

# COMUNHÃO

Revista Espírita Bimestral da

**COMUNHÃO ESPÍRITA CRISTÃ DE LISBOA**

*www.comunhaolisboa.com*

ANO 39

2021

Nº 235

**JANEIRO - FEVEREIRO**

*Não aderimos ao novo acordo ortográfico*

Propriedade, Administração, Redacção, Composição e Impressão :	Índice	Página
Rua das Pedralvas, nº. 1-A 1500-487 Lisboa Telefone : 217 647 441	<b>Editorial</b>	<b>2</b>
	<b>Recordando Allan Kardec</b>	<b>4</b>
	<b>Sê cordeiro nos rebanhos...</b>	<b>6</b>
	<b>Pai Nosso</b>	<b>8</b>
	<b>Natal e Jesus</b>	<b>11</b>
*	<b>Nossas Mãos/Reflexo do que...</b>	<b>12</b>
Director Responsável :	<b>Uma questão de Fé</b>	<b>18</b>
	<b>O meu lago</b>	<b>22</b>
Manuela Vasconcelos	<b>O que quer que eu faça?</b>	<b>24</b>
	<b>Caminho de Damasco</b>	<b>29</b>
*	<b>Cuidados</b>	<b>30</b>
Distribuição Gratuita	<b>Última Página</b>	<b>32</b>
*		

## EDITORIAL

O ‘Editorial’ do primeiro número de cada ano da nossa Revista costuma ser sempre sobre a PAZ – essa paz que todos desejam sentir em si, essa paz que se cria com o amor ao próximo, com a disciplina, com o desejo de cada um fazer sempre mais e melhor, não só por si como por todos os outros.

PAZ... de há um ano para cá, que tem cada um feito para a criar?, para a viver?

Debruçamo-nos sobre o comportamento da humanidade – sim, da humanidade porque infelizmente o que está a acontecer em todo o mundo é a falta de disciplina, de amor por si e pelo próximo e respeito, responsabilidade.

É verdade que todos fomos ‘apanhados’ de surpresa, que ninguém contava com uma coisa assim; nem os Governos dos diversos países estavam preparados para tal e, cada um, vem tentando o melhor para o seu País e para os seus governados esperando, com certeza, que estes cumpram as orientações que se lhes vão dando na melhor das intenções. Erros? Com certeza que os há porque na ‘cartilha’ de cada governante não constava o item ‘governar com confinamento e vencer um vírus rebelde’, mas creio, sinceramente, que todos contavam com a disciplina do seu povo – do mais humilde ao mais letrado -, para que todos juntos nos fossemos libertando deste inimigo invisível que nos vai vencendo a todos.

Incapacidade de quem governa? Dos médicos? Dos Enfermeiros? Penso que a incapacidade está principal e unicamente em todos aqueles que continuam a viver apenas para si próprios, pensando que o mal só acontece aos outros!

Sabemos, como espírita que somos, sabemos que só acontece a cada um aquilo que Deus entenda que cada um merece mas, temos sempre presentes as palavras de Jesus quando ensinou: *Ajuda-te, e o Céu te ajudará!*

Ninguém – ou quase ninguém – se está a ajudar a si próprio, quanto mais a ajudar os outros... e quando começa a surgir a dúvida de, nos hospitais, super lotados de doentes e de pessoal esgotado de todas as horas que lhes tem dado, nos hospitais se começar a falar de “começar a fazer uma escolha”, fica-nos a dúvida: que mais será necessário dizer-se, fazer-se, determinar-se, para que todos percebam e façam o que se lhes é determinado?

Fazer-se o contrário do que nos é ordenado está a ser o mesmo que ter-se nas mãos uma arma com que vamos dizimando aqueles que se vão aproximando de quem continua a fazer agrupamentos, festas, refeições em grupo, rejeição do uso de máscara – tudo o que afinal cada um deveria ter com o cuidado de se abster, para evitar contaminações escusadas... É que, queira-se ou não, o virus não ataca só os outros, nem só os idosos, nem só os solitários: ele ataca a todos, começando, precisamente, queira-se ou não, por todos aqueles que o atraem com o seu comportamento indisciplinado, tenha a idade que tiver! E, nos hospitais, já estão os mais novos – aqueles que julgavam, precisamente, que a eles nada aconteceria devido à juvenil idade!

No fim, ao chegarmos ao lado de lá, ainda haverá para muitos deles a classificação de suicida... Quantas vidas para recomeçar... com certeza que em situações bem diferentes!

Por favor... talvez ainda vá a tempo... fique em casa!... E, quando sair, não esqueça de usar a máscara e de se ir desinfectando nos locais onde tenha que entrar!

Que cada um se defenda a si próprio para, no conjunto, todos nos estarmos a ajudar e proteger uns aos outros.

Então, e só então, estejamos realmente a construir a nossa PAZ.

## ***A DIRECÇÃO***

\*

## **RECORDANDO ALLAN KARDEC**

### **Comentários sobre os Messias do Espiritismo (Continuação)**

Todas as grandes épocas de renovação viram aparecer messias encarregados de dar impulso ao movimento regenerador e o dirigir. Sendo a época actual uma das de maiores transformações da Humanidade, terá também os seus messias, que a presidem já como Espíritos, e terminarão sua missão como encarnados. Sua vinda não será marcada por nenhum prodígio, e Deus, para os ornar conhecidos, não perturbará a ordem das Leis da Natureza. Nenhum sinal extraordinário aparecerá no céu, nem na Terra, e não serão vistos descendo das nuvens, acompanhados por anjos. Nascerão, viverão e morrerão como o comum dos homens, e sua

morte não será anunciada ao mundo nem por terremotos, nem pelo obscurecimento do Sol; nenhum sinal exterior os distinguirá, assim como o Cristo, em vida, não se distinguia dos outros homens. Nada, pois, os assinalará à atenção pública, a não ser a grandeza de suas obras, a sublimidade de suas virtudes, e a parte activa e fecunda que tomarão na fundação da nova ordem das coisas. A antiguidade pagã deles fez deuses; a História os colocará no Panteão dos grandes homens, dos homens de génio, mas, sobretudo, entre os homens de bem, cuja memória será honrada pela posteridade.

Tais serão os messias do Espiritismo; grandes homens entre os homens, grandes Espíritos entre os Espíritos, marcarão sua passagem por prodígios de inteligência e da virtude, que atestam a verdadeira superioridade, muito mais que a produção de efeitos materiais que qualquer um pode realizar. Este quadro, um pouco prosaico talvez faça cáirem algumas ilusões; mas é assim que as coisas se passarão, muito naturalmente, e os seus resultados não serão menos importantes por não serem rodeados das formas ideais e um tanto maravilhosas, com que certas imaginações se comprazem em os cercar.

*(Continua)*

(In Revista Espírita 1868, ed. FEB/FEP, Março de 1868).

\*

## SÊ CORDEIRO NOS REBANHOS LUPINOS

*“Eis que vos mando como cordeiros ao meio de lobos .- JESUS (Lcs., 10:3)*

Afinal, de quem é, senão de nós mesmos, a culpa pelo estado vigente de despautérios e alucinação?!

Não é sem motivo que fomos convocados às lições do bem na Seara do Mestre, em regime de urgência, portanto, não só não podemos mimetizar-nos pelos desvarios contemporâneos, como se faz absolutamente necessário dar-lhes combate por todos os modos: à violência devemos contrapor a mansidão dinâmica, aos desregramentos, o equilíbrio.

Hoje, mais do que nunca, o Espírita Cristão deverá provar a sua ténpera, não se deixando derrapar nas sujidades do charco de vibrações malsãs, tão ao gosto de inumeráveis criaturas enceguecidas no materialismo soez.

Afirma *“Um Espírito Amigo”*<sup>1</sup>: (...) são chegados os tempos da grande e inevitável selecção natural. Não mais a pequeno passo, porém de maneira abrupta, instalando na Terra – que dentro de pouco se encontrará exaurida pelo cansaço das utopias – o período do bem, da verdade e do amor.

“Saturados, logo mais, pelos excessos extenuantes, os seres humanos voltar-se-ão para Deus com saudades da pureza, do equilíbrio, do respeito e dos valores da solidariedade e da fraternidade que devem viger como molas mestras do progresso.

“Poupa-te à grande derrocada!”...

“Mantém-te na liça abençoada dos compromissos, mesmo que pareças de um momento para outro, uma personalidade exótica no meio dos alucinados, porque portador de uma conduta saudável nos exotismos do desequilíbrio.

“Conserva a qualquer preço as fronteiras do teu domicílio e as paisagens dos teus sentimentos, não permitindo que aí se instalem os virus da decomposição, que arrastam ao aniquilamento e consomem os ideais de beleza.

**“Foste chamado, nesta hora grave, para a preservação da verdade cristã porque, de alguma forma, ontem contribuíste para este desenfrear de paixões actuais. Cooperaste com a avassaladora onda de desequilíbrios e agora sofres as suas imediatas consequências.**

“Cultiva o bem de qualquer forma, e sê cordeiro nos rebanhos lupinos, tendo a consciência de que o Pastor saberá preservar-te das ciladas do mal.

“E com a consciência tranquila, estribada no dever cumprido, experimentarás a felicidade que muitos buscam pelos corredores alucinados, e viverás a plenitude que anelas.”

1 – FRANCO, Divaldo. *Momentos de Harmonia*. Pelo Espírito Joanna de Ângelis. Salvador. LEAL, cap. 11.

(Este texto foi-nos enviado pelo Irmão Rogério Coelho, de Manhauçu – M. Gerais, Brasil).

\*

## PAI NOSSO

De todas as orações lindas que conhecemos, baseadas naquela outra Oração que Jesus nos ensinou, uma há que sempre nos ‘tocou’ mais que qualquer outra... talvez porque, ao ouvi-la, ou ao dizê-la, lembramos sempre o momento em que pela primeira vez a escutámos: vivíamos ainda em Lourenço Marques, durante o Governo Provisório. Naquele tempo o Rádio Clube de Moçambique não tinha ainda televisão, de maneira que o que ouvíamos eram músicas, conferências, peças de teatro – e que bons momentos passámos com as peças com que nos brindaram! – em emissões que terminavam sempre às onze da noite. Os locutores eram vários, e umas vezes prendiam-nos mais que outras...

Uma noite, no fecho da emissão, a locutora despediu-se e, depois, com uma música muito suave, de fundo, começou:

PAI NOSSO, que estais no Céu, na Terra, em todos os mundos espirituais! Santificado e bendito seja sempre o Vosso nome, mesmo quando a dor e a desilusão ferirem o nosso coração. Bendito sejas!

O pão nosso de cada dia dá-nos hoje, Pai! Dá-nos o pão que revigora as forças físicas, mas dá-nos também o pão para o espírito.

Perdoa-nos as nossas dívidas mas ensina-nos antes a merecermos o Vosso perdão, perdando aqueles que tripudiam sobre as nossas dores... espezinham os nossos corações... e destroem as nossas ilusões; que possamos perdoá-los, não com os lábios e sim com o coração.

Afastai do nosso caminho todo o sentimento contrário à caridade.

Que este PAI NOSSO seja dadivoso para todos aqueles que sofrem como Espíritos encarnados e desencarnados.

... Que este PAI NOSSO, uma partícula que seja, vá até aos cárceres, onde alguns sofrem merecidamente mas outros devido a erro judiciário... Que vá até aos hospícios, iluminando cérebros conturbados... aos hospitais, onde muitos choram e sofrem sem o consolo de uma palavra amiga... Aos que neste momento transpõem o pórtico da vida terrena para a espiritual, que tenham um Guia a acompanhá-los e o Vosso perdão!

... Que este PAI NOSSO vá até aos lupanares e redima essas pobres irmãs infelizes, que ali foram tangidas pela fome, pelo desespero – dando-lhes o apoio da Fé... Que vá até ao seio da terra, onde o mineiro está exposto ao fogo do grisú... que, findo o dia, ele possa voltar ao seio da sua família!

Tende piedade, Senhor, dos órfãos e das viúvas... dos velhos e dos enfermos... daqueles que até esta hora ainda não tiveram uma côdea de pão!...

... Tende compaixão dos navegadores dos ares... e dos que lutam com os vendavais, no meio do mar bravio!

... Tende piedade da mulher – que com as suas dores, abre os olhos de um novo Ser à Vida!

Que este PAI NOSSO vá até aos dirigentes das Nações, para que evitem a guerra e cultivem a Paz...

... Que a paz e as Harmonias do Bem fiquem entre nós e permaneçam com toda a Humanidade! Assim Seja!

\*

Depois desta primeira vez, passámos a ter a preocupação de ligar o rádio todas as noites, no regresso do Centro Espírita que frequentávamos, e reconhecendo no locutor de serviço a voz daquela outra, Manuela Raiano, ficávamos à espera do encerramento, que já sabíamos terminar sempre da mesma maneira... e aquela voz, suave, prenhe de emoção, tocava-nos o coração como se nos preparasse para a noite tranquila que, depois, vivíamos.

Conhecemo-la fisicamente mais tarde, já aqui em Lisboa, quando uma outra radialista a levou à COMUNHÃO ESPÍRITA, que passou, também, a frequentar... Depois, um dia, despediu-se: ia até ao Brasil. Nunca mais soubemos dela mas, muitas vezes a recordamos a dizer a prece que tanta paz levou a todos os que a escutaram, naquele tempo conturbado que então se viveu!

**MANUELA**

\*

*Quando a lição oferecer dificuldades à tua mente, compelindo-te à desistência do progresso individual, aplica-te ao problema ou ao ensinamento mais um pouco e a solução será clara resposta à nossa expectativa. – ANDRÉ LUIZ - F. C. X. – “Meditações Diárias.*

## NATAL E JESUS

Maldade, escravidão, guerra, ódio, vingança\_  
- Eis o mundo anterior ao Século Primeiro!...  
Nasce Jesus nos panos de um celeiro  
E alastra-se na Terra um clarão de esperança.

Jesus cresce tranquilo e se faz mensageiro  
De Consolo e de Paz, de Amor e Segurança.  
Tudo é Luz e Bondade, Reconforto e Mudança,  
Começa, enfim, a abolição do cativoiro...

Mais tarde, ei-Lo maior, o Homem Justo e Perfeito,  
Ensina o Rumo Certo, o Perdão e o Direito,  
Sofre perseguições... Vence a cruz desolada...

E o Sol que O viu nascer, brilhando em ondas de ouro,  
Contemplará Jesus, no milénio vindouro,  
Abençoando a Terra, em nova madrugada.

### *MARIA DOLORES*

(In 'Verdade e Amor', XAVIER, Francisco Cândido, ed. FEB 2014).

## NOSSAS MÃOS / REFLEXO DO QUE SOMOS

*“... suas mãos (as de Jesus) devolviam o movimento aos paralíticos, a visão aos cegos.”*

O corpo humano é composto de fluídos condensados – é um conjunto passivo de células (segundo estimativa da ciência o nosso corpo aglutina cerca de 100 milhões de unidades), que oferece ao espírito condições ideais para o estabelecimento de contactos com o mundo exterior. Nesse particular, podemos compará-lo à mediunidade ou ao dinheiro, que podem ser direccionados tanto no sentido positivo ou do bem, como desviado para actividades menos dignas, que acarretam malefícios de toda a ordem: materiais e/ou morais. “A matéria é apenas o envoltório do Espírito” disseram a Allan Kardec os Espíritos que o assistiam na elaboração da Codificação do Espiritismo.

Ambos – espírito e corpo – ao interagir, possibilitam uma série de fenómenos, dos quais participa activamente o perispírito. É através do soma que o espírito recebe uma variedade de impressões – notadamente dos órgãos dos sentidos -, ao mesmo tempo em que actua sobre ele, produzindo uma considerável gama de fenómenos que vão dos actos reflexos mais simples até às manifestações sublimadas da vida intelectual.

O Espírito Emmanuel, com a sua profunda e invulgar sabedoria, figura o nosso corpo físico como uma casa terrestre, dentro da qual o espírito é o dirigente, imprimindo à habitação as características boas ou más de que é possuidor. Os apóstolos, em diversas oportunidades, referiam à fraqueza ou à concupiscência

da carne, dos seus impulsos criminosos e dos seus desejos nocivos, assertivas que devem ser entendidas por ‘faltas devidas à condição inferior do homem espiritual sobre o planeta’. A condição evolutiva do Espírito irá determinar a nobreza ou a vilania de suas acções.

As acções repulsivas e degradantes, os desregramentos, os actos indignos, a covardia, a traição e o somatório das nossas mazelas que afrontam as virtudes que nos compete conquistar – e que, por isso mesmo escasseiam entre a maioria das criaturas -, jamais podem ser devidas à carne. E até hoje, passados quase dois mil anos da vinda do Cristo à Terra, para o seu messianato de AMOR, insistem ainda as criaturas humanas em responsabilizar ou atribuir ao conjunto passivo de células de que somos formados, a responsabilidade dos deslizes e dos crimes, dos actos animalescos e das barbaridades que ainda cometemos. Esquecemos ou fingimos ignorar que tudo é de responsabilidade do espírito, senhor absoluto do nosso proceder.

O Espírito Emmanuel oferece-nos lições oportunas quando tece comentários a respeito do corpo e do espírito, pela psicografia de Chico Xavier (Livro da Esperança, pág. 120): - “Há quem o acuse (o nosso corpo) pelo golpe da criminalidade ou pela demência do vício, como se o carro obediente devesse pagar pela embriaguez ou pelos disparates do condutor.

“E existem ainda aqueles que o declaram culpado pelos assaltos da calúnia e pelas calamidades da cólera, qual se o telefone fosse responsável pela malícia e pelos desequilíbrios dos que lhe menosprezam e injuriam a utilidade.”

O espírito manifesta-se não só pelo olhar ou pela palavra, quando deixa entrever o grau evolutivo em que estagia. Em função

das atitudes que assume, o homem é classificado, socialmente, como ruim, carrasco, agressivo, intolerante e mal educado; ou senhor de fino trato e procedimentos elogiáveis, porque correctos, justos, altruísticos, fraternos e até amáveis. A classificação da Sociologia de que o homem é produto do meio não encontra eco no Espiritismo. Ele não é automático, ou mero instrumento passivo das forças naturais, como enfatiza em seus estudos o saudoso e culto confrade Deolindo Amorim.

As mãos fazem parte da nossa estrutura física e, segundo estudos recentes, praticam elas cerca de sessenta movimentos diferentes. Além de alguns poucos movimentos involuntários, obedecem nossas mãos ao comando do nosso espírito que, através de um perfeito e complexo sistema de músculos e nervos, executa com as mãos acções e reacções que lhe traduzem ou reflectem o estágio evolutivo em que se encontra.

Ouvimos, certa feita, uma bem estruturada palestra, pronunciada por um nosso ilustrado confrade, promovida pela Federação Espírita do Estado de S. Paulo, quando funcionava, ainda, na sua antiga sede, na Rua Maria Paula, ocasião em que o orador nos mostrou, de forma muito bem concatenada, a inter-relação existente entre os gestos ou as acções executadas pelas mãos e a condição evolutiva das criaturas.

Há mãos que atacam, que ferem, que batem, que sufocam e que estrangulam. Há aquelas que matam, manejando uma faca, accionando o gatilho de uma arma ou fazendo uso de um instrumento qualquer: atirando uma granada ou manejando os instrumentos que fazem explodir os chamados “carros-bomba” que matam e destroem tudo ao redor. Havia aquelas que, sorratamente, adicionavam ao vinho doses mortíferas de veneno, para eliminar desafectos ou aqueles que se opunham aos

seus propósitos menos dignos. Pertencem estas a Espíritos que estagiam ainda nos primeiros graus da escala evolutiva e que, por isso mesmo, desconhecem a prática do bem.

Há irmãos nossos que, sem serem maus, se entregam à prática dos jogos de azar (cartas, dados, roletas, etc.), malbaratando o tempo e desgastando as energias físicas, acções pelas quais irão responder no futuro. No circo romano os Imperadores decidiam a sorte dos gladiadores por um simples gesto executado com uma das mãos, apontando para cima ou para baixo o dedo polegar.

Por outro lado, encontramos mãos que acariciam, que afagam, que massageiam o enfermo ou a criança, praticando, muitas vezes sem imaginar, a transferência de energias curativas. Jesus impunha as mãos e produzia verdadeiros “milagres”. Os apóstolos exercitavam, também, os mesmos gestos, oferecendo aos necessitados o alívio, o socorro ou mesmo a cura. No Espiritismo o uso do passe é generalizado, funcionando como uma transfusão de energias psíquicas, no dizer do Espírito Emmanuel.

Naturalmente que classificados nos mais variados graus ou condições evolutivas, encontramos as criaturas que, diferentemente daquelas que atrás relacionamos – que se utilizam das mãos para a prática do mal – as que apontam o caminho para o jornaleiro, as que manipulam os medicamentos que saram os males físicos, as que manejam um instrumento musical, com virtuosismo, enlevando os sentimentos dos ouvintes, aquelas que regem uma orquestra, comandando de forma harmoniosa a execução de melodias que se tornaram imortais. Os pintores e escultores de todas as épocas, que materializaram as mais sublimes obras de arte, que a todos encantam.

As mãos dos cegos, substituindo as vistas e, conseqüentemente, a escrita, oferecem aos deficientes da visão oportunidades sublimes de aprendizado e evolução. Os trabalhadores, que se utilizam das mãos para os labores diários, empenhados no progresso e engrandecimento de suas pátrias; o lavrador, o retireiro, o mecânico, o varredor de ruas, o electricista, os motoristas que transportam as riquezas de um país.

Há aqueles que praticam as diversas modalidades de desporto utilizando as mãos, com o que fazem vibrar os afeiçoados. Os médicos, que executam, com habilidade, as mais delicadas intervenções cirúrgicas e que, com dedicação e competência, manejam as mãos no desempenho das mais diversas especializações, com destaque àquelas que se dedicam a acolher os nascituros, cujos espíritos estão retornando ao plano da matéria. As mãos que escreveram e que ainda escrevem páginas em prosa e verso, que enriquecem a literatura mundial, abordando os mais variados assuntos. As mãos que acenam, que gesticulam com habilidade, graça e elegância, nas representações artísticas.

A literatura mediúnica – merecedora de um capítulo à parte -, que nos tem oferecido páginas sublimes, que enlevam, e que nos oferecem meios de nos elevarmos intelectual e moralmente, em nossa caminhada, em busca da perfeição relativa que todos alcançaremos.

Os surdo-mudos que se relacionam com os movimentos das mãos, que lhes oferecem os meios de comunicação entre si e com aqueles que se dedicam a instruí-los e orientá-los no sentido de vencer os percalços da existência.

É justo destacuemos o trabalho abençoado das mães, cujas mãos executam as mais variadas actividades nas lides domésticas



e no trato com os filhos, desempenhando as suas nobres missões que se estendem a partir do retorno do Espírito à nova vida na matéria.

Observando todos esses movimentos e gestos atrás alinhados, praticados pelas aos, não podemos classificar os Espíritos que os executam. E, através dos tempos, podemos acompanhar o seu evoluir, pelo aprimoramento daqueles gestos: as mãos que outrora manejavam criminosamente uma arma branca, que esbofeteavam ou praticavam abortos criminosos, passados os tempos, estão hoje a assistir os necessitados, a socorrerem os doentes e salvando vidas, numa demonstração de que aquele mesmo Espírito retorna ao palco da vida na matéria, reparando, corrigindo e, naturalmente, ressarcindo as suas faltas do passado, cometidas contra as Leis do Pai de Amor e Bondade, nesse abençoado processo evolutivo.

E, no futuro, reflectindo a condição evolutiva a que ascendermos, as nossas mãos praticarão gestos de nobreza, num testemunho vivo de que estamos adquirindo, paulatinamente, as virtudes que nos transformarão em homens de bem.

### ***ALFREDO MIRANDA PRADO***

(In: 'Revista Internacional de Espiritismo', brasileira, Junho de 1994).

(...)

Obrigada, Senhor, por estas mãos que são minhas,  
Alavancas da acção, do progresso, da redenção!  
Agradeço... pelas mãos que acenam adeuses,  
Pelas mãos que fazem ternura,

E que socorrem na amargura;  
Pelas mãos que elaboram leis,  
Pelas mãos que cicatrizam feridas,  
Rectificando as carnes sofridas,  
Balsamizando as dores de muitas vidas!  
... Pelas mãos que trabalham o solo,  
Que amparam o sofrimento e estacam lágrimas,  
Pelas mãos que ajudam os que sofrem,  
Os que padecem...  
Pelas mãos que brilham nestes traços  
Como estrelas sublimes fulgindo em meus braços!  
(...)

(Do 'Poema da Gratidão', do Espírito Amélia Rodrigues – psicografia/psicofonia do médium brasileiro Divaldo Pereira Franco. Pensamos que estes versos completam muito bem o texto atrás).

\*

### **UMA QUESTÃO DE FÉ...**

Estamos a atravessar, a nível mundial, uma situação que ninguém terá imaginado, sequer, que pudesse vir a acontecer... e só com as restrições e cuidados que nos vão sendo impostos, no dia a dia, nos apercebemos do que tivemos e perdemos pelo nosso próprio comportamento. É como... se fossemos felizes e não o soubéssemos! – mas este facto já muitos de nós o reconhecemos e, embora sem sabermos o que fazer para mudar as coisas, olhamos à nossa volta e, tal como nós, todos sentimos as nossas mãos... vazias!

Há muito ouvíamos falar do “buraco” que o excesso de poluentes estava criando na atmosfera... nos mares, com todo o lixo que se deitava nas suas águas... dos óleos queimados pelos motores dos carros e que, em determinadas ruas, até já dificultavam a nossa passagem pedonal por elas, pela dificuldade que se sentia em respirar! Ouvíamos... mas nada fizemos para mudar a situação!

De repente, sem que se saiba ainda como e de onde veio, surge um vírus que vai deixando o seu rasto por todo o mundo, dizimando vidas e vidas (não vou escrever vidas inocentes porque nenhum de nós o é, neste contexto), da mais idosa à mais juvenil, e se, por um lado, não queremos que ele nos toque, por outro lado continuamos a agir irresponsavelmente, levianamente, como se nós – só nós! – estivéssemos imunes a ele! Por um lado, as ruas por onde passamos, como os locais onde penetramos, continuam a existir para nós!, e não pensamos em mais ninguém; por outro lado, nós com o nosso agir, estamos sempre certos – mesmo quando estamos errados!

Antes de Jesus, Moisés grafou em pedra, os Mandamentos da Lei de Deus, que os Espíritos Superiores nos dizem, entretanto, estarem gravados em todos nós, na nossa consciência (Q. nº. 621 de ‘O Livro dos Espíritos), recomendando-nos o segundo que “*Ama o teu próximo como a ti mesmo*”, significando tal recomendação que não devemos fazer aos outros aquilo que não queremos que nos façam a nós. É correcto, está correcto – ou não fosse um Mandamento de Deus, Perfeição Absoluta. Entretanto, como se o próximo não existisse, fomos e vamos vivendo na única preocupação da satisfação pessoal. É como se só nós contássemos, como se nada tivesse importância para além de nós!... E não reconhecemos em tudo isto o nosso egoísmo extremo!

Mas a insegurança envolve-nos. Porque nos sentimos bem, pensamos que não temos nada, mas olhamos, duvidosos, para todos aqueles que cruzam o nosso caminho. Nós não queremos ser contaminados!

E na nossa insegurança perguntamo-nos, gritando silenciosa e interiormente: - Onde está Deus que não nos protege? Porque disse Jesus que ficaria connosco e não nos isola?!!!

Temos presentes as palavras do Divino Amigo, quando disse: “*Ajuda-te e o céu te ajudará.*” Mas embora digam que o milagre não existe, todos aguardamos por um – assim como num estalar de dedos, talvez como quando há milhões de anos o Senhor disse *Faça-se luz!*, e o dia foi separado da noite...

No final do primeiro confinamento, as Igrejas e os Templos religiosos reabriram as portas fechadas no cumprimento da recomendação governamental... mas, mesmo com as restrições de lugares exigidas, distanciados uns dos outros por precaução, os poucos que passaram a figurar num e noutro lado, fosse qual fosse a religião praticada, mostravam-se sempre mais ou menos vazios nos dias das reuniões públicas – porque, se as pessoas passaram a andar em agrupamentos, frequentando os lugares públicos, afirmavam, no entanto, para quem os quisesse ouvir, terem medo de ir ali, comungar com outros irmãos na mesma manifestação de fé... e serem contaminados!

Em tempo de guerra, as Igrejas e os outros Templos foram sempre mais ou menos preservados, e neles o povo encontrou abrigo, quando precisou de o procurar... Todos eles, considerados Casas de Deus, porque Casas de Oração, têm a protecção do Alto e, da mesma maneira que os seus colaboradores terrenos, os frequentadores dessas Casas estariam – estão – ao abrigo do mal,

porque, SE DEUS SABE SEMPRE O QUE CADA UM MERECE, com certeza que, a manifestação da própria fé – da fé de cada um – na busca dessas Casas, lhes dará a certeza de que Deus está consigo, de que Deus está ali! E esses Templos, erguidos para abrigarem os cristãos de todos os tempos, são como as “Casas do Caminho” criadas pelos apóstolos companheiros de Jesus, onde eram acolhidos os caminheiros, necessitados de repouso e auxílio. Todos nós somos caminheiros...

Há pessoas que vão a Fátima porque precisam de rezar, e não compreendem que no silêncio do seu quarto, a qualquer hora do dia ou da noite, o podem fazer sem terem de se deslocar tão longe porque, onde cada um estiver, a qualquer hora que se predisponha a orar com fé, o Senhor estará ali, presente, escutando as suas palavras e atento às suas necessidades. Em vez de se temer a morte e de se a provocar com atitudes irresponsáveis, crie-se o hábito da oração – aqueles que o não têm – e desenvolvam a fé que sentem – essa fé que Jesus referiu quando disse que *se a tiveres do tamanho de um grão de mostarda, dirás à montanha que se mova, e ela mover-se-á*, em vez de se criarem montanhas de dificuldades para tolherem os passos a dar no dia a dia porque, a montanha que Jesus referiu é, precisamente, a dos obstáculos que surgem no caminho de cada um e todos teremos de vencer! Alimentemos a nossa fé... e ela nos dirá, em qualquer momento, como devemos agir sem continuarmos a prejudicar-nos e a prejudicar o nosso próximo... e lembremo-nos, ainda, que, na Terra, em qualquer local onde vivamos, todos nós somos “turistas”, e um dia, mais tarde ou mais cedo, todos teremos de empreender a viagem de regresso ao mundo que é, realmente, o nosso! Então, quando a façamos, que seja sem medo mas ainda com Fé!

**MANUELA VASCONCELOS**

## O MEU LAGO

Quando estive entre nós, em Abril de 1990, durante o Seminário que decorreu na Associação dos Comerciantes de Lisboa, Divaldo Pereira Franco fez, com a assistência, um exercício de meditação de meia hora, que foi uma lição sobre a maneira de nos descontraírmos e libertarmos das preocupações que sempre nos rodeiam, concentrando o nosso pensamento apenas num determinado ponto.

Comecemos – disse ele – pela respiração, sincopada, rítmica, sempre da mesma forma, aspirando... inspirando... aspirando... inspirando...

Depois de controlada a respiração criemos, então, o ambiente propício à meditação.

Imaginemos... um lago (um lago que pode ser de águas azuis transparentes, ou de águas prateadas pelos raios do luar); a bordejar esse lago, coloquemos na paisagem aquilo que melhor acharmos a completar o quadro: uma árvore, cujos ramos tombem sobre a água, mirando-se nela; a areia, muito fina ou mais grossa, a contornar as águas; um barquito, talvez, ao longe, embalado pelas ondas que quase não existem... e nós! Nós, ali, sozinhos com Deus, saboreando, vivendo aquele momento não de solidão mas de plenitude, porque conseguimos Deus connosco!...

A respiração continua rítmica, controlada, e, no momento, trazemos até nós aquela pessoa que nos quer mal, para que entre ela e nós se faça o amor através da nossa vibração fraternal e amiga... e falamos com ela:

- Eu gosto de ti!

Falemos, assim, com ela por momentos, carinhosamente, até sentirmos que conseguimos rearmonizar-nos, que não há da nossa parte qualquer laivo de ressentimento. Então, deixemos que ela se vá embora e recordamos, de seguida, aquela outra que gostaríamos de ter presente, ao nosso lado, para com ela partilharmos o doce momento...

E assim, de lembrança em lembrança, seremos sempre mais capazes de nos libertarmos e vivermos mais espiritual e intensamente, se possível diariamente, alguns minutos da nossa vida.

Agindo assim, aprenderemos a melhor nos libertarmos das nossas preocupações e a aproximar-nos mais e mais de Deus, durante os minutos – sempre breves – que Lhe dedicamos.

\*

A partir daquele momento, eu tenho um lago... Por vezes ele é também o meu refúgio, o local para onde aprendi a deslocar-me sempre que necessito de um pouco de paz... Passou a ser o meu “cantinho preferido”, cuja paisagem não consegue ser estragada nem por vibrações negativas nem por presenças ou atitudes que magoem, nem por ciúmes, invejas, egoísmo... Ali não chegou a poluição ambiental nem a provocada por sentimentos menos nobres... mas pode ter, ainda, a capacidade de nele mergulhar para me limpar de todas as “impurezas”, saindo das suas águas de braços erguidos num gesto de gratitude, saboreando a leveza que me envolve de cada vez que o procuro e nele me perco – reencontrando-me com a paz, a luz, a harmonia.

Ele – o meu lago – dá-me tanta paz interior que desafio qualquer um a conseguir, também, para si próprio, um lago de águas tranquilas... umas vezes douradas pelos raios do sol... outras vezes prateadas pelos raios do luar!

- Você não quer “descobrir” o seu lago?...

**MANUELA**

(In: Revista COMUNHÃO, nº. 56, Setembro/Outubro de 1990).

\*

## **O QUE QUER QUE EU FAÇA?**

Allan Kardec, Codificador da Doutrina Espírita, ensina (O Livro dos Médiuns, ed. Rio de Janeiro, FEB 2000, cap. 17, item 4): *Numa palavra, primeiro que o torneis espírita, cuida de torná-lo espiritualista. (...) Falar-lhe dos Espíritos antes que esteja convencido de ter uma alma, é começar por onde se deve acabar, porquanto não lhe será possível a conclusão, sem que admita as premissas.*

Sem o devido convencimento de uma certa ideia, podemos memorizar o seu conteúdo, mas o simples conhecimento em nada influenciará nossas crenças dominantes. Podemos ser vencidos pelo inusitado de um facto que confirme uma certa ideia que não a nossa, como, por exemplo, os notáveis feitos de Jesus, curando o que era tido por impossível e, mesmo assim, não alterar enraizados conceitos; simplesmente vemos nessas ocorrências uma mágica, não reconhecendo como uma realidade nova. Surpresos, mas não convencidos.

São nossas crenças que alimentam nossos valores existenciais, que nos formatam o comportamento. Formam os nossos paradigmas.

Mortalidade ou imortalidade caracterizam posicionamentos pessoais, segundo sua própria razão.

Imortalidade é tema de magna importância aos indivíduos, verdade existencial que deveria ser aprendida junto com o *b a bá*. Não fazendo parte de nossas cogitações, se faz tema alheio aos propósitos de vida, vigorando os padrões comuns vigentes no contexto do meio que vivamos.

Para dar começo ao redescobrimento do que somos – seres imortais – precisamos, conforme lição de Allan Kardec, trabalhar o nosso convencimento a respeito, formando entendimento segundo as condições de aprendizado que tenhamos.

A primeira condição, no entanto, é que tenhamos interesse no tema, estimulados pelo desejo, que decorre de uma certa necessidade identificada, que nos motiva e desperta a vontade, e nos faz mais receptivos ao conhecimento buscado.

*Os pensamentos que escolhemos pensar são as ferramentas que usamos para pintar o quadro de nossas vidas,* anotou Louise Hay, reconhecida escritora americana.

O convencimento é que impulsiona as transformações decorrentes, paulatinamente. Mudada certa crença, naturalmente advém mudança nos valores até então alimentados e, por conseguinte, os comportamentos e atitudes resultantes vão sendo remodelados.

Espírita com atitudes e comportamentos inadequados às proposições espíritas? É espírita que não está convencido suficientemente dos postulados espíritas. Logo, não iniciou ainda, nesse ou naquele aspecto, sua transformação. Transformação sem base de sustentação na aceitação e adoção do aprendizado, não acontece. Ensina-se, mas não se firma.

*Reconhece-se o verdadeiro espírita pelas suas transformações morais e pelo esforço que emprega em domar suas más inclinações,* ensina Kardec (Evangelho Segundo o Espiritismo, ed. Rio de Janeiro, FEB, 2001, cap. 17, item 4).

Pensando, sentindo e agindo com assertividade e determinação continuada, vai acontecendo a transição do convencimento, que leva à transformação, e dessa para a esperada conversão, cessando ciclos de erro gradativamente. E nos veremos um dia, integrados ao todo maior, e a tudo que combine com nossos novos valores. Então, o presente será a certeza do futuro, igualmente feliz.

Sábio ensino de Sidarta Gautama, o Buda: *Somos o que pensamos. Tudo o que somos surge com nossos pensamentos. Com nossos pensamentos fazemos o nosso mundo.*

Precisamos nos convencer de que os pensamentos nos fizeram como nós somos e os nossos pensamentos farão de nós aquilo que seremos daqui por diante.

Alcançar o entendimento e a adoção da imortalidade é uma alta conquista intelectual do ser, e o auto-descobrimento.

Viver como ser imortal que somos, é a iluminação da consciência, a auto-iluminação.

Bela e oportuna recomendação, presente no Talmud:

*Presta atenção aos teus pensamentos, pois eles se tornarão palavras.*

*Presta atenção em tuas palavras, pois elas se tornarão actos.*

*Presta atenção em teus actos, pois eles se tornarão teus hábitos.*

*Presta atenção em teus hábitos, pois eles se tornarão o teu carácter.*

*Presta atenção em teu carácter, pois ele determinará o teu destino.*

Saulo de Tarso, convencido das Leis Divinas, empreendia uma dura luta pela transformação pessoal e a de seu povo, sem olhos, no entanto, para ver a compaixão por entre as linhas do rigor da Lei que praticava, e identificar o amor no espírito da letra que professava, seguindo fiel a Deus, segundo seus pensamentos e entendimento.

Em glorioso meio-dia, às portas de Damasco, sob luz mais intensa que a do sol a pino, ele viu transmutar todos os seus pensamentos, resignificando suas crenças e valores, remodelando sua visão de Deus e de suas leis de amor, ao se deparar com Jesus, em Espírito e Verdade, que veio pessoalmente alçá-lo, de um só salto, do convencimento à conversão instantânea, passando por transformação essencial relâmpago, que lhe atingiu a nascente interior do ser, resultando num novo homem, a partir dali: o grande apóstolo dos gentios, Paulo.

Depois de ter inquirido: *Quem és, Senhor?* E ouvir: *Eu Sou Jesus, a quem tu persegues*, o convertido, humildemente, indagou: *Que queres que eu faça?*

Há um tempo para aprender, e sempre é tempo para servir.

É chegado o nosso tempo de perguntarmos, individualmente e na clareza de uma consciência lúcida:

- Jesus, Divino Mestre, o que o Senhor quer que eu faça?

(In: Jornal ‘Mundo Espírita’, da Federação Espírita do Paraná, Curitiba, nº. 1612 de Novembro de 2018. Artigo “Editorial”).

\*

(...)

O homem não pode permanecer perpetuamente na ignorância, porque deve chegar ao fim determinado pela Providência: ele se esclarece pela própria força das circunstâncias. As revoluções morais, como as revoluções sociais se infiltram pouco a pouco nas ideias, germinam ao longo dos séculos e depois explodem subitamente, fazendo ruir o edifício carcomido do passado, que não se encontra mais de acordo com as necessidades novas e as novas aspirações.

O homem geralmente não percebe, nessas condições, mais do que a desordem e a confusão momentâneas que o atingem nos seus interesses materiais, mas aquele que eleva o seu pensamento acima dos interesses pessoais admira os desígnios da Providência, que do mal fazem surgir o bem. São a tempestade e o furacão que saneiam a atmosfera, depois de a haverem resolvido. (O Livro dos Espíritos, ed. Lake, S. Paulo, 1979. Qt. 783).

\*

## CAMINHO DE DAMASCO

“- Para Damasco!...” E eu fui, no nocturno mistério,  
Cavalgando um corcel, sem repouso nem tino...  
Ia vencer cristãos, batalhar pelo Império,  
Vil soldado do Amor, centurião do destino.

Corri... a galopar pela treva infinita,  
Não olhava, em redor, o caminho tristonho.  
Levava a defender-me, ente a gente maldita,  
A couraça da fé e o escudo do meu sonho.

Alta noite, porém, baixa da altura um raio,  
Espanta o meu corcel, que tropeça ferido.  
Eu me agito a tremer, salto da sela e caio,  
Osculo o pó do chão... e me ergo redimido.

Fiquei cego... bem sei que a Ti devo esta morte  
Dos meus olhos e és Tu meu divino carrasco,  
Mas vou, por Tua mão, amando a minha sorte,  
Bendizando a cantar a estrada de Damasco.

***HUMBERTO DE CAMPOS***

(Há várias dezenas de anos atrás escutámos uma referência a este poema que não conseguimos encontrar em nenhuma enciclopédia. Pedimos, então, ao idoso irmão Cristovam Marques Pessoa, à época a viver em Natal, Brasil, se mo conseguia encontrar. Depois de alguma pesquisa, da sua parte, recebi-o, finalmente. Humberto de Campos, que conhecemos como escritor, foi também poeta, com cadeira na Academia de Letras Brasileira).

## CUIDADOS

***“Não vos inquieteis, pois, pelo dia de amanhã,  
porque o dia de amanhã cuidará de si mesmo.”***

**JESUS. – (Mateus, 6:34)**

Os preguiçosos de todos os tempos nunca perderam o ensejo de interpretar falsamente as afirmativas evangélicas.

A recomendação de Jesus, referente à inquietude, é daquelas que mais se prestaram aos argumentos dos discutidores ociosos.

Depois de reportar-se o Cristo aos lírios do campo, não foram poucos os que reconheceram a si mesmo, na condição de flores, quando não passam, ainda, de plantas espinhosas.

Decididamente, o lírio não fia, nem tece, consoante o ensinamento do Senhor, mas cumpre a vontade de Deus. Não solicita a admiração alheia, floresce no jardim ou na terra inculta, dá seu perfume ao vento que passa, enfeita a alegria ou conforta a tristeza, é útil à doença e à saúde, não se revolta quando fenece o brilho que lhe é próprio ou quando mãos egoístas o separam do berço em que nasceu.

Aceitaria o homem inerte o padrão do lírio, em relação à existência na comunidade?

Recomendou Jesus não guarde a alma qualquer ânsia nociva, relativamente à comida, ao vestuário ou às questões acessórias do campo material; asseverou que o dia, constituindo a resultante de leis gerais do Universo, atenderia a si próprio.

Para o discípulo fiel, agasalhar-se e alimentar-se são verbos de fácil conjugação e o dia representa oportunidade sublime de colaboração na obra do bem. Mas, basear-se nessas realidades simples para afirmar que o homem deva marchar sem cuidado consigo, seria menoscar o esforço do Cristo, convertendo-lhe a plataforma salvadora em campanha de irresponsabilidade.

O homem não pode nutrir a pretensão de rectificar o mundo ou os seus semelhantes de um dia para outro, atormentando-se em aflições descabidas, mas deve ter cuidado de si, melhorando-se, educando-se e iluminando-se sempre mais.

Realmente, a ave canta, feliz, mas edifica a própria casa.

A flor adorna-se, tranquila; entretanto, obedece aos desígnios do Eterno.

O homem deve viver confiante, sempre atento todavia, em engrandecer-se na sabedoria e no amor para a obra divina da perfeição.

### *EMMANUEL*

(In: VINHA DE LUZ, psicografia de Francisco C. Xavier, ed. FEB/2008, cap. 152).

\*

## ÚLTIMA PÁGINA

Vivemos, agora, o segundo confinamento de uma situação que não sabemos, ainda, como ou quando terminará. A única coisa que cada um pode ter presente é que a contaminação continua, os hospitais estão sempre mais cheios de doentes contaminados e, embora a vacinação tenha já começado, ignora-se, realmente, quando todos estaremos vacinados e, portanto, mais aptos a enfrentarmos o vírus que venceu as vontades e liberdades de cada um, em todo o mundo.

Então, para lhe fazermos frente, em vez de ser ele a continuar a dizimar a vida de uns e outros, seja qual for a idade, estado ou sexo, em vez de continuar a obrigar-nos a viver como nunca o fizemos – nem sequer no tempo da Grande Guerra –,

por favor, para seu bem e dos seus

*FIQUE EM CASA*

*USE MÁSCARA SEMPRE QUE TENHA DE SAIR*

*DESINFECTE AS MÃOS AMIUDADAS VEZES*

*NÃO PARE NEM SE JUNTE EM GRUPOS.*

*NÃO PENSE QUE “ELE” SÓ ATACA OS OUTROS!...*

*FAÇA A SUA PARTE!*

\*



