



“Ninguém pode voltar atrás e fazer um novo começo.  
Mas qualquer um pode recomeçar e fazer um novo fim.”

## NÃO NOS DEIXES CAIR EM TENTAÇÃO

A Bondade Infinita de Deus não permitirá que venhamos a cair sob as tentações, mas, para isso, é necessário que nos esforcemos, colaborando, de algum modo, com o auxílio incessante de Nosso Pai. Há leis organizadas para benefício de todos, mas, se não as respeitarmos, como poderemos contar com a proteção delas, em nosso favor? Sabemos que o fogo destrói. Por isso mesmo, não devemos abusar dele. Não podemos rogar o socorro divino para a imprudência que se repete todos os dias. Se um homem estima a preguiça, não atrairá as bênçãos que ajudam aos cultivadores do trabalho. Se uma pessoa vive atirando espinhos à face dos outros, como esperará sorrisos na face alheia?

É indiscutível que a Providência Divina nos ajudará constantemente, livrandos do mal; entretanto, espera encontrar em nós os valores da boa-vontade.

Não ignoramos que o Pai Celestial está sempre conosco, mas, muitas vezes, somos nós que nos afastamos do Nosso Criador. Para que não venhamos a sucumbir sob os golpes das tentações, é indispensável saibamos procurar o bem, cultivando-o sem cessar. Não há colheita sem plantação. Certamente, devemos esperar que Deus nos conceda o “muito” de seu amor, mas não olvidemos que é preciso dar “alguma coisa” do nosso esforço.

Fonte: Livro Pai Nosso. Chico Xavier, pelo Espírito Meimei. 19ª edição.

## CAMINHA ALEGREMENTE

“Tendo cuidado de que ninguém se prive da graça de Deus e de que nenhuma raiz de amargura, brotando, vos perturbe e, por ela, muitos se contaminem.”

Paulo. (HEBREUS 12.15)

Raízes de amargura existirão sempre, nos corações humanos, aqui e ali, como sementes de plantas inúteis ou venenosas estarão no seio de qualquer campo.

Contudo, tanto quanto é preciso expulsar a erva daninha para que haja colheita nobre e farta, é indispensável relegar ao esquecimento os problemas superados e as provações vencidas, para que reminiscências destruidoras não brotem no solo da alma, produzindo os frutos azedos das palavras e das ações infelizes.

Mãos prestimosas arrancarão o escafracho, em torno da lavoura nascente, e atitudes valorosas devem extirpar do espírito as recordações amargas, suscetíveis de perturbar o caminho.

Se alguém te trouxe dano ou se alguém te feriu, pensa nos danos e nas feridas que terás causado a outrem, muitas vezes sem perceber. E tanto quanto estimas ser desculpado, perdoa também, sem quaisquer restrições.

Fonte: Livro: Falando em Depressão e outros sentimentos. Caminha alegremente



Observa a sabedoria de Deus na esfera da Natureza.

A fonte dissolve os detritos que lhe arrojam.

A luz não faz coleção de sombras.

Caminha alegremente e constrói para o bem, porque só o bem permanecerá.

Seja qual for a dor que hajas sofrido, lembra-te de que tudo amanhã será melhor se não engarrafares fel ou vinagre no coração.

Fonte: Livro: O Espírito da Verdade. Emmanuel.

Não peça a Deus pra guiar seus passos, se você não estiver disposto a mover os seus pés... Plante o melhor que você tem, e não te importes com o olhar torto de ninguém, tudo que você doa te retorna, e tudo que vem contra você, retorna também! Um dia após o outro, um passo de cada vez, e a gente vai indo... Se perdendo, se encontrando, se reinventando... E nos dias nublados, uma certeza. **O sol sempre volta a brilhar.**

## BASTA POUCO

“Disse-lhe Judas:

Senhor, donde vem que te hás de manifestar a nós e não ao mundo?” - (JOÃO, capítulo 14, versículo 22.)

Um dos fatos mais surpreendentes do Cristianismo é a posição escolhida pelo Salvador, a fim de anunciar as verdades eternas.

Não aparece Jesus em decretos sensacionais, em troféus revolucionários ou em situações de domínio. Chega em paz à manjedoura simples, exemplifica o trabalho, conversa com alguns homens obscuros de uma aldeola singela e, só com isso, prepara a transformação da Humanidade inteira.

Para o mundo inferior, todavia, a pergunta de Tadeu ainda é de plena atualidade.

As criaturas vulgares só entendem os que se impõem aos demais, ainda que, para isso, sejam compelidas a ouvir sentenças tirânicas, proferidas em tribunas sanguinolentas; apenas compreendem espetáculos que ferem a visão e gestos teatrais dos que dominam por um dia para sofrerem amanhã o mesmo processo transformador imposto ao mundo transitório ao qual se dirigem.

Jesus, todavia, falou à alma imortal. Por esse motivo, suas revelações nunca morrem. Além disso provou não ser necessária a evidência social ou econômica para o serviço de utilidade a Deus, demonstrando, ainda, não ser para isso indispensável a cidade com as arregimentações e recursos fastuosos. Bastarão os princípios edificantes e simples, uma aldeota sem nome e alguns poucos amigos.

O portador da boa-vontade sabe que foi esse o material com que o Cristo iniciou a remodelação da vida terrestre.

Fonte: Livro Caminho, Verdade e Vida.

Chico Xavier, pelo Espírito Emmanuel.

28.ed. Brasília: FEB, 2009. Capítulo 134.



Nenhum pássaro voa assim que nasce...

Mas chega o momento em que o chamado do ar, é mais forte do que o medo de cair...

Então a vida o ensina a abrir as asas...

Que nosso voar seja de simplicidade e levezas.

Que Deus abençoe nossas escolhas, nossos planos e que nos dê sabedoria para escolher sempre o melhor.



## Aos quase suicidas

Sim. É a dor fulminativa, a dor largamente suportada, aquela que se te acumulou no coração, qual represa de fogo e fel, e aquela outra que sempre temeste e que chegou, por fim, à maneira de tempestade, arrasando-te as forças. São elas, essas agonias indizíveis, para as quais os dicionários humanos não te fornecem palavras adequadas à necessária definição, que, muitas vezes, te fazem desejar a morte, antes do momento em que a morte aparece a cada criatura terrestre, à feição de anjo libertador.

Ainda assim, compreendendo-te os ápices de angústia, em nome de todos aqueles que te amam, aquém das fronteiras de cinza, dos quais te despediste na grande separação, rogamos-te paciência e coragem.

Ergue-te, acima dos escombros das próprias ilusões, e contempla os caminhos novos que a Infinita Bondade de Deus te reserva.

Se amarguras te azedaram os sonhos, espera pelo tempo cujos filtros não funcionam debalde; se desenganos te buscaram, observa que ensinamentos te trazem; se dificuldades repontaram da estrada, estuda com elas qual a melhor solução aos teus problemas de paz e segurança; se provações surgiram, atribuindo-te as horas, enumera as lições de que se façam portadoras, em teu benefício; se prejuízos te dilapidaram a existência, recorda que o trabalho nunca nos cerra as portas; e se alguém te

deixou a alma vazia de afeição, pensa no amor infinito que sustenta o Universo, na certeza de que outras almas te virão ao encontro, abençoando-te o dom de amar e de servir.

Nunca esmoreças, ante as dificuldades que te surjam no caminho para a vanguarda.

Quando estiveres a ponto de ceder à pior rendição de todas - aquela de recusar o dom da vida - detém-te a refletir em Deus que te criou para a Sabedoria e para o Amor. E Ele, cujo poder arranca a erva da semente sepultada no chão para o esplendor solar, te arrebatará igualmente a qualquer tribulação, a fim de que sobrepaires, além de todos os fracassos e de todas as crises, de modo a que brilhes e avances para a frente, aprendendo e trabalhando, servindo e amando, em plenitude de vida imperecível.

Fonte: Livro: Mais perto. Por Emmanuel



## Convivência Familiar

“Quem não sabe tolerar não aprende a amar. Os teus familiares são as tuas lições imediatas.

Sem paciência, o menor problema adquire proporções imensas. Aprende a ceder em favor da felicidade alheia.

Não agridas verbalmente aqueles que convivem contigo. A gentileza abre portas há muito tempo cerradas.

Não transformes o teu lar em cadinho esfogueante de aflições voluntárias.

Torna mais aconchegante o teu ninho doméstico. Seleciona os assuntos de teus diálogos familiares.

A família é o teu primeiro compromisso com Deus.”

Fonte: Livro: Vigiai e Orai por Irmão José & Carlos Baccelli

## Pensamentos Positivos

Substitua os pensamentos negativos pelos positivos. Se você costuma fazer coisas imperfeitas, faça-as perfeitas; se sempre deixa as tarefas para depois, realize-as logo; se não usa as capacidades, ponha-as em ação; se o trabalho lhe parece inútil, veja-o fazedor de êxitos; se tem sido fraco nas perdas, provas e dores, seja forte a partir de agora.

Transforme-se. Se até aqui fazia mal-acabado ou nada lhe merecia a atenção, mude para melhor, passe a fazer bem-feito e a ser otimista. Você pode pensar positivo. Os pensamentos positivos são muito mais fortes do que os negativos.

Fonte: Livro “Sabedoria Todo Dia”, Lourival Lopes

## Vivência

Habitualmente perdemos tempo em desgosto inútil, quando nos achamos em antagonismo com alguém ou vice-versa.

Entretanto, vejamos:

Os outros pensam segundo imaginam; falam o que melhor lhes parece; fazem o que lhes ocorre aos desejos; abraçam o que lhes agrada; adquirem o que estimam; valorizam o que mais amam; inclinam-se para aquilo que os atrai; vivem com quem mais se afinam; estão no caminho que escolheram; acham sempre o que procuram.

Isso, porém, não é novidade, porque todos nós nos padronizamos por diretrizes idênticas; agimos como somos e reagimos, conforme a própria vontade, na condução de nossos impulsos. A novidade é reconhecer que os outros e nós teremos inevitavelmente aquilo que fizemos.

Alcançando a certeza disso, vale, acima de tudo, auxiliarmo-nos reciprocamente, sem queixas uns dos outros, de vez que nenhum de nós consegue aperfeiçoamento próprio senão à custa de numerosas experiências.

À frente da realidade, vivamos com as nossas lições, mantendo a consciência em paz, e deixemos aos outros o seu próprio dom de aprender e de viver.

Fonte: Livro “Respostas da Vida”, de Chico Xavier, pelo Espírito André Luiz

## Salmo 23 O Senhor é meu Pastor



O Senhor é o meu pastor; nada me faltará.

Deitar-me faz em pastos verdejantes; guia-me mansamente a águas tranquilas.

Refrigera a minha alma; guia-me nas veredas da justiça por amor do seu nome.

Ainda que eu ande pelo vale da sombra da morte, não temerei mal algum, porque tu estás comigo; a tua vara e o teu cajado me consolam.

Preparas uma mesa perante mim na presença dos meus inimigos; unges com óleo a minha cabeça, o meu cálice transborda.

Certamente que a bondade e a misericórdia, me seguirão todos os dias da minha vida, e habitarei na casa do Senhor por longos dias.