

# TRANSTORNOS MENTAIS E REMÉDIOS ESPIRITUAIS

revista

**sermo**  
SOMA



 feees

**ATUALIDADES**

DIGA:SIM À VIDA!

**EDUCAÇÃO**

HUMANIDADE E AMOR

Publicação set - out 2024

Nº 229 - Ano 103

# From another point of view.

**SOMA+**  
soluções em marketing

Ver o mundo por ângulos diversos é uma ferramenta poderosa para quem busca se destacar e fazer a diferença, abrindo portas para soluções criativas e inesperadas. Ligue pra gente: **27 99871.2304**



**COMPORTAMENTO SUICIDA**  
*conhecer para prevenir*

VIII Seminário de Prevenção do Suicídio

**Data** 14.09 **Horário** 09h às 18h

Sociedade de Estudos Espíritas Irmão Tomé  
R. Arlindo Dias, 201 - Morada de Camburi, Vitória

Inscrições via Sympla  
Escaneie o QR Code e garanta sua presença!

Realização: AMEEES Associação de Médicos Espíritos do Estado do Espírito Santo

Apoio: GRUPO SYVONNE PEREIRA

feees

SEMINÁRIO

Onde há vida, há

# ARTE

21/09



15h às 18h

GFE Jeronymo Ribeiro - V.V

Credenciamento: 14h30 às 15h

Evento gratuito

feees

R. HENRIQUE LARANJA, 54 - CENTRO DE VILA VELHA

7º Fórum de Ciência Espírita - 2024

## Transtorno do ESPECTRO AUTISTA

uma metodologia espírita para sua abordagem

Dia 22/09/2024 - das 8h30 às 12h30



Convidadas:

Lúcia Moysés

Ana Rosa Airão

Formato Híbrido  
Local: Auditório da FEEES  
Online: via Zoom

feees

CAPACITAÇÕES 2024

Seminário de Capacitação da Área da Mediunidade

## MEDIUNIDADE E Transtornos mentais



com Dr. Alejandro Vera (SP)

Dia 19 de outubro  
Das 14h às 18h30

União Espírita Cristã  
Rua Antônio Ataíde, 445 - Centro - Vila Velha/ES  
e na plataforma Zoom

feees

Acompanhe-nos nas redes sociais

 Federação Espírita do Estado do ES  feees\_oficial

# EXPEDIENTE

Os artigos publicados são de responsabilidade de seus autores.

**Presidente**  
Fabiano Santos

**Vice-Presidente de Administração**  
Adelson Nascimento

**Vice-Presidente de Unificação**  
Celmo de Freitas

**Vice-Presidente de Educação Espírita**  
Jacqueline Damasceno de Castro Barros

**Vice-Presidente de Doutrina**  
Lucia Catabriga

**Editora Responsável**

Michele Carasso

**Conselho Editorial**

Fabiano Santos, Michele Carasso, José Ricardo do Canto Lirio, Dalva Silva Souza e Michelle Sales e Silva

**Jornalista Responsável**

Michelle Sales e Silva - 2893-ES

**Revisão Ortográfica**

Dalva Silva Souza

**Diagramação, layout e arte final**

SOMA Soluções em Marketing

**Distribuição digital**

[www.fees.org.br/informativos/send](http://www.fees.org.br/informativos/send)

**Revista A Senda**

Veículo de comunicação da Federação Espírita do Estado do Espírito Santo (FEEES)

**Área Estratégica de Comunicação Social Espírita**

Michelle Sales e Silva

[www.fees.org.br](http://www.fees.org.br)

Rua Álvaro Sarlo, 35 - Ilha de Santa Maria - Vitória - ES | 29051-100  
Tel.: 27 3222-7551



# EDITORIAL

Chegamos à penúltima edição de 2024, trazendo para você uma revista superespecial, carregada de matérias com temas variados, que valem a leitura e o compartilhamento.

A celebração da pátria em 07 de setembro, comemorando sua independência. Em 22 de setembro, chega a primavera, com suas cores vivas, representando a natureza tão bela! Em 03 de outubro, vamos comemorar Allan Kardec! Em Mensagem, está registrada parte da nossa homenagem, com uma psicografia que nos traz reflexão importante!

Temos uma matéria da estudiosa amiga Milena Cossio, com o título Humanidade e Amor. E, falando em amor, trouxemos uma matéria sobre religiosidade, escrita pela amorosa amiga Juselma Coelho. Cada palavra de ambas as matérias tem a responsabilidade de nos levar à prática da doutrina.

Publicamos também uma entrevista com a Rafaela Jacob, falando sobre O Labirinto Oculto. Despertou a curiosidade? Vale a pena ler, você vai gostar!

Temos Casa Espírita que comemora 96 anos de existência e contamos um pouco dessa história na coluna Gestão.

Convidamos Raimundo Luiz Inocêncio para falar sobre Espiritualidade, Saúde e Epigenética. E, para a matéria de capa, o querido Rafael Papa nos presenteou com a matéria Transtornos Mentais e Remédios Espirituais. Tenho certeza de que você vai amar!

Vamos ler, estudar, refletir e praticar todo o amor que está em nossos corações? Que essa leitura possa inspirar você! Até a próxima edição!

Abraço fraterno,

Michele Carasso  
Editora Responsável

06

## ATUALIDADES

Diga: sim à vida!

09

## UNIFICAÇÃO

Religiosidade:  
Ponte para o Divino

11

## SUGESTÃO DE LEITURA

Doença de Alzheimer:  
um olhar biopsicossocial  
e espiritual

12

## GESTÃO

Centro Espírita Antônio  
de Pádua - 96 anos de  
luz em São Mateus

14

## CAPA

Transtornos mentais  
e remédios  
espirituais

16

## ACONTECEU

18

## ENTREVISTA

Rafaela Jacob  
O labirinto oculto

19

## SAÚDE

Espiritualidade,  
epigenética e saúde

21

## EDUCAÇÃO

Humanidade e amor

23

## MENSAGEM

24

## NOTÍCIAS





Cristina Batistuta Novaes



## DIGA: SIM À VIDA!

Desde 2014, a Associação Médico-Espírita se dedica a trabalhar pelo Projeto Sim à Vida. Em média, 40 voluntários se empenham em algumas frentes de trabalho, para que a vida seja valorizada em seu sentido mais profundo.

A vida é um bem precioso outorgado por Deus. Defender a vida é um dever de todos nós!

Conforme a Convenção Americana dos direitos humanos, Pacto de San Jose da Costa Rica, 1969:

*Toda pessoa tem o direito de que se respeite sua vida. Esse direito deve ser protegido pela lei e, em geral, desde o momento da concepção. Ninguém pode ser privado da vida arbitrariamente.*

Existem muitos ques-

tionamentos pela sociedade sobre a interrupção voluntária da gravidez. Sobre o direito à vida, Kardec questionou os Espíritos, em O Livro dos Espíritos (questão 880): Qual o primeiro de todos os direitos naturais do homem? Os espíritos responderam: “O de viver. Por isso é que ninguém tem o direito de atentar contra a vida de seu semelhante, nem de fazer o que quer que possa comprometer-lhe a existência corporal”.

No mesmo livro, questão 132, os Espíritos explicaram qual é o objetivo da encarnação:

“Deus lhes impõe a encarnação com o fim de fazê-los chegar à perfeição. Para uns, é expiação; para outros, missão. Mas, para alcançarem essa perfeição, têm que sofrer todas as vicissitudes da existência corporal: nisso é que está a expiação. Visa ainda outro fim a en-

carnação: o de pôr o Espírito em condições de suportar a parte que lhe toca na obra da criação. Para executá-la é que, em cada mundo, toma o Espírito um instrumento em harmonia com a matéria essencial desse mundo, a fim de aí cumprir, daquele ponto de vista, as ordens de Deus. É assim que, concorrendo para a obra geral, ele próprio se adianta.”

Para cada Espírito existe um planejamento específico conforme as necessidades de crescimento espiritual.

No livro Missionários da Luz, André Luiz, pela mediunidade de Chico Xavier, narra o processo de preparação e de reencarnação de Segismundo. Existem várias equipes que participam do processo, demonstrando sua complexidade, até acontecer a encarnação. Não se pode desprezar o trabalho das

equipes envolvidas e, ao mesmo tempo, não se pode desperdiçar a oportunidade de um Espírito retornar à escola Terra, para aprender e evoluir um tanto mais.

No livro *Entre Dois Mundos*, Manoel Philomeno de Miranda, pela psicografia de Divaldo Franco, explica que, após a explosão dos espermatozoides, liberados na relação sexual (300 milhões), um deles será 'escolhido' e devidamente magnetizado, para vencer a corrida e alcançar a trompa de Falópio (apenas cerca de 100 a 300 mil chegam lá) onde está o óvulo. Essa magnetização do espermatozoide que deverá vencer a corrida é, muitas vezes, feita por técnicos da espiritualidade que selecionam o gameta que traz a carga genética apropriada, de acordo com os mapas cromossômicos delineados anteriormente. (p. 221)

Do ponto de vista jurídico, em se tratando dos direitos da criança, anotamos também a questão 358 de O Livro dos Espíritos:

***O aborto provocado é um crime, seja qual for a época da concepção?***

*“Há crime toda vez que transgredis a Lei de Deus. Uma mãe, ou qualquer outra pessoa, cometerá crime sempre que tirar a vida de uma criança antes do nascimento, pois está impedindo uma alma de suportar as provas de que serviria de instrumento o corpo que estava se formando.”*

Independente da forma que a criança foi gerada, ela poderá aproveitar a encarnação para enfrentar as provas neces-

sárias ao seu engrandecimento moral e intelectual.

O verdadeiro homem de bem, conforme O Evangelho segundo o Espiritismo, “é o que cumpre a lei de justiça, de amor e de caridade, na sua maior pureza. Se ele interroga a consciência sobre seus próprios atos, a si mesmo perguntará se violou essa lei, se não praticou o mal, se fez todo o bem que podia, (...)” Cap. XVII - Sede Perfeitos, Item 3.

O Dr. Bernard N. Nathanson, em conferência proferida no 'Colégio Médico de Madrid', [...] contou que, em 1971, assumiu a direção da maior clínica de aborto do mundo, o Centro de Saúde Sexual (CRANCH), situado ao leste de Nova York, onde atuavam 35 médicos e eram realizados 120 abortos diários, inclusive aos domingos e feriados, com interrupção apenas no dia de Natal. Até 1972, quando deixou a direção da Clínica, 60.000 abortos haviam sido realizados sob suas ordens, 5.000 deles feitos por ele, pessoalmente.

Na clínica, tudo parecia transcorrer bem, os problemas de profundidade, porém, eram muitos e pouco comentados. Em reuniões informais, Nathanson ficou sabendo, por relatos das esposas dos médicos, que muitos deles sofriam pesadelos durante a noite, acordavam gritando, referindo-se a sangue e a corpos de crianças cortados; outros bebiam demasiadamente ou abusavam de drogas pesadas, tendo necessidade de assistência psiquiátrica. Com as enfermeiras, a situação não era diferente, algumas abandonaram a clínica, chorando; outras

se tornaram alcoólatras.”

Em 1972, Nathanson deixou a clínica para assumir o



cargo de Diretor do Serviço de Obstetrícia do Hospital São Lucas de Nova York, onde implantou o serviço de Medicina Fetal que realiza cerca de 50 tipos de cirurgia no interior do útero, com a finalidade de salvar e favorecer a vida do feto. Essa prática convenceu-o de que o feto é um ser humano, com todas as suas características, que deve desfrutar de 'todos os privilégios e vantagens como qualquer outro cidadão'. Está convencido de que o aborto é 'ato deliberado de destruição, um crime'.” (Dra. Marlene Nobre, *A vida contra o aborto*, p. 11-12)

No livro organizado pelo Dr. Paulo Batistuta Novaes, *Temas de Valorização da Vida*, no seu capítulo 19, pela editora AME Brasil, descrevem-se os serviços que são realizados pelos voluntários da AMEEES. São eles:

1) Apoio com enxovais às gestantes com gravidez indesejada e gestantes fragilizadas economicamente: o Projeto Sim à Vida ES confecciona e fornece enxovais, acompanha a gestante no pré-natal, acon-

selha, apoia a gestante economicamente, quando necessário, bem como aos seus familiares.



2) Informação à população em geral por meio de artigos em jornais de larga circulação no Estado do Espírito Santo, vídeos educativos publicados nas redes sociais e em todos os meios de comunicação possíveis. Também um trabalho de educação por meio de palestras e seminários sobre a Valorização da Vida.

3) Educação da criança, do jovem e dos adultos espíritas pela Dinâmica de Valorização da Vida, em atividades regulares da casa espírita e nos encontros de mocidade, nos congressos da Federação Espírita Estadual como também nas Jornadas da AMEEES.

4) Ativismo pró-vida em redes sociais, para atrair mulheres e homens que precisam de ajuda para compreenderem sobre o direito à Vida, seu va-

lor e os riscos relacionados ao aborto. Esse grupo divulga seus eventos e mantém uma rede de apoio por meio de orações e

mobilização para atrair recursos necessários, para atender as demandas existentes.

5) Ativismo legislativo: apoiamos a aprovação do Estatuto do Nascituro (Projeto de Lei 478/2007) colhendo assinaturas para um abaixo assinado, intercedendo e pressionando parlamentares.

6) Marcha em Defesa da Vida realizada anualmente em várias cidades do Brasil; a AMEEES participa em Vitória.

7) Realização de pré-natal de mulheres que optaram pela vida ao invés do aborto; essa oferta é realizada para que a gestante se sinta apoiada, independentemente da sua condição financeira.

8) Encaminhamento de ges-

tante para uma casa de acolhimento, quando ela tem necessidade de ausentar-se de Vitória em virtude da gestação. Essa instituição, que a recebe durante toda a gestação, presta amparo material, espiritual, psicológico e jurídico. Essa casa de apoio fica situada em Maringá, Paraná.

9) Rede de relacionamento com outros segmentos pró-vida. Por meio da rede de relacionamento, absorvemos pedidos de atendimento a Mães em situação de aborto.

10) Realização de eventos beneficentes, para captar recurso financeiro, objetivando compra de materiais para confecção de enxovais, viagem destinada ao Lar Preservação da Vida, mobilização e participação em congressos com a Dinâmica do Sim à Vida.

11) Captação de gestantes vulneráveis e propensas ao abortamento

12) Grupo de oração pelo WhatsApp que atua ininterruptamente, sendo acionado sempre que um caso está sendo atendido. Uma poderosa corrente de oração, fonte de apoio aos voluntários que estão na ponta, enfrentando a situação crítica.

Deixamos o nosso contato para quem desejar se voluntariar para o Sim à Vida, em qualquer frente de trabalho mencionada: (27) 99933 2462.



Jusema Coelho

## RELIGIOSIDADE: PONTE PARA O DIVINO



As grandes civilizações do passado que precederam o cristianismo não revelam sinais de fraternidade em um momento sequer. Nelas, identificamos manifestações de inteligência sem amor, falsas dominações, vaidades transitórias, discórdia, prepotência, fantasia... Os órfãos, mulheres sem títulos, viúvas, idosos eram condenados à morte sem compaixão.

Deus, o Pai, não era referência para a evolução. Contava o material, o luxo, a escala social, porém aparece Jesus, e a paisagem social se modifica.

Diante da proposta evolutiva em que o homem busca, por força da luz e do amor, aproximar-se do Pai, ele encontra a

fé. Exercitando a sua fé, ele constata que só a fé raciocinada, que encara face a face a razão em todas as épocas do seu caminhar, favorece o crescimento e o aprendizado. E ele passa a crescer, acreditando no Pai que ele busca, sem cessar, pela fé raciocinada. Encontra, assim, o aspecto científico da vida, no esforço incomparável de encontrar o Pai.

Aprendendo, crescendo, passando por dores inimagináveis, esse homem que busca o Pai percebe que tudo que acontece tem uma razão de ser e que nada acontece sem a permissão desse Pai.

O povo começa a envergonhar-se de destinar ao lixo os enfermos, de cortar as mãos dos

prisioneiros, de comercializar mãos escravas, de martirizar e zombar de viúvas, anciãos e crianças humildes e tristes.

Começa um novo tempo.

A presença de Jesus na terra faz com que o homem enxergue os outros homens com respeito e fraternidade. Sem rituais, títulos, palácios e tronos, a fraternidade penetra o mundo pelas mãos do Cristo, que continua em silêncio entre nós, na divina construção do Bem e da paz e o homem chega à conclusão de que há um longo caminho, pleno de significado, para trilhar. E, buscando a luz, ele passa a trilhar esse caminho, com mais consciência, com mais querer...

Surge a Doutrina Espírita com Allan Kardec, e a fraternidade

se consolida à luz da fé raciocinada. O Espiritismo não é apenas a religião da verdade e do amor, mas é também da justiça e da responsabilidade. Ele esclarece ainda que responderemos não só pelo mal que houvermos feito, mas igualmente pelo mal que decorre do nosso comodismo em não praticar o bem que nos cabe fazer.

**Nascer - morrer - renascer ainda - progredir sem cessar - tal é a lei.**

a frustração no viver, no fazer, no sentir... Aos poucos, ele vai sentir que:

“Fora da caridade não há salvação.”

Quando chega a essa conclusão, o homem encontrou a base, a razão do seu viver e crescer...

Com a ciência,  
Fé inabalável só o é a que pode encarar frente a frente a razão, em todas as épocas da humanidade...

jornada evolutiva, ele passa a reverenciar a religião como oportunidade de alcançar o divino. Paralelamente, ele ilumina a Filosofia e venera a ciência... Passa a combater o cativo da ignorância e o império do vício, a sombra da mentira e o domínio da opressão, ajudando a alma do povo a sentir o amor e a raciocinar a paz, a fé e a esperança.

Busquemos assim, cada vez mais, a elevação de nós



Ao aceitar essa proposta natural da vida, o homem se renova no seu viver, na busca constante do Pai. Encontra, então, o aspecto real e filosófico da vida, encontra o real caminho da evolução.

Mas o homem prossegue o seu caminhar, apoiando-se na fé raciocinada e na evolução, indiscutível lei divina, entretanto sente que essa busca incessante do Pai ainda não foi concluída, sente falta de algo... sente falta de Deus... Tudo o que fez até aqui plenificou seu saber e sua reflexão: praticou rituais, raciocinou, trabalhou e se esforçou...

O homem chega à conclusão de que, se não fizer ao seu semelhante o que gostaria que lhe fosse feito, vai constantemente sentir a ausência de algo, vai sentir

Com a Filosofia,  
Nascer, morrer, renascer ainda, progredir sem cessar, tal é a lei...

Com a religião,  
**Fora da caridade não há salvação...**

Na busca incansável da luz, libertando-se de rituais que o levam a práticas exteriores, o homem se encontra no caminho da renovação, da elevação espiritual, encontrando a vibração, a luz e o amor... Começa a viver em harmonia com a justiça divina. Pelo trabalho paciente e edificante das leis divinas, o homem passa a trabalhar em seu próprio favor, iluminando-se com as manifestações do amor incondicional e, a partir dele, iluminando os seus semelhantes...

Prosseguindo em sua

mesmos na prática constante do amor universal, trilhando o caminho da religiosidade até o Divino, divina fonte de luz que aquece todo o Universo.

A doutrina espírita, que não é uma simples religião de crentes, mas uma doutrina de convictos, propõe, por esta base inigualável: **Ciência, filosofia e religião**, o estudo constante dos princípios da vida, das leis divinas e da vivência constante da caridade, que é o foco do amor incondicional que há de sustentar a Terra.

Estudar, renovar-se e amar é a proposta universal feita a todos os que se encontram em busca do Pai, em busca da renovação e da paz, em busca do amor!



Carlos Eduardo Durgante

## DOENÇA DE ALZHEIMER: UM OLHAR BIOPSIKOSSOCIAL E ESPIRITUAL

Na vida, habitualmente percorremos um caminho natural, vamos crescendo e, com o passar dos anos, vamos aprendendo e entendendo melhor o mundo que nos cerca. Expandimos cada vez mais o nosso banco de dados da vida, por intermédio do conhecimento e das experiências no decorrer desta existência, no entanto poderemos ser acometidos por um mal e, então, começarmos a percorrer um caminho inverso, perdendo memórias e lembranças – desaprendendo. O nosso banco de dados de uma vida inteira aos poucos vai desaparecendo. Parece que a vida vai sumindo pouco a pouco, insidiosamente, como o movimento de uma amпуlhetta que mede uma fração do tempo.

Devido ao fenômeno da longevidade que se faz presente na população brasileira há pelo menos duas ou três décadas e, com ele, o preocupante crescimento dos casos de Doença de Alzheimer, que é a mais comum das causas de demência senil, precisamos, mais uma vez, abordar essa moléstia que, atualmente, é compreendida como uma questão de saúde pública. Não somente de saúde pública, mas de interesse político também. Os países europeus estão atentos aos novos mandatários que serão eleitos/reeleitos nas eleições da Comissão Europeia em junho de 2024 e enviaram um recado, exigindo que a demência seja priorizada como uma questão política.

Pois bem, há mais de um século, o psiquiatra e patologista alemão Alois Alzheimer – que em 2024 faria 160 anos – relatou o primeiro caso dessa doença

neurodegenerativa, a qual batizou com seu sobrenome, e, desde então, as pesquisas e os estudos seguem à procura de inúmeras questões ainda sem respostas definitivas. Estamos caminhando a passos acelerados, para chegar à segunda metade da terceira década do terceiro milênio sem a cura definitiva desse mal que nos faz, a partir de um certo momento, percorrer o caminho inverso da nossa travessia.

Esta obra pretende, portanto, refletir sobre várias questões fundamentais e cada vez mais urgentes e necessárias neste momento de grandes transformações no âmbito médico-científico, tecnológico, familiar, comportamental, político, assistencial, espiritual, entre outros, pelo qual passa nosso orbe. Pretendo ampliar os olhares sobre as possíveis etiologias da doença, partindo do conhecimento científico para me aprofundar em suas causas emocionais e espirituais. Dar um olhar que vá além das fronteiras da ciência.

Quem sabe, caro leitor, até o final dessas páginas, novos avanços em busca de sua cura, em um futuro próximo, sejam ainda mais promissores? Um longo caminho estamos percorrendo, não naquele sentido inverso pelo qual percorre uma criança, mas no da compreensão mais ampla do verdadeiro significado das enfermidades longas e incapacitantes – especialmente a Doença de Alzheimer – que ainda se fazem presentes na romagem individual e coletiva de cada um de nós.

Emmanuel afirmou que “Para o homem da Terra, a

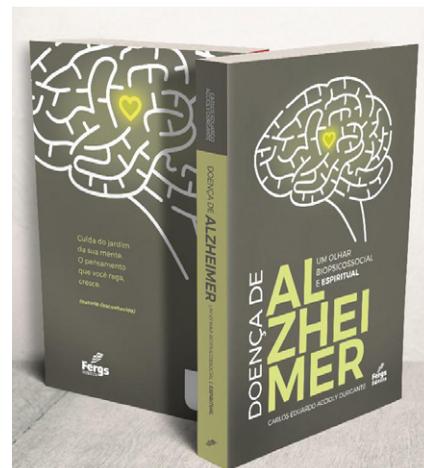
saúde pode significar o equilíbrio perfeito dos órgãos materiais; para o plano espiritual, todavia, a saúde é a perfeita harmonia da alma, para a obtenção da qual, muitas vezes, há necessidade da contribuição preciosa das moléstias e deficiências transitórias terrenas”.

Espero alcançar a intenção principal de todo escritor, que é a de tocar a alma do seu leitor, a partir das suas impressões. No meu caso, não somente como profissional da área, pois, como médico geriatra, convivo diariamente com essa doença, mas também como alguém que vivenciou essa enfermidade em sua própria família. Minha mãe começou a percorrer esse caminho inverso do apagamento de suas lembranças e memórias por volta de 1997/1998 e o finalizou, serenamente, uma década depois.

Apesar de esse mal percorrer um caminho inverso, acredito, leitor amigo, que, por intermédio destas páginas, o seu seja de muito aprendizado.

---

Emmanuel/ Xavier, Francisco Cândido, O Consolador, Ed. FEB, 24ª edição, 2003, questão 95.





Cynthia Toscano

## CENTRO ESPÍRITA ANTÔNIO DE PÁDUA 96 ANOS DE LUZ EM SÃO MATEUS



Em 1544, nascia São Mateus, uma das cidades mais antigas do Brasil. Entre índios, africanos e europeus, surgia uma nova paisagem humana programada para contar ao mundo uma história de raças que se entrelaçariam, formando uma única etnia, numa sociedade mundial carecida de entendimento fraterno. Grandes homens aqui estiveram, para que essa programação divina se efetuassem, promovendo um novo porvir.

Gerações vinham e iam, levando suas experiências libertadoras no caminho do progresso. Na Espiritualidade,

ante o governo das leis de amor, trabalhadores do Cristo amparavam e soerguiam almas para a harmonização dos dois planos da vida, inspirando o perdão e a caridade, caminho único da promoção da paz.

É com esse percurso que o Plano Espiritual Superior organiza, sob a égide de Jesus, a implantação do Centro Espírita 'Antônio de Pádua'. Esse espaço traria à cidade de São Mateus, no ano de 1928, os elementos do progresso intelectual e moral, esclarecendo e iluminando consciências.

Primeiramente, as pessoas destinadas a trabalhar para esse

nobre intento se reuniam em casas de família, fato comum naquela época. As reuniões eram somente mediúnicas.

Posteriormente, chegaram do Rio de Janeiro pessoas com um conhecimento maior, formando então o primeiro grupo de estudos espíritas de São Mateus.

Após essa fase, fez-se necessário conquistar um espaço físico mais adequado. A primeira casa espírita foi instalada à Rua Dr. Moscoso, no centro da cidade. A casa trazia, esculpidos na frente, os dizeres: Deus, Cristo e Caridade e, assim, os trabalhos desenvolvidos até os nossos dias

objetivam oferecer consolação, esclarecimento e acolhimento a todos que necessitam.



A primeira ata do Centro Espírita foi lavrada no dia 12 de agosto de 1928. Nessa ata, foi oficializado o nome Centro Espírita 'Antônio de Pádua'. Em 1965, a casa recebe um novo endereço, na Travessa Nicanor Mota, onde se fixou e está até os dias atuais.

No trilhar de quase 500 anos de história, esse acontecimento, sob a permissão de Jesus, promove no coração mateense um diálogo entre as duas dimensões da vida, iluminando mentes para o entendimento do amor e da verdade. Deus, Jesus, imortalidade da alma, reencarnação e pluralidade dos mundos habitados são temas que convidam o nosso povo a construir o Coração do Mundo e a Pátria do Evangelho.

Assim, podemos entender o valor de uma casa espírita na programação evolutiva de uma cidade e, por conseguinte, compreender também por que o Brasil convive todos os dias, em

seu céu estrelado, com o desenho do Cruzeiro do Sul, representando Jesus a nos dizer: “Ama a Deus de todo o seu coração (...) e ao próximo como a ti mesmo!” (Lucas 10:27).



Ao completar 96 anos, irradiando luz em São Mateus, o Centro Espírita “Antônio de Pádua” expressa sua gratidão aos primeiros que aqui chegaram: Amadeu Bastos, Manoel Deusdédit Silva, Ambrósio Ferreira de Souza, Manoel Antônio de Azeredo Júnior, Ovídio Brito, Manoel Lopes, Waldemar Corrêa Henriques, Mário Lyrio, Adalberto Lyrio, Maryland Lé, Porcina Toscano, Adélia de Souza, Adelayde Conceição, Nair Barcellos da Silva, Ricarda Conceição, Albino Moraes, Cícero Pestana, Mathilde Bastos, José Conde Rodrigues, Adila Souza, Edith Lyrio e toda a equipe espiritual que plantou essa semente nesses corações. “Antônio de Pádua” é um Farol de Luz que irradia consolo, amparo, acolhimento, esclarecimento, esperança, fé e caridade pelas ruas seculares de nossa cidade.

Abençoados sejam os Trabalhadores de Jesus que, nos diversos departamentos e em diferentes funções, ao longo de quase um século, desbravaram caminhos que ainda não tinham sido percorridos, combateram preconceitos e lutaram pelo ideal

espírita nas suas mais distintas atribuições: trabalho social de entrega de cestas básicas; visita aos lares, hospitais, asilos e presídios; receituários mediúnicos; atendimento fraterno; palestras públicas; evangelização; mocidade; grupos de estudos; coluna espírita no jornal local; feira do livro espírita; teatro espírita; reuniões mediúnicas; irradiação e o trabalho assistencial no projeto social Casa do Caminho, local onde, aproximadamente, 50 crianças em situação de vulnerabilidade social são atendidas por meio de ações socioeducativas.



A fé em Deus, tendo Jesus como modelo e guia, o amor à Doutrina Espírita, a ajuda dos Amigos Espirituais, a certeza da continuação da vida além da vida, o trabalho no bem, a disciplina do estudo, a transformação moral e a oração diária foram os raios de luz que iluminaram consciências e nos permitiram alcançar a plenitude em tantos corações que, ao longo de décadas, têm buscado essa seara de Jesus.





Rafael Papa



## TRANSTORNOS MENTAIS E REMÉDIOS ESPIRITUAIS

A saúde mental e os transtornos psicológicos têm sido temas centrais em debates científicos e espirituais. A visão de Hammed, um Espírito hindu que se manifesta pela mediunidade para nos orientar, traz uma abordagem integradora e espiritualizada para esses desafios contemporâneos. Neste artigo, exploraremos questões de saúde mental e as conexões espirituais que influenciam transtornos como TDAH, autismo e esquizofrenia.

Quem é Hammed? É um Espírito hindu cujas contribuições no campo da compreensão do ser integral são notáveis. Seu trabalho espiritual adota a dimensão do Espiritismo sob a perspectiva biopsicossocial, abordando não apenas os aspectos biológicos e psicológicos, mas também a espiritualidade nas questões de saúde mental.

Hammed oferece uma visão que esclarece as origens espirituais dos transtornos mentais, ajudando a desvelar a complexidade do comportamento humano. Atuando há

dois anos em parceria comigo em trabalhos de cura e psicografia, Hammed, junto a Espíritos como Dr. Fritz, Bartholomeu Tachinni e Bezerra de Menezes, tem colaborado no tratamento de pacientes psiquiátricos na Fraternidade Espírita João Batista, no Rio de Janeiro. Esse trabalho busca integrar teoria e prática, unindo conhecimentos espirituais e científicos.

O nome Hammed é um pseudônimo de quem, na Terra, foi um grande líder religioso hindu, mas ainda não houve revelação de qualquer personalidade que tenha expressado na condição de encarnado.

### **A Relação Entre Transtornos Mentais e Espirituais**

Estima-se que cerca de um bilhão de pessoas em todo o mundo sofrem de algum tipo de transtorno mental. A raiz desses transtornos, muitas vezes, reside em complexos de culpa que resultaram de experiências infelizes em vidas passadas. Essas memórias, quando não tratadas, podem se manifestar como di-

versos transtornos mentais na vida atual, especialmente quando reforçadas pela hostilidade do mundo material.

Os Espíritos que trabalham conosco alertam que esse número de casos tende a crescer, prevendo-se um colapso emocional global. Esse fato ocorre porque o inconsciente emocional perturbado da criatura humana precisa ser manifestado em algum tipo de transtorno mental. É como se fosse uma catarse emocional a ser expurgada não em forma de doença, mas sim na condição de algum distúrbio de comportamento. Esse processo exige que os conteúdos emocionais perturbados sejam expostos e ressignificados por uma abordagem biopsicossocial e espiritual.

### **A Intersecção entre Transtornos Mentais e Acometimentos Espirituais**

Na Fraternidade Espírita João Batista, observamos que, de 100 pacientes com graves problemas psíquicos, 97 apresentaram algum

tipo de processo obsessivo grave. Esses processos obsessivos, que envolvem a influência de Espíritos obsessores, não causam diretamente os transtornos mentais, mas potencializam seus sintomas. Por esse motivo, o processo de desobsessão praticado pelo Espiritismo é uma ferramenta valiosa que visa facilitar o alívio dos transtornos mentais e trazer, em muitos casos, a cura dos problemas psíquicos, diante de nossas observações científicas.

Os médicos espirituais, inclusive Hammed, defendem uma aproximação maior entre a psiquiatria terrena e a espiritualidade, sugerindo que a desobsessão se torne parte integrante do tratamento psiquiátrico. Os remédios convencionais, com o tempo, serão insuficientes, e a psiquiatria precisará se unir aos conhecimentos espirituais para tratar efetivamente os transtornos mentais.

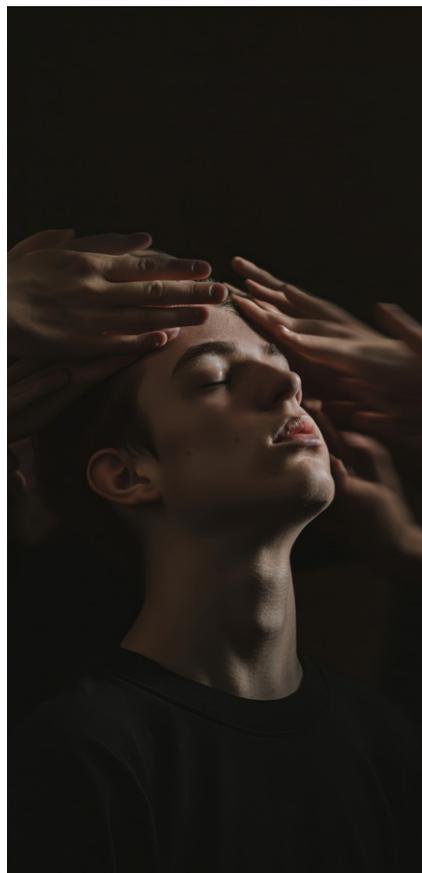
TDAH e Autismo: Perspectivas Espirituais e Curas Sugeridas

O aumento de casos de TDAH e autismo indica não apenas um melhor diagnóstico, mas também o desafio espiritual que muitos Espíritos enfrentam ao reencarnar. O TDAH, por exemplo, é frequentemente encontrado em Espíritos altamente inteligentes, mas que carregam restrições como prova de seus equívocos passados. Esses indivíduos sentem uma frustração interna por não conseguirem acessar plenamente seu potencial, o que leva a pensamentos acelerados e à dificuldade de externalizar seu conhecimento. Com o tratamento espiritual e terapêutico o indivíduo portador de TDAH logra êxito em suas conquistas e consegue grandes avanços, quando assume um propósito de vida direcionado ao bem, uma vez que, no passado, utilizou essa inteligência para caminhos pouco felizes.

O autismo, por outro lado, é caracte-

terístico de Espíritos que, por medo de repetir erros passados, preferem reclusão e têm dificuldade para se adaptarem à vida material. Esses Espíritos criam um mundo íntimo particular e necessitam de muito amor e compreensão para se sentirem aceitos e se expressarem plenamente. Quando o autista recebe amor, tende a abraçar e pertencer mais aos grupos sociais, por isso eu não me esqueço da frase de um Espírito amigo chamado Dr. Karan: “As nossas mãos precisam ser a extensão do amor de Jesus na terra”.

Esquizofrenia: Uma Visão Espiritual



A esquizofrenia é um transtorno complexo, ainda pouco compreendido pela ciência terrena. Hammed nos orienta que a mente é como um armário, com diversas gavetas emocionais que podem ser abertas por traumas presentes, desencadeando memórias dolorosas do passado. A esquizofrenia é, portanto, a

experiência em tempo real desses dramas pretéritos, manifestados por delírios e alucinações.

Para tratar a esquizofrenia, é necessário “fechar essas gavetas” por meio de uma combinação de métodos: cirurgia espiritual, desobsessão, medicações, terapias, meditação e até música. Já acompanhamos casos em que essa abordagem integrada permitiu que o indivíduo administrasse sua condição com maior eficácia.

O Futuro da Psiquiatria: A Proposta de Hammed

Embora alguns transtornos mentais possam não ser completamente curáveis, a inclusão da dimensão espiritual no tratamento representa um avanço qualitativo essencial. Sem esse recurso, os tratamentos permanecem incompletos, especialmente diante do aumento dos transtornos mentais no planeta. Hammed vislumbra um futuro em que a psiquiatria se alinhará à espiritualidade, formando o que ele chama de “psiquiatria mediúnica do futuro”.

Quando os médicos se permitirem experimentar, estudar e catalogar pacientes com a terapêutica espiritual, teremos o que Hammed chama psiquiatria mediúnica do futuro. As palavras de Hammed que mais me comovem são: A saúde mental é a paz da alma. Procuremos, a princípio, a paz íntima, que tudo será facilitado nas questões sobre a psiquê humana.

Convidamos os profissionais de saúde, pesquisadores e a sociedade em geral a abrirem seus corações e mentes para a integração entre ciência e espiritualidade, reconhecendo que o caminho para a cura, muitas vezes, passa pelo reconhecimento e tratamento das feridas da alma.

# A CON

## CAPACITAÇÃO ÁREA DA FAMÍLIA



## PROJETO SOCIAL



# TECEU

## DIA ESTADUAL DA CONFRATERNIZAÇÃO ESPÍRITA





Rafaela Jacob



Foi lançado, recentemente, pela Letramais, o livro *O Labirinto Oculto - Autismo o desafio de ser diferente*, de autoria de Rafaela Jacob, estudante de Medicina, autista, de 17 anos. Em sua obra, a autora apresenta características dos autistas que ainda são desconhecidas pela maioria da população.

Rafaela explica situações que são inconvenientes para os autistas, mas invisíveis à população: que tipos de atitudes e situações “comuns” geram desconforto aos autistas? Por que isso os incomoda? Como identificar essas particularidades no cotidiano? É possível conviver em harmonia e respeitar as diferenças, sem achar que isso é “frescura”?

“O grande problema é que a *maioria dessas situações tão inconvenientes para os autistas são invisíveis para o restante da população*”, explica Rafaela. “*Antes de julgar um autista pelo seu comportamento atípico, é importante lembrar que o modo que ele enxerga o mundo é diferente do seu, o que não o torna errado ou exagerado,*

*apenas diferente*”, complementa a autora.

**“O labirinto oculto que é o autismo não deve ser visto como um problema a ser consertado, mas como uma diversidade a ser celebrada, hoje e sempre”.**

Rafaela Jacob

Diagnosticada com Transtorno do Espectro Autista (TEA) aos 13 anos de idade - por meio de um teste que também a identificou com altas habilidades e superdotação - Rafaela conta que a confirmação serviu como um tipo de alívio para suas angústias: “Levava broncas por não me encaixar nos padrões, por não fazer as coisas que as crianças da minha idade faziam. Me senti aliviada por finalmente ter uma confirmação de que não estava tudo na minha cabeça, que eu não era uma aberração”.

Confira pontos registrados pela Rafaela Jacob para tratar os autistas, respeitando assim seus desejos, gostos e desgostos e particularidades:

## **1) Em sua opinião, quais são as principais situações/ocasiões que mais geram desconforto aos autistas e as pessoas não percebem/não sabem disso?**

São vários. Como o autismo é um espectro, as situações podem variar muito de pessoa para pessoa, inclusive em sua intensidade, contudo existem certos padrões que costumam ser irritantes e desconfortáveis para autistas e estão geralmente relacionados ou com estímulos sensoriais ou com relações interpessoais. O grande problema é que a maioria dessas situações tão inconvenientes para os autistas são invisíveis para o restante da população.

Por exemplo, festas e baladas são extremamente comuns, mas, para os autistas, toda a conversação, música alta e esfregação de uma pessoa na outra se torna o ‘inferno na Terra’.

Comer fora de casa também pode ser estressante, tanto por não ter sua “comida de conforto” (alimento seguro com textura e sabor aprovados) e por toda a pressão de agir segundo as normas sociais mesmas, com as conversas das outras mesas, com o ambiente novo, com as luzes do estabelecimento e todos os outros estímulos. Por isso, diálogo e compreensão são as bases para combater essa desinformação da população.

## **2) Que dicas você poderia dar às pessoas que não compreendem o jeito/particularidades dos autistas para que ambos vivam em harmonia?**

Parece clichê, mas a base para uma relação harmônica entre os autistas e o resto da sociedade (a parcela neurotípica) é a compreensão.

Os autistas, como qualquer outra pessoa, querem respeito aos seus desejos, gostos e desgostos e particularidades. Eu resumiria com a máxima: “trate os outros como gostaria de ser tratado”.

O livro está dividido em sete capítulos e traz uma gama de indicações bibliográficas dentro da temática, além de um glossário de termos utilizados ao longo do texto.

Vale a pena conferir o conteúdo sobre um tema que foi abordado por quem passa pelas situações, dificuldades e sua adaptação.



Raimundo Luiz  
Inocêncio dos Santos

## ESPIRITUALIDADE, EPIGENÉTICA E SAÚDE



A saúde é definida não apenas como ausência de doença ou enfermidade, mas, também, como a presença de bem-estar físico, mental e social [1]. “O Espiritismo e a Ciência se completam reciprocamente; a Ciência sem o Espiritismo se acha na impossibilidade de explicar certos fenômenos só pelas leis da matéria; ao Espiritismo sem a Ciência faltariam apoio e comprovação” [2].

A definição ampla de saúde pela Organização Mundial de Saúde, reconhecendo a complexidade e a interdependência dos vários aspectos da vida humana, e a relação complementar entre Espiritismo e Ciência promovem uma visão integrada e abrangente da existência. A ciência médica pode explicar e tratar as doenças físicas e mentais por meio de suas leis e práticas, mas, frequentemente, não se ocupa do aspecto espiritual. Já o Espiritismo, considerando a influência do Espírito, pode oferecer uma compreensão mais profunda das causas espirituais de certas doenças, promovendo práticas

que têm por objetivo o equilíbrio espiritual e orgânico.

A espiritualidade é uma busca pessoal pela compreensão das questões acerca da vida, de seu significado, da relação com o sagrado e transcendente, podendo ou não conduzir ou originar rituais religiosos e formação de comunidade [3]. É também conceituada como “Ter significado, propósito na vida, transcendência ou conexão com um ser superior, força ou energia” [4]. Ou seja, não se limita à religiosidade do indivíduo e pode ser alcançada pela religiosidade e/ou outras práticas como as terapias mente-corpo, a expressão através das artes, as práticas milenares e tradicionais como relaxamento, meditação, yoga, Tai Chi, Qigong, orações e mindfulness, dentre outras.

Estudos científicos revelam que a espiritualidade dos indivíduos pode influenciar na saúde com ênfase na psiconeuroimunidade, inflamação, função cognitiva e cardíaca, e, portanto, está relacionada com as condições de saúde e adoecimento. Buscam-se provas científicas de que a espiritualidade e suas diversas formas de manifestação promovem saúde e geram bem-estar [5]. A Espiritualidade pode influenciar a expressão dos genes e o desfecho clínico de uma doença em curso ou até mesmo em sua prevenção, e interferir no ligar e desligar de genes de várias doenças.

As alterações desencadeadas pelo estado de espiritualidade de cada um de nós modulam a expressão dos genes

e o epigenoma. Nesse sentido, o meio ambiente interno do ser integral que somos, manifestado pelos sentimentos e estados da alma como o amor, o perdão, o auto perdão, a generosidade, etc pode ser considerado como fator desencadeante de harmonia da saúde; ao passo que quando manifestado pela raiva, egoísmo, ressentimento, dentre outros, pode ser considerado como fatores desencadeantes do desequilíbrio que o nosso corpo expressa. Sentimentos e emoções que promovam o aumento do estresse acarretam elevação do cortisol circulante no corpo físico e acionam, por exemplo, os eixos hipotálamo/hipófise/adrenal e o sistema nervoso central, ligando vários mecanismos que resultam em desequilíbrio orgânico, como o aumento da pressão arterial, a resistência à insulina, a imunossupressão e taquicardia.

Práticas que aumentam a espiritualidade podem reduzir a vulnerabilidade cognitiva ao estresse e sofrimento emocional e são associadas ao estado de espiritualidade elevada. Em função dos benefícios clínicos dessas práticas, buscaram-se evidências de como os mecanismos bioquímicos, fisiológicos e epigenéticos podem interferir no processo de saúde e adoecimento do indivíduo. Diante dessas informações, acreditamos que a espiritualidade de um indivíduo não seja fruto exclusivo de sua crença religiosa e, sim, de sua capacidade de amar a si mesmo e ao próximo, de perdoar e ser perdoado, de ser generoso, ético

e fiel à moral e aos bons costumes, e à forma de reagir aos eventos da vida.

A epigenética, ciência dos tempos modernos possui relação intrínseca com a Doutrina Espírita e nos remete ao pensamento de que somos donos dos nossos próprios destinos, que temos a suscetibilidade de expressar no corpo físico as necessidades de nosso compromisso reencarnatório, provenientes da lei de causa e efeito manifestada no Modelo Organizacional Biológico (MOB) a ser expresso no corpo que escolhemos para a reencarnação vigente.

Segundo JOANNA DE ÂNGELIS [6], “O perispírito modela o organismo de que o Espírito tem necessidade, encontrando o processo de reencarnação nos genes e cromossomas as matrizes fixadoras das necessidades de reparação da criatura. Dessa forma, cada ser em desenvolvimento na Terra possui o corpo que lhe é necessário para a evolução.” Seguiremos sempre pela lei de causa e efeito, fazendo cumprir nossa proposta reencarnatória inscrita no MOB, porém, com a possibilidade de interferência do nosso livre arbítrio no caminho planejado a ser manifestado pelos fatores epigenéticos intrínsecos do indivíduo [7]. A lei do amor permitirá que nossas diretrizes reencarnatórias sejam modificadas pela reforma íntima, pela renovação de atitudes e acordar de conhecimentos que promovam o aumento da espiritualidade e a integralização das leis divinas em nosso ser.

Contraopondo-se ao paradigma do determinismo genético predominante no século passado, a epigenética apresenta-se como possibilidade de explicação da interface com a espiritualidade. Essa afirmativa se apoia nas evidências sobre alteração de padrões epigenéticos e da expressão gênica frente ao

estresse [8], contudo o mecanismo pelo qual a espiritualidade se expressa no epigenoma e com desfechos clínicos favoráveis ainda não é totalmente conhecido, apesar de haver evidências que apontam influência da espiritualidade sobre a dinâmica neuroendócrina, na produção de fatores inflamatórios e outros neurotransmissores [9].

Em trabalho científico em curso do Grupo de Estudos do Ectoplasma para publicação, observa-se melhora significativa na depressão e ansiedade em indivíduos portadores de doenças crônicas que se submeteram à assistência espiritual espírita como prática de aumento de espiritualidade. Os resultados foram positivos e os autores projetam novos estudos de melhor acurácia, para avaliar a imunidade e a inflamação, utilizando-se de marcadores bioquímicos em coleta de sangue periférico, antes e após as intervenções de aumento de espiritualidade.

Esses estudos visam uma análise dos efeitos da espiritualidade no equilíbrio do corpo e da mente como promoção de saúde, e vêm sendo realizados com o apoio do Grupo Espírita Casa do Caminho e da Associação Médico Espírita do Estado do Espírito Santo. Os resultados parciais e a metodologia de pesquisa foram apresentados em eventos da Federação Espírita do Estado do Espírito Santo (FEEES), notadamente nas edições do Fórum de Ciência Espírita da FEEES e em Jornadas Espíritas do 12º CRE, que, em 2023, ocorreu na cidade de Ibatiba e, em setembro deste ano, será em Venda Nova do Imigrante. Esses eventos têm conquistado o interesse cada vez maior da família espírita capixaba e percebemos, portanto, que se torna relevante uma melhor compreensão da interface entre espiritualidade, epigenética e saúde.

Por todas as experiências vividas, podemos dizer que, para alcançar um estado de

saúde completo, é necessário que consideremos não somente os aspectos físicos e mentais que são objeto de atenção da ciência médica, mas, acima de tudo, precisamos focalizar os aspectos espirituais, observando os fundamentos do Espiritismo. Essa visão integrada pode levar a um entendimento mais profundo do ser humano e a uma abordagem mais eficaz para promover o bem-estar em todas as suas dimensões.

Médico Cirurgião Plástico, Mestre em Saúde Pública, Coordenador do GEE - Grupo de Estudos do Ectoplasma - Grupo Espírita Casa Caminho / Associação Médico-Espírita-ES.

[1] International Health Conference. Constitution of the World Health Organization - 1946. Bulletin of the World Health Organization. 2002;80(12):983-4.

[2] Kardec, A. A Gênese: filosofia espiritualista/ recebidos e coordenados por Allan Kardec 53. ed. Ribeiro G, translator. Brasília: FEB. 2013. 409p.

[3] Koenig, Harold George; Handbook of religion and health. Oxford University Press, 2001.

[4] Chiu L, Emblen JD, Hofwegen LV, Sawatzky R, Meyerhoff H. An Integrative Review of the Concept of Spirituality in the Health Sciences. Western journal of nursing research. 2004; 26(4):405-28.

[5] Spencer, JW.; Jacobs, JJ. The Journal of Alternative & Complementary Medicine : an Evidence Based Approach. St. Louis, MO: Mosby; 2003.

[6] Joanna de Ângeles- Psicografado por Divaldo Pereira Franco Trabalho de João Gonçalves Filho (CORPO FÍSICO - 578)

[7] Santos, RLI. Espiritualidade e as implicações na epigenética, na expressão genica e na prática integrativa e complementar em saúde. Emescam 2020.

[8] Harkess, KN et al. Indicações preliminares do efeito de uma breve intervenção de ioga nos marcadores de inflamação e mutação do DNA em mulheres com estresse crônico. Psiquiatria translacional, v. 6, n. 11, p. e965-e965, 2016.

[9] Kerage, Daniel et al. Interaction of neurotransmitters and neurochemicals with lymphocytes. Journal of neuroimmunology,



Milena Cossio

## HUMANIDADE E AMOR



Humanidade e Amor são sinônimos do nosso hoje e do nosso amanhã respectivamente, e passaremos a explicar o porquê dessa visão no tempo, que não está relacionada tão somente ao tempo do homem, ou seja, o tempo limitado a uma encarnação, mas ao tempo de Deus, no qual estamos inseridos, pois somos suas criações, e, portanto, o tempo da vida maior e verdadeira.

A veneranda Joanna de Ângelis, em sua obra *Jesus e Atualidade*, pela psicografia do médium Divaldo Pereira Franco, dá uma grandiosa aula sobre o que devemos buscar despertar em nós, em termos de valores morais, ou seja, de valores do Espírito imortal que somos. Ela nos diz o seguinte: “(...) Jesus tornou a Sua

Vida o Modelo para que o homem se pudesse humanizar, adquirindo a expressão superior.”

Jesus é o Espírito puro responsável pelo planeta Terra e seu processo evolutivo. O Mestre, há cerca de dois milênios, esteve aqui conosco, encarnado, assumindo um corpo físico com o objetivo de nos despertar para a Lei Divina que reside em nossa consciência, mostrando o quão misericordioso é Deus, nosso Pai.

Na condição de Espírito puro, sabemos pelas informações contidas na Codificação Espírita, Jesus já vivencia o Amor em sua gradação Maior, por isso Ele é o maior reflexo de Deus no plano em que residimos – o nosso Guia e Modelo para uma vida em comunhão com Deus, nosso Pai. Na condição de

Mestre da Humanidade, Jesus veio nos lembrar que, para chegarmos ao passo maior que é o do amor, precisamos, antes, dar o passo para o aprendizado da vivência da condição de humanidade.

Ao ser questionado por um doutor da lei, conforme passagem descrita em seu Evangelho segundo Lucas, no capítulo 10, versículos de 25 a 37, que lhe pergunta sobre o que deveria fazer para herdar a vida eterna, Jesus responde com outras perguntas: “O que está escrito na Lei? Como a lês?”. É fácil de percebermos que Jesus estava tentando fazer o doutor da lei refletir sobre a profundidade da reflexão que sua pergunta poderia alcançar.

O doutor da lei, prontamente, respondeu a Jesus conforme estava na lei: “Amarás ao Senhor teu Deus de todo o teu coração, de toda a tua alma, de todas as tuas forças e de todo o teu entendimento, e ao teu próximo como a ti mesmo.” Jesus, então, completa o ensino, dizendo que o doutor fizesse o que estava sendo proposto pelo Mandamento Maior, pois, dessa forma, herdaria a vida eterna. Mas o doutor da lei, não satisfeito, pergunta quem seria o seu próximo e, a partir dessa pergunta, o Mestre profere a parábola do Bom Samaritano.

Na parábola, Jesus conta que havia um homem caído na estrada, assaltado, que um sacerdote e um levita passaram por esse homem sem fornecerem qualquer ajuda, mas, por fim, um samaritano, ao passar, não fora

indiferente e prestou a ajuda necessária ao homem ferido e assaltado do caminho. Após contar a parábola, o Mestre pergunta ao doutor da lei qual dos três homens havia sido próximo daquele que estava caído, mudando o paradigma de que, ao invés de buscarmos quem é o nosso próximo, devemos nos colocar como próximos dos nossos irmãos.

Vejam que, com a parábola e todo o seu exemplo de vida, Jesus nos ensina que, para chegarmos ao amor, precisamos aprender e vivenciar o ensino que nos diz que devemos “fazer ao próximo o que desejaríamos que nos fosse feito”. Se fossemos o homem assaltado e caído na estrada, como gostaríamos que agissem conosco? Eis a vivência de humanidade.

Humanidade significa saber que somos todos criados da mesma forma, passamos pelo mesmo processo de evolução e a única diferença é que alguns estão mais adiantados nesse processo, outros mais atrasados, mas todos vivemos o mesmo processo, logo, quando pensamos em pedir misericórdia e indulgência para com as nossas faltas, quando sentimos as dificuldades relativas às transformações morais pelas quais passamos, devemos visualizar que o nosso próximo passa pelas mesmas vivências e é filho do mesmo Pai, portanto merecedor das mesmas oportunidades de crescimento moral que desejamos para nós.

Para a vivência de humanidade, precisamos estar com o nosso senso de empatia bem despertado, ou seja, a capacidade de nos colocarmos no lugar do outro, tentando analisar os acontecimentos a partir da perspectiva de visão de vida que o outro possui, para, de fato, entendermos as suas dificuldades

e aflições e poderemos ajudar de forma efetiva.

O dever de todos que desejam seguir Jesus deve ser o de cuidar do próximo em todas as circunstâncias que se fizerem necessárias, do próximo mais próximo que está na nossa família, no ambiente do trabalho, e isso deve sempre passar pela seguinte pergunta, que se torna a bússola das nossas ações: “O que eu gostaria que fosse feito comigo, se eu estivesse na situação a ou b?” A partir da resposta, devemos agir como gostaríamos que agissem conosco.

Quando chegarmos nesse ponto da evolução, poderemos começar a dar os primeiros passos na direção do amor verdadeiro, pois que o amor é um nível acima, é pensarmos na postura de Jesus, pois tudo que o Mestre fez e continua fazendo por nós não está relacionado ao que será feito com Ele, independente disso, tanto é assim que Jesus veio à matéria para nos ensinar a Lei do Amor, mesmo sabendo que não seria compreendido de imediato e que seria conduzido à crucificação, mas, ainda assim, veio, dedicou e continua dedicando sua vida por amor a toda a Humanidade.

Amar é fazer o bem sem esperar nada em troca, pelo simples saber e viver em comunhão com Deus e toda a sua Lei. Jesus dizia que a sua fome era fazer a vontade de Deus. E qual é a vontade do Pai, senão a de que nos amemos uns aos outros?

Para chegarmos ao amor, precisamos passar pelo degrau de humanidade. Pensemos no que nossos irmãos sentem, vivem, suas experiências, seus dramas do passado, seus momentos evolutivos, seus vícios morais, suas dores e nos perguntemos se já não vivemos momentos semelhantes, ou se não

estamos vivendo, e lembremos que a Misericórdia Divina é um manto que nos cobre a todos.

Jamais conseguiremos amar a Deus acima de tudo e por completo, se estivermos renegando a vivência do sentimento de humanidade pelo nosso próximo, que é também obra da Criação, pois seria como renegar uma obra do Criador.

Nosso objetivo, hoje - Humanidade.

Nosso objetivo, amanhã - Amor.

Não se chega no amanhã, sem passar pelo hoje, que é a construção da casa na rocha, conforme nos ensina o Messias. Pode chegar o vento, a água, e ela não desmoronará.

Uma vez despertados para a prática da caridade, que é o instrumento do despertar da humanidade em nós, estaremos no caminho da salvação, pois seremos conduzidos para a vivência do amor. Amar é caminhar verdadeiramente para os braços do Pai, que é Deus, o Criador de tudo e de todos, que a todos ampara e cobre com a sua misericórdia.

Jesus nos chama para esse despertar, por isso nos diz que Ele é o caminho da verdade e da vida, que ninguém vai ao Pai senão por Ele, ou seja, ninguém chegará ao amor verdadeiro, se não seguir os passos do Mestre.

Despertemos a vivência de humanidade em nós. E, uma vez o sentimento de humanidade despertado, busquemos a vivência do amor e, então, viveremos o mundo feliz com que tanto sonhamos e a que almejamos, no qual todos cumprem o seu estrito dever de amar ao próximo verdadeiramente e amar a Deus como o Pai e Criador de todos nós.

# A Vida Além da Vida

(Em lembrança ao 3 de outubro de 1804)

*As luzes da ciência brilham sobre a Terra,  
A alma perde a vida e traz a morte a Deus,  
É o século dezenove de tantos ateus.  
O materialismo emerge e, em si, encerra*

*Toda a verdade aceita por novos “proteus”.  
Nasce o positivismo, a fé se abala e emperra,  
Não mais o céu, e o inferno a sua porta cerra  
E apaga o crepitar e a cor dos fogos seus,*

*No entanto a luz maior da sábia Providência  
Desperta o coração e abala a consciência  
Na força da esperança há tempos prometida:*

*Kardec, o Missionário, desce ao mundo insano,  
Traz o Consolador do Cristo soberano,  
Na luz do Espiritismo: a vida além da vida!*

*Amaral Ornellas*

(Soneto psicografado por Wallace F. Neves, em 03 de outubro de 2020)



## NOTA DE SAUDADE

Aos 26 de agosto último, pela manhã, desencarnou a estimada Maria Tereza Antunes Nogueira, Coordenadora do 1º Conselho Regional Espírita, sediado em São Mateus. A incansável trabalhadora sempre foi voz vigorosa mas gentil, insistente mas compreensiva no trato desafiador das situações que abraçou na gestão do Movimento Espírita do norte capixaba, emprestando sua dedicação espontânea e generosa a quantos lhe buscaram atenção e apreço. As muitas limitações físicas nunca lhe foram impedimento para o esforço abnegado e constante em nome do Bem. Com certeza deixa funda saudade na Família Espírita Capixaba que, ao lado de outros tantos beneficiários da sua presença amiga, envolvem-na em preces de conforto e paz na experiência nova da Realidade Espiritual, vez que a Vida continua na esteira da Imortalidade, rumo a Deus.



## ESPIRITISMO E AÇÃO SOCIAL

Numa atividade coordenada pela Área de Ação e Promoção Social Espírita da FEEES - APSE e com o apoio do Centro Espírita Paschoa de Jesus, de Mimoso do Sul (ES), foram entregues, em agosto último, 15 geladeiras e 14 fogões para a comunidade residente em Ponte do Itabapoana. Os eletrodomésticos foram doados pelo Banco do Brasil através da Ação da Cidadania, num esforço coletivo de atenção às populações do sul do estado que, há poucos meses, padeceram os desafios das enchentes que causaram danos severos na região. Nosso reconhecimento à Sra. Cecília Marcia Borges Cunha, Presidente da instituição, demais pares e aos trabalhadores da APSE/FEEES pela iniciativa feliz, servindo a medida de estímulo ao Movimento Espírita Capixaba para o compartilhamento de ações integradas com agentes sociais, públicos e privados, que resultam em benefício comum, reconhecendo-se aí que tal atividade é “a prática da caridade na abrangência definida pelo Espiritismo, às pessoas e às famílias em vulnerabilidade e risco social, detentoras de direitos e deveres, conjugando-se a ajuda material, o socorro espiritual e a orientação moral-doutrinária, com vistas à assistência e promoção sócio-econômico-espiritual”, como anota o OCE/FEB, em seu capítulo 3.



## II JORNADA ESPÍRITA DO 5º CONSELHO REGIONAL ESPÍRITA

Com o tema CRISTO CONSOLADOR, as Casas Espíritas dessa Regional, do sul do estado, realizaram nos dias 30 e 31 de agosto e 01 de setembro a tradicional atividade, contemplando interessantes assuntos: Consciência desperta, sentimento disciplinado, Consolador nosso de cada dia e Virtude do Perdão. Os expositores Fernanda Chambella, de São José do Calçado (ES), Fábio Pires, de São Mateus (ES), Leandro Pires, de Belo Horizonte (MG) e Ricardo Lemos, de Maratáizes (ES) enriqueceram a o evento com reflexões oportunas e felizes, compartilhando lições de vida que a todos encantaram. Nossos parabéns aos coordenadores e participantes da atividade.



## 7º FÓRUM DE CIÊNCIA ESPÍRITA - 22.09.24

Sob o patrocínio da Federação Espírita do Estado do Espírito Santo, Transtorno do Espectro Autista é o tema do evento, que será realizado no auditório da FEEES, contando com as facilitadoras Lúcia Moysés e Ana Rosa Airão. Hipóteses causais da complexidade do TEA, sua incidência e características, a importância do olhar cuidadoso para a família e a contribuição da terapêutica espírita para a pessoa autista serão alguns dos tópicos abordados.



## MEDIUNIDADE E TRANSTORNOS MENTAIS

Em 19 de outubro, das 14h às 18h30, em formato híbrido (presencial e online) será realizado o evento acima nas dependências da União Espírita Cristã, em Vila Velha. Patrocinado pela Área de Mediunidade da FEEES. O seminário, que se propõe à capacitação de trabalhadores da Área da Mediunidade, terá como facilitador o médico psiquiatra, Dr. Alejandro Vera, da Associação Médico-Espírita de São Paulo.



## 4º ENCONTRO REGIONAL DE MOCIDADES ESPÍRITAS DO ES, REGIÃO CENTRO

Sob o instigante tema SINERGIA: o elo entre nós, a atividade, presencial, foi realizado no primeiro domingo de setembro, das 8h30 às 16h30, nas dependências da Fraternidade Espírita Laranjeiras, Serra, o já tradicional encontro que tem movimentado as mocidades espíritas do estado do Espírito Santo. O objetivo é pensarmos sobre as nossas ações e como elas estão impactado o mundo à nossa volta, especialmente, as pessoas que nos cercam, resultando, daí, em oportunas reflexões para a construção de uma autocrítica responsável e cristã.

A photograph of two men in a professional setting. The man on the left, wearing a light blue shirt and a dark vest, is holding a tablet and pointing at it. The man on the right, wearing a plaid shirt, is looking up at him. The background is a blurred office or meeting room.

**Você sabe como  
anda o atendimento  
na sua empresa?**

**Contrate um  
CLIENTE ESPIÃO  
e descubra!**

 27 99871-2304

 @sempresoma

**SOMA+**  
soluções em marketing