



**farol**  
informativo

“Temos de nos tornar na mudança que queremos ver.”

**Gandhi**

### Editorial

“Se é verdade que algumas pessoas possuem grande força magnética, com a qual podem fazer mau uso, se seus próprios Espíritos forem maus, (sendo possível serem secundados por outros Espíritos maus), não creiamos, porém, num pretensão poder mágico, que só existe na imaginação de criaturas supersticiosas, ignorantes das verdadeiras leis da Natureza”.

Encontramos este ensino, no Livro dos Espíritos, na resposta à pergunta 552 e ainda Allan Kardec esclarece que: *“Os fatos que citam, como prova da existência desse poder, são fenômenos naturais, mal observados e sobretudo mal compreendidos.”*

Em todos os tempos as superstições e os supersticiosos são heranças do obscurantismo espiritual e da insensatez perniciosa, que encontram guarida porque o homem ainda prefere a treva à luz, a piedade ao respeito, o sofrimento ao amor. Ninguém, no entanto, interfere nos planos e desígnios de Deus, por mais que o orgulhoso se esforce e o ambicione.

Feiticeiros de todas as épocas que a desregrada imaginação popular deu largas fantasias, são os médiuns vinculados aos espíritos da sombra, em realizações infelizes.

Por outro lado, a intolerância clerical para silenciar a voz dos imortais, classificou genérica e enfaticamente de falsas as comunicações espirituais, esquecendo-se que foram e são homens comuns enfrentando

lutas como todos nós, e que um dia serão chamados a darem conta da mordomia de que estiveram investidos.

Joanna de Ângelis, afirma: *“Com Jesus, o Libertador, deixa à margem do caminho credices, superstições, ilusões, e cresce para o serviço da tua e da redenção de todos.”*

Não nos utilizemos, quando enfermos ou diante da doença de algum ente querido, dos hipócritas que enganam com falsas promessas, que impressionam, mas que nada resolvem, ante a superioridade da Misericórdia associada à Justiça que emana de Deus. Não nos sirvamos de beberagens estranhas, nem de fitas, carvões, poções mágicas, tesouras abertas ou outros símbolos. Afastemos das nossas relações espirituais as estatuetas místicas do Buda ou de elefantes de costas voltadas para as entradas da casa. Desliguemo-nos das figas e dos ramos aromáticos ou das defumações, mantendo-nos fiéis ao pensamento espírita e à certeza do cumprimento da Lei sublime dos Céus.

Através do Espiritismo compreenderemos que, construtores do porvir, somos árbitros da felicidade ou da própria desdita, herdeiros dos valores que possuímos e legatários futuros das aquisições que conquistarmos.

## Tema do mês

### *Mudança*

de Silvia Helena Visnadi Pessenda

Criaturas existem que não gastam um só minuto de seu dia para se questionarem. Não se perguntam: o que tenho a meu dispor é realmente bom para mim? É autêntico ou estou preferindo me enganar? O que quero da vida? O que estou buscando? Desejo mesmo viver o que vivo, fazer o que faço? Pretendo continuar assim como estou?

Pode parecer que as pessoas pensam sobre essas coisas. Porém, na prática, são poucas as que conseguem, realmente, compreender a essência de seus pensamentos, sentimentos e comportamentos.

Vivemos em uma época em que prevalece o mais rápido, fácil e divertido, ou seja, a superficialidade, as aparências. Assim, e por falta deste tipo de reflexão, muitos agem impensadamente, não medindo o alcance de suas atitudes e nem se dando conta das coisas ao seu redor.

Mas, se não sabemos o que é bom e verdadeiro ou o que queremos realmente, o que estamos

fazendo de nossa existência? Para aonde estamos nos conduzindo?

Necessitamos, portanto, adotar uma constante observação interna e externa para captarmos o real sentido das coisas. Nada existe sem uma razão de ser. Tudo o que nos envolve carrega um significado de extrema importância; no entanto, nós temos o hábito de acreditar que somos acima da média. E, por isso, não refletimos sobre os problemas e dificuldades, de modo a enfrentá-los verdadeiramente.

É muito difícil alterar o padrão de pensamento, sentimento e comportamento de uma vida inteira, se não sabemos exatamente quem somos e quais as nossas reais necessidades. E uma das razões para não efetuarmos as mudanças necessárias é que nos conhecemos apenas parcialmente, não compreendendo o suficiente para perceber quando tais mudanças efetivamente precisam acontecer.

Mohandas Gandhi, mais conhecido como Mahatma Gandhi (1869-1948), indiano defensor do princípio da não-violência como um meio de protesto, certa feita disse: “Nós temos que ser a mudança.”

E o que significa a palavra mudar? Nada mais do que, simplesmente, “dar outra direção, arrumar de outro modo, deixar uma coisa por outra, transformar.”

Jesus, diante de um homem paralítico há 38 anos, pergunta-lhe: “Queres ser curado?” (João 5:6). E o homem disse que sim, que queria ser curado daquele mal.

O Cristo sabia que a busca por alternativas e um consciente desejo de melhoria são fatores fundamentais para uma efetiva reabilitação. Tanto que, em diversas outras situações, quando alguém se recuperava, ele dizia: “Tua fé te curou”.

Sendo assim, sua pergunta teve por objetivo levar o paralítico a refletir sobre a importância da própria força de vontade e confiança.

O Evangelho segundo o Espiritismo, ao se referir sobre a diferença entre os espíritos imperfeitos e os verdadeiros, traz:

Reconhece-se o verdadeiro espírito pela sua transformação moral e pelos esforços que faz para domar as suas más inclinações; enquanto que um se compraz em seu horizonte limitado, o outro, que compreende alguma coisa de melhor, se esforça para dele

de libertar e sempre o consegue quando tem vontade firme.

Entregar-se à doença, aos problemas e conflitos, às dificuldades é a mais perfeita contribuição para que todos eles continuem com seu ciclo de sofrimento, de paralisção e até de destruição, dependendo do caso. Por outro lado, buscar tenazmente o equilíbrio e bem-estar significa, principalmente, não atribuir à outra pessoa a responsabilidade pelo nosso processo de reabilitação, de cura.

O meu salvador sou eu mesmo. Tanto que Jesus mostrou que o remédio estava no próprio paralítico e não fora dele. Assim, o necessário medicamento era mais interno que externo. Ele poderia simplesmente ter-lhe dito: “levanta-te e anda”. Mas preferiu falar: “Levanta-te, toma o teu leito e anda.” (João 5:8) Isto é, toma a tua estrada, tua própria pessoa e segue a tua vida.

Com esta passagem, podemos afirmar que o Cristo fez com que o doente superasse as próprias resistências internas, estimulando-lhe a força de vontade e confiança.

E quanto ainda nos custa perceber que o que impede ou protela

a solução dos problemas, sejam eles físicos ou psicológicos, é a nossa resistência às mudanças!

Somos ainda fortemente apegados à própria maneira de pensar e agir e, com grande frequência, recusamos tudo o que nos questione ou que aponte nossas falhas. Ainda acreditamos ser humilhante ter de admitir nossos equívocos e alterar posturas e decisões.

É a mudança interior que deve ser buscada, muito mais que a exterior. Porém, existem indivíduos que, diante de uma situação aflitiva, resolvem viajar ou mudar de lugar, de trabalho, de casa, como se a crise dependesse única e exclusivamente do mundo externo e do local onde estão. Outros procuram mudar as pessoas com as quais convivem, arrumar a vida delas, por crerem ser seu dever reorganizar o mundo, e não a si mesmos. Há, ainda, aqueles que se escondem nos vícios, desenvolvendo manias e doenças. No entanto, agindo assim, essas pessoas jamais encontrarão o que, de fato, as preencherá íntima e plenamente.

Para ilustrar as consequências de nossa resistência, o Espírito Hammed faz uma analogia entre a água corrente e a estagnada:

a água renovada é corrente, oriunda das chuvas, do orvalho, das nascentes, enquanto que a água estagnada é aquela que, em breve, por inércia, se deteriorará, tornando-se um foco de larvas e de putrefação.

Quando não permitimos a mudança em nosso mundo interior, exigimos a mudança na realidade exterior. E, com isso, facilmente a culpamos por não corresponder às nossas expectativas. É óbvio, também, que a necessidade de diferentes arrumações (mudanças) em nossa existência afetará nosso comodismo e conforto, solicitando de nós uma reciclagem de conceitos, crenças e valores, um repensar de posturas, modificações nos costumes e hábitos e um diferente direcionamento aos pensamentos e sentimentos, o que, admitamos, não é fácil tarefa, mas dependerá apenas de nós realizá-la.

Ainda do Espírito Hammed:

Na realidade, quem se permite mudar pode ficar, inicialmente, numa situação desconfortável, visto que poderá ficar exposto a algo que não contava ou que não havia percebido. O que acontece é que, quando alteramos o nosso “status quo” - (...) modificamos nossa antiga maneira de inter-

pretar, entender, expressar e dar sentido e importância às coisas. A partir disso, nossas zonas de estabilidade ficam temporariamente ameaçadas; nosso jeito anterior de ser e ver não funciona mais. Tudo isso acarreta uma batalha interna que gera desconfiança, medo e insegurança, até que nos reestruturemos novamente.

Em virtude desse desconforto, que é apenas inicial, no entanto, muitos permanecem paralisados em seus 'leitos'. Não conseguem se levantar, tomar posse de sua vida e avançar.

Jesus também disse: “Se alguém quer vier após mim, a si mesmo se negue, tome a sua cruz e siga-me” (Marcos 8:34)

As mudanças necessárias não deixam de representar um processo trabalhoso, uma “cruz” que precisamos abraçar todos os dias. Todavia, Jesus deu a entender que, se o adotássemos por modelo, certamente não fracassaríamos em nossa empreitada. E segui-lo não significa que necessariamente tenhamos de mudar o caminho, mas, na grande maioria das vezes, apenas o jeito de caminhar!

O Espírito Joanna de Ângelis assim nos estimula:

Quando alguém aspira por mudanças para melhor, irradia ener-

gias saudáveis, do campo mental, que contribuem para a realização da meta. Através de contínuos esforços, direcionados para o objetivo, cria novos condicionamentos que levam ao êxito, como decorrência normal do querer. Nenhum milagre ou inusitado ocorre, nessa atitude que resulta do empenho individual.

No caso do paralítico, não foi Jesus quem o curou, mas o doente que se reabilitou em contato com o Cristo. Como afirma de Ângelis, nenhum milagre acontece, porque a cura é a consequência das próprias buscas. Nas palavras dos Espíritos Superiores, ela é, simplesmente, o resultado de uma firme vontade.



## Estudando a Doutrina

### *Buscai e achareis*

de Allan Kardec

Ajuda-te a ti mesmo, que o céu te ajudará 1. Pedi e se vos dará; buscai e achareis; batei à porta e se vos abrirá; porquanto, quem pede recebe e quem procura acha e, àquela que bata à porta, abrir-se-á. Qual o homem, dentre vós, que dá uma pedra ao filho que lhe pede pão? Ou, se pedir um peixe, dar-lhe-á uma serpente? Ora, se, sendo maus como sois, sabeis dar boas coisas aos vossos filhos, não é lógico que, com mais forte razão, vosso Pai que está nos céus dê os bens verdadeiros aos que lhos pedirem? (Mateus, 7:7 a 11.)

**2.** Do ponto de vista terreno, a máxima: Buscai e achareis é análoga a esta outra: Ajuda-te a ti mesmo, que o céu te ajudará. É o princípio da lei do trabalho e, por conseguinte, da lei do progresso, porquanto o progresso é filho do trabalho, visto que

este põe em ação as forças da inteligência. Na infância da Humanidade, o homem só aplica a inteligência à cata do alimento, dos meios de se preservar das intempéries e de se defender dos seus inimigos. Deus, porém, lhe deu, a mais do que outorgou ao animal, o desejo incessante do melhor, e é esse desejo que o impele à pesquisa dos meios de melhorar a sua posição, que o leva às descobertas, às invenções, ao aperfeiçoamento da Ciência, porquanto é a Ciência que lhe proporciona o que lhe falta. Pelas suas pesquisas, a inteligência se lhe engrandece, o moral se lhe depura. Às necessidades do corpo sucedem as do espírito: depois do alimento material, precisa ele do alimento espiritual. É assim que o homem passa da selvageria à civilização. Mas bem pouca coisa é, imperceptível mesmo, em grande número deles, o progresso que cada um realiza individualmente no curso da vida. Como poderia então progre-

dir a Humanidade, sem a pre-existência e a reexistência da alma? Se as almas se fossem todos os dias, para não mais voltarem, a Humanidade se renovaria incessantemente com os elementos primitivos, tendo de fazer tudo, de aprender tudo. Não haveria, nesse caso, razão para que o homem se achasse hoje mais adiantado do que nas primeiras idades do mundo, uma vez que a cada nascimento todo o trabalho intelectual teria de recomeçar. Ao contrário, voltando com o progresso que já realizou e adquirindo de cada vez alguma coisa a mais, a alma passa gradualmente da barbárie à civilização material e desta à civilização moral.

**3.** Se Deus houvesse isentado do trabalho do corpo o homem, seus membros se teriam atrofiado; se o houvesse isentado do trabalho da inteligência, seu espírito teria permanecido na infância, no estado de instinto animal. Por isso é que lhe fez do trabalho

uma necessidade e lhe disse: Procura e acharás; trabalha e produzirás. Dessa maneira serás filho das tuas obras, terás delas o mérito e serás recompensado de acordo com o que hajas feito.

**4.** Em virtude desse princípio é que os Espíritos não acorrem a poupar o homem ao trabalho das pesquisas, trazendo-lhe, já feitas e prontas a ser utilizadas, descobertas e invenções, de modo a não ter ele mais do que tomar o que lhe ponham nas mãos, sem o incômodo, sequer, de abaixar-se para apanhar, nem mesmo o de pensar. Se assim fosse, o mais preguiçoso poderia enriquecer-se e o mais ignorante tornar-se sábio à custa de nada e ambos se atribuírem o mérito do que não fizeram. Não, os Espíritos não vêm isentar o homem da lei do trabalho: vêm unicamente mostrar-lhe a meta que lhe cumpre atingir e o caminho que a ela conduz, dizendo-lhe: Anda e chegarás. Toparás com pedras; olha

e afasta-as tu mesmo. Nós te daremos a força necessária, se a quiseres empregar.

**5.** Do ponto de vista moral, essas palavras de Jesus significam: Pedi a luz que vos clareie o caminho e ela vos será dada; pedi forças para resistirdes ao mal e as tereis; pedi a assistência dos bons Espíritos e eles virão acompanhar-vos e, como o anjo de Tobias, vos guiarão; pedi bons conselhos e eles não vos serão jamais recusados; batei à nossa porta e ela se vos abrirá; mas pedi sinceramente, com fé, confiança e fervor; apresentai-vos com humildade, e não com arrogância, sem o que sereis abandonados às vossas próprias forças e as quedas que derdes serão o castigo do vosso orgulho. Tal o sentido das palavras: buscai e achareis; batei e abrir-se-vos-á.



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.



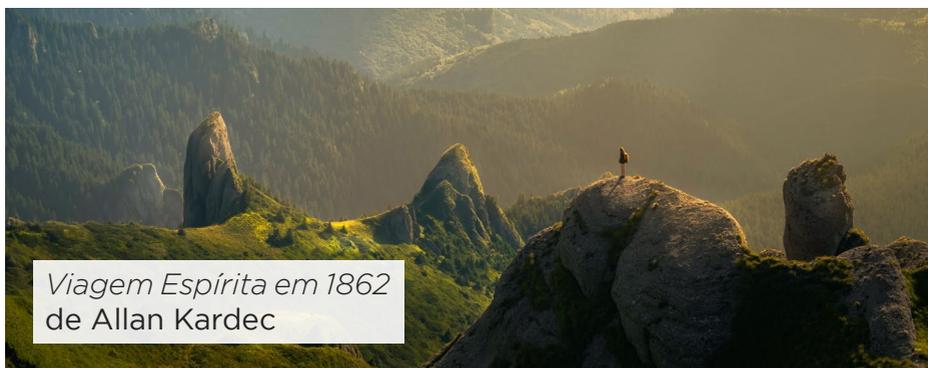
**"Eu segurei muitas coisas nas minhas mãos e perdi tudo, mas tudo o que coloquei nas mãos de Deus, eu ainda possuo."**

**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%



## Parte LV

Homens da mais alta posição honram-me com sua visita, porém nunca, por causa deles, um proletário ficou na antecâmara. Muitas vezes, em meu salão, o príncipe se assenta ao lado do operário. Se se sentir humilhado, dir-lhe-ei simplesmente que não é digno de ser espírita. Mas sinto-me feliz em dizer, eu os vi, muitas vezes, apertarem-se as mãos, fraternalmente, e então um pensamento me ocorria: “Espiritismo, eis um dos teus milagres; este é o prenúncio de muitos outros prodígios!”

Dependeria de mim abrir as portas da alta sociedade, porém nunca fui nelas bater. Isso exigiria um tempo que prefiro empregar mais utilmente. Coloco em primeira instância o consolo que é preciso oferecer aos que sofrem, erguer a coragem dos caídos, arrancar um homem de suas paixões, do desespero, do suicídio, detê-lo talvez no limiar do crime! Não vale mais isto do que os lambris doirados? Guardo milhares de cartas que para mim mais valem do que todas as honrarias da Terra e que olho como verdadeiros títulos de nobreza. Assim, pois, não vos espanteis se deixo partir aqueles que me dão as costas.

Tenho adversários, eu sei! Mas o número deles não é tão grande quanto poderia fazer supor a enumeração mencionada.

Continua no próximo Farol

## Espiritismo de A a Z

*Justiça*  
Pela FEB

A justiça consiste em cada um respeitar os direitos dos demais. [...] o critério da verdadeira justiça está em querer cada um para os outros o que para si mesmo quereria e não em querer para si o que quereria para os outros, o que absolutamente não é a mesma coisa. [...]

Educado, o sentimento de justiça será o sentimento salvador do indivíduo. Sentimento superior por excelência, no ser humano, ele sobrepuja a todos os outros e, por ser o que se apresenta com maior energia para a ação do indivíduo, é que na justiça procuram apoiar-se todas as injustiças que se cometem.

[...] A justiça é, acima de tudo, amor que corrige e sabedoria que educa.

[...] É a força harmônica, uma coordenação funcional,

adequada da sociedade.

A verdadeira justiça não é a que pune por punir; é a que castiga para melhorar. Tal a justiça de Deus, que não quer a morte do pecador, mas que ele se converta e viva. Por o terem compreendido assim, foi que os nossos juristas chegaram a formular estes magníficos axiomas: É imoral toda pena que exceda a gravidade do delito. – É imoral toda pena que transpira vingança, com exclusão da caridade. – É imoral a pena quando, por sua natureza, não tende a fazer que o culpado se emende.

[...] o sentimento de justiça [...] é [...] o pensamento correto refletindo a eqüidade e a misericórdia que fluem de Cima.

[...] a justiça, por mais dura e terrível, é sempre a resposta da Lei às nossas próprias obras [...].

## Páginas soltas

### *Abençoar e Compreender*

Pelo Espírito Emmanuel  
 Psicografia de Francisco Cândido  
 Xavier  
*Mãos Unidas*

Ressentimento não se constitui tão só do azedume que se nos introduz no espírito, quando a incompreensão nos torna intolerantes, à frente das grandes dificuldades de alguém.

Existem igualmente os pequeninos contratempos do cotidiano que, sem a precisa defesa da vigilância, acabam por transformar-nos o coração em vaso de fel, a expelir germes de obsessão e desequilíbrio, ambientando a enfermidade ou favorecendo a morte.

Analisemos essas diminutas irregularidades que nos será lícito classificar como sendo cargas de sombra íntima:

- o descontentamento à mesa porque a refeição não apresenta o prato ideal;

- a impaciência ante a condução retardada;

- a indisposição contra o clima;

- a contrariedade em serviço;

- o constrangimento para desculpar um amigo;

- o mal estar perante um desafeto;

- o melindre desperto, em ouvindo opiniões que se nos mostrem desfavoráveis;

- o desagrado nas compras;

- o desgosto injustificável em família, unicamente pelo motivo deste ou daquele parente não pensar pela nossa cabeça;

- os cuidados exagerados com obstáculos naturais na experiência comum;

- a pressa e a agitação des-

necessárias;

- o descontrole ante uma visita problema;

- a exasperação diante de uma tarefa extra-programa;

- o desespero contra as provas inevitáveis que a vida nos oferece a cada um.

Tanto pesa na balança o quilo de chumbo em massa, quanto o quilo de palha nela depositado, de haste em haste.

Meditemos, em torno disso, e reconheceremos que o perdão incondicional deve também alcançar as mínimas circunstâncias que se nos fazem adversas.

Em síntese, para que a paz more conosco, assegurando-nos proveito e alegria, nos caminhos do tempo, é forçoso não apenas trabalhar e servir sempre, mas igualmente compreender e abençoar.



## Página de poesia

*Mudam-se os tempos, mudam-se as vontades*  
de Luís Vaz de Camões

Mudam-se os tempos, mudam-se as vontades,  
Muda-se o ser, muda-se a confiança;  
Todo o mundo é composto de mudança,  
Tomando sempre novas qualidades.

Continuamente vemos novidades,  
Diferentes em tudo da esperança;  
Do mal ficam as mágoas na lembrança,  
E do bem, se algum houve, as saudades.

O tempo cobre o chão de verde manto,  
Que já coberto foi de neve fria,  
E em mim converte em choro o doce canto.

E, afora este mudar-se cada dia,  
Outra mudança faz de mor espanto:  
Que não se muda já como soía.

## Casas GEEAK

### Coimbra

Rua Estrada de Eiras, 67

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

Atendimento Fraterno - 15h00 às 22h00

Palestra Doutrinária (e passe coletivo) - 19h00 às 19h45 e 20h00 às 20h45

Curso Básico da Doutrina Espírita - 21h00 às 22h00

#### **Terça-feira - 17h30 às 22h30**

Estudo do Evangelho - 17h00 às 18h00

Fluidoterapia - 19h00 às 20h30

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

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

Atendimento Fraterno - 15h00 às 19h00

Fluidoterapia - 19h30 às 20h30

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

### Sandelgas

Rua do Chorão

#### **Sexta-feira - 15h00 às 22h30**

Atendimento Fraterno - 15h00 às 19h00

Fluidoterapia - 19h30 às 20h30

Estudo do *Livro dos Espíritos* - 20h00 às 21h00

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

### Anadia

Alameda Mário Duarte, loja 8

#### **Sábado - 15h00 às 18h30**

Atendimento Fraterno - 15h00 às 17h30

Curso Básico da Doutrina Espírita - 16h00 às 17h00

Palestra Doutrinária (passe coletivo e magnetização das águas) - 17h30 às 18h30

### Pombal

Rua da Fonte Nova, lote B1, loja C

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

Atendimento Fraterno - 18h00 às 19h30

Prece e Irradiação - 19h30 às 20h30

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

### Ovar

Rua Visconde de Ovar, 262

#### **Domingo - 09h00 às 12h30**

Atendimento Fraterno - 09h30 às 11h30

Curso Básico da Doutrina Espírita - 10h30 às 11h30

Palestra Doutrinária (fluidoterapia e passe coletivo) - 11h30 às 12h30

Toda a assistência é prestada gratuitamente



geeak.pt



geeak coimbra



geeak.tv