



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

## Amar o próximo como a si mesmo Instruções dos espíritos: A LEI DO AMOR

### CAPÍTULO XI

8. O amor resume a doutrina de Jesus inteira, visto que esse é o sentimento por excelência, e os sentimentos são os instintos elevados à altura do progresso feito. Em sua origem, o homem só tem instintos; quando mais avançado e corrompido, só tem sensações; quando instruído e depurado, tem sentimentos. E o ponto delicado do sentimento é o amor, não o amor no sentido vulgar do termo, mas esse sol interior que condensa e reúne em seu ardente foco todas as aspirações e todas as revelações sobre-humana.

A lei de amor substitui a personalidade pela fusão dos seres; extingue as misérias sociais. Ditoso aquele que ultrapassando a sua humanidade, ama com amplo amor os seus irmãos em sofrimento! Ditoso aquele que ama, pois não conhece a miséria da alma, nem a do corpo. Tem ligeiros os pés e vive como que transportado, fora de si mesmo. Quando Jesus pronunciou a divina palavra — amor —, os povos sobressaltaram-se e os mártires, ébrios de esperança, desceram ao circo.

O Espiritismo a seu turno vem pronunciar uma segunda palavra do alfabeto divino. Estai atentos, pois que essa palavra ergue a lápide dos túmulos vazios, e a reencarnação, triunfando da

morte, revela às criaturas deslumbradas o seu patrimônio intelectual. Já não é ao suplício que ela conduz o homem: condu-lo à conquista do seu ser, elevado e transfigurado. O sangue resgatou o Espírito e o Espírito tem hoje que resgatar da matéria o homem. Disse eu que em seus começos o homem só instintos possuía. Mais próximo, portanto, ainda se acha do ponto de partida do que da meta, aquele em que predominam os instintos. A fim de avançar para a meta, tem a criatura que vencer os instintos, em proveito dos sentimentos, isto é, que aperfeiçoar estes últimos, sufocando os germens latentes da matéria. Os instintos são a germinação e os embriões do sentimento; trazem consigo o progresso, como a glândula encerra em si o carvalho, e os seres menos adiantados são os que, emergindo pouco a pouco de suas crisálidas, se conservam escravizados aos instintos. O Espírito precisa ser cultivado, como um campo. Toda a riqueza futura depende do labor atual, que vos granjeará muito mais do que bens terrenos: a elevação gloriosa. É então que, compreendendo a lei de amor que liga todos os seres, buscareis nela os gozos suavíssimos da alma, prelúdios das alegrias celestes. —

Lázaro. (Paris, 1862.)

## Sobre os estados mentais e a lei de ação e reação ou causa e efeito

A cada um será dado de acordo com as suas obras”.

Jesus. (Mt., 16:27.)

A Alma está durante a vida material, assim como depois da “morte”, sempre revestida de um invólucro fluídico, mais ou menos sutil e etéreo que Allan Kardec denominou perispírito.

Na verdade, ele é um conglomerado energético, constituído de várias camadas de campos de força, que se liga ao Espírito pelo lado mais quintessenciado e pelo lado mais denso ao corpo somático.

O perispírito é o mais importante produto do fluido cósmico, em torno de um foco de inteligência ou Alma.

Ao mesmo tempo em que o perispírito transmite à Alma as impressões dos sentidos, ele comunica ao corpo físico as vontades do Espírito.

Compreendemos assim que sem o perispírito somos todos inviáveis: nada funcionaria, pois ele é também o modelador plástico das formas que mantêm o complexo somático em harmonia.

Fonte: Espiritismo da Alma

## NEM CASTIGO, NEM PERDÃO

O espírita encontra na própria fé – o Cristianismo Redivivo – estímulos novos para viver com alegria, pois, com ele, os conceitos fundamentais da existência recebem sopros poderosos de renovação.

A Terra não é prisão de sofrimento eterno.

É escola abençoada das almas.

A felicidade não é miragem do porvir.

É realidade de hoje.

A dor não é forjada por outrem.

É criação do próprio espírito.

A virtude não é contentamento futuro.

É júbilo que já existe.

A morte não é santificação automática.

É mudança de trabalho e de clima.

O futuro não é surpresa atordoante.

É consequência dos atos presentes.

O bem não é o conforto do próximo, apenas.

É ajuda a nós mesmos.

Deus é Equidade Soberana, não castiga nem perdoa, mas o ser consciente profere para si mesmo as sentenças de absolvição ou culpa ante as Leis Divinas.

Nossa conduta é o processo, nossa consciência o tribunal.

Não nos esqueçamos, portanto, de que, se a Doutrina Espírita dilata o entendimento da vida, amplia a responsabilidade da criatura.

As raízes das grandes provas irrompem do passado – subsolo da nossa existência - e, na estrada da evolução, quem sai de uma vida entra em outra, porque berço e túmulo são, simultaneamente, entradas e saídas em planos de Vida Eterna.

André Luiz - Chico Xavier/Waldo Vieira  
livro Espírito da Verdade

“Embora os caminhos sejam diferentes, estamos todos seguindo na mesma direção, em busca da mesma luz... Somos uma só energia, juntos formamos um imenso tecido de luz”.



André Luiz

Guerras, dores, fome e doenças que atingem significativa parcela da população podem nos levar a acreditar que nosso planeta não evoluiu.

Realmente, a Terra poderia estar muito melhor se o homem fosse menos egoísta, mais fraterno e menos orgulhoso. No entanto, temos que admitir que fizemos muitos progressos.

Muitas vezes, insistimos em usar lentes que turvam a visão da vida. Agimos como míopes da alma, que só conseguem ver o que é errado, sem detectar os progressos e os aspectos positivos. Costumamos ver nas pessoas, nas circunstâncias e no próprio mundo, algo do que somos, do que pensamos, de nossa maneira de ser. Precisamos imediatamente mudar de óculos e desenvolver a capacidade de ver com lentes de otimismo e de alegria, a fim de caminhar com mais segurança e sem distorções da realidade.

Se nos séculos XIX e XX a medicina pautou seus princípios na matéria, desconsiderando quaisquer ligações entre o sentimento e a saúde física, surgem agora testemunhos valiosos, que mostram novos conceitos em torno da doença e da cura.

O Doutor Álvaro Avezum é cardiologista do Hospital Oswaldo Cruz de São Paulo. Considerado um dos principais cientistas brasileiros da atualidade, ministrou, no INCOR – Instituto do Coração de São Paulo, a palestra “Espiritualidade, saúde e doença vascular: o que conhecemos, não conhecemos e precisamos conhecer?”. Em entrevista concedida ao também médico cardiologista Dr. Roberto Kalil, diretor clínico do INCOR, deu o seguinte depoimento:

— Nós médicos precisamos desmistificar esse assunto (ciência e espiritualidade), como sendo de religião. Este é um assunto da ciência. A ciência precisa pesquisar a espiritualidade no processo de adoecimento e no processo de evitar o adoecimento.

— Espiritualidade envolve nossa maneira de reagir a situações desfavoráveis ou adversas da vida. E aí tem indivíduos que perdoam, outros não. Tem indivíduos que têm compaixão, outros não. Tem indivíduos gratos, outros não. O que isso tem a ver com a ciência? É passível de ser avaliado, na ciência, por meio de questionários, disposição ao perdão, gratidão, otimismo, altruísmo e propósitos de vida. Isso tem implicação no aumento de sobrevida.

Àqueles que insistem em usar lentes de pessimismo e entendem que vivemos em um mundo somente de dores e expiações, uma notícia importante: embora ainda em plena fase de transição, podemos iniciar imediatamente a implantação de um mundo mais manso e justo. De que forma? Passando a agir exatamente como se ele já existisse. A partir do momento em que nossas atitudes e palavras estiverem alinhadas com as propostas de Jesus, já estaremos vivendo no mundo por ele preconizado. E quanto mais espíritos ligados à Terra procederem dessa forma, mais perto estaremos do momento regenerativo.

Destacar os progressos, enaltecer a empatia, a solidariedade, a generosidade, a paciência, a compreensão, a gentileza, a persistência, o perdão, a gratidão, o otimismo, o altruísmo, e torná-los propósitos de vida, não representa apenas o cultivo de valores espirituais, mas também significa cuidar do corpo e aumentar a sobrevida. Quanto mais amor, menor dor. Se ainda estamos distantes do mundo de regeneração, nada impede que, individualmente, possamos entrar nele.

O planeta Terra pode ainda estar em provas e expiações, mas cada um de nós pode criar o seu próprio mundo de regeneração, combatendo a maldade, o pessimismo, a falta de empatia e de solidariedade.



### Deus, a origem de tudo

“Deus criador do céu e da Terra, misericordioso, bondoso e justo acredita em cada um de seus filhos e confia na excelência da vida e que nela contenha sempre o amor, a paz, a harmonia, a compreensão e a caridade. Deus-nos a experiência do irmão Maior Jesus para vermos como é possível

fazer o bem e viver para o bem, transformando tudo por onde passou. Deus que através de Jesus nos mostrou como é maravilhoso andar mesmo por caminhos montanhosos e superar todas as batalhas e sair vitorioso. Deus criou tudo que há no Universo para que todos os seres vivessem em harmonia e comunhão.”

Campanha de prevenção ao suicídio

SETEMBRO AMARELO

SEJA A AJUDA QUE O OUTRO PRECISA.



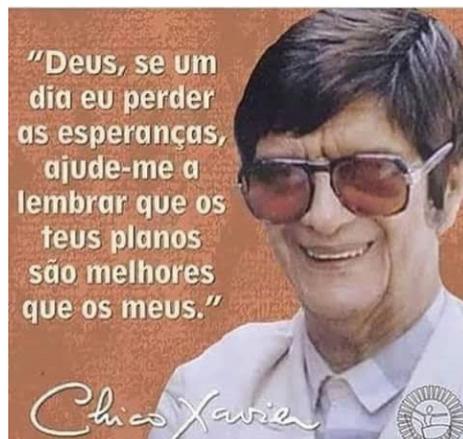
### A tortura pós-morte dos suicidas

A situação dos suicidas tem muita analogia com a dos criminosos; é, às vezes, pior ainda. O suicídio é uma covardia, um crime, e suas consequências são terríveis.

Segundo as expressões de um espírito, o suicida não foge do sofrimento senão para encontrar a tortura. Cada um de nós tem deveres, uma missão a cumprir na Terra, provas a suportar pelo seu próprio bem e sua elevação. Procurar subtrair-se, libertar-se dos males terrestres antes do termo marcado, é violar a lei natural, e cada violação dessa lei traz para o culpado uma reação violenta.

O suicídio não liberta os sofrimentos físicos. O espírito fica ligado a esse corpo carnal que esperava destruir, experimentar, lentamente, todas as fases da decomposição e as sensações dolorosas nele se multiplicam, ao invés de diminuir. Longe de abreviar sua prova, prolonga-a indefinidamente; seu mal-estar e sua perturbação persistem, longo tempo, depois da destruição do envoltório material. Ser-lhe-á necessário afrontar de novo as provas das quais acreditava escapar através da morte e que seu passado fizera gerar. Deverá suportá-las em piores condições, refazer, passo a passo, o caminho semeado de obstáculos e experimentar, por isso, uma encarnação mais penosa ainda do que aquela da qual quis fugir.

Léon Denis - livro: Depois da Morte



“Deus, se um dia eu perder as esperanças, ajude-me a lembrar que os teus planos são melhores que os meus.”

Chico Xavier

