



**farol**  
informativo

“Nada de desgosto, nem de desânimo; se acabas de fracassar, recomeça.”

**Marco Aurélio**

## Editorial

De novo nos aproximamos de um tempo muito especial, o fim da Quaresma culminando com a “festa” da Páscoa.

Recordemos que antes, um episódio curioso aconteceu, “*a negação de Pedro*”, ocorrido após a passagem evangélica conhecida por lava-pés, e foi narrado pelos quatro evangelistas. Na altura O Mestre Jesus parecia meditar gravemente na sua visão espiritual, e penetrava no futuro bem próximo, definindo o seu derradeiro final na Terra e com especial sabedoria, afirmava a dispersão de todos no instante fatídico e vindouro.

Conforme a predição do Cristo, Pedro o negaria por três vezes antes do galo cantar... e assim aconteceu. Publicamente afirmou desconhecer o Mestre, que até então o rude pescador acompanhava.

O que encontramos, neste contexto? a fraqueza humana devido aos temores; toda essa ocorrência se deu por conta da imperfeição humana.

Pedro, Cefas, do aramaico, na tradução, pedra, tornou-se o nome adoptado por Jesus a Simão Barjonas (Bar Jonas – filho de Jonas), que fora escolhido junto ao irmão André; e demais discípulos para o seguirem.

O pescador do Mar da Galileia, com o medo de ser aprisionado, quis poupar-se, levado vergonhosamente sobre os próprios

receios, facto bastante natural, quando desconhecemos o que é arriscar a nos aventurarmos.

Possuía um génio forte e temperamento impulsivo, porém, muito generoso e repleto de bondade, exerceu longos anos a função de pescador; enfrentando tarefas rudes, não se abatia por adversidades, com uma coragem e iniciativa fundamentadas em seu temperamento.

Então, após tanto chorar de arrependimento por ignorar o Mestre, tão amado, foi dominado por um profundo remorso.

Eis a fragilidade latente em todo o ser humano, entre outras coisas relacionadas à nossa inferioridade espiritual. Porém, arrependido de sua temeridade, mais tarde ele seria realmente a “pedra” edificada do Evangelho; iniciaria o movimento dos seguidores do Nazareno e nele actuaria em diversos anos vindouros.

Portanto, o apóstolo deixou-nos o exemplo da bravura e reerguimento diante das adversidades da vida.

Vamos aprender com Pedro, quando cairmos, o que é natural, pela nossa imperfeição, ergam-nos o mais depressa que possamos a fim de recuperar a evolução perdida, refazendo o trajecto, agora de maneira correcta e consertando os “estragos” que porventura tenhamos causado.

## Tema do mês

*À Beira do Desânimo*  
de Redação do Momento Espírita

Há dias em que não queremos fazer nada.

Acordamos um tanto pra baixo, não sabemos a razão.

Tivemos sonhos ruins, acordamos desorientados, não dormimos bem.

Há dias que parecem parados no tempo.

Olhamo-nos no espelho e não vemos nada.

Nada além de um rosto cansado, triste.

São dias desafiadores, pois fazer as coisas sem vontade de fazê-las é verdadeira tortura.

No entanto, esses são dias de autodescobrimento também.

Por que nos sentimos assim?

O que nos alterou dessa forma?

Temos vivenciado muitos dias como este? Ou este é apenas uma exceção?

A autoanálise precisa ser uma constante em nossas vidas.

Não podemos deixar que as emoções tomem conta de nossa existência.

Somos nós que temos as emoções e não elas que nos têm.

Dia ou outro de desânimo é até natural.

Estamos em plena batalha e, por vezes, precisamos descansar.

Porém, lembremos, o desânimo não pode tomar conta da nossa vida.

Podemos senti-lo, acompanhá-lo de perto, cuidando, como um bom médico que monitora seu paciente.

Por mais dura que seja, a reencarnação é oportunidade singular, magnífica, conseguida após planejamento minucioso e cuidadoso por parte das leis maiores.

Valorizá-la é lutar contra tudo aquilo que pode vir a sabotá-la e paralisá-la.

Amarmo-nos, em primeiro lugar, descobrindo-nos cada dia mais lúcidos e gratos por tudo.

Os dias actuais nos colocam diante de muitas beiras.

À beira do desespero, à beira da cólera, à beira do desânimo e tudo o que com ele vem.

Sábio é aquele que chega na beira, olha para o despenhadeiro, contempla o horizonte e pode dizer:

Eu fui o mais forte.

Sobrevivi mais um dia.

Cresci mais um dia.

Logo estaremos de volta à pátria espiritual, todos nós, alguns antes, alguns mais tarde.

Não sabemos ao certo o dia da partida.

Que o desânimo não nos roube um dia sequer até a chegada da grande hora do retorno.

Quando nos observarmos, à beira do desânimo, aceleremos o passo para frente, proibindo-nos parar.

Oremos, pedindo a Deus mais luz para vencer as sombras.

Façamos algo de bom, além do cansaço em que nos vejamos.

Leiamos uma página edifi-

cante, que nos auxilie o raciocínio na mudança construtiva de ideias.

Tentemos contacto de pessoas, cuja conversação nos melhore o clima espiritual.

Procuremos um ambiente, no qual nos seja possível ouvir palavras e instruções que nos enobreçam os pensamentos.

Prestemos um favor, especialmente aquele favor que estejamos adiando.

Visitemos um enfermo, buscando reconforto naqueles que atravessam dificuldades maiores que as nossas.

Atendamos às tarefas imediatas que esperam por nós e que nos impeçam qualquer demora nas nuvens do desalento.

Guardemos a convicção de que todos estamos caminhando para adiante, através de problemas e lutas, na

aquisição de experiência.

Também de que a vida concorda com as pausas de refazimento das nossas forças, mas não se acomoda com a inércia em momento algum.





## Estudando a Doutrina

*Bem e Mal Sofrer*  
de Allan Kardec

### 18. Quando o Cristo disse:

“Bem-aventurados os aflitos, o Reino dos Céus lhes pertence”, não se referia de modo geral aos que sofrem, visto que sofrem todos os que se encontram na Terra, quer ocupem tronos, quer jazam sobre a palha.

Mas, ah! poucos sofrem bem; poucos compreendem que somente as provas bem suportadas podem conduzi-los ao Reino de Deus.

O desânimo é uma falta. Deus vos recusa consolações, desde que vos falte coragem.

A prece é um apoio para a alma; contudo, não basta: é preciso tenha por base uma fé viva na bondade de Deus.

Ele já muitas vezes vos disse que não coloca fardos pesados em ombros fracos.

O fardo é proporcionado às forças, como a recompensa o será à resignação e à coragem.

Mais opulenta será a recompensa, do que penosa a aflição.

Cumprê-la, e é para isso que a vida se apresenta cheia de tribulações.

O militar que não é mandado para as linhas de fogo fica descontente, porque o repouso no campo nenhuma ascensão de posto lhe facultava.

Sede, pois, como o militar e não desejeis um repouso em que o vosso corpo se enervaria e se entorpeceria a vossa alma.

Alegrai-vos quando Deus vos enviar para a luta.

Não consiste esta no fogo da batalha, mas nos amargores da vida, em que, às vezes,

de mais coragem se há mister do que num combate sangrento, porquanto não é raro que aquele que se mantém firme em presença do inimigo fraqueje nas tenazes de uma pena moral.

Nenhuma recompensa obtém o homem por essa espécie de coragem; mas Deus lhe reserva palmas de vitória e uma situação gloriosa.

Quando vos advenha uma causa de sofrimento ou de contrariedade, sobreponde-vos a ela, e, quando houverdes conseguido dominar os ímpetos da impaciência, da cólera, ou do desespero, dizei, de vós para convosco, cheio de justa satisfação:

“Fui o mais forte.” Bem-aventurados os aflitos pode então traduzir-se assim:

Bem-aventurados os que têm ocasião de provar sua fé, sua firmeza, sua perseverança e sua submissão à vontade de Deus, porque terão centu-

plicada a alegria que lhes falta na Terra, porque depois do labor virá o repouso.

Lacordaire. (Havre, 1863.)

### **A melancolia**

**25.** Sabeis por que, às vezes, uma vaga tristeza se apodera dos vossos corações e vos leva a considerar amarga a vida?

É que vosso Espírito, aspirando à felicidade e à liberdade, se esgota, jungido ao corpo que lhe serve de prisão, em vão esforços para sair dele.

Reconhecendo inúteis esses esforços, cai no desânimo e, como o corpo lhe sofre a influência, toma-vos a lassidão, o abatimento, uma espécie de apatia, e vos julgais infelizes.

Crede-me, resisti com energia a essas impressões que vos enfraquecem a vontade.

São inatas no espírito de todos os homens as aspirações por uma vida melhor; mas não as busqueis neste mundo e, agora, quando Deus vos envia os Espíritos que lhe pertencem, para vos instruírem acerca da felicidade que Ele vos reserva, aguardai pacientemente o anjo da libertação, para vos ajudar a romper os liames que vos mantêm cativo o Espírito.

Lembrai-vos de que, durante o vosso degredo na Terra, tendes de desempenhar uma missão de que não suspeitais, quer dedicando-vos à vossa família, quer cumprindo as diversas obrigações que Deus vos confiou.

Se, no curso desse degredo-provação, exonerando-vos dos vossos encargos, sobre vós desabarem os cuidados, as inquietações e tribulações, sede fortes e corajosos para os suportar.

Afrontai-os resolutos.

Duram pouco e vos conduzirão à companhia dos amigos por quem chorais e que, jubilosos por ver-vos de novo entre eles, vos estenderão os braços, a fim de guiar-vos a uma região inacessível às aflições da Terra.

François de Genève. (Bordeaux.)



faça-se **SÓCIO** em **geeak.pt**

seja  
**SÓCIO**  
do  
**geeak**

A 4 de julho de 1996 foi fundado em Coimbra o primeiro Grupo de Estudos Espiritas Allan Kardec, sito em Monte Formoso, num modesto espaço físico.

Sempre com o pensamento em Jesus e movidos pelo amor incondicional, esta casa rapidamente se tornou pequena para os tantos irmãos que encontraram na Doutrina a luz que conduz à Paz.

Desta forma, a necessidade aguçou o engenho, as mãos abraçaram a obra e a casa cresceu notavelmente!

Hoje em dia o GEEAK, além de Coimbra, tem também casa em Sandelgas, Pombal, Ovar, Caniço (na Madeira) e Anadia.

Todos estes feitos só se tornaram possíveis com o incansável esforço, trabalho, dedicação e fraternidade dos irmãos voluntários que frequentam o GEEAK e fazem destes espaços a sua casa.

E porque o GEEAK somos todos nós, cabe a cada um contribuir para o objectivo a que sempre nos propusemos: Trabalhar com Jesus em benefício do próximo.

Então convidamos a associarem-se à nossa causa, possibilitando assim o crescimento contínuo das Casas de Jesus.



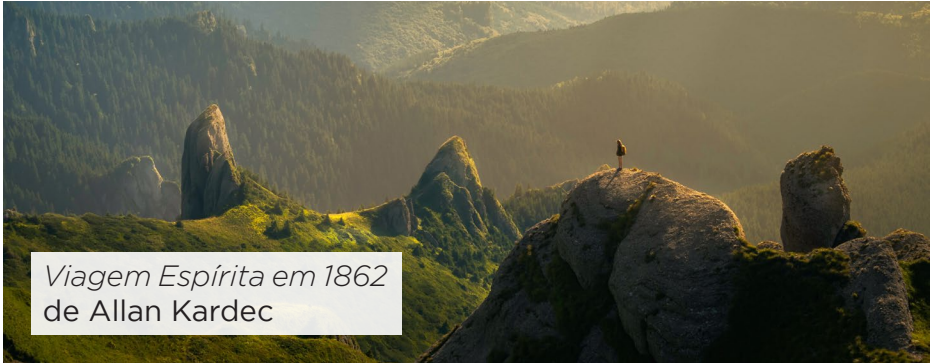
**"Eu segurei muitas coisas nas minhas mãos e perdi tudo, mas tudo o que coloquei nas mãos de Deus, eu ainda possuo."**

**Martin Luther King**

## Condições de associado

- Qualquer Irmão poderá associar-se. Não implica obrigatoriedade na assiduidade ao GEEAK;
- O valor da quota fica ao critério do associado, de forma solidária mas responsável;
- Serão atribuídos descontos especiais aos sócios em eventos, discografia e livros, conforme tabela abaixo apresentada;
- Os voluntários, ao participar num evento, estando impossibilitados de assistir na íntegra ao mesmo, terão um desconto de 50% no seu registo em DVD.

Desconto de Sócio	Eventos	Discografia	Livros
	10%	10%	5%



*Viagem Espírita em 1862*  
de Allan Kardec

Parte LXXXIV

Tratemos, pois, de torná-lo conhecido, em proveito de todos.

Prevejo uma objeção que pode ser levantada, isto é, a de que, de acordo com essas idéias, a prática do bem seria um cálculo interessado. A isso respondo dizendo que a Igreja, prometendo as alegrias do céu ou ameaçando com as chamas do inferno, conduz, ela própria, os homens, ou pela esperança ou pelo terror. O próprio Cristo ensinou que o que se dá neste mundo renderá, depois, centuplicado. Sem dúvida haverá maior mérito em fazer-se o bem espontaneamente, sem pensar em suas conseqüências, mas acontece que todos os homens não chegaram a esse estágio e vale mais praticar o bem com um estímulo do que não praticá-lo.

Ouve-se por vezes falar de pessoas que fazem o bem sem premeditação e, por assim dizer, por um impulso que lhes é próprio. Delas diz-se que não têm mérito, pois nessa realização não empenham nenhum esforço pessoal. É um erro! O homem não chega a nada sem esforço. Aquele que não precisou fazê-lo nesta existência, deve ter lutado em uma precedente e o bem acabou por se identificar com ele. Eis por que tudo parece tão natural. O bem está nele como estão, em outras pessoas, idéias que, também elas, tiveram sua fonte em um trabalho anterior.

Continua no próximo Farol

## Espiritismo de A a Z

### *Desânimo*

Pela Revista Espírita

[...] é uma falta. Deus vos recusa consolações, desde que vos falte coragem.

O desânimo é veneno que corrói lenta, surdamente, a vida.

O desânimo é um verme destruidor nas melhores realizações de nossa vida [...].

Desânimo é praga que arrasa serviço.

Desânimo é fruto envenenado da ilusão que alimentamos a nosso respeito. [...]

O desânimo é uma falta de fé em si mesmo e em Deus.

Aquele que confia em Deus jamais se entrega ao desespero, porque sabe que toda dor tem um fim útil.

Não te entregues ao desânimo. O bem que hoje não flo-

resce, germinará no tempo certo.

O desânimo é sombra passageira; a luz da esperança é permanente.

Nos momentos de maior desânimo, é quando mais precisamos perseverar no bem.

A esperança é a âncora da alma contra as tempestades do desânimo.

Confia no tempo de Deus: nenhuma lágrima fica sem resposta.

[...] Expulsa a melancolia de tua alma, essa hóspede teimosa que te envolve no dossel de mil amarguras segredando desânimo e desassossego.

O desânimo é inimigo sutil do ser humano. Instala-se a pouco e pouco, terminando por vencer as resistências morais, que se sentem desestimuladas por falta de suporte emocional para a luta.

## Páginas soltas

### *Crítica*

Pelo Espírito André Luiz  
Psicografia de Francisco Cândido  
Xavier  
*O Espírito da Verdade*

Se você está na hora de criticar alguém, pense um pouco, antes de iniciar.

Se o parente está em erro, lembre-se de que você vive junto dele para ajudar.

Se o irmão revela procedimento lamentável, recorde que há moléstias ocultas que podem atingir você mesmo.

Se um companheiro faliu, é chegado o momento de substituí-lo em trabalho, até que volte.

Se o amigo está desorientado, medite nas tramas da obsessão.

Se o homem da atividade pública parece fora do eixo, o desequilíbrio é problema dele.

Se há desastres morais nos vizinhos, isso é motivo para auxílio fraterno, porquanto esses mesmos desastres provavelmente chegarão até nós.

Se o próximo caiu em falta, não é preciso que alguém lhe agrave as dores de consciência.

Se uma pessoa entrou em desespero, no colapso das próprias energias, o azedume não adianta.

Ainda que você esteja diante daqueles que se mostram plenamente mergulhados na loucura ou na delinquência, fale no bem e fuja da crítica destrutiva, porque a sua reprovação não fará o serviço dos médicos e dos juizes indicados para socorrê-los, e, mesmo que a sua opinião seja austera e condenatória, nisso ou naquilo, você não pode olvidar que a opinião de Deus, Pai de Nós Todos, pode ser diferente.



## Página de poesia

*O Meu Condão*  
de Florbela Espanca

Quis Deus dar-me o condão de ser sensível  
Como o diamante à luz que o alumia,  
Dar-me uma alma fantástica, impossível:  
- Um bailado de cor e fantasia!

Quis Deus fazer de ti a ambrosia  
Desta paixão estranha, ardente, incrível!  
Erguer em mim o facho inextinguível,  
Como um cinzel vincando uma agonia!

Quis Deus fazer-me tua... para nada!  
- Vãos, os meus braços de crucificada,  
Inúteis, esses beijos que te dei!

Anda! Caminha! Aonde?... Mas por onde?...  
Se a um gesto dos teus a sombra esconde  
O caminho de estrelas que tracei...

## Casas GEEAK

### Coimbra

Rua Estrada de Eiras, 67

#### **Segunda-feira - 15h00 às 22h00**

Atendimento Fraterno - 15h00 às 21h30

Palestra Doutrinária (e passe coletivo) - 19h30 às 20h30

Curso Básico da Doutrina Espírita - 20h45 às 21h45

#### **Terça-feira - 17h30 às 22h30**

Estudo do Evangelho - 17h30 às 18h30

Fluidoterapia - 19h00 às 20h30

Grupo Mediúnico (trabalho privado) - 21h00 às 22h30

#### **Quarta-feira - 15h00 às 22h30**

Atendimento Fraterno - 15h00 às 19h00

Fluidoterapia - 19h00 às 20h30

Palestra Doutrinária (passe coletivo e magnetização das águas) - 21h00 às 22h30

### Sandelgas

Rua do Chorão

#### **Sexta-feira - 15h30 às 22h30**

Atendimento Fraterno - 15h30 às

19h00

Fluidoterapia - 19h00 às 20h30

Palestra Doutrinária (passe coletivo e

magnetização das águas) - 21h00 às 22h30

### Anadia

Alameda Mário Duarte, loja 8

#### **Sábado - 15h00 às 19h00**

Atendimento Fraterno - 15h30 às 17h00

Curso Básico da Doutrina Espírita - 16h00 às 17h00

Palestra Doutrinária (passe coletivo e magnetização das águas) - 17h30 às 19h00

### Pombal

Rua da Fonte Nova, lote B1, loja C

#### **Quinta-feira - 18h00 às 22h30**

Atendimento Fraterno - 18h30 às 19h30

Prece e Irradiação - 19h30 às 20h30

Palestra Doutrinária (passe coletivo e

magnetização das águas) - 21h00 às 22h30

### Ovar

Praceta Mãe D'Água, Lojas 20/21

#### **Domingo - 10h00 às 13h00**

Atendimento Fraterno - 10h00 às 11h30

Curso Básico da Doutrina Espírita - 10h30 às 11h15

Palestra Doutrinária (fluidoterapia e passe coletivo) - 11h30 às 13h00

Toda a assistência é prestada gratuitamente



geeak.pt



geeak coimbra



geeak.tv