

Série 2 - Nº 215  
ano XIX



Julho 2021

# O FAROL INFORMATIVO

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



geeak.TV



"A dor é inevitável. O sofrimento é opcional."

**HARUKI MURAKAMI**

# Editorial

**N**a atualidade estamos assistindo, cada vez mais, à busca do conhecimento nas mais diferentes áreas.

Dentro da literatura espírita, encontramos obras maravilhosas, que nos chegaram há várias décadas e cujo conteúdo, nos dias de hoje, é totalmente confirmado.

“Quanto mais se agiganta a civilização na Terra, mais amplamente predomina o estudo na extensão do progresso geral.

Cientistas e pesquisadores analisam, infatigavelmente, não apenas as realizações alusivas ao domínio das forças da natureza, mas também os poderes da alma, a escarificarem todos os fenômenos do binômio mente-corpo, consagrando a era do pensamento racional.

Para isso, multiplicam-se escolas e cursos técnicos, estabelecimentos culturais e anfiteatros de ensino, em que perguntas e respostas sedimentam a renovação do mundo.

Natural, transportemos igualmente a questão da dor para os recintos de aula, por disciplina a examinar em regime de urgência...”

Este trecho encontra-se na introdução do livro “Leis de Amor” ditado por Emmanuel e psicografado por F. C. Xavier e Waldo Vieira.

Facilmente percebemos que as afirmações de Emmanuel estão corretas.

Encontramos, pois, preciosas orientações sobre variados assuntos que fazem parte da vida humana.

Contudo, porque nos encontramos estagiando em provas e expiações, a dor é algo que acompanha constantemente as nossas vidas e, igualmente deve ser estudada, para que bem compreendida, possamos entender-lhe a função.

À primeira vista, poucos aceitam a dor como instrumento necessário à nossa evolução. Porém, quando lembramos que estamos na Terra em cumprimento de mais uma reencarnação, logo percebemos que ela (a dor) é um agulhão indispensável para nos impulsionar no rumo da evolução, dando-nos oportunidade de reajustes e aprendizados. As dificuldades maiores, os problemas difíceis e toda a repercussão que acarretam, são questões em desacordo com a nossa vontade, pois, somos ainda criaturas imperfeitas, envolvidas pelos sentimentos menores onde predomina o orgulho e o egoísmo. E, em função dessa nossa forma de pensar, não queremos que a dor faça parte da nossa vida. Somente os Espíritos que já alcançaram um certo grau de conhecimento, sabem conviver com a dor de forma saudável. Para estes Espíritos, a dor não é recebida como sinal de sofrimento. Mas como uma circunstância temporária que deve ser aceita a fim de ajudá-los na escola da existência. Os esclarecidos, sabem que as dificuldades que enfrentamos estão de acordo com as nossas necessidades de aprendizado e por isso não se revoltam contra as situações adversas. A necessidade dos nossos estudos deve envolver o tema sofrimento, questão esta tão estreitamente ligada ao nosso viver atual.

Todos gostaríamos de poder desfrutar plena felicidade e bem-estar, mas, devido ao nosso padrão evolutivo, ainda tão deficiente, é certo que não conseguiríamos avaliar estas condições superiores. Por enquanto, ainda precisamos comparar para entender as diferenças. Acreditamos que o fato de não conhecermos em profundidade o mecanismo da dor, é que nos leva ao desespero. Ela existe como consequência de atos cometidos em desacordo com as leis maiores, mas Deus, como Pai misericordioso que é, dá-nos a oportunidade de reparar essas infrações.

Concluimos que a dor, embora não seja desejada, não é castigo, mas uma decorrência natural do nosso próprio existir de ontem ou de agora.

# tema do mês

## As Dores Humanas

Alessandro Viana Vieira de Paula

O Evangelista Mateus narra que Jesus, após vir para casa de Pedro, viu a sogra dele deitada e febril.

Tocou a mão dela, e a febre a deixou; ela se ergueu e o servia.

Certamente, o facto descrito revela a cura mais simples realizada por Jesus, do ponto de vista das complexidades físicas e emocionais das doenças e dores humanas.

Jesus havia curado cegos, mudos, surdos, leprosos, obsidiados, utilizando-se de Seu fluido pessoal e movido por Seu inesgotável amor, agindo no perispírito do enfermo, reequilibrando-o, com repercussões imediatas no corpo físico, haja vista que o corpo espiritual está ligado àquele molécula a molécula.

Assim sendo, curar uma simples febre representou para Jesus uma ação fluídica de pequeno porte, todavia, essa conduta, sob a perspectiva moral, nos traz profundas reflexões.

A Terra, sendo um mundo de provas e expiações, propicia ao Espírito moralmente endividado a possibilidade de se reabilitar, e, em muitas circunstâncias, essa reabilitação começa ou passará mais adiante



pelo sofrimento, até mesmo como contingência natural da vida neste Orbe.

Esse sofrimento pode ser físico e/ou moral, de forma que há uma diversidade imensa de dores na Terra, desde as mais simples até as mais complexas, aquelas de cunho mais pessoal e outras de porte coletivo (familiar, social etc.), algumas de breve duração e aquelas outras mais prolongadas.

Jesus, ao curar a sogra de Simão Pedro, nos ensinou que nenhuma dor deve ser desprezada ou desdenhada, merecendo daquele que se propõe a ajudar a melhor consideração, atenção e solidariedade.

O Espiritismo, em sendo o Evangelho Redivivo, nos convida a essa possibilidade de sempre socorrermos o próximo, ofertando o nosso melhor, sem qualquer tipo de julgamento, tanto que nos oferece como premissa doutrinária que Fora da caridade não há salvação.

É uma tarefa desafiadora a de ajudar o irmão de caminhada, porque alguns ainda trazemos a tendência de julgar e medir a dor alheia.

No cotidiano, vamos nos deparar com pessoas portadoras dos sofrimentos mais variados, e quando é uma febre, uma dor de cabeça, um mal-estar, uma mera discussão conjugal, um desafio simples com um dos filhos, um episódio de tristeza que às vezes se

prolonga, costumamos dizer:

É um exagero ou “Tá fazendo tempestade em copo d’água”.

Com a visão espírita, aprendemos que cada ser é um Espírito imortal com conquistas morais diferenciadas, com luzes e trevas em seu interior, de tal sorte que cada pessoa tem um grau de resistência moral para as dores humanas, físicas e/ou morais.

Alguns enfrentam bem o luto, outros fazem uma depressão crônica; alguns lidam equilibradamente com a doença, outros se perturbam; alguns nem dão bola para a febre, outros reclamam e preferem cultivar o repouso, algumas vezes em exagero; alguns crescem com os desafios familiares, outros falham moralmente.

Aliás, sob a perspectiva biológica, também encontraremos pessoas com graus diversos de tolerância à dor. Algumas suportam dores físicas intensas (dor de dente, realizam procedimentos médicos e odontológicos sem anestesia etc.), ao passo que outras sofrem com as mínimas dores (dor de cabeça leve, optam por anestesia em qualquer tipo de intervenção física, não conseguem tomar líquidos quentes, como cafés e chás etc.).

Deveremos sempre ouvir as queixas alheias com imensa solidariedade e desejo de ajudar, seja com a oração, seja com bons conselhos, ou apenas ouvindo com paciência e atenção,

demonstrando nossa amorosidade e sincera consideração.

Se alguém reclamar de febre, não julgar, apenas amparar da melhor forma possível.

Se alguém desabafar sobre a tristeza que a abate, não julgar, apenas servir à causa do bem.

Se alguém confidenciar um pequeno problema pessoal, não julgar, apenas ser útil e prestativo.

O importante é colocarmo-nos na situação do próximo e entender que aquele desafio, maior ou menor, o está incomodando, fragilizando-o, merecendo de nós uma conduta cristã, de auxílio fraternal, desinteressado e com plena dedicação, até porque, ao chegar a nossa vez de vivenciar a dor, certamente apreciaremos a presença de um amigo que possa nos acolher, sem julgamento.

Muitas vezes não encontramos em nós uma referência para a dor narrada pelo próximo, porque nunca a vivenciamos, e pode ser que tenhamos a tendência de imaginar que essa dor seja um exagero.

Permito-me narrar um episódio pessoal.

Inúmeras vezes, conversei com pessoas que estavam com depressão, em graus variados, e sempre tive dificuldade, por limites pessoais, de



entender as dimensões da depressão, porque muitos relatavam dificuldade de agir, de realizar algo, de sair de casa, de levantar da cama, até de orar.

Algumas vezes pensei:

Será que a pessoa não está exagerando um pouco?

Há alguns anos, passei por um período curto experimentando uma tristeza profunda, talvez uma depressão inicial, e vivenciei algumas dificuldades, como, por exemplo, de ter ânimo para ir ao trabalho.

Mas, com o conhecimento espírita e o auxílio de um extraordinário livro de Divaldo Pereira Franco/Joanna de Ângelis (Psicologia da Gratidão), consegui superar, extraindo valiosos aprendizados, entre eles, comecei a entender os dramas daqueles que sofrem de depressão.

Para os confrades espíritas que atuam no atendimento fraterno, a lição do Cristo em foco também é valiosa, uma vez que as pessoas que buscam esse serviço na Casa Espírita estão vivenciando desde as dores menos desafiadoras até aquelas mais crônicas, merecendo do atendente a melhor dedicação, sem qualquer impulso de desconsideração ou julgamento dos dramas alheios.

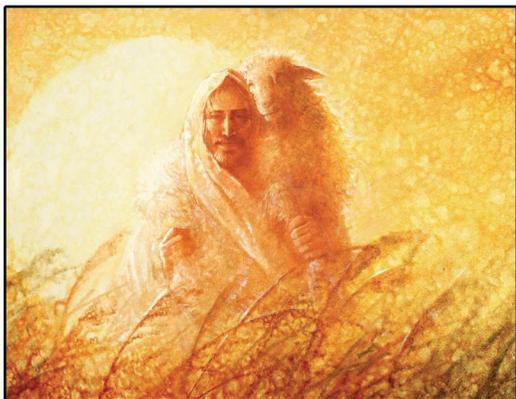
Merece registro o facto de Jesus ter tocado as mãos da sogra de Pedro, porque esse membro é o símbolo da caridade e da ação em prol do próximo.

Com efeito, quando estivermos passando por alguma dor, jamais desconsiderar a possibilidade de também servirmos o próximo, porque a vivência do amor nos fortalece para as lutas pessoais, e, conforme a vida nos ensina, aprendemos que ao nos preocuparmos com o sofrimento alheio, ao nos darmos conta, o nosso já passou ou era mínimo, conquanto não possa ser desprezado, se comparado aos grandes sofrimentos da vida.

Dessa forma, o episódio do Evangelho em questão merece nossa reflexão profunda, porque nele Jesus nos oferta uma belíssima lição, ou seja, o amor é lei da vida, de forma que sempre deveremos ajudar o próximo, sem qualquer impulso de julgamento, porque todo drama alheio merece nossa compreensão e solidariedade.

Não tenhamos dúvida que essa orientação evangélica fará uma grande diferença em nossas vidas, convidando-nos a sermos sempre servidores do amor em prol das dores dos irmãos de caminhada.

Isso é a legítima caridade!



# Estudando a doutrina

Bem-aventurados os que são brandos e pacíficos

Allan Kardec

“O Evangelho Segundo o Espiritismo ”

## A paciência

7. A dor é uma bênção que Deus envia a seus eleitos; não vos aflijais, pois, quando sofrerdes; antes, bendizeis de Deus onipotente que, pela dor, neste mundo, vos marcou para a glória no céu.

Sede pacientes.

A paciência também é uma caridade e deveis praticar a lei de caridade ensinada pelo Cristo, enviado de Deus.

A caridade que consiste na esmola dada aos pobres é a mais fácil de todas.

Outra há, porém, muito mais penosa e, conseqüentemente, muito mais meritória: a de perdoarmos aos que Deus colocou em nosso caminho para serem instrumentos do nosso sofrer e para nos porem à prova a paciência.

A vida é difícil, bem o sei.

Compõe-se de mil nada, que são outras tantas picadas de alfinetes, mas que acabam por ferir. Se, porém, atentarmos nos deveres que nos são impostos, nas consolações



e compensações que, por outro lado, recebemos, havemos de reconhecer que são as bênçãos muito mais numerosas do que as dores.

O fardo parece menos pesado, quando se olha para o alto, do que quando se curva para a terra a frente.

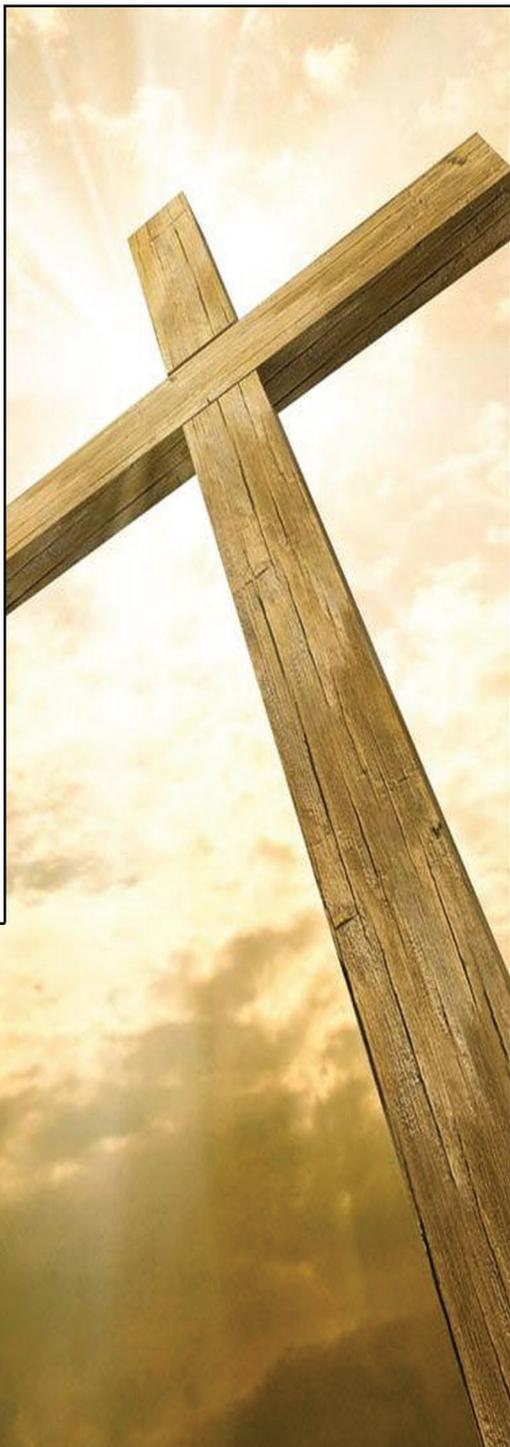
Coragem, amigos!

Tendes no Cristo o vosso modelo.

Mais sofreu Ele do que qualquer de vós e nada tinha de que se penitenciar, ao passo que vós tendes de expiar o vosso passado e de vos fortalecer para o futuro.

Sede, pois, pacientes, sede cristãos. Essa palavra resume tudo.

– Um Espírito amigo. (Havre, 1862.)



## Obediência e resignação

8. A doutrina de Jesus ensina, em todos os seus pontos, a obediência e a resignação, duas virtudes companheiras da doçura e muito ativas, se bem os homens erradamente as confundam com a negação do sentimento e da vontade.

A obediência é o consentimento da razão; a resignação é o consentimento do coração, forças ativas ambas, porquanto carregam o fardo das provações que a revolta insensata deixa cair.

O pusilânime não pode ser resignado, do mesmo modo que o orgulhoso e o egoísta não podem ser obedientes. Jesus foi a encarnação dessas virtudes que a antiguidade material desprezava.

Ele veio no momento em que a sociedade romana parecia nos desfalecimentos da corrupção. Veio fazer que, no seio da Humanidade deprimida, brilhassem os triunfos do sacrifício e da renúncia carnal.

Cada época é marcada, assim, com o cunho da virtude ou do vício que a tem de salvar ou perder.

A virtude da vossa geração é a atividade intelectual; seu vício é a indiferença moral.

Digo, apenas, atividade, porque o gênio se eleva de repente e descobre,



por si só, horizontes que a multidão somente mais tarde verá, enquanto a atividade é a reunião dos esforços de todos para atingir um fim menos brilhante, mas que prova a elevação intelectual de uma época.

Submetei-vos à impulsão que vimos dar aos vossos espíritos; obedecei à grande lei do progresso, que é a palavra da vossa geração.

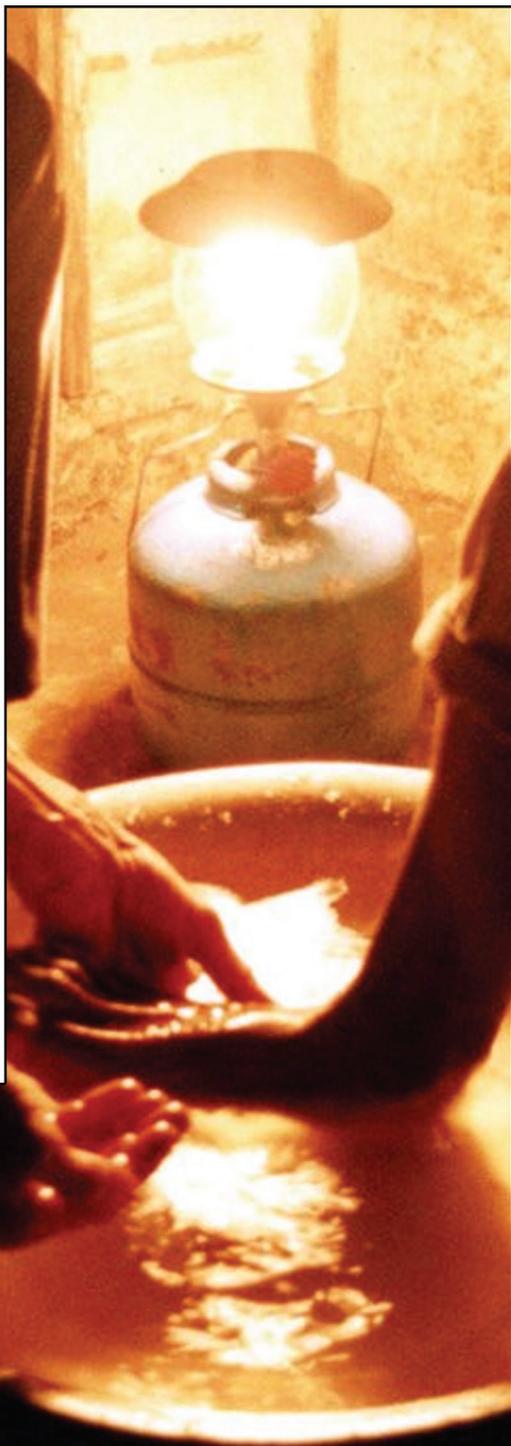
Ai do espírito preguiçoso, ai daquele que cerra o seu entendimento!

Ai dele! porquanto nós, que somos os guias da Humanidade em marcha, lhe aplicaremos o látigo e lhe submeteremos a vontade rebelde, por meio da dupla ação do freio e da espora.

Toda resistência orgulhosa terá de, cedo ou tarde, ser vencida.

Bem-aventurados, no entanto, os que são brandos, pois prestarão dócil ouvido aos ensinamentos.

– Lázaro. (Paris, 1863.)





## Impressões Gerais

Há, pois, uma geração espírita que cresce e que vai incessantemente aumentando. Essas crianças, por sua vez, educarão seus filhos nos mesmos princípios e, enquanto isso, os velhos preconceitos irão, de pouco em pouco, desaparecendo com as velhas gerações. Torna-se evidente que a idéia espírita será, um dia, a crença universal.

Um fato não menos característico do estado atual do Espiritismo é o desenvolvimento de uma corajosa opinião. Se há ainda adeptos reprimidos pelo medo, o número destes é bem pouco considerável hoje em dia, ao lado daqueles que confessam em alto e bom som suas convicções e não se constroem de se confessarem espíritas, como não se constrangeriam de se confessarem católicos, judeus ou protestantes. A arma do ridículo, à força de ser arremetida sem abrir brechas e em face de tantas personalidades notáveis que proclamam, abertamente, a nova filosofia, acabou por se tornar inútil e foi posta de lado. Uma única arma permanece ainda em riste: a idéia do diabo. Mas, neste caso, é ao próprio ridículo que se faz justiça. Todavia não foi apenas esse gênero de coragem que verificamos, mas também aquela da ação, do devotamento, do sacrifício, isto é, a coragem daqueles que, resolutamente, se põem à frente na promoção das idéias novas em certas localidades, pondo em risco suas pessoas e enfrentando ameaças e perseguições. Eles sabem que, se os homens lhe fizerem mal, nesta curta vida, Deus não os deixará esquecidos.

-continua no próximo Farol-

## Espiritismo de A a Z

pela FEB

**DOR-** [...] A dor é o aguilhão que o impele [o Espírito] para a frente, na senda do progresso.

A dor é uma bênção que Deus envia a seus eleitos. [...]

[...] a dor é uma bênção, porque é com ela que resgatamos erros clamorosos de passadas vidas. [...]

[...] a dor resulta sempre do nosso atrito com os dispositivos reguladores do Universo. [...]

[...] é a eterna lapidária de todos os espíritos [...].

A dor material é um fenômeno como o dos fogos de artifício, em face dos legítimos valores espirituais.

[...] A dor é uma oferenda de Deus e os raios que emite célere se encaminham para as moradas celestes.

[...] A dor é um meio de elevação; o sofrimento do presente repara os erros de outrora e engendra as felicidades do futuro.

[...] A dor é uma advertência necessária, um estimulante à vontade do homem, pois nos obriga a concentrarmos para refletir, e força-nos a domar as paixões. A dor é o caminho do aperfeiçoamento

[...] A dor, física ou moral, é um meio poderoso de desenvolvimento e de progresso. [...] A dor é a purificação suprema, é a escola em que se aprendem a paciência, a resignação e todos os deveres austeros. É a fornalha onde se funde o egoísmo que se dissolve o orgulho. [...]

[...] é na realidade o ensino por excelência, a grande escola em que se aprendem as verdades eternas. [...]

# Páginas Soltas

Ditadas pelos Espíritos

Jesus e os Amigos

Emmanuel

Psicografia de Francisco Cândido Xavier

Livro: "Caminho, Verdade e Vida"

"Ninguém tem maior amor que este: de dar alguém a vida pelos seus amigos."

Jesus. (João, 15:13).

Na localização histórica do Cristo, impressiona-nos a realidade de sua imensa afeição pela Humanidade.

Pelos homens, fez tudo o que era possível em renúncia e dedicação.

Seus atos foram celebrados em assembléias de confraternização e de amor.

A primeira manifestação de seu apostolado verificou-se na festa jubilosa de um lar.

Fez companhia aos publicanos, sentiu sede da perfeita compreensão de seus discípulos.

Era amigo fiel dos necessitados que se socorriam de suas virtudes imortais.

Através das lições evangélicas, nota-se-lhe o esforço para ser entendido em sua infinita capacidade de amar.

A última ceia representa uma paisagem completa de afetividade integral.

Lava os pés aos discípulos, ora pela felicidade de cada um...

Entretanto, ao primeiro embate com as forças destruidoras, experi-

-menta o Mestre o supremo abandono.

Em vão, seus olhos procuram a multidão dos afeiçoados, beneficiados e seguidores.

Os leprosos e cegos curados por suas mãos haviam desaparecido.

Judas entregou-o com um beijo.

Simão, que lhe gozara a convivência doméstica, negou-o três vezes.

João e Tiago dormiram no Horto.

Os demais preferiram estacionar em acordos apressados com as acusações injustas.

Mesmo depois da Ressurreição, Tomé exigiu-lhe sinais.

Quando estiveres na "porta estreita", dilatando as conquistas da vida eterna, irás também só.

Não aguarde os teus amigos.

Não te compreenderiam; no entanto, não deixes de amá-los.

São crianças.

E toda a criança teme e exige muito.



# página de poesia

## Hino à Dor

Sorri com mais doçura a boca de quem sofre,  
Embora amargue o fel que os seus lábios beberam;  
É mais ardente o olhar onde, como um aljofre,  
A Dor se condensou e as lágrimas correram.

Soa, como se um beijo ou uma carícia fosse,  
A voz que a soluçar na Desgraça aprendeu;  
E não há para nós consolação mais doce  
Que o regaço de quem muito amou e sofreu.

Voz, que jamais vibrou num soluço de mágoa,  
Ao nosso coração nunca pode chegar...  
Mas o pranto, ao cair duns olhos rasos de água,  
Torna mais penetrante e mais profundo o olhar.

Lábio, que só bebeu na fonte da Alegria,  
É frio, como o olhar de quem nunca chorou;  
A Bondade é uma flor que se alimenta e cria  
Dos resíduos que a Dor no coração deixou.

Em tudo quanto existe o Sofrimento imprime  
Uma augusta expressão... mesmo a Suprema Graça,  
Dando aos versos do Poeta esse esmalte sublime  
Que torna imorredora a Inspiração que passa.

É por isso que a Dor, sem trégua nem guarida,  
Dor sem resignação, Dor de estóico ou de santo,  
Só de a vermos passar no tumulto da Vida  
Deixa os olhos da gente enublados de pranto.

**António Feijó**

# horário dos trabalhos das Casas GEEAK

**.coimbra.** Rua Adriano Lucas 67

**2ª feira: 15H00 – Abertura**

- Atendimento Fraternal (15H00-22H00)
- Palestra Doutrinária (19H00-19H45)  
e PASSE COLECTIVO
- Palestra Doutrinária (20H00-20H45)  
e PASSE COLECTIVO
- Curso Básico da Doutrina Espírita (21H00-22H00)  
**22H00 – Encerramento**

**3ª feira: 17H00 – Abertura**

- Estudo do Evangelho (17H00-18H00)
- Fluidoterapia (19H00-20H30)
- Grupo Mediúnico (21H00-22H30)  
(trabalhos privados)  
**22H30 – Encerramento**

**4ª feira: 15H00 – Abertura**

- Atendimento Fraternal (15H00-19H00)
- Fluidoterapia (19H30-20H30)
- Palestra Doutrinária (21H00-22H30)  
PASSE COLECTIVO e MAGNETIZAÇÃO das ÁGUAS  
**22H30 – Encerramento**

Rua da Fonte Nova Lt B1, Lj C **.pombal.**

**5ª feira: 18H00 – Abertura**

- Atendimento Fraternal (18H00-19H30)
- Prece e Irradiação (19H30-20H30)
- Palestra Doutrinária (21H00-22H00)  
PASSE COLECTIVO e MAGNETIZAÇÃO das ÁGUAS  
**22H00 – Encerramento**

Rua do Chorão **.sandelgas.**

**6ª feira: 15H00 – Abertura**

- Atendimento Fraternal (15H00-19H00)
- Fluidoterapia (19H30-20H30)
- Estudo do **Livro dos Espíritos**: (20H00-21H00)
- Palestra Doutrinária (21H00-22H30)  
PASSE COLECTIVO e MAGNETIZAÇÃO das ÁGUAS  
**22H30 – Encerramento**

Alameda Mário Duarte, Lj 8 **.anadia.**

**Sábado: 15H00 – Abertura**

- Atendimento Fraternal (15H00-17H30)
- Curso Básico da Doutrina Espírita (16H00-17H00)
- Palestra Doutrinária (17H30-18H30)  
PASSE COLECTIVO e MAGNETIZAÇÃO das ÁGUAS  
**18H30 – Encerramento**

**.ovar.** Rua Visconde de Ovar 262

**Domingo: 09H30 – Abertura**

- Atendimento Fraternal (09H30-11H30)
- Curso Básico da Doutrina Espírita (10H30-11H30)
- Palestra Doutrinária (11H30-12H30)  
FLUIDOTERAPIA e PASSE COLECTIVO  
**12H30 – Encerramento**

**TODA A ASSISTÊNCIA É PRESTADA GRATUITAMENTE.**