A característica da escrita pormenorizada de Victor Hugo mantém-se, no entanto, os ensinamentos doutrinários estão agora mais diretamente evidenciados na sua obra.

Este livro traz-nos uma história real, onde a trama principal se desenrola no século XIX, entre as cidades Espanholas de Salamanca e Cidade Real.

Depois de uma juventude de excessos, Don Lorenzo de Los Oyos refugia-se na Igreja para se afastar dos excessos do mundo, tornando-se importante figura do clero. ***“Administrando com habilidade as heranças doentias do seu passado próximo, conseguiu domar em parte as tendências do sexo pervertido e descontrolado, bem como das liberações alcoólicas a que se afeiçãoara (...).”*** (2)

No entanto, o seu carácter dissimulado e ganancioso, não o desvia dos caminhos tortuosos, e a vida religiosa torna-se mais um meio de alcançar as suas ambições.

A afinidade com Josefa de La Cruz Y Proenza leva, uma vez mais, Don Lorenzo a emaranhar-se nos prazeres da carne. Uma existência comprometida pelo desregramento da vida religiosa, associada a diferentes crimes físicos e morais.

Don Lorenzo regressa numa outra existência enquanto Pilarzito, um famoso toureiro, para expiar os atos cometidos no passado.

Esta obra traz-nos elevada orientação espírita, com informação descritiva das causas das aflições dos personagens, das consequências das suas escolhas e a evidência de como cada escolha pode alterar o progresso moral de cada existência.

O conhecimento da Doutrina Espírita, a compreensão da reencarnação e a conse-

quência que os nossos atos têm na perpétua existência do espírito, auxiliaram a nossa personagem principal na caminhada da sua ascensão espiritual.

A Doutrina Espírita foi ferramenta essencial para que Pilarzito escolhesse o caminho da redenção e auxiliasse aqueles que com ele tombaram no abismo.

***“O Espírito pode comprometer-se, e isso acontece amiúde, fazendo-o soçobrar na viagem pelo oceano carnal, singrando águas encapeladas e enfrentando rudes tormentas. No entanto, logo que se conscientiza da realidade, deve-se impor o dever de reparar todos os males que haja praticado, envidando esforços hercúleos para localizar-se onde deve desenvolver os compromissos de dignificação humana e restauração dos valores que foram desperdiçados ou se perderam por inépcia e descaso pessoal.”*** (2)

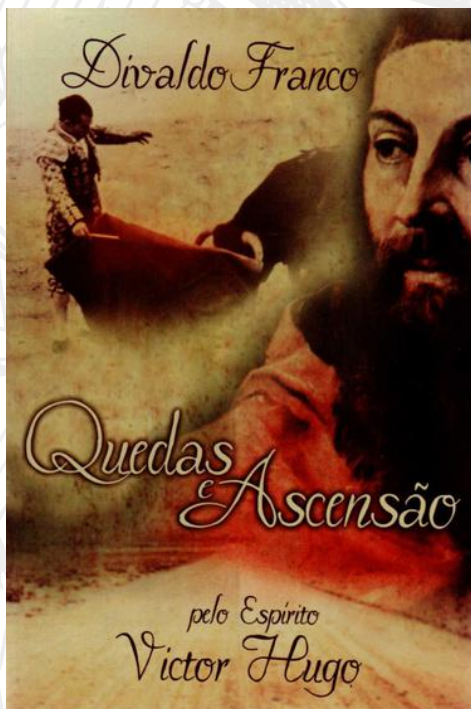
***“Quando todos os homens tomarem consciência de que são os responsáveis por tudo quanto lhes acontece, pensarão com muito cuidado antes de tomarem decisões infelizes, aquelas que se transformam em frutos apodrecidos para o porvir, procurando agir com elevação de propósitos, sempre firmados na fraternidade e no bem geral, de forma que jamais se arrependarão da maneira correcta de agir.”*** (2)

---

BIBLIOGRAFIA:

(1) Suely Caldas Schubert, “O Semeador de Estrelas”, Salvador, Livraria Espírita Alvorada, 7ª ed. 2007

(2) Victor Hugo (Espírito), “Quedas e Ascensão”, psicografado por Divaldo Franco, Salvador, LEAL, 3ª ed, 2003



*"(...) O Espírito pode comprometer-se, e isso acontece amiúde, fazendo-o soçobrar na viagem pelo oceano carnal, singrando águas encapeladas e enfrentando rudes tormentas. No entanto, logo que se conscientiza da realidade, deve-se impor o dever de reparar todos os males que haja praticado, envidando esforços hercúleos para localizar-se onde deve desenvolver os compromissos de dignificação humana e restauração dos valores que foram desperdiçados ou se perderam por inépcia e descaso pessoal.*

*Ninguém ascende ao cume da montanha sem passar pelas bases difíceis, muitas vezes cobertas por pedregulhos afiados, cardos pontiagudos, abismos desafiadores... À medida que conquista a altura, mais amplos se lhe fazem os horizontes visuais e mais bela a paisagem se apresenta, enriquecida pelo ar balsâmico e puro da elevação.*

*Igualmente, no que diz respeito à ascensão moral e espiritual, os primeiros são os desafios mais graves e mais perturbadores, porque a pessoa não lhes está acostumada à presença, equivocando-se a respeito da finalidade e dos objetivos da vida. Vencidas as primeiras etapas, logo se tornam mais exequíveis as próximas conquistas até o momento da vitória.*

*Don Lorenzo de los Ojos e aqueles que participaram das suas alucinações, após o abismo em que tombaram, rumavam felizes agora em ascensão triunfal.*

*O amor de Deus jamais se escusa.*

*Quedas e ascensão constituem o binômio da luta do Espírito imortal no seu processo de aperfeiçoamento, no rumo que eleger para Deus."*

*"Quedas e Ascensão", Terceira parte - A suprema vitória do Amor, Salvador, LEAL, 3ª ed, 2003*

# Efemérides

ANA ALEXANDRA HENRIQUES

## 1.ª PUBLICAÇÃO DO LIVRO “NOSSE LAR” (3 DE OUTUBRO DE 1943)

Publicado “*Nosso Lar*”, primeiro livro de uma coleção de 13, psicografados pelo médium Francisco Cândido Xavier e ditados pelo Espírito André Luiz.

Neste primeiro livro da coleção “A vida no mundo espiritual”, o Espírito André Luiz transmite suas observações e descobertas sobre as regiões espirituais onde se encontra, nomeadamente a colónia *Nosso Lar* repleta de intensas atividades e onde os Espíritos procedentes do plano terrestre passam, para recuperação e educação espiritual antes de continuarem a sua jornada evolutiva.



## IRMÃS FOX (14 DE NOVEMBRO DE 1849)

As irmãs Fox realizaram as primeiras demonstrações públicas das suas faculdades mediúnicas, no *Corinthian Hall*, em Rochester.

As três irmãs - Katherine "Kate" Fox (1837-1892), Leah Fox (1814-1890) e Margaret "Maggie" Fox (1833-1893), tiveram um papel muito importante na génese do moderno espiritualismo ocidental chamando a atenção, enquanto médiuns, para o fenómeno da manifestação dos espíritos através de sinais de efeitos físicos como pancadas, batidas e ruídos (tiptologia).



## HUMBERTO DE CAMPOS VERAS (DESENCARNADO EM 5 DE DEZEMBRO DE 1934)

Desencarna Humberto de Campos Veras, no Rio de Janeiro (RJ), jornalista, político e escritor membro da Academia Brasileira de Letras (1920).

Enquanto encarnado escreveu várias crónicas, contos, ensaios, poemas e crítica literária.

Ditou, enquanto Espírito, vários livros através do médium Chico Xavier editados pela FEB, entre eles: “Brasil, coração do Mundo Pátria do Evangelho”, “Boa Nova” com o seu nome e, com o pseudónimo, Irmão X: “Pontos e Contos”, “Contos desta e doutra vida”, “Cartas e Crónicas”, entre muitos outros.





# Horários

Ano Letivo 2024/2025

## 2.ª Feira | Estudos Espíritos (presencial)

Estudos Temáticos da Doutrina Espírita -  
"Mundo Invisível"  
das 19h30 às 21h  
Receção - 18h30 às 21h

## 3.ª Feira - Integração no Centro Espírita

Acolhimento de novos frequentadores -  
Atendimento individual com marcação  
prévia através do número 218 821 043  
das 16h às 19h  
Receção - 16h30 às 19h

## 4.ª Feira - Estudo Doutrinário "Revisitando Kardec"

Palestra pública das 20h às 21h  
Passe após a palestra  
(exclusivo para quem assiste à palestra)  
Receção - 18h30 às 21h

## 5.ª Feira - Assistência Espiritual

Assistência Espiritual - Passe - 17h e 19h  
Estudos Espíritos - Iniciação - Iniciação ao  
estudo da Doutrina Espírita - das 20h às 21h  
(presencial)  
Receção - 16h às 20h

## Sábado - Estudos Espíritos para crianças e jovens - dos 3 aos 21 anos de idade (presencial\*)

15h às 15h30

-Assistência Espiritual (Passe)  
-Integração no Centro Espírita - acolhimento  
de novas crianças e jovens

15h45 às 16h45

-Aulas de Evangelização - Maternal (3 e 4  
anos) e Jardim (5 e 6 anos)  
-Expressão Plástica

15h45 às 16h50

-Curso para Pais - Desafios da Vida em  
família (destinado aos Pais que inscreveram  
os seus educandos no DIJ)

16h45 às 17h

-Lanche

17h às 17h50

-Aulas de Evangelização - 1.º Ciclo Infância (7  
e 8 anos), 2.º Ciclo de Infância (9 a 11 anos),  
3.º Ciclo de Infância (12 a 14 anos),  
Juventude (15 a 21 anos)

Receção - 14h30 às 18h

\*Videoconferência para quem reside fora da área metropolitana  
de Lisboa

A LIBERTAÇÃO

N.º 164 - Ano XXXIX  
outubro/novembro/dezembro 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  
Julieta Barbosa  
Telma Correia  
Teresa Carrola  
Zaida Adão

REALIZAÇÃO

Paginação e Design Gráfico - Paula Alcobia  
Graça  
Banco de Imagens - Pixabay



[www.fec.pt](http://www.fec.pt)



FEC Fraternidade Espírita Cristã



[fecfuturo.blogspot.com](http://fecfuturo.blogspot.com)



[fec\\_portugal](https://www.instagram.com/fec_portugal)



[fecportugal](https://www.facebook.com/fecportugal)



Clube de Leitura da FEC



FRATERNIDADE ESPÍRITA CRISTÃ  
WWW.FEC.PT