

Pense muito. Medite mais. Fale pouco.

Depressão

DEPRESSÃO ,MELANCOLIA, ACÉDIA OU TRANSTORNOS DE AFETIVIDADE NA VISÃO ESPÍRITA. DOENÇA DO SÉCULO OU DOENÇA DE TODOS OS SÉCULOS?

No evangelho segundo o espiritismo – Capítulo 5, Bem-aventurado os Aflitos:

MELANCOLIA

- Sabeis por que uma vaga tristeza se apodera por vezes de vossos corações, e vos faz sentir a vida tão amarga? É o vosso Espírito que aspira à felicidade e à liberdade, mas, ligado ao corpo que lhe serve de prisão, se cansa em vãos esforços para escapar. E, vendo que esses esforços são inúteis, cai no desânimo, fazendo o corpo sofrer sua influência, com a languidez, o abatimento e uma espécie de apatia, que de vós se apoderam, tornando-vos infelizes.

(pelo espírito FRANÇOIS DE GENÉVE na cidade Bordeaux na França)

Segundo Organização Mundial da Saúde (OMS) 322 milhões de pessoas no mundo sofre depressão, 4,5% da população do planeta e 16.3 milhões no Brasil.

Sentir-se triste em momentos específicos da vida é normal, mas forma muito intensa e por períodos muito longos, meses e até anos temos que tomar providências.

O ponto chave da questão nem sempre tem um motivo aparente, fisiologicamente, a depressão é um desequilíbrio no cérebro. Combinação de fatores biológicos, psicológicos e sociais e acrescentaria espirituais em alguns casos.

Cientificamente a causa da doença ainda é desconhecida, mas uma das teorias mais aceitas é que a depressão é consequência de uma disfunção no sistema nervoso central.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS

Trauma de infância como abuso sexual, morte, relacionamentos e situações difíceis. Ter parentes que já possuem um histórico de depressão e "transtorno bipolar".

Transtorno Afetivo Sazonal (TAS)- Na estação de Inverno, frio, mais reclusos em casa, época de aniversário, Ano Novo, Natal, Dia das Mães etc.

O TRATAMENTO ACONSELHADO PROCURAR UM ESPECIALISTA - PSIQUIATRA

O bom psiquiatra é aquele que vai no centro do problema e consegue desvendar o enigma do conflito, libertando a pessoa. Psicoterapia, tratamento em hospitais e clínicas especializadas para casos graves como a automutilação e suicídio.

TRATAMENTO ALTERNATIVO

Acupuntura, técnicas de relaxamento, como ioga ou tai chi, meditação, massagem terapêutica, terapia de música ou arte, exercício aeróbico e homeopatia.

COMO TRATAR AS PESSOAS NA CASA ESPÍRITA

O tratamento na casa espírita ajuda a somar ao tratamento médico.

Recepção, atendimento fraterno pelo diálogo, tratamento com passes e água fluidificada, tratamento espiritual e assistir palestra assim como dentro das condições ingressar nos grupos de estudos da Doutrina Espírita que a casa oferece, reunião Mediúnica, Evangelho no Lar e exercitar a caridade através de visitas a hospitais, creches, trabalho de sopa e etc.

Mas há um recurso valiosíssimo ao lado da leitura das parábolas é buscar na oração equilíbrio, unir se a força cósmica do universo, abrir a alma a Deus, Porque Jesus disse com propriedade "tudo o que pedirdes ao meu pai orando, Deus atenderá".

Na visão espírita o depressivo é alguém pessimista que perdeu o sentido da vida, uma vida vazia, não encontra o significado psicológico e, por isso mesmo ele tem um comportamento muito especial.

Segundo Emmanuel, a depressão interfere na (divisão) celular, contribuindo para o aparecimento do câncer e de outras doenças imunológicas, sobretudo a deficiência imunitária facilitando às infecções.

Na depressão existe uma perda de energia vital no organismo, num processo de desvitalização.

E André Luiz acrescenta que a mente transmite seus estados felizes ou infelizes a todas as células do nosso organismo.

A depressão é um fantasma que assusta as criaturas humanas e quase todos nós, com raríssimas exceções, experimentamo-la; em determinados momentos da nossa vida passamos por períodos depressivos; alguns muito fortes, outros nem tanto, alguns superficiais.

E se, no curso dessa prova, no cumprimento de vossa tarefa, virdes tombarem sobre vós os cuidados, as inquietações e os pesares, sede fortes e corajosos para os suportar. Enfrentai-os decisivamente.

Então, a problemática dos distúrbios da afetividade pode reduzir-se a uma mudança de comportamento emocional; ao hábito da boa leitura; ao hábito dos bons pensamentos;

a mudança das paisagens emocionais, procurando cultivar, sobretudo, a sublime experiência do serviço ao próximo.

Por isso, que o espiritismo tem como proposta "FORA DA CARIDADE NÃO HÁ SALVAÇÃO".

(Aristoniles Tavares Junior)

Incrédulos

Reunião pública de 9-5-60 - Capítulo XXXI - Dissertação VI

Regozijar-se-iam, sim, com a verdade que nos enriquece de otimismo e consolo!

Se pudessem, acalentariam a claridade da fé com a emoção dos cegos que recobrassem repentinamente a visão, diante da alvorada, deslumbrados de júbilo.

Se pudessem, estariam erguidos à confiança como árvores generosas levantadas para o céu.

Contudo, transitam na Terra à feição de alienados mentais que a Ciência não vê.

Terrenos devastados pelo incêndio das paixões, acabaram dominados pelos vermes do materialismo que lhes corroem os últimos embriões de esperança, muitas vezes em festins de sarcasmo.

Queriam vibrar ao calor da convicção na sobrevivência, mas trazem o coração enregelado pela névoa da morte.

São legisladores e não procuram as leis profundas que regem a vida, são professores e não conhecem a essência das lições que transmitem, são médicos e não auscultam os princípios sutis que organizam as formas, são juízes e não estudam as reações do destino nas vítimas do mal que lhes são dadas a exame, são advogados e não identificam a santidade do direito, são artistas e não buscam a glória oculta da arte, são operários e não percebem a substância divina do trabalho, são pais e mães e não pressentem a sabedoria com que lhes estrutura o alicerce do lar.

Incrédulos, tateiam na sombra que lhes verte do cérebro mergulhado na incompreensão.

Não lhes agraves os padecimentos com palavras amargas!

Injuriando lhes as opiniões, mais abriremos as feridas que lhes sangram no peito.

O azedume estabelece, para os espíritos viciados na irritação, seis modalidades de tributos calamitosos: a perda do trabalho, a perda do auxílio, a perda do equilíbrio, a perda da afeição, a perda da oportunidade e a perda de tempo.

Diante deles, nossos irmãos que se tresmalharam na irresponsabilidade e no desespero, desdobremos a abnegação, a tolerância e a caridade, multiplicando as obras da educação e os valores espontâneos do bem, porque toda criatura que nega a paternidade de Deus e recusa admitir a existência da própria alma está carecendo de socorro no hospital da oração e no abrigo do bom exemplo. (Emmanuel in Seara dos Médiuns, psicografia de Francisco C. Xavier, 2° ed. FEB, 1973)

TRECHO DE O LIVRO DOS MÉDIUNS A QUE SE REFERE EMMANUEL

V

Não vos arreceeis de certos obstáculos, de certas controvérsias.

Não atormenteis a ninguém com qualquer teimosia. A persuasão só chegará aos incrédulos pelo vosso desinteresse, pela vossa tolerância e a vossa caridade para com todos, sem exceção.

Guardai-vos sobretudo de violentar a opinião, mesmo por simples palavras ou através de demonstrações públicas. Quanto mais modestos, mais conseguireis a apreciação dos outros. Que nenhum móvel pessoal vos leve a agir e encontrareis nas vossas consciências uma força de atração que só o bem proporciona.

Os Espíritos, por ordem de Deus, trabalham para o progresso de todos, sem exceção. Vós, espíritas, fazei o mesmo.

SÃO LUÍS

(Cap. XXXI. item VI de O Livro dos Médiuns, trad. J. Herculano Pires – 29° ed. LAKE - 2014)

COMO OS HOMENS CONSEGUEM AMOLDAR A PALAVRA DE DEUS

Entre as curiosas contradições dos que aceitam a Bíblia como a palavra de Deus, podemos citar o caso das alterações do texto, com a finalidade de adaptá-lo a interesses sectários. Essas alterações vêm de longe e constituem um dos campos mais interessantes dos estudos bíblicos. Kardec menciona, no capítulo quarto de O Evangelho Segundo o Espiritismo, uma referência livre de Jó à reencarnação, que aparece modificada na tradução católica de Sacy (francesa), na tradução protestante de Osterwald e na tradução da Igreja Ortodoxa Grega. Nesta última, que é a mais próxima do texto original, o

princípio da reencarnação está evidente.

Outra citação de Kardec, no mesmo capítulo, é de Isaías (cap. 26, versículo 19) em que a expressão bíblica é bastante clara: "os teus mortos viverão; os meus, a quem deram vida, ressuscitarão". Essa passagem, como outras, é adaptada nas traduções, para esconder a crença dos profetas na reencarnação. O texto de Jó (Cap. 15, versículo 10-14), aparece desta maneira na versão grega ortodoxa: "Quando o homem está morto, vive sempre; findando-se os dias da minha existência terrestre, esperarei, porque a ela voltarei novamente."

Temos aí uma síntese admirável do princípio da reencarnação, de pleno acordo com o Espiritismo: morto o homem, não fica enterrado, mas ressuscita no corpo espiritual, como ensina o apóstolo Paulo. Ressuscitado, espera no mundo espiritual o momento de voltar à vida terrena, a fim de prosseguir no seu desenvolvimento. Todas as alterações, como se vê, caem fragorosamente diante dos estudos críticos da Bíblia, que revelam o verdadeiro sentido dos textos desfigurantes. E cada alteração corrigida mostra que os textos originais confirmam os princípios do Espiritismo.

Mas as alterações não se deram apenas no passado. Dão-se agora mesmo, aos nossos olhos. Examine o leitor a última edição da Bíblia feita pela Sociedade Bíblica do Brasil e impressa em São Paulo, nas oficinas da "Impress". A tradução portuguesa é a clássica, de João Ferreira de Almeida, mas "revista e atualizada no Brasil".

A revisão implicou a mudança de palavras, às vezes com a finalidade de enquadrar o Espiritismo nas condenações bíblicas às práticas da antiga magia. É assim que, em I Samuel, como título do cap. 28, encontramos o seguinte: "Saul consulta a médium de En-Der". E também no texto a palavra espírita "médium" foi incluída. Mas no cap. 18 de Deuteronômio foram conservadas as expressões antigas: "adivinhos e feiticeiros".

Que diria disso o bom padre Almeida? Como se vê, a palavra de Deus é moldada pelos homens, conforme as suas conveniências (José Herculano Pires in Visão Espírita da Bíblia 1ª ed. Editora Correio Fraternos do ABC 1989)

Jesus e Você

Cap. VI - Item 6

Nosso Mestre não se serviu de condições excepcionais no mundo para exaltar a luz da verdade e a bênção do amor.

Em razão disso, não aguarde renovação exterior na vida diária, para ajudar. Comece imediatamente a própria sublimação.

Jesus não tinha uma pedra onde recostar a cabeça. Se você dispõe de mínimo recurso já possui mais que Ele.

Jesus, em seu tempo, não desfrutou qualquer expressão social. Se você detém algum estudo ou título, está em situação privilegiada.

Jesus esperou até aos trinta anos para servir mais decisivamente. Se você é jovem e pode ser útil, usufrui magnífica oportunidade.

Jesus partiu aos trinta e três anos. Se você vive na idade amadurecida e dispões do ensejo de auxiliar, agradeça ao Alto, dando mais de si mesmo.

Jesus não contou com os familiares nas tarefas a que se propôs. Se você convive em paz no recinto doméstico, obtendo alguma cooperação em favor dos outros, bendiga sempre essa dádiva inestimável.

Jesus não encontrou ninguém que o amparasse na hora difícil. Se você recebe o apoio de alguém nos momentos críticos, saiba ser grato.

Jesus nada pôde escrever. Se você consegue grafar pensamentos na expansão do bem, colabore sem tardança para a felicidade de todos.

Vemos, assim, que a vida real nasce e evolui no espírito eterno e não depende de aparências para projetar-se no rumo da Perfeição.

Jesus segue à frente de nós. Se você deseja acertar, basta apenas segui-lo.

Sigamo-lo, pois.

(ANDRÉ LUIZ in O Espírito da Verdade, psicografia Waldo Vieira, 2ª ed. FEB 1970)

TEXTO A QUE SE REFERE ANDRÉ LUIZ

6. Venho ensinar e consolar os pobres deserdados. Venho dizer-lhes que elevem sua resignação ao nível de suas provas; que chorem, porque a dor foi consagrada no Jardim das Oliveiras mas que esperem, porque os anjos consoladores virão enxugar as suas lágrimas.

Trabalhadores, traçai o vosso sulco. Recomeçai no dia seguinte a rude jornada da véspera. O trabalho de vossas mãos fornece o pão terreno aos vossos corpos, mas vossas almas não estão esquecidas: eu, o divino jardineiro, as cultivo no silêncio dos vossos pensamentos.

Quando soar a hora do repouso, quando a trama escapar de vossas mãos, e vossos olhos se fecharem para a luz, sentireis surgir e germinar em vós a minha preciosa semente. Nada se perde no Reino de nosso Pai. Vossos suores e vossas misérias formam um tesouro, que vos tornará ricos nas esferas superiores, onde a luz substitui as trevas, e onde o mais desnudo entre vós será talvez o mais resplandecente.

Em verdade vos digo: os que carregam seus fardos e assistem os seus irmãos são os meus bem-amados. Instruí-vos na preciosa doutrina que dissipa o erro das revoltas e vos ensina o objetivo sublime da prova humana. Como o vento varre a poeira, que o sopro dos Espíritos dissipe a vossa inveja dos ricos do mundo, que são frequentemente os mais miseráveis, porque suas provas são mais perigosas que as vossas. Estou convosco e meu apóstolo vos ensina. Bebei na fonte viva do amor, e preparai-vos, cativos da vida, para vos lançardes um dia, livres e alegres, no seio d'Aquele que vos criou fracos para vos tornar perfeitos, e deseja que modeleis vós mesmos a vossa dócil argila, para serdes os artífices da vossa imortalidade.

(Espírito de Verdade Paris, 1861, cap. VI, item 06, O Evangelho segundo o Espiritismo, 98° ed. LAKE - 2018)

Leia Kardec sempre. Esclarece ensinando. Consola na dor. Conforta na vicissitude.



A TODOS OS FREQUENTADORES

A direção do LAR ESPÍRITA VINHA DE LUZ, tem mantido durante o isolamento social determinado pelas autoridades, em função do corona vírus (covid-19) o atendimento às famílias que buscam socorro material, como alimentos, com o distanciamento seguro, e sem a realização de reuniões com os assistidos. Além disso, tem também mantido as despesas inerentes à

Banco Itaú (341)
Agência – 0026
Conta corrente – 03995.8
Lar Espírita Vinha de Luz
CNPJ – 50.977.636/0001-66
CÓDIGO PIX—50977636000166

instituição, pagas em dia. Como a frequência de todos nós não está ocorrendo, as receitas para a manutenção básica da instituição também não estão ocorrendo. Esta situação nos leva a pedir a colaboração de todos, não apenas em doação de alimentos que atendam os assistidos materialmente pela casa, mas também, se possível, em dinheiro, com depósitos na conta corrente da instituição, cujos dados passamos a seguir. Gratos pela colaboração.

LEMBREMO-NOS de que a Providência Divina opera invariavelmente para o bem infinito. Liberta a atmosfera asfixiante com os recursos da tempestade. Defende a flor com espinhos. Protege a plantação útil com adubos desagradáveis. Sustenta a verdura dos vales, com a dureza das rochas. Assim também, no círculo de lutas planetárias, acontecimentos que nos parecem desastrosos, à atividade particular, representam escoras ao nosso equilíbrio e ao nosso êxito, enquanto que fenômenos interpretados como calamidades na ordem coletiva constituem enormes benefícios públicos. Roga, pois, ao Senhor a benção da Luz Divina para o teu coração e para a tua inteligência, a fim de que não te percas no labirinto dos problemas; contudo não esqueças de que, na maioria das ocasiões, o socorro inicial dos céu nos vem ao caminho comum através de angústias e desenganos. Aguarda, porém, confiante, a passagem dos dias. (Emmanuel — lição 63 de Pão Nosso).

SEGUNDA-FEIRA

- 19h15 Vibração/Passe à distância a pedidos -
- 19h30 Estudo do Evangelho presencial e on-line 14h30 presencial
- 19h55 Passe individual apoio da equipe técnica -
- 20h00 Evangelização Crianças a partir de 5 anos Adolescentes a partir de 12 anos -
- 20h20 Estudo do livro 'O Livro dos Médiuns' presencial e on-line Youtube (Dráuzio)
- 20h25 Estudo do livro 'Obreiros da Vida Eterna' presencial e on-line Instagram (Fernando)

TERÇA-FEIRA,

20h00 • Live das Parábolas e outros temas - exclusivo no Youtube

QUARTA-FEIRA

- 19h30 Tratamento espiritual / conversa fraterna
- 20h00 Estudo das obras básicas Evangelho e Livro dos Espíritos -
- 20h55 Passe individual apoio da equipe técnica -

QUINTA-FEIRA

20h00 • Estudo do Evangelho - exclusivo no Grupo do Whatsapp - vídeo de 5 minutos -

20h15 • - Eventualmente - Live e Cursos on-line - exclusivo no Youtube

SEXTA-FEIRA

20h00 • Estudo das obras básicas (Evangelho e Livro dos Espíritos)

20h50 • Passe individual - apoio da equipe técnica -





atividades



Colabore doando



CAMPANHA PERMANENTE

Nossos assistidos estão precisando de alimentos não perecíveis da cesta básica e também de leite integral (em pó ou em caixinha).

"O poder do pouquinho"

A doação de 'um' somada à doação de outros 'uns' permite ajudar muitos.

Qualquer quantidade é bem-vinda.



O Lar assiste famílias inteiras com as mais diversas necessidades.
Neste momento, precisamos de roupas e calçados masculinos. Contamos com toda ajuda possível, incluindo o compartilhamento desse aviso, até que outras pessoas também possam doar.

Novas ou usadas en bom estado de conservação



CAMPANHA PERMANENTE

O Lar está desenvolvendo um trabalho de economia doméstica com as famílias assistidas e precisa de materiais recicláveis. Aceitamos tampinhas plásticas, vidros com tampas, embalagens de (tipo) sabonete líquido e spray.

Você recicla, ajuda o ambiente e as famílias assistidas



Nossos assistidos estão precisando de produtos de higiene pessoal: sabonetes, shampoo, creme e escova dental, absorventes femininos, etc. Também são úteis, produtos de limpeza: detergente, sabão em pedra, água sanitária, etc.

Qualquer quantidade é bem-vinda





Anote



BIBLIOTECA

Nosso acervo está disponível para consulta e empréstimos. Obras para adultos e também para crianças. Estamos aceitando doações.





BAZAR e LIVRARIA

O Lar mantém aberto um bazar com peças à venda (vestuário, decoração, artesanato, bijouterias, etc.).

Também uma livraria (novos) com as obras da Doutrina Espírita.

Contribua, presenteando pessoas que você ama

Anote



ESTUDO

Terceira obra da Codificação Espírita, hoje o livro espírita mais lido no Brasil. Contém a essência do ensino moral de Jesus. Estruturado em 28 capítulos consoladores, este livro oferece um roteiro seguro para a nossa reforma íntima, objetivo apontado pelo Cristo de Deus como indispensável para alcançarmos a felicidade vindoura, a paz interior que tanto almejamos, essa conquista que somente a observância integral das Leis divinas pode proporcionar ao Espírito imortal na sua ascensão evolutiva para Deus.





ESTUDO

A partir da premissa de que a morte definitiva não existe e de que devemos sempre evoluir, o Espírito André Luiz apresenta o trabalho de amigos espirituais que viajam para auxiliar na transição para o plano superior de Espíritos dedicados ao bem. É nesta nova realidade que os seres desencarnados devem se preparar para voltar à Terra e continuar sua jornada rumo ao crescimento moral. Em 20 capítulos de profundos exemplos de princípios da Doutrina Espírita, Obreiros da vida eterna mostra como são imensas as dimensões vibratórias do universo e como é essencial o aperfeiçoamento íntimo, o amparo amigo e o verdadeiro serviço para alcançar o equilíbrio pessoal.



Vemai



Você gosta de trabalhar com crianças? Tem vontade de fazer algum trabalho voluntário? Estuda a Doutrina Espírita? Frequenta o Lar Espírita Vinha de Luz? Então você tem a oportunidade de nos ajudar na Evangelização das nossas crianças, na nossa missão de prepará-las para serem pessoas do bem. Só há um pré-requisito indispensável: AMOR! Ter amor no coração! Para saber mais, informe-se! Entre em contato conosco pelas redes sociais ou pelo nosso Whatsapp (11) 4587.5357.







Nosso site está sempre atualizado! Você consegue acessar a agenda, eventos, história, artigos, cursos, lives, e-books e muito mais.

