



Especial coronavírus

O batalhão de Jesus não para

Sendo o primeiro Centro Espírita a suspender as atividades para segurança pública, ainda assim nossos colaboradores e voluntários não pararam de enviar – remotamente, - o consolo e o esclarecimento da Doutrina Espírita, que você confere na agenda da página 3. Convidamos também especialistas nas diversas áreas do conhecimento espírita – filosofia, ciência e religião – a contribuírem para que tenhamos mais equilíbrio, neste momento crítico de insegurança geral.

Sigamos juntos em pensamento edificante.



Mensagens Mediúnicas

- Nas crises - Emmanuel
- Perante a enfermidade André Luiz

Página 2



Em tempos de Pandemia... Espíritas, alegrei-vos!

Wellington Balbo

Página 4



Fortaleça-se na Doutrina e modele a sua saúde

Mauro Ferreira

Página 6

Tenhamos fé

Mauro Pompílio

Página 6



A fé, a esperança e a oração

Carlos Eduardo Luz

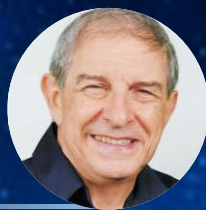
Página 7



Medo - inimigo invisível

Sidney Fernandes

Página 7



Imunidade à luz da ciência e do espiritismo

Entrevista Especial Dr. Ricardo Souza Cavalcante
Infetologista Espírita – Presidente da Associação Médico-Espírita (AME)
de Botucatu/SP
Pág.5

Comunicado

Nossa casa segue em suspensão geral de tarefas até segunda ordem, tendo em vista a segurança de todos e as recomendações das autoridades sanitárias. Assim, seguem suspensas todas as atividades doutrinárias (palestras, UNICEAC, grupos mediúnicos, passe, atendimento fraterno, etc), bem como fechadas as fontes de arrecadação de recursos (bazar, clube do livro, livraria, editora CEAC, telemarketing e Café CEAC). Mantem-se apenas o serviço do Albergue Noturno – Casa de Passagem e o escritório.

Informaremos o retorno às atividades assim que possível e seguro para todos em nossas redes sociais.

Responsabilidade e iniciativa

Desde o carnaval, ouvimos rumores do Coronavírus já em alta na China e espalhando-se pela Europa, e acompanhamos com preocupação a chegada de muitos passageiros nos aeroportos brasileiros sem nenhuma medida de segurança sanitária. Imaginávamos que o perigo chegaria até nós, não demoraria muito.

No início de março, a diretoria iniciou as discussões sobre a responsabilidade de nossa Casa ao receber milhares de frequentadores – dos participantes de reuniões mediúnicas ao público volante das palestras, tendo em vista uma grande parcela de pessoas acima dos 60 anos, portanto dentro do grupo de risco.

Pensar em baixar as portas não foi uma tarefa fácil. As informações chegavam desencontradas, estaríamos exagerando? Deixando de oferecer o bálsamo da Casa Espírita sem necessidade? Ou era mesmo urgente que protegêssemos nossos frequentadores?

Além destes, a diretoria também se preocupa com os seus 167 colaboradores que a Casa emprega, e as mais 1.000 famílias assistidas nos núcleos. Parar tudo? E se não parar e as pessoas morrerem?

No meio de tão difícil decisão, recebemos um comunicado da União das Sociedades Espíritas – USE – do estado de SP, orientando as Casas Espíritas a fecharem. Com dor no coração, mas coragem e responsabilidade, fomos o primeiro Centro Espírita de Bauru a tomar a iniciativa de fechar o acesso ao público, no dia 13 de março de 2020, antes mesmo da Medida Provisória do governo determinar o fechamento de todo o comércio e de templos religiosos, ocorrida somente no dia 22.

Como lenitivo, pudemos felizmente contar com nossa estrutura técnica e o trabalho ininterrupto do pessoal da rádio e tvceac, bem como oradores voluntários, buscando ao menos manter o compromisso estatutário da Casa com a divulgação da Doutrina Espírita. Vimos com alegria os grupos mediúnicos se organizarem para estudos por videoconferência – o bem achou seus meios!

Em nossos núcleos da periferia, antes de fechar o acesso às crianças à alimentação diária que eles recebem em nossos projetos, nos certificamos com a Sebes (Secretaria do Bem-Estar Social) e a Secretaria de Educação do Município de que as famílias não ficariam desamparadas.

No caso do Albergue, a decisão foi ainda mais difícil. Os frequentadores e colaboradores podem se manter em isolamento em casa mas... e quem não tem casa? Não obstante o risco à saúde dos trabalhadores – monitores, técnicos, coordenação - a decisão foi dispensar os voluntários pertencentes ao grupo de risco, mas manter o atendimento, com uma série de medidas adicionais de segurança sanitária, e pedindo a Deus Pai que os protegesse como verdadeiros heróis no front de uma guerra invisível, em favor dos que não tem onde se abrigar. Tendo, enfim, tomado todas as decisões necessárias, nos restou aos frequentadores, colaboradores e amigos apenas um apelo: em suas redes sociais, divulguem paz, equilíbrio, serenidade. Este é o momento de exercitar a máxima de Jesus, destacada por Kardec: “Fora da Caridade não há salvação”. Porque o medo também é um grande inimigo de todos nós.

Que Jesus esteja conosco hoje e sempre.

Nas crises

Estarás talvez diante de algum problema que te parece positivamente insolúvel. Não acredites que a fuga te possa auxiliar. Pensa nas reservas de força que jazem dentro de ti e aceita as dificuldades como se apresentem. Não abandones a tua possibilidade de trabalhar e continua fiel aos próprios deveres. Assume as responsabilidades que te dizem respeito. Evita comentar os aspectos negativos da provação que atraveses. Ora – mas ora com sinceridade – pedindo a proteção de Deus em favor de todas as pessoas envolvidas no assunto que te preocupa, sejam elas quem sejam. Se existem ofensores no campo das inquietações em que, porventura, te vejas, perdoa e esquece qualquer tipo de agressão de que hajas sido objeto. Esforça-te por estabelecer a tranqüilidade em tuas áreas de ação, sem considerar sacrifícios pessoais que serão sempre pequenos, por maiores te pareçam, na hipótese de serem realmente o preço da paz de que necessitas. Se nenhuma iniciativa de tua parte é capaz de resolver o problema em foco, nunca recorras à violência, mas sim continua trabalhando e entrega-te a Deus.

Emmanuel,
Psicografia de Chico Xavier
do livro Calma Editora GEEM

Perante a enfermidade

Sustentar inalteráveis a fé e a confiança, sem temor, queixa ou revolta, sempre que enfermidades conhecidas ou inesperadas lhe visitem o corpo ou lhe assediem o lar. Cada prova tem uma razão de ser. Com o necessário discernimento, abster-se do uso exagerado de medicamentos capazes de intoxicar a vida orgânica. Para o serviço da cura, todo medicamento exige dosagem. Desfazer ideias de temor ante as moléstias contagiosas ou mutilantes, usando a disciplina mental e os recursos da prece. A força poderosa do pensamento tanto elabora quanto extingue muitos distúrbios orgânicos e psíquicos. Sabendo que todo sofrimento orgânico é uma prova espiritual, dentro das leis cármicas, jamais reçar a dor, mas aceitá-la e compreendê-la com desassombro e conformação. A intensidade do sofrimento varia segundo a confiança na Lei Divina. Aceitar o auxílio dos missionários e obreiros da medicina terrena, não exigindo proteção e responsabilidade exclusivas dos médicos desencarnados. A Eterna Sabedoria tudo dispõe em nosso proveito. Afirmar-se mentalmente em segurança, acima das enfermidades insidiosas que lhe possam assaltar o organismo, repelindo os pensamentos e as palavras de desespero ou cansaço, na fortaleza de sua fé. A doença pertinaz leva à purificação mais profunda. Aproveitar a moléstia como período de lições, sobretudo como tempo de aplicação dos valores alusivos à convicção religiosa. A enfermidade pode ser considerada por termômetro da fé. "Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei."

Jesus. (MATEUS, 11:28)

André Luiz,
psicografia de Waldo Vieira
do livro Conduta Espírita Editora FEB

HOMENAGENS

Homenagem: Maria Zuleika Dias Ruiz

Neste mês de abril, nossa carinhosa e especial dona Zuleika segue para outra cidade, juntando-se a seus familiares, após quase 70 anos de dedicação ao Centro Espírita Amor e Caridade! Em sua lindíssima trajetória conosco, Dona Zuleika passou por todos os projetos sociais e

doutrinários existentes na instituição, entre eles:

- Núcleo Vila Zillo (Projeto Crescer)
- Grupo Mediúnico “A caminho da luz”
- Cantinho Amor Perfeito
- Passes magnéticos
- Curso Esclarecedores

- Arrecadação de recursos para compra do elevador
- Coordenadora dos passes de Paulo Neto (inclusive o hospedava em sua casa)
- Grupo Mediúnico “André Luiz”
- Atendimento Fraterno
- Estudos sobre Espiritismo



“Existem muitos recantos que nos agradam! A passagem pelo CEAC, de um modo especial, deixou marcas inesquecíveis das amizades, do respeito, de amor! Só o tempo e a saudade me acalmarão pela falta de todos, com os quais convivi... e agora distante! O meu muito obrigada ao CEAC e a cada pessoa que se fez presente durante minha jornada no centro”.

Maria Zuleika Dias Ruiz

Nossa gratidão a você, Maria Zuleika, que por anos acreditou no Centro Espírita Amor e Caridade e colaborou para transformar vidas.

Continue espalhando o amor!



O mais proeminente estudioso dos fenômenos parapsicológicos deste século, com projeção e respeito internacional, fundador do Instituto de Psicobiofísica de São Paulo e professor de Espiritismo Ciência no CEAC, Hernani Guimarães Andrade, recebeu como homenagem a nomeação de uma praça em nossa cidade de Bauru/SP, onde viveu a maior parte de sua vida. Situada no loteamento Tamboré Bauru, a iniciativa foi do presidente da Câmara, o vereador José Roberto Martins Segalla, decretada em 9 de dezembro último. A praça se encontra em fase de construção e, por ocasião da inauguração, voltamos a publicar no Jornal Momento Espírita.



O batalhão de Jesus não para!

De portas fechadas ao público desde o dia 13 de março em virtude da pandemia de coronavírus, o CEAC se antecipou aos próprios decretos governamentais e optou por não expor seus frequentadores, voluntários e colaboradores à probabilidade de contaminação.

Pela primeira vez em 100 anos, o Centro suspendeu atividades doutrinárias, mediúnicas, de estudos e quaisquer outras que reunissem pessoas em uma sala, seguindo as recomendações das autoridades de saúde, em marcante momento histórico de calamidade pública mundial.

O episódio de fechar as portas, no entanto, não é

inédito: em 1928, a diretoria espiritual do Centro determinou o fechamento de nossa Casa de janeiro a novembro, sem encontrarmos o motivo nos registros históricos. Mas questão de calamidade pública, no entanto, é a primeira vez.

E, diferentemente dos idos anos 20, hoje temos o recurso da tecnologia favorecendo as relações humanas, ainda que pela internet. Justamente por isso, o serviço de dezenas de trabalhadores do Batalhão de Jesus de nossa Casa Espírita – expressão cunhada por Homero Escobar, presidente do CEAC por mais de 30 anos – não parou!



Palestras online



Durante o mês de março e seguindo adiante pelo mês de abril, o Centro Espírita Amor e Caridade mantém sua transmissão de palestras pelo facebook, youtube, radioceac e também pela rádio 87FM em todos os dias da semana.

Oradores abnegados produziram estudos, palestras e programas para o salão sem público, ou locomovendo-se até o estúdio da tvceac, ou ainda enviando vídeo de suas residências para manter-se o cumprimento de seus

propósitos de divulgação do conhecimento espírita, revezando-se entre os 7 dias da semana.

Neste mês de abril, diferentemente dos estudos sequenciais de O Livro dos Espíritos e O Evangelho Segundo o Espiritismo, os oradores estão produzindo temas pertinentes à situação do momento, buscando edificar a paz, acalmar o medo, fortalecer a fé.

A equipe técnica da rádio e tvceac, por sua vez, esteve presente em seus postos de trabalho em todas as transmissões, assegurando que chegasse ao internauta o refrigério da nossa doutrina, não obstante o pânico generalizado causado pela pandemia.

A diretoria, auxiliada pelos técnicos em comunicação da radio e tvceac, manteve também sua agenda de reuniões online, deliberando para que outras providências fossem tomadas, quase

diariamente, na instabilidade geral do momento.

A equipe de coordenação do Departamento de Doutrina convidou a todos os membros de reunião mediúnica a atuarem, de seus

lares, com suas cotas de doação fluídica em favor de menos medo, mais serenidade, perante as dificuldades.

O batalhão de Jesus não para. E o convite ainda é para todos: aliste-se!

Bastidores conectados

Convite aos frequentadores do CEAC

Prestigie as palestras online veiculadas na página do facebook ou no canal do youtube! Mais do que a enxurrada de mensagens desoladoras e aterradoras que circulam nas mídias sociais, o momento é de serenar a alma, confiar no Pai... e seguir adiante!

www.ceac.org.br

[Centro Espírita Amor e Caridade - CEAC Bauru](#)

[Centro Espírita Amor e Caridade - CEAC Bauru](#)

31

Agenda de palestras em Abril/20 - programe-se!!!

CLIQUE AQUI E ACESSE NOSSO CANAL NO YOU TUBE

Domingo/9h	Segunda/20h	Terça/15h	Quarta/20h	Quinta/15h	Sexta/20h
			01 TRANSMISSÃO ON-LINE	02 TRANSMISSÃO ON-LINE	03 TRANSMISSÃO ON-LINE
05 TRANSMISSÃO ON-LINE	06 TRANSMISSÃO ON-LINE	07 TRANSMISSÃO ON-LINE	08 TRANSMISSÃO ON-LINE	09 TRANSMISSÃO ON-LINE	10 TRANSMISSÃO ON-LINE
12 TRANSMISSÃO ON-LINE	13 TRANSMISSÃO ON-LINE	14 TRANSMISSÃO ON-LINE	15 TRANSMISSÃO ON-LINE	16 TRANSMISSÃO ON-LINE	17 TRANSMISSÃO ON-LINE
19 TRANSMISSÃO ON-LINE	20 TRANSMISSÃO ON-LINE	21 TRANSMISSÃO ON-LINE	22 TRANSMISSÃO ON-LINE	23 TRANSMISSÃO ON-LINE	24 TRANSMISSÃO ON-LINE
26 TRANSMISSÃO ON-LINE	27 TRANSMISSÃO ON-LINE	28 TRANSMISSÃO ON-LINE	29 TRANSMISSÃO ON-LINE	30 TRANSMISSÃO ON-LINE	TRANSMISSÃO ON-LINE

Acompanhe as palestras ao vivo pelo site www.radioceac.com.br ou pelo Facebook/[@1919ceacbauru](#)

Comunicado

Nossa casa segue em suspensão geral de tarefas até segunda ordem, tendo em vista a segurança de todos e as recomendações das autoridades sanitárias.

Assim, seguem suspensas todas as atividades doutrinárias (palestras, UNICEAC, grupos mediúnicos, passe, atendimento fraterno, etc), bem como fechadas as fontes de arrecadação de recursos (bazar, clube do livro, livraria, editora CEAC, telemarketing e Café CEAC). Mantem-se apenas o serviço do Albergue Noturno – Casa de Passagem e o escritório.

Informaremos o retorno às atividades assim que possível e seguro para todos em nossas redes sociais.



Em tempos de pandemia... espíritas, alegrai-vos!

Welligton Balbo

O coronavírus ou Covid- 19, vírus que bateu nas portas da humanidade por volta do final de 2019 e que se alastrou no início de 2020, causando pânico por boa parte do mundo, derrubando bolsas de valores, fechando empresas, limitando contato social e, infelizmente, ceifando vidas, impõe necessariamente, algumas reflexões:

Será que precisamos de um ritmo tão acelerado de vida?

Será que é possível viver sob o aspecto material de forma mais simples?

Será que estamos ultrapassando alguns limites da natureza?

Muito mais do que o aspecto da letalidade do vírus, é preciso ligar-se em pontos um pouco mais profundos da existência humana, e que as respostas dadas às perguntas acima podem ajudar-nos neste aprofundamento.

Entretanto, muito mais do que responder as questões acima, uma certeza se impôs de maneira irrefutável, óbvia, mas que passa, quase sempre, despercebida por nós:

A fragilidade da vida física num mundo de provas e expiações.

Esta é a certeza que muitos não querem entender, talvez, por isso, se viva de forma tão intensa a vida da matéria esquecendo que ela - a vida material - pode findar-se por conta de um ser invisível aos nossos olhos, aqui, no caso, o coronavírus.

Esta pandemia traz-nos justamente a fragilidade humana, ou seja, a vida pode acabar em segundos.

Esta realidade perturbadora não quer ser vivida, então surge o pânico, o medo exacerbado de perder a vida orgânica.

Kardec e os bons Espíritos, entretanto, ao trazerem a ideia da imortalidade da alma colocam a vida material não como protagonista, mas, sim, como coadjuvante no processo de progresso do Espírito imortal. E, diga-se, coadjuvante não quer dizer sem importância, porém que há algo além desta vida física que existe e preexiste a ela, e que é a vida do espírito que não se finda, não se acaba, não se curva nem ao temido coronavírus.

Agora me apoio em O Livro dos Espíritos, “Lei de Destruição” para que possamos compreender um pouco mais sobre aquilo que os Espíritos denominaram de “flagelos destruidores”.

As questões que tratam dos flagelos

destruidores estão compostas no intervalo que vai da questão 737 até a 741. Kardec tenta compreender as razões pelas quais a humanidade, vez ou outra, é visitada por epidemias ou outros transtornos que lhes abala as estruturas físicas, orgânicas e psíquicas.

Para os bons Espíritos, os flagelos, e eis aqui o coronavírus, são necessários para fazer a humanidade progredir mais depressa.

Vejamos:

Jogue esta afirmação em sua vida e verifique, em suas lembranças, se as fases difíceis de sua vida o deixou, após o enfrentamento, mais forte ou mais fraco.

Recordo-me de um pensamento de Chico Xavier que trarei aqui com minhas palavras, mas sem destruir a essência. Diz Chico que agradeceu as dificuldades que teve na vida, pois foram elas que o fizeram progredir. O pensamento de Chico é semelhante ao que disseram os Espíritos a Kardec.

Mas, prossigamos com Kardec, pois ele objetiva saber se Deus, já que é tão bondoso, não teria meios mais suaves para promover o avanço dos seres humanos.

Os Espíritos dizem a Kardec que Deus faz isso todo tempo, e é a cegueira orgulhosa do homem que o impede de ver os meios mais suaves empregados para o progresso.

O fundamental é progredir moralmente para avançar na hierarquia dos mundos, abandonando, então, a categoria de expiação e provas, pois mundos que estão neste degrau necessitam, por conta do tal orgulho de seus habitantes, de alguns empurrões mais fortes das leis naturais.

Ora, então, qual o meio de progredir? Os próprios Espíritos dizem que é conhecendo o bem e o mal para distinguir joio e trigo.

Esta é a ideia: usar a inteligência para fazer o bem e elevar-se a um mundo cujo perfil não seja semelhante ao de prova e expiação.

Talvez o leitor (a) esteja espantado (a) e pergunte: “não há na Terra boas pessoas e que não merecem passar por essas epidemias e todo esse sofrimento?”

Eis aqui mais uma prova do protagonismo da vida espiritual diante da existência material. Como já dissemos,

portanto, aquilo que consideramos ser uma tragédia, no caso aqui a morte de pessoas boas, para os Espíritos é tão somente a destruição do corpo físico, o que não corresponde, nem de longe, a condição de Espírito, posto que este é imortal.

Para Deus, aliás, pouco importa se o Espírito está desencarnado ou encarnado, pois seu amor abraça a todos sem distinção. E isto é uma ideia extremamente consoladora, porque mostra que nada é mais forte do que a vida que se desenrola tanto aqui quanto no além-túmulo e segue obedecendo as mesmas leis naturais instituídas por Deus.

Kardec, ainda no tópico flagelos destruidores, tenta aprofundar-se um pouco mais.

A ideia de Kardec é saber se diante de uma pandemia, ou qualquer outro nome deste gênero, existem injustiçados. Os Espíritos, porém, não caem em contradição e reafirmam que mesmo na ocorrência da morte, essa existência é para o espírito que desencarna apenas um ponto diante do infinito.

Para analogia, ainda que pobre, vá ao quadro negro, aquele de professor, e faça um pequeno ponto branco. Após isto, olhe para o quadro e veja que o ponto representa pouquíssima coisa. Pois assim é nossa existência diante das inúmeras outras que virão, um

pequeno ponto desenhado num imenso quadro.

Os Espíritos querem sempre reforçar o olhar macro, abrangente no que concerne nossa vida. Um homem mais evoluído, portanto, não verá na morte o sinônimo da destruição, mas apenas uma mudança de condição espiritual, saindo da categoria de encarnado para entrar no time daqueles que vestem o uniforme da imortalidade.

Vale registrar, também, um importante comentário que Kardec traz ao final do tema flagelos destruidores:

Kardec fala da utilização da inteligência como um meio de prevenir, ou, ainda, vencer o flagelo destruidor.

O homem tem, portanto, na ciência que estuda as leis da matéria todas as condições de sair vitorioso na luta contra um flagelo que atualmente poderíamos chamar de Covid-19.

E ao colocar os óculos do futuro Kardec informa que o homem ao utilizar a inteligência pode preservar-se, e se a esta inteligência unir-se o sentimento de caridade, o homem poderá beneficiar a si e ao semelhante.

Nada diferente da realidade que vivemos hoje, que traz a importância da higiene e dos cuidados pessoais para preservar a nós, e o

isolamento social, num gesto de renúncia, porquanto fomos criados para viver em sociedade e rodeado de nossos afetos, em benefício do bem coletivo.

E, por falar em isolamento, Kardec trata na Revista Espírita, julho de 1867, deste assunto por causa de uma epidemia que ocorreu em Ilhas Maurício. Uma febre acometeu boa parte da população daquela ilha que, no século XIX, sem os recursos de hoje, teve muita gente que foi a óbito pela epidemia. O correspondente de Kardec em Ilhas Maurício escreve dizendo que o grupo espírita já estava disperso há 3 meses por causa da epidemia.

Alguma semelhança com o momento presente?

Em tempos de epidemia os grupos espíritas também se isolaram, mas percebemos que, mesmo à distância e com recursos limitados, os colegas espíritas da Ilhas Maurício seguiram correspondendo-se com a Sociedade Parisiense de Estudos Espíritas.

Contudo, hoje temos meios muito mais avançados de interagir e estudar do que os colegas do século XIX. O estudo do passado ajuda a espantar o desânimo pelo afastamento de nossos grupos, pois mostra que atualmente, não obstante à pandemia que atravessamos, ainda podemos gozar dos benefícios produzidos pela inteligência humana.

Portanto, espíritas... alegrai—vos! Esta fase há de passar breve... Muito breve...





Diante da ameaça crescente do coronavírus, espalhando-se pelos diversos países em cursas intensas de disseminação, é natural que nosso coração se comprima em preocupação e medo. No entanto, a educação de nossas emoções é fator primordial para que mantenhamos a resposta do nosso corpo fortalecida contra quaisquer agentes virais.

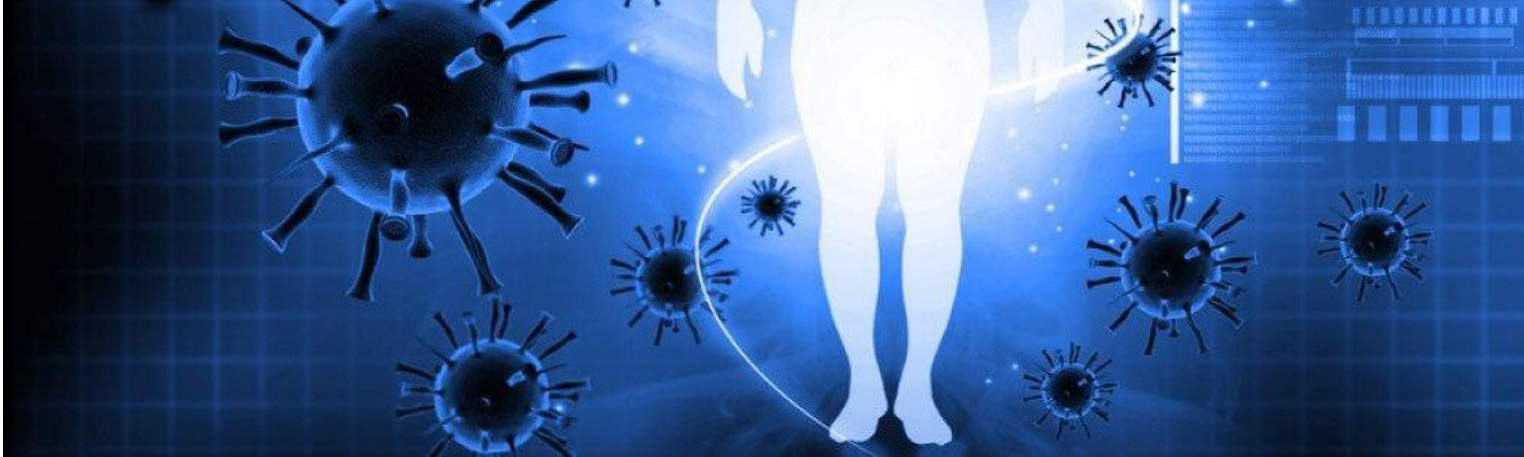
Buscamos compreender essa relação entre espírito e corpo em uma entrevista especial com Dr. Ricardo de Souza Cavalcante, médico infectologista e professor de pós-graduação em Doenças Tropicais, membro da Comissão de Controle de Infecção Relacionada à Assistência em Saúde (CCIRAS) do Hospital das Clínicas - Faculdade de Medicina de Botucatu – UNESP.

Dr. Ricardo é também presidente da Associação Médico-Espírita de Botucatu, vinculada ao Centro Espírita Caminho da Luz, bem como vice-presidente da Associação de Educação e Cultura Espírita Gabriel Delanne, e palestrante espírita.

[JME] No seu campo de estudo (infectologia), você tem conhecimento de pesquisas ou casos vivenciados que indiquem quais emoções, sentimentos ou crenças contribuem para a não infecção de indivíduos?

A ciência tem investigado esta questão há décadas. Um estudo muito interessante, realizado na década de 1980, avaliou 132 estudantes da Universidade de Harvard (EUA). Foram dosados os níveis de anticorpos, moléculas responsáveis pelo combate aos microorganismos, na saliva destes indivíduos após assistirem a dois tipos de vídeos: um que retrava os horrores da Segunda Guerra Mundial e outro sobre o trabalho benemérito de Madre Tereza de Calcutá. Após o primeiro vídeo, observou-se redução importante dos níveis de anticorpos enquanto que, após o segundo, estes níveis se elevaram. Diversos estudos têm demonstrado que o estresse emocional aumenta a chance das pessoas desenvolverem infecções de vias aéreas superiores, tal como a gripe e o resfriado comum, assim como a reativação das chamadas infecções latentes, como o Herpes simplex. O mecanismo fisiológico envolvido nesta questão também foi identificado. O estresse emocional promove a ativação constante do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, um sistema que integra o cérebro com a produção de hormônios em nosso organismo. Este eixo produz hormônios, tal como o

Imunidade à luz da ciência e do espiritismo



cortisol, que atuam sobre o sistema imunológico, reduzindo as defesas do organismo e, consequentemente, facilitando a invasão dos seres microscópios. Todos estes conhecimentos corroboram a ideia de que os sentimentos e, ou, emoções impactam de modo significativo no desenvolvimento de infecções.

[JME] Qual emoção, sentimento ou crença contribui mais para a baixa imunológica?

Assim como na ciência, na literatura espírita também encontramos muitas informações acerca desta questão. André Luiz, na obra "Evolução em Dois Mundos" (psicografia de Francisco Cândido Xavier e Waldo Vieira), afirma que os sentimentos negativos causam uma ruptura na harmonia celular, enfraquecendo nossas defesas e permitindo a invasão dos microorganismos. No mesmo sentido, Manoel Philomeno de Miranda, na obra Painéis da Obsessão (psicografia de Divaldo Pereira Franco) afirma que mau humor, pessimismo, revolta, ódio, ciúme, lubricidade e viciações de qualquer natureza causam degeneração celular, reduzindo sua capacidade funcional. Nesta obra, o autor espiritual apresenta o cenário de um sanatório de tuberculosos e esclarece como a vida mental e os comportamentos por nós assumidos são significativamente associados com o desenvolvimento de doenças infecciosas.

[JME] Quais recursos o espiritismo oferece que você conhece eficácia comprovada no tratamento ou prevenção de doenças?

Diante do exposto acima, certamente o melhor recurso oferecido pela doutrina espírita é a compreensão

acerca da importância da educação da alma. Afinal, este é o papel do espiritismo. Educar os sentimentos é medida essencial para todos nós e objetivo da vida. E certamente é a melhor prevenção diante de qualquer enfermidade, incluindo as infecções. Outros recursos têm sido estudados, como a aplicação do passe magnético. Aqui em Botucatu, estudamos o passe como terapia no controle da ansiedade, com resultados muito consistentes quanto ao seu benefício. Este estudo encontra-se publicado em periódico científico. Um grupo de pesquisadores da Associação Médico-espírita do Brasil, coordenados pelo Dr Giancarlo Luchettii, atualmente professor da Universidade Federal de Juíz de Fora - MG, publicou no ano de 2011 uma revisão das pesquisas até então realizadas, identificando os benefícios promovidos pela prece, passe, fluidoterapia, desobsessão, prática da caridade e educação espiritual.

[JME] Diante da pandemia que estamos passando, quais seriam suas sugestões de atitudes mentais, além das de higiene, que contribuem para o fortalecimento do indivíduo?

André Luiz, na obra "Evolução em Dois Mundos" (psicografia de Francisco Cândido Xavier e Waldo Vieira), afirma "Amparo aos outros cria amparo a nós próprios, motivo por que os princípios de Jesus, desterrando de nós animalidade e orgulho, vaidade e cobiça, crueldade e avareza, e exortando-nos à simplicidade e à humildade, à fraternidade sem limites e ao perdão incondicional, estabelecem, quando observados, a imunologia perfeita em nossa vida interior, fortalecendo-nos o poder da mente na autodefensiva contra todos os elementos

destruidores e degradantes que nos cercam e articulando-nos as possibilidades imprescindíveis à evolução para Deus". Cultivar as virtudes ensinadas por Jesus permitem-nos estabelecer outro padrão de vida mental, mais salutar e que nos protege das invasões microbianas.

[JME] Na visão médico-espírita, epidemias como estas têm um porquê ou para quê?

Quem nos esclarece acerca disto é Allan Kardec, no capítulo VI (Da Lei de Destruição), terceira parte de O Livro dos Espíritos. Os flagelos que afetam a humanidade, dos quais incluem-se pandemias, são importantes para promover uma aceleração no progresso da humanidade. Este estado de crise permite a criatura humana o desenvolvimento de virtudes e comportamentos mais coerentes com as leis divinas, e isto se dá de forma coletiva. Em geral, os prejuízos observados na crise, como na pandemia, são de ordem material. São perdas econômicas, perda de recursos materiais, perda da vida, pois muitos desencarnam neste processo. Mas se mudarmos a perspectiva pelo qual se observa o fenômeno, se tomarmos como ponto de referência o Espírito imortal, observaremos que os danos são pequenos. A vida terrena é uma gota no oceano perante a existência do Espírito. Os benefícios morais que se pode alcançar no enfrentamento de uma pandemia são imensamente superiores aos danos materiais por ela causados, tanto no plano individual como coletivo. Por isso é essencial que saibamos enfrentar esta situação. Os Espíritos da codificação afirmam a Kardec: “Os flagelos são provas que dão ao homem ocasião de exercitar a sua inteligência, de demonstrar

sua paciência e resignação ante a vontade de Deus e que lhe oferecem ensejo de manifestar seus sentimentos de abnegação, de desinteresse e de amor ao próximo, se o não domina o egoísmo.” Estamos diante de oportunidade ímpar para cultivar virtudes e contribuir para o crescimento moral da humanidade.

[JME] Qual a sua orientação aos leitores?

Estamos vivendo um momento especial. Diariamente, recebemos um grande "bombardeio" de informações, reais ou não. Por nossa imaturidade espiritual, ainda pouco confiantes em Deus, estabelecemos o clima de pânico e desespero. São sentimentos improdutivos e que apenas agravam a situação. Não devemos olvidar que a ciência, que muito se desenvolveu, traz importantes medidas para nos auxiliar na redução dos efeitos destrutivos desta pandemia. É a oportunidade para que a criatura humana, em conjunto, desenvolva seu intelecto para um bem comum. Por isso, seguir as recomendações governamentais, embasadas no conhecimento científico, é essencial. Também devemos reconhecer que o pensamento é ferramenta preciosa para a construção de um ambiente íntimo de paz e felicidade. É imperativo manter a tranquilidade, a fé e a confiança em Deus, buscar a leitura edificante e a prece para o fortalecimento interior e auxiliar tanto quanto possível. Que, perante a dificuldade que enfrentamos neste momento, possamos nos tornar mais cristãos



Dr. Ricardo de Souza Cavalcante
Médico Infectologista Espírita



Tenhamos fé

Mauro Pompílio

Segundo escreveu sábio persa da antiguidade – IBN SINA – polímata, médico e filósofo, “a imaginação é a metade da doença, a tranquilidade é a metade do remédio e a paciência é o começo da cura”.

Por seu lado a FÉ, segundo ensina JOANA DE ANGELIS (Livro ESTUDOS ESPIRITAS, psicografia de Divaldo Pereira Franco), “no sentido comum é a crença em algo. É inata em todos os homens, procede da ancestralidade do espírito, resultante de experiências objetivas que se lhe implantaram no inconsciente e cada vez mais se fixa pelo processo automático em que se fundamenta. Tem a pro-

priedade de abrasar o espírito e quando honestamente elaborada é calma e fecunda, propiciando equilíbrio físico e psíquico à vida humana.” E continua: “Indubitavelmente, para qualquer edificação a fé se eleva a fator precípua, através da qual se levantam e materializam os ideais de enobrecimento da humanidade”.

De seu turno, em sua carta o Apostolo Tiago assevera que “a fé sem obras é inoperante”, acrescentando KARDEC, após ouvir os espíritos sábios, que “a fé inabalável só o é a que pode encarar frente a frente a razão, em todas as épocas da humanidade”.

Assim, acrescido à fé

inata o fruto das nossas experiências e do nosso raciocínio a nos indicar a razoabilidade ou não da nossa fé, permitido é concluir que o crente em DEUS dispõe de bastão firme em que se arrimar no enfrentamento das vicissitudes da vida. Embasados na estrutura psicológica da tranquilidade e da paciência e tendo presente a assertiva do DIVINO MESTRE de que se tivermos FÉ do tamanho de um grão de mostarda moveremos as montanhas das nossas aflições, espanquemos o medo e enfrentemos com altivez e coragem a tempestade fluente dos vírus que assolam o nosso planeta azul. Tenhamos fé, pois sem dúvida, COM JESUS VENCEREMOS.



Photo by Miguel Bruna on Unsplash

Fortaleça-se na Doutrina e modele a sua saúde

Mauro Ferreira Jorge



Novamente, os tempos atuais parecem um tanto sombrios e nos sentimos com medo e desamparados, mas lembremo-nos de todas as mensagens e conhecimentos abençoados chegados até nós no decorrer de nosso caminhar. Como espíritas, recebemos preciosas informações que se alinham ao pensamento da ciência, corroborando com verdades que se solidificam cada vez mais no campo dos males físicos, nos problemas da ansiedade e todos os seus derivados psíquicos, além da estreita interrelação entre ambos nos diversos distúrbios normalmente por nós apresentados. Como nos diz Emmanuel:

“A cólera e o desespero, a crueldade e a intemperança criam zonas mórbidas de natureza particular no cosmo orgânico, impondo às células a distonia pela qual se anulam quase todos os recursos de defesa, abrindo-se leira fértil à cultura de micróbios patogênicos nos órgãos menos habilitados à resistência” (Pensamento e vida, Chico Xavier).

Assim, seguindo o caminho amplamente mencionado pelos orientadores amigos do além, nossos sentimentos e pensamentos menos dignos interferem indiscutivelmente em nossa organização:

a) A partir da assimilação dos fluídos espirituais que fazem parte de nossa individualidade e que compõem o perispírito,

abrangendo a organização e a estrutura dos nossos órgãos espirituais e os nossos inúmeros centros de força.

b) No funcionamento correto dos nossos vários chacras (principais e secundários) existentes no corpo vital e no acúmulo preciso e indispensável dos nossos fluídos vitais (ectoplasma).

c) Na interface dos nódos desse corpo vital (canais em que fluem as energias) com os pontos acupunturais.

d) Na recepção dessas energias pelo sistema nervoso central e periférico, sistema glandular, sistema vascular e na assimilação por parte dos tecidos e células que compõem o nosso corpo físico.

A partir desses compromimentos gradativos, surgem distúrbios psíquicos e doenças físicas que costumeiramente trazem dores e aflições. Apesar de tudo, mais uma vez vem os expoentes da Doutrina Espírita nos trazer alento, quando nos dizem:

“É principalmente perante o sofrimento que se mostra a necessidade, a eficácia de uma crença robusta, poderosamente assente, ao mesmo tempo, na razão, no sentimento e nos fatos, e que explique o enigma da vida, o problema da dor” (Léon Denis). “Frequentemente, aflição é a nossa própria ansiedade, respeitável, mas inútil, projetada para o futuro, mentalizando ocorrências menos felizes que, em muitos casos, não se verificam como

supomos e, por vezes, nem chega a surgir” (Emmanuel). “Nas suas aflições, olhe abaixo de você não acima; pense naqueles que sofrem ainda mais que você” (Kardec).

“Se desejas penetrar a essência divina da dor, alonga o próprio olhar acima do círculo estreito das tuas cogitações e busca entender os problemas e as necessidades dos outros. [...] Experimenta ver mais longe. No momento em que te colocares na alma do teu semelhante, compreendendo-lhe as dores e enigmas, haverá no imo de seu coração grande e abençoado espaço para a verdadeira fraternidade e, então, a dor, de qualquer espécie, surgirá aos teus olhos imortais por divina luz” (Emmanuel).

“Toda vez que a Justiça Divina nos procura para acerto de contas, se nos encontra trabalhando em benefício dos outros, manda a Misericórdia Divina que a cobrança seja suspensa por tempo indeterminado” (Chico Xavier). “Em todas as coisas Deus quer o nosso bem, e para alcançá-lo segue caminhos, ora claros, ora misteriosos, mas constantemente apropriados a nossas necessidades. Se nos separa daqueles que amamos, é para fazer-nos achar mais vivas as alegrias do regresso. Se deixa que passemos por decepções, abandonos, doenças, reveses, é para obrigar-nos a despregar a vista da Terra e elevá-la para Ele, a procurar alegrias superiores àquelas que podemos provar neste mundo” (Léon Denis).

Apesar de parecido com outras pandemias pelas quais passamos, em um momento tão delicado como este, sobre o coronavírus, onde as incertezas, o medo e o

desânimo estão presentes, que essa prece de Abgail para o seu irmão Jeziel, no livro “Paulo e Estevão” possa transmitir a todos os melhores sentimentos de resignação e coragem:

**Senhor Deus, pai dos que choram,
Dos tristes, dos oprimidos,
Fortaleza dos vencidos,
Consolo de toda a dor,
Embora a miséria amarga
Dos prantos de nosso erro,
Deste mundo de desterro,
Clamamos por vosso amor!
Nas aflições do caminho,
Na noite mais tormentosa,
Vossa fonte generosa
É o bem que não secará...
Sois, em tudo, a luz eterna
Da alegria e da bonança
Nossa porta de esperança
Que nunca se fechará.
Quando tudo nos despreza
No mundo da iniquidade
Quando vem a tempestade
Sobre as flores da ilusão!
Ó Pai, sois a luz divina,
O cântico da certeza,
Vencendo toda aspereza,
Vencendo toda aflição.
No dia da nossa morte,
No abandono ou no tormento,
Trazei-nos o esquecimento
Da sombra, da dor, do mal!...
Que nos últimos instantes,
Sintamos a luz da vida
Renovada e redimida
Na paz ditosa e imortal.**



— *E, tendo medo, escondi na terra o teu talento...*

Mateus, 25:25

Assim como aconteceu com o servo da parábola, nossos passos de agora estão revestidos de temor, pois a situação vivida não é exatamente a que almejávamos. Da mesma forma, por mais rude que seja o momento atual, a pior maneira de enfrentá-lo será o temor generalizado.

Mais do que nunca, é preciso alimentar a abençoada chama divina que nos foi implantada no íntimo do coração, a fim de enfrentarmos as sombrias estradas em que fomos lançados pelas circunstâncias.

Como falar em benemerência quando todos estamos nos sentindo impotentes e inseguros?

A humanidade já vivenciou inúmeros momentos dolorosos. Um dos mais icônicos foi a condução de Jesus ao madeiro infame, seguida da defecção dos discípulos e dos martírios dos

seus seguidores.

Mesmo assim, horas antes da suprema agonia, o Mestre, antevendo a dor e o desapontamento que se seguiriam, com vigorosa serenidade assim se pronunciou:

... a vossa tristeza se converterá em alegria

João, 16:20.

A grandiosidade do Cristo vislumbrou, naquela bagagem de sofrimentos, a construção de fortes alicerces para uma nova vida, repleta de paz e alegria para a humanidade.

Isso significa que devemos, resignadamente, suportar os embates dos tempos atuais, conformando-nos com uma vida futura, na espiritualidade maior?

Também isso.

Acima de tudo, porém, nas proféticas palavras de Jesus, devemos reconhecer que o momento delicado e doloroso por que passa a humanidade surgiu como adubo divino, para que ressurassem os bons

sentimentos.

A autêntica alegria cristã não compactuará com os desmandos da inconsciência, vigorosamente defendidos por aqueles que se distanciaram da justiça divina. Ela surgirá com a conscientização das criaturas de que a dor surge quando falha o sentimento.

Lembre-mo-nos, com Simonetti, que o Espiritismo nos permite superar a visão estreita do homem perecível, para alcançar a visão ampla do espírito imortal. A Doutrina Espírita, como a mais avançada mensagem até hoje oferecida à humanidade, permite-nos, tanto quanto possível, aproximarmos-nos, com o exercício da inteligência, das razões de Deus para nossas vidas.

O triste quadro social que, infelizmente, começa a tomar corpo no mundo, em proporções epidêmicas, principalmente nos grupamentos distantes da espiritualidade e do trabalho

edificante, reflete o modelo de vida daqueles que estão procurando a felicidade no lugar errado.

Encerremos com uma curiosa história de Humberto de Campos, que nos mostra como o medo pode modificar até uma guerra.

Reunidas em Pirajá, as tropas brasileiras desenvolviam daí, em 1822, o cerco do general Madeira, encurralado na Bahia com o restante das forças portuguesas. A 8 de dezembro, Madeira lança um contingente de 2.000 homens contra a ala direita dos sitiante, levando-os de roldão.

Chegam reforços de parte a parte, e os lusitanos vão triunfar, quando o coronel brasileiro Barros Falcão, prevendo a derrota e querendo salvar o resto dos seus homens, ordena ao clarim Luiz Lopes, português de nascimento, mas que abraçara, aí, a causa da independência:

— Toca "retirar!"

O soldado leva o clarim à boca e o toque que se

ouve é:

— "Avançar, cavalaria!"

E logo outro:

— "Degolar!"

Apavorados com o que ouviam, os portugueses, quase vitoriosos, recuam, os brasileiros ganham ânimo e avançam de novo. Estava ganha a batalha.

Diz Emmanuel que, sem a presença do Cristo em nossas vidas, seremos frágeis criaturas, expostas aos desenganos e aos sofrimentos reparadores. Útil seria, para a proteção de nossa vulnerabilidade física e espiritual, que considerássemos o planeta como uma imensa escola de trabalho, pois ainda somos seres necessitados de aprimoramento e iluminação.

Referências: A Presença de Deus, de Richard Simonetti; Caminho, Verdade e Vida, de Emmanuel; Pontos e Contos, de Irmão X; Fonte Viva, de Emmanuel; O Brasil Anedótico, de Humberto de Campos.



A fé, a esperança e a oração

Carlos Eduardo Luz

O soar do sino ao longe é a voz de Deus nos convocando à oração.

Em tempos de grandes dificuldades, ouvimos também o chamamento dos sinos da dor soando na intimidade de nossa consciência nos convidando orar e assim nos despertando para buscar no Mais Alto o lenitivo da fé e da esperança.

Em termos de Cristianismo à luz da Doutrina Espírita, a esperança é expectativa futura do bem que sempre virá. Uma oração com

fé e trabalho transformam esta expectativa em realidade. Desta forma, esperança, oração, fé e trabalho definem o projeto e a construção da nossa realidade.

Assim posto, poderemos concluir que a esperança futura do bem que sempre virá, trabalhada por uma fé fortalecida, é certeza de um porvir de paz e de felicidade que se inicia no agora, como podemos inferir nos Evangelhos que atribui poder colossal à fé, mesmo em

proporção figurada com o minúsculo grão de mostarda.

Mas, como fortalecer a fé?

Buscando fundamentar o que se crê em bases racionais e se esta crença for assim validada, se tornará certeza e desta forma é capaz de trazer solução efetiva para um problema visado.

Vindo para o campo da realidade na qual vivemos, para fortalecermos mais e mais em nós a fé, devemos então estudar profundamente o

Espiritismo Cristão, instrumentalizados pelas ferramentas do livre-arbítrio e da inteligência, atributos do ser humano que somos. Fazer isto é empregar nossas escolhas e questionamentos buscando compreender as palavras do texto do Evangelho iluminadas pelo conhecimento Espírita.

Com este proceder metódico em nosso estudo e reflexão, poderemos então pelo conhecimento e vontade, desconstruirmos em nós os preconceitos e superstições que acumulamos em nosso Ser profundo, reformando o nosso universo íntimo em termos de fé raciocinada e que será por isso inabalável em qualquer tempo, como nos assegurou o Codificador.

Voltando mais ainda para a aplicação prática no nosso dia a dia, estudando e conhecendo o Espiritismo, trocaremos progressivamente em nós a ansiedade, o medo, as incertezas e mágoas, pela paz serena trazida pela consciência de que somos filhos de um Deus de Amor. Ele na sua onisciência tudo vê e sabe que tudo que nos acontece, individualmente e coletivamente, vem para o bem do ser imortal que somos.

Ele sabe também que agregamos em nós ao caminharmos no solo infinito dos tempos, mais e mais conhecimentos que não são outros senão os dos ensinamentos do Nazareno quando se referiu aos tesouros que a traça não rói e que o ladrão não rouba.

Assim sendo, mesmo que nos vejamos ameaçados pela perda maior na Terra que é a veste biológica deste referido Ser imortal que somos, caminhemos confiantes na bondade do Nosso Pai de Amor que do alto, nos vê em trajetórias entre curvas, retas, pântanos, vales e montanhas e de lá nos dirige segundo nossa necessidade para chegarmos ao nosso destino de perfeição. Lá, quando chegarmos a este destino, com toda a certeza receberemos Dele como prêmio merecido a paz e a felicidade por nossa contribuição na obra universal do bem atestado pela nossa dedicação ao nosso próximo e o nosso empenho em nos melhorarmos de forma contínua em inteligência, sabedoria e em nossa capacidade de dar e receber afeto.



Educação Espírita da Infância

Márcio Augusto Campos (Guto)

“...subiu a um monte, e, assentando-se...”

Continuando o esforço de compreender os termos das mensagens que Jesus nos deixou, traduzindo em pequenos exercícios na Educação Espírita da Infância que servem de estímulos para a prática do bem, neste mês de março demos sequência à mensagem do evangelista Mateus (5:1) para amadurecermos um pouco mais os aspectos da nossa infância moral.

Quando o Mestre sobe o monte se preparando para divulgar as bem-aventuranças, nos traz muito mais que o movimento mecânico de estar num ponto fisicamente mais alto que a multidão que o cercava. Ao se preparar para trazer estímulos de orientação que haveria de conduzir a todos a uma vida mais feliz, Ele se eleva, ou seja, busca orientação de Deus para a execução do seu trabalho. Aí

está a subida do monte.

Para os adultos de hoje, a orientação remete ao esforço que cada indivíduo deve fazer para executar suas ações na Terra de maneira também elevada, buscando sempre e primeiramente atender aos desígnios de Deus. E nós ressaltamos que todo trabalho na vida material que proporcione o bem de forma geral, por mais simples que seja, é digno de ser abençoado pelo amor de Deus. Com as crianças, trazemos reflexões sobre a importância de se fazer o bem onde estiver, seja em casa, na escola ou entre amigos, pois estessão seus labores.

Já o ato de assentar-se nos remete ao exercício da humildade e da aproximação que devemos ter daqueles que deveremos servir. Todo trabalho é serviço e todo trabalhador serve. Ainda que

as questões secundárias de subsistência prevaleçam nos interesses humanos, por princípio da natureza moral, todo serviço é aproveitado por Deus.

Jesus, na grandeza intelectual e moral que O caracterizava, exemplifica a necessidade de nos aproximarmos nestes dois aspectos para que o serviço seja efetivo e não se traduza numa prática de humilhação. Também nos ensina que podemos servir melhor nos debruçando e conhecendo melhor as reais necessidades do próximo, se juntarmos com o primeiro trecho da frase do evangelista, a qual tratamos no mês anterior.

Desde cedo podemos trabalhar com as crianças o olhar horizontal para a realidade do mundo e das pessoas, sem um falso sentimento de superioridade,



pois podemos até compreender um pouco mais que outros alguns aspectos da vida, porém estamos longe de compreender a maioria deles. Quando nos entendemos com

o que já sabemos e tentamos perceber o que ainda não aprendemos – o que é mais difícil, nos habilitamos automaticamente a subir mais.

Momento Jovem Espírita

Por Joanna de Ângelis

Mensagem aos jovens



Que Deus abençoe a juventude!

Os jovens são as primeiras luzes do amanhecer do futuro.

Cuidar de os preservar para os graves compromissos que lhes estão destinados constitui o inadiável desafio da educação.

Criar-se condições apropriadas para o seu desenvolvimento intelectual e espiritual, é o dever da geração moderna, de modo que venham a dispor dos recursos valiosos para o desempenho dos deveres para os quais renasceram.

Os jovens de hoje são, portanto, a sociedade de amanhã, e essa, evidentemente, se apresentará portadora dos tesouros que lhes sejam propiciados desde hoje para a vitória desses nautas do porvir.

Numa sociedade permissiva e utilitarista como esta vigoram os convites para a luxúria, o consumismo, a excentricidade irresponsáveis.

Enquanto as esquinas do prazer multiplicam-se em toda parte, a austeridade moral banaliza-se a soldo das situações e circunstâncias reprocháveis que lhes são oferecidas como objetivos a alcançar.

À medida que a

promiscuidade torna-se a palavra de ordem, os corpos jovens, ávidos de prazer, afogam-se no pântano do gozo para o qual ainda não dispõem das resistências morais e do discernimento emocional.

Os apelos a que se encontram expostos desgastam-nos antes do amadurecimento psicológico para os enfrentamentos, dando lugar, primeiro, à contaminação morbosa para a larga consumpção da existência desperdiçada.

Todo jovem anseia por um lugar ao Sol, a fim de alcançar o que supõe ser a felicidade.

Informados equivocadamente sobre o que é ser feliz, ora por castrações religiosas, familiares, sociológicas, outras vezes, liberados excessivamente, não sabem eleger o comportamento que pode proporcionar a plenitude, derrapando em comportamentos infelizes...

Na fase juvenil o organismo explode de energia que deverá ser canalizada para o estudo, as disciplinas morais, os exercícios de equilíbrio, a fim de que se transforme em vigor capaz de resistir a todas as vicissitudes do processo evolutivo.

Não é fácil manter-se jovem e saudável num grupo social pervertido e sem sentido

ou objetivo dignificante...

Não desistam os jovens de reivindicar os seus direitos de cidadania, de clamar pela justiça social, de insistir pelos recursos que lhes são destinados pela Vida.

Direcionando o pensamento para a harmonia, embora os desastres de vário porte que acontecem continuamente, trabalhar pela preservação da paz, do apoio aos fracos e oprimidos, aos esfaimados e enfermos, às crianças e às mulheres, aos idosos e aos párias e excluídos dos círculos da hipocrisia, é um programa desafiador que aguarda a ação vigorosa.

Buscar a autenticidade e o sentido da existência é parte fundamental do seu compromisso de desenvolvimento ético.

A juventude orgânica do ser humano, embora seja a mais longa do reino animal, é de breve curso, porquanto logo se esboçam as características de adulto quando os efeitos já se apresentam.

É verdade que este é o mundo de angústias que as gerações passadas, estruturadas em guerras e privilégios para uns em detrimento de outros, quando o idealismo ancestral cedeu lugar ao niilismo aniquilador e a força do poder predominava, edificaram como os ideais de vida para a

Humanidade.

É hora de refazer e de recompor.

O tempo urge no relógio da evolução humana.

Escrevendo a Timóteo, seu discípulo amado, o apóstolo Paulo exortava-o a ser sóbrio em todas as coisas, suportar os sofrimentos, a fazer a obra dum evangelista, a desempenhar bem o teu ministério.^(*)

Juventude formosa e sonhadora!

Tudo quanto contemples em forma de corrupção, de degradação, de miséria, é a herança maléfica da insensatez e da crueldade.

Necessário que pares na correria alucinada pelos tóxicos da ilusão e reflexiones, pois que estes são os teus dias de preparação, a fim de que não repitas, mais tarde, tudo quanto agora censuras ou te permites em fuga emocional, evitando o enfrentamento indispensável ao triunfo pessoal.

O alvorecer borda de cores a noite sombria na qual se homiziam o crime e a sordidez. Faze luz desde agora, não te comprometendo com o mal, não te asfixiando nos vapores que embriagam os sentidos e vilipendiam o ser.

É o amanhecer! Indispensável clarear todas as sombras com a soberana luz do amor e caminhar

com segurança na direção do dia pleno.

Não te permitas corromper pelos astutos triunfadores de um dia. Eles já foram jovens e enfermaram muito cedo, enquanto desfrutas do conhecimento saudável da vida condigna.

Apontando o caminho a um jovem rico que O interrogou como conseguir o Reino dos Céus, Jesus respondeu com firmeza: – Vende tudo o que tens, dá-o aos pobres, e terás um tesouro nos Céus, depois vem e segue-me...⁽¹⁾ iniciando o esforço agora.

Não há outra alternativa a seguir.

Vende ao amor as tuas forças e segue o Mestre Incomparável hoje, porque amanhã, possivelmente, será tarde demais.

Hoje é o teu dia. Avança!

Psicografia de Divaldo Pereira Franco, na sessão mediúnica da noite de 22 de julho de 2013, no Centro Espírita Caminho da Redenção, em Salvador, Bahia, data da chegada do Papa Francisco ao Brasil, para iniciar a 28ª Jornada Mundial da Juventude.

^(*) II Timóteo 4:5. ⁽¹⁾ Mateus 19:21.

Notas da Autora espiritual.

Edifique-se sem sair de casa

- REUNIÕES PÚBLICAS ao vivo - Segundas, quartas e sextas-feiras às 20h / Terças e quintas às 15h e aos domingos às 9h da manhã.
- REENCONTRO – Quarta-feira, das 9h às 10h. Estudo de artigos espíritas variados. Programa apresentado por Sidney Fernandes e Theo de Oliveira.
- PERGUNTANDO E APRENDENDO – Terça-feira, das 18h às 19h30. Programa de perguntas e respostas e interação com os espectadores apresentado por Jonatas, Luiz Antônio de Mello e convidados.
- CEAC NO LAR – Quarta-feira, das 18h30 às 19h30 - Estudo do evangelho no lar.
- ACALMA A ALMA – Quinta-feira, das 18h às 19h - Estudo de livros. No momento está sendo feito o estudo do livro O PRINCIPIANTE ESPÍRITA – Allan Kardec.
- PINGA-FOGO – Sexta-feira, das 15h às 17h. Programa de perguntas e respostas e interação com os espectadores apresentado por Sidney Fernandes, Reginaldo Viana e Theo Oliveira.
- DESPERTAR – Entrevistas (veja programação do mês no quando ao lado)

Coluna 1	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
9h			Reencontro				Palestra Pública
13h30			Despertar				
15h		Palestra Pública		Palestra Pública	Pinga-fogo		
16h		Perguntando e aprendendo			Despertar		
18h							
18h30			CEAC no Lar	Acalma a alma			
19h			Despertar		Despertar		
20h	Palestra Pública	Palestra Pública	Palestra Pública	Palestra Pública	Palestra Pública	Palestra Pública	Palestra Pública

Produção:



programa

DESPERTAR

Março

2020

01, 03 e 05 - MAURO SEBASTIÃO POMPÍLIO - O EVANGELHO DE JESUS - 1

08, 10 e 12 - MAURO SEBASTIÃO POMPÍLIO - O EVANGELHO DE JESUS - 1

15, 17 e 19 - DEPUTADO FEDERAL RODRIGO AGOSTINHO - ENTREVISTA

22, 24 e 26 - MAURO SEBASTIÃO POMPÍLIO - CAMINHO VERDADE E VIDA - 1

29, 01 e 03/05/20 - MAURO SEBASTIÃO POMPÍLIO - CAMINHO VERDADE E VIDA - 1

Quarta-feira - 9h - TV PREVE - Canal 31 UHF aberto,

32 Digital, 17 NET / Quarta-feira - 13h30 e 19h - TV CEAC

Sexta-feira - 15h30 - TV PREVE - Canal 31 UHF aberto,

32 Digital, 17 NET / Sexta-feira - 16h e 19h - TV CEAC

AGORA TAMBÉM AOS DOMINGOS, PELA TV PREVE, ÀS 15h30

Palestras do CEAC agora na rádio FM



A RÁDIO 87,9 FM BAURU já está transmitindo as palestras do CEAC de segunda, quarta, sexta-feira, sábado e domingo, às 20 horas. Sempre é bom lembrar que continuam as transmissões via internet (site, youtube e facebook do CEAC) e que as palestras de sábado são virtuais, sem a presença de público.

SINTONIZE

Canal no Youtube: <https://www.youtube.com/user/tvceacbauru>

Inscriva-se e ative o sininho de notificação para ser avisado sempre que iniciar um programa.

Página do Facebook: <https://www.facebook.com/1919ceacbauru/>.

Radioceac: www.radioceac.com.br ou baixe o App gratuito em seu celular (Google Store).

COMUNICADO

Nossa casa segue em suspensão geral de tarefas até segunda ordem, tendo em vista a segurança de todos e as recomendações das autoridades sanitárias.

Assim, seguem suspensas todas as atividades doutrinárias (palestras, UNICEAC, grupos mediúnicos, passe, atendimento fraterno, etc), bem como fechadas as fontes de arrecadação de recursos (bazar, clube do livro, livraria, editora CEAC, telemarketing e Café CEAC). Mantem-se apenas o serviço do Albergue Noturno – Casa de Passagem e o escritório.

Informaremos o retorno às atividades assim que possível e seguro para todos em nossas redes sociais.



Expediente

Jornal

Momento

Espírita

Coordenação:

Leopoldo Zanardi

Editora: Ângela Moraes

Reportagens: Carla Messias

Articulistas: Sidney Fernandes,

Wellington Balbo, Mauro Ferreira Jorge,

Mauro Pompílio e Carlos Eduardo Luz.

Colaboração: Márcio Augusto Campos

Projeto Gráfico: Rafael de A. Franqueira

R. 7 de Setembro, 8-30,

Bauru-SP - CEP 17015-031

Fone: (14) 3366-3232

www.ceac.org.br

Fale conosco:

momento_espirita@hotmail.com

Os artigos publicados não

representam necessariamente

a opinião do Jornal M.E.

Diretoria

CEAC

Presidente: José Silvio Turini

Vice-Presidente:

Mauro Sebastião Pompílio

Diretor Administrativo:

Márcio Guaranha Merighi

Diretor de Divulgação:

Sidney Francese Fernandes

1º Tesoureiro: Uriel de Almeida

2º Tesoureiro:

Nelson Sonoda Jiniti

Diretor de Patrimônio:

Nilton José Gallo

Diretores Auxiliares:

Carlos Eduardo Noronha Luz

Gislaine Cury Monari Garcia

Mônica Bueno de Araujo Dabus

Conselho Fiscal:

Marta Scarelli

Patrícia de Oliveira Bastos Bono

Rosana Aparecida Da' Evedove

Suplentes:

Fábio Eduardo da Silva

Maria Moreno Perroni

Mauro Fonseca Ferreira Jorge



Caderno FilantropiaCEAC

Caderno Especial - Ano III - Nº 33 - Abril/ 2020 / Bauru-SP

Por Ângela Moraes e Carla Messias

Crianças conscientes da prevenção contra Coronavírus

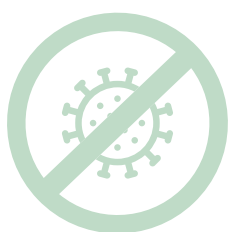
Os projetos sociais do Centro Espírita Amor e Caridade em concordância com as determinações das autoridades de saúde e de assistência social, suspendeu as atividades dos projetos ligados às crianças em meados de março, como importante medida de prevenção ao contágio por Coronavírus.

Para que as crianças sejam também agentes da multiplicação das formas de prevenção, os educadores trabalharam conscientização, informações sobre as formas de contágio, higiene pessoal e coletiva, entre outras. Confira:



Oficina de máscara em tecido

Conhecendo as formas de prevenção



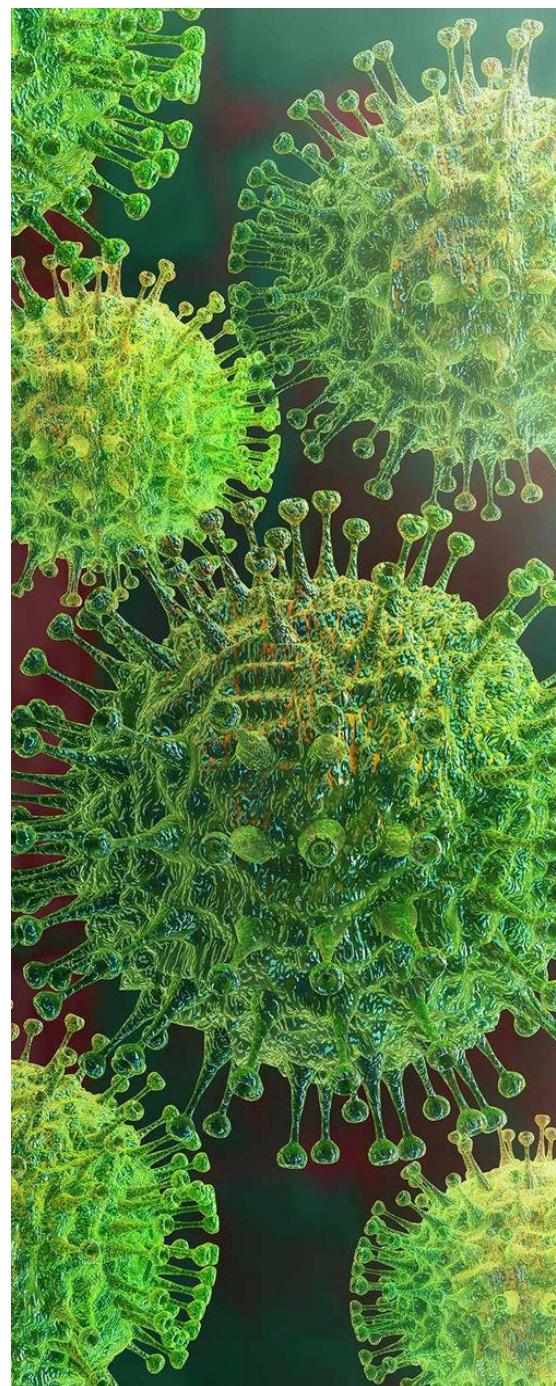
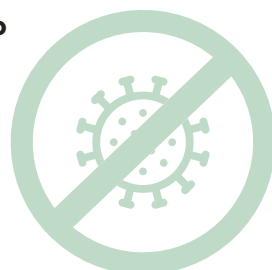
Tira dúvidas



Palestras educativas



Aprendendo sobre prevenção



Albergue noturno NÃO para

O acolhimento a população em situação de rua ou migrantes no Albergue Noturno continua, de forma a não cessar um importante serviço, mas com ações de cautela e prevenção:

- Atividades socioeducativas
- Alterou-se horário de banho, reduzindo para fluxo de 2 em 2 pessoas.
- Usuários estão sendo convidados a permanecerem no pátio aberto e não mais na sala de espera da recepção.
- Voluntários que estão no grupo de risco foram orientados a não comparecerem aos plantões.

Até o fechamento desta edição, o Albergue poderá alterar o funcionamento, conforme determinações das autoridades ou desempenho da pandemia.



O Centro Espírita Amor e Caridade possui seis núcleos de assistência socioeducativas com 11 diferentes Projetos Sociais beneficiando 1.015 crianças, 65 adultos em cursos profissionalizantes, além do Albergue Noturno que realiza mais de 400 atendimentos com encaminhamento social, 55 reabilitandos internos e cerca de 1.500 pernoites/mês.

Atividades de promoção social no Projeto Nova Esperança



O Projeto Nova Esperança desenvolve diversas atividades aos domingos com crianças e adultos, além da entrega de um delicioso lanche, preparado com muito carinho.

As atividades de informática, recreação e práticas esportivas objetivam promover os participantes, levando a eles conhecimentos para traçar caminhos. Segundo uma das voluntárias que realiza o trabalho com as crianças, Rosely Vital Okabe, é possível

perceber que há dificuldades e desafios para que essas se interessem e participem com maior desempenho da aprendizagem, contudo o que o projeto oferece é uma estrutura muito boa com pessoas interessadas que promovem esse momento.

As atividades do projeto atendem pessoas que residem no entorno do bairro Nova Esperança e está aberto para receber novos voluntários.

Inclusão Produtiva recebe visita especial

No mês de fevereiro, o Inclusão Produtiva recebeu a visita do coordenador de vendas Cristian Pedruzzi e do ex aluno do programa, Helder Luiz Julião Rosa - representante comercial, ambos de uma empresa bastante conhecida

em toda a região, que também trabalha com materiais elétricos. O propósito foi reforçar a parceria, com o objetivo de levar experiências do mercado, desenvolvendo habilidades e competências exigidas no mundo do trabalho.



Acesse nosso site e redes sociais!



Centro Espírita
AMOR E CARIDADE
Bauru SP



100 Anos
DE AMOR E
CARIDADE

www.ceac.org.br

Centro Espírita Amor e Caridade - CEAC Bauru

Desenhando caricaturas no Projeto Crianças em Ação

Os participantes do Projeto Crianças em Ação receberam oficinas de desenhos e caricaturas, bem como as técnicas e noções para elaborar um bom trabalho. Na oportunidade, foi oferecido também um especial café, tornando a manhã das nossas crianças e adolescentes mais gostosa e feliz.



Atividade de conscientização do Projeto Girassol



As crianças e adolescentes do Projeto Girassol, orientados pelos educadores, iniciaram as atividades de “Combate ao Mosquito Aedes Aegypti” e

prevenção a dengue. O início da programação aconteceu com atividades de conservação, manutenção e limpeza da praça pública localizada nas proximidades do Projeto. A

primeira ação foi a coleta de todos os materiais inservíveis que provavelmente por descuido das pessoas ou devido ao vento foram parar naquele local, após o que, iniciou-se a manutenção e embelezamento da praça.

A movimentação dos nossos participantes devidamente uniformizados e identificados, chamou a atenção de uma equipe de reportagens da TV local, que parou para um “take” e “bater um papo” com as crianças, adolescentes, educadores e transeuntes.

Além da limpeza e, dependendo da ajuda de patrocínios, o projeto pretende realizar o plantio de algumas mudas de flores e a pintura dos bancos e brinquedos da praça.

Tchau fraldinha!

No mês de março, a Creche Berçário Nova Esperança deu início ao desfralde das crianças do Infantil II. “Esse momento de transição é superimportante, pois ele nos mostra o desenvolvimento e amadurecimento da criança com relação ao controle de esfíncter”, explica Michele Oliveira, coordenadora pedagógica do projeto.

“Algumas crianças, nesta idade, têm mais facilidade, já outras não, então

criar rotinas diárias é fundamental para que o desfralde aconteça sem traumas. Levar a criança frequentemente ao banheiro,

ensinar a tirar e pôr a roupa, lavar as mãos, de maneira lúdica, com historinhas e músicas, ajudarão nesse processo”, complementa.



Atividade de pintura na Creche Nova Esperança

Trabalhar com as mãos dá a criança a liberdade de sentir o material com a sensação de leveza. Através da pintura os pequenos da creche descobriram um mundo cheio de cores, formas, linhas e sentimentos, imaginação, além das mais variadas experiências. Nessa idade, a pintura estimula a comunicação, criatividade, sensibilidade e aumenta a capacidade de concentração e expressão.



Semana de prevenção no Projeto Seara de Luz

Dentre os temas trabalhados durante a rotina do Projeto Seara de Luz, uma das principais atividades foi referente a atenção na higiene e cuidados com o corpo. Além de pesquisas, roda de conversa e vídeos, as crianças aprenderam mais sobre os amigos e inimigos do corpo.

Cuidar da higiene é fundamental para saúde, e desde cedo os hábitos saudáveis precisam ser incentivados. As crianças e adolescentes do Seara entenderam o recado e estão preparados para transmiti-los aos papais e familiares.

Projeto Crescer visita Museu de Games

Em março, as crianças e adolescentes do Projeto Crescer prestigiaram o Museu Interativo de Vídeo Game realizado no Bauru Shopping, a fim de proporcionar diversão, exercitar a coordenação motora, equilíbrio e contato com os demais coleguinhas.



Atividade de apresentação no Seara

No início do ano as crianças mudam de período e turmas, por conta da faixa etária, os colocando em um ambiente diferenciado. Sendo assim, os participantes do Seara desenvolveram um trabalho o qual cada um fez sua apre-

sentação pessoal, destacando características que os colegas ainda não conheciam.

O principal objetivo da atividade foi fortalecer os vínculos e incentivar a convivência saudável entre as crianças e adolescentes.



Festa das cores no Crescer

A fim de festejar com muitas cores e gliter, os participantes do Crescer receberam uma visita muito divertida - a Banda Amigos do Bem, que proporcionou a estes muita diversão, alegria e entretenimento, finalizando com um saboroso cachorro quente, bolo e refrigerante.



Festa a Fantasia no Projeto Colmeia

Neste início de ano, o Projeto Colmeia realizou a incrível "Festa a Fantasia", com o dia repleto de músicas, brincadeiras, jogos, lazer e muita alegria, que proporcionou aos participantes um momento de interação e socialização.



Albergue Noturno celebra 69 anos de acolhimento ao próximo

Neste ano de 2020, o Albergue Noturno - Casa de Passagem celebrou 69 anos de história, com especial decoração idealizada e realizada pela equipe técnica e usuários do serviço. Na ocasião, aconteceu também uma importante palestra com o

tema "Diálogo sobre atendimentos sociais para população de rua de Bauru", que apresentou o trabalho da Assistência Social na Casa de Passagem. Em seguida, teve parabéns com bolo, refrigerante, festa e muita alegria.



