



"Ao Espiritismo cabem as tarefas de consolador da humanidade e libertador de consciências e corações" Adaptado do texto de apresentação da obra "Missionários da Luz" de André Luiz/Chico Xavier

Jornal Espírita

Libertador

Órgão de divulgação da Associação Espírita de Maringá - AMEM | Libertador | julho a setembro de 2026 | Ano XVIII - nº 90

A transformação que o Espiritismo oportuniza

Leia, no **Especial**, como o conhecimento
espírita nos proporciona transformações
internas que nos elevam espiritualmente

Pág. 4

Lições de felicidade

No **Editorial** você refletirá sobre o texto "Impressões do otimismo", da benfeitora espiritual Joanna de Ângelis, que nos ajuda a encontrar a felicidade. Pág. 2

Tenho fé na vida! Não ao suicídio!

Conheça, em **Refletir**, quais as causas do suicídio e como ajudar alguém que está pensando em praticá-lo. Pág. 5

Lições de felicidade

“**D**ize diariamente e muitas vezes: ‘Sou feliz; lutarei, pois, contra as minhas imperfeições consoante os ditames cristãos’”. Essa sugestão é da benfeitora Joanna de Ângelis no texto “Impressões de Otimismo”, pela psicografia de Divaldo Franco.¹

Neste artigo, a benfeitora nos lembra que tudo no Evangelho do Cristo remete à alegria de viver, mesmo em meio aos desafios naturais das reencarnações às quais nosso planeta está destinado.

E, de acordo com ela, a Psicologia, ao estudar profundamente a psique humana, por meio da Psicanálise, demonstra que todas as impressões recebidas, sejam conscientes ou não, arquivam-se em nosso inconsciente e retornam à consciência em algum momento.

Com base nisso, ela afirma “Pouco importa que as impressões remetidas sejam acreditadas ou não. O essencial é que sejam enviadas ininterruptamente, de tal modo que consigam expulsar aquelas que criaram o clima de pessimismo em que habitas”.

Essa informação destacada nos parece de imenso benefício, especialmente para aqueles que apresentam dificuldades de confiar, de serem otimistas. Isso porque se trata do convite simples de repetir para si mesmo um conceito, a fim de que ele se deposite em nós.

Espírito nobre e esclarecido, Joanna nada proporia por misticismo ou à espera de milagres, uma vez que a Lei Divina a tudo rege e nada há fora dela. Ao contrário, sua proposição está totalmente relacionada à lei de causa e efeito. O seu é um incentivo para que o indivíduo se alimente de um conceito verdadeiro, e aguarda que ele repercuta em seu íntimo, assim como se dá com o corpo quando aumentamos ou diminuimos a ingestão de certos alimentos aguardando seu efeito físico.

Esse alimento psíquico favorecerá, sem dúvida, a atitude, isto é, o comportamento condizente com a Lei, porque nos predispõe a isso.

Ademais, analisamos a frase que dá início a este texto e podemos encontrar a verdade nela. A felicidade verdadeira é a destinação de todos nós; logo, potencialmente todos somos felizes. E, de acordo com o item “Felicidade e Infelicidade Relativas” de *O Livro dos Espíritos*, estar reencarnado expiando o passado equivocado, e progredindo, é uma felicidade. Além disso, lutar contra as imperfeições é exatamente o propósito do Espírito para progredir e ser feliz.

É importante também lembrar o que diz Paulo de Tarso: “Irmãos, não penso que eu mesmo já o tenha alcançado, mas uma coisa faço: esquecendo-me das coisas que ficaram para trás e avançando para as que estão adiante, prossigo para o alvo, a fim de ganhar o prêmio do chamado celestial de Deus em Cristo Jesus.”²

Afinal, a mensagem do Cristo é a Boa nova ou a Boa notícia. E Ele mesmo, num dia de maior tristeza do apóstolo Bartolomeu, disse a ele: “A nossa doutrina, entretanto, é a do Evangelho ou da Boa Nova, e já viste, Bartolomeu, uma boa notícia não produzir alegria? Fazes bem, conservando a tua esperança em face dos novos ensinamentos; mas não quero senão acender o bom ânimo no espírito dos meus discípulos. Se já tive ocasião de ensinar que o meu reino ainda não é deste mundo, isso não quer dizer que eu desdenhe o trabalho de estendê-lo, um dia, aos corações que mourejam na Terra. Achas, então, que eu teria vindo a este mundo sem essa certeza confortadora?”³

¹ ANGELIS, Joanna de. FRANCO, Divaldo. *Espírito e vida*, Leal, cap. 59 – Impressões de otimismo.

² Epístola de Paulo aos Filipenses (3:13-14).

³ CAMPOS, Humberto. XAVIER, Chico. *Boa Nova*. FEB, cap. 8. Bom Ânimo.



A primeira palestra espírita de Dr. Adolfo Bezerra de Menezes

O ano era 1886. A Federação Espírita Brasileira havia se estabelecido fazia pouco tempo... O Movimento de União e de Unificação dos grupos espíritas estava ganhando, aos poucos, robustez. As primeiras palestras espiritistas estavam se iniciando, destacando-se os palestrantes Dias da Cruz, que proferiu sua conferência em novembro de 1885, tida como um legítimo sucesso espírita, e não menor foi a de Castro Lopes, em dezembro do mesmo ano. O público apreciava a palavra graciosa e erudita deste humanista, que no mês anterior proferira uma conferência científica, no Instituto Politécnico, diante do Imperador D. Pedro II e de um auditório seletos.

Por notável que haja sido a segunda conferência de Castro Lopes, em 1º de julho de 1886, no amplo salão da Guarda Velha, não se pode compará-la, no êxito social, na retumbância da opinião pública, na celeuma que levantou em todos os arraiais cariocas, em todo os círculos, principalmente políticos, na sociedade médica e na Igreja Católica, ao acontecimento verdadeiramente extraordinário que se registrou no dia 16 de agosto de 1886. “Um auditório de cerca de duas mil pessoas da melhor sociedade” enchia a sala de honra da Guarda Velha para ouvir em silêncio, emocionado, atônito, a palavra de ouro do eminente político, do eminente médico, do eminente cidadão, do eminente católico Dr. Adolfo Bezerra de Menezes, que proclamava aos quatro ventos a sua adesão ao Espiritismo.

A imprensa registrara o acontecimento como um sinal de tempos novos. O telégrafo transmitiu a notícia aos estados. As livrarias venderam grande número de livros espíritas. A Federação cresceu em adesões. O círculo católico agitou-se. Foi o seguinte o comentário de dr. Bezerra: “*A única divergência que há entre o Espiritismo e o Cristianismo consiste no princípio, aceito pelos grandes vultos de todos os tempos: a pluralidade das existências*”. (Reformador, 1887)

Bezerra de Menezes levou, portanto, cerca de dez anos aprofundando seus conhecimentos espíritas antes de entrar na liça de peito a descoberto. Durante esse tempo não se preocupou com a parte experimental, não procurou nenhuma prova para sua crença. Era um espírita pelo raciocínio. Foi para o trabalho prático, não para consolidar a fé, mas sim para fazer o bem.

Foi pela primeira vez a um “trabalho prático” para pedir assistência dos Espíritos a um obsediado. Levava-o o desejo do bem, não a curiosidade. Ninguém, entretanto, foi para a linha de frente com tão grande convicção.

ABREU. Canuto. *Bezerra de Menezes*, Subsídios para a História do Espiritismo no Brasil até o ano de 1895.

“A hora vazia é sempre espaço mental perigoso. Oferece-a ao teu próximo, a alguma sociedade ou agremiação que se dedique à benemerência, à construção de vidas.”

Fonte: FRANCO, Divaldo P. – Espírito Joanna de Ângelis – *Vida feliz* – cap. LXXXV



Expediente

Associação Espírita de Maringá - AMEM | Avenida Paissandu, nº 1156 - Maringá-PR - CEP 87050-140

Tel.: 44 3227-4281 / 44 99950-4664 - www.amemmaringa.org.br | Publicação trimestral sem fins lucrativos para divulgação da Doutrina Espírita.

Jornalista Responsável: Ana Flávia Sípoli Cól | **Equipe Editorial:** Abigail Ivone F. Csucsuly, Danilo Arruda da Luz, Dejair Baptista de Paula Jr., Erasmo Renesto, Lannes Boljevac Csucsuly, Vania Baggio Luz | **Revisão:** Jeanette De Cnop | **Colaboração:** Ana Cristina Duarte Ivantes, Juliana Sípoli Cól e Renata Correa Pascotto | **Diagramação e Projeto gráfico:** Atilio Cropolato Castanho





Marcelo Seneda

A disciplina é a única forma de evoluirmos espiritualmente

Diante do grande volume de informações e atividades da sociedade contemporânea, o palestrante Marcelo Seneda, do Movimento Espírita de Londrina, falou sobre a importância da disciplina como hábito fundamental à vida saudável. Veja os principais trechos da entrevista concedida ao programa “O Espiritismo Responde”.

ER: A disciplina compromete a nossa liberdade?

MS: Quando era mais jovem, ouvi uma frase que me pareceu contraditória: “o preço da liberdade é a eterna disciplina”, mas esta é realmente a realidade. O desorganizado com o tempo sempre fica refém ou do trânsito ou da tolerância das pessoas, por exemplo. Se estivermos com a nossa vida organizada, com nossos planejamentos estabelecidos, poderemos, eventualmente, mudar para um caminho ou outro, mas isso ocorrerá de forma equilibrada e segura.

ER: Poderia citar um exemplo prático que ilustre a importância da disciplina em nossas vidas?

MS: Quando Chico Xavier começou seu trabalho na área da mediunidade, Emmanuel, seu mentor, perguntou se ele estava disposto para aquela grande tarefa designada a ambos. Diante da afirmativa de Chico, Emmanuel disse que tinha três condições muito sérias: disciplina, disciplina, disciplina. Diante da extensão magnífica da tarefa do Chico e da elevação espiritual de Emmanuel, se esse foi o único pedido que ele fez ao Chico para que pudesse haver o comprometimento de ambos para a tarefa, é muito fácil constatarmos o quanto a disciplina é fundamental.

ER: Em quais contextos a disciplina deve ser considerada?

MS: Todos os aspectos que compõem a nossa existência devem obedecer à disciplina, à programação. Nas obras espíritas, vemos que todas as atividades, como planos de auxílio, construções, assistências realizadas pelas equipes espirituais são organizadas e planejadas.

ER: Existe uma maneira prática de se desenvolver a disciplina?

MS: A disciplina, como qualquer outra virtude, será conquistada com nosso empenho. Primeiro, reconhecendo a importância e a necessidade de incorporá-la em nosso patrimônio espiritual, e a partir daí buscar adquirir hábitos de pessoas disciplinadas, por exemplo a pontualidade, que é a disciplina de cumprir horários, ou disciplina alimentar. Quanto ao tempo, nas obras dos Espíritos André Luiz e de Emmanuel, não vemos nenhum Espírito superior chegar esbaforido, atrasado para um compromisso. São organizados, serenos, pontuais. Disciplina é hábito a ser adquirido: temos que investir em adquirir pouco a pouco, todos os dias, tal hábito.

ER: É possível ficarmos reféns de uma disciplina exagerada ou até mesmo perdermos a espontaneidade?

MS: É possível, porque tudo reflete nossas limitações. De fato, há pessoas que se algo foge da sua programação ela se inquieta, ela se perturba, e isso reflete falta de confiança na justiça divina, na providência divina. Não podemos considerar que, porque temos a nossa programação, ela seja a melhor que existe. Ela é o compromisso para nosso progresso, mas se algo foge do nosso planejado vamos considerar que possivelmente isso reflete necessidade de um aprendizado que virá crescer na nossa jornada. Se uma pessoa chegou na hora do meu Evangelho no lar, será que os benfeitores não conduziram para que fosse beneficiada pela oração? Se organizamos tudo para uma viagem e um pneu do carro fura, será que aquele pneu furado não evitaria um desconforto maior logo à frente? Então, é isto o que dá leveza: considerar que as adversidades que nos acometem a todos indistintamente podem, muitas vezes, significar oportunidades diferentes que a vida traz para nosso aprendizado e para o daqueles que nos cercam. Ser disciplinado não é ser intransigente. Significa o equilíbrio entre termos os nossos planos, mas acima deles respeitarmos os planos de Deus. Isso é possível pela oração constante, que nos dá essa leveza de não ser aquela pessoa engessada em sua programação, porque aceita que a programação de Deus é superior.

ER: Na proposta de crescimento espiritual em que nos encontramos, como considerar a disciplina?

MS: A disciplina é fundamental para evoluirmos espiritualmente, porque ela se caracteriza pelo comprometimento da nossa mudança de hábitos. O que compõe o

nosso dia? Uma série de hábitos. Nosso hábito alimentar, de diversão, de conversação, nossa maneira de trabalhar. Quando resolvemos adotar a disciplina na nossa conduta, vamos começar a incorporar, por exemplo, a oração. Nós vamos começar a orar mais, porque é da nossa programação fazer oração de manhã, ao meio do dia, à noite, e assim por diante. E, conforme vamos vislumbrando a necessidade de evoluir, nosso linguajar se caracteriza pela disciplina da palavra, dos pensamentos e das atitudes; então, nossa evolução espiritual se dará na medida em que nós nos disciplinarmos. Podemos, a respeito, resgatar o que Jesus nos recomendou: vigiai e orai. E o que é vigilância, senão a proposta da autodisciplina?

ER: A disciplina não pode nos tornar rígidos em excesso?

MS: Temos que ter rigor na disciplina, no nosso aspecto moral. Ao invés de sermos rígidos com nossos semelhantes, com nosso próximo, sejamos tolerantes com eles e rígidos com a nossa moralidade. Mas não podemos também cair no excesso. Por exemplo, traçarmos uma meta moral, traçarmos um planejamento de conduta, e exigir de nós mais do que somos capazes, senão nos sentiremos uma pessoa incapaz, uma pessoa que não tem qualidade, fracassada. É que essa disciplina também tem que considerar nosso atual estágio evolutivo. A disciplina tem que ser uma ferramenta para nos auxiliar no progresso, e, como toda ferramenta, tem que ser bem usada. Se nós erramos, muito bem, vamos retomar as propostas que temos com nossa disciplina. Eu errei, eu tive uma atitude infeliz pela manhã, e hoje à noite é o dia de ir ao estudo na Casa Espírita. Ah, mas o que eu fiz foi indigno, então não vou ao estudo... Pelo contrário, há que se pensar assim: eu realmente errei, mas eu vou porque o meu compromisso é frequentar o estudo, ouvir as palestras, frequentar as obras de caridade e assim por diante. A disciplina precisa vir em nosso auxílio. Como nos diz Paulo: quanto a mim não julgo que haja alcançado a perfeição, mas uma coisa é fato: é que deixando para trás as coisas que ficaram me concentro naquelas que estão diante de mim. Com isso ele nos mostra que sem dúvida nós erramos, mas a nossa disciplina, o nosso compromisso deve ser algo motivador para que a gente siga adiante com as atividades previstas, com as atividades programadas. O arrependimento diante de um erro é saudável, porém o remorso é destruidor. Vamos relembrar os nossos compromissos na Casa Espírita, o Evangelho no lar, as boas leituras, a nossa oração, considerando que essas atividades, se cumpridas com disciplina, serão justamente o corretivo do erro que nós praticamos. Como disse Pedro, o amor cobre uma multidão de pecados, e para exercer o amor nós temos que orar, nos dedicar ao próximo e estudar as boas lições.

O Espiritismo e o convite

A valiando de forma muito superficial, é possível afirmar que nós, seres humanos, não aprendemos as lições relacionadas ao aperfeiçoamento moral como isso deveria ser feito, mesmo podendo contar com o auxílio dos esclarecimentos espíritos.

No campo do intelecto observam-se grandes avanços, o que demonstra que o progresso moral não acompanha o progresso intelectual no mesmo ritmo. É o conhecimento teórico que vai se aprofundando, mas sem a vivência que deveria acompanhá-lo para que as verdadeiras conquistas lancem o homem na direção da conquista da felicidade real.

A presença de atitudes desequilibradas e de hábitos cristalizados, impulsionando-nos à repetição dos erros perniciosos do passado mostram ainda o domínio de nossa natureza moral frágil e imperfeita, confrontando nossa vontade ainda dúbia e vacilante, a qual, na maior parte das vezes, já foi identificada pela consciência como não sendo o certo e o melhor para nós. Alguns afirmam que “querem, mas não conseguem...”

Com certeza aspiramos a ser pessoas moralmente melhores, principalmente quando já conseguimos apreender muito da mensagem que Jesus nos oferece por meio do seu Evangelho à luz do Espiritismo.

Desejando solucionar os problemas exteriores, o homem precisa encontrar o combustível para sua reforma íntima, o que constitui uma construção árdua de estabelecimento de novos valores morais, gerando sua elevação espiritual com a vivência dos postulados cristãos-espíritas.

Como espíritas em esforços constantes para o melhoramento, vamos “bebendo avidamente” os conteúdos do Consolador Prometido, o Evangelho Redivivo no Espiritismo, racionalizando que a reforma íntima exige a vivência do amor, da justiça e a prática da verdadeira caridade.

Poderíamos desanimar nessa caminhada pelo tanto que há por se fazer ainda, assim como pelos desatinos que surgem a todo instante, impondo-nos estímulos e apelos para permanecermos como estamos, parecendo que a humanidade não tem mais conserto, como muitos dizem.

A esse respeito, no entanto, Jesus foi muito assertivo, ao nos concitar a ter sempre “bom ânimo”. Ele nos conhe-

ce profundamente, e nunca nos deixou ou deixará sem assistência. Nos momentos mais difíceis, quando os testemunhos se fazem necessários, muitos são aqueles que, por desejarem o bem, são chamados para dar seus exemplos e liderarem as transformações nas sociedades.

Entre nós, eles nos convidarão a formarmos uma comunidade de voluntários no serviço do bem, do justo e do belo. Em todas as áreas da sociedade, serão aqueles que colocam suas forças e potências construtivas em favor de irmãos que nem conhecem, mas que precisam de auxílio para progredir. Nós os encontraremos na área da saúde esforçando-se por encontrar novos caminhos em pesquisas para os tratamentos médicos serem mais eficazes e acessíveis aos que têm menos recursos para se tratarem; na justiça, serão aqueles que buscam incansavelmente fazer prevalecer os direitos de todos e o respeito às leis que regem a sociedade, não se descurando na vigilância pelo aperfeiçoamento das leis que porventura ainda não representem a justiça em seu grau máximo; enfim, em todos os campos da ciência os encontraremos ativos.

Mas, apesar desses, Jesus espera que todos os convidados para o novo tempo de regeneração do planeta contribuam fazendo a parte que lhes compete nesse processo transformador, e nós, espíritas, nos encontramos nas fileiras dos que Ele convidou a participar da Sua seara de amor incondicional.

Reconhecer na Doutrina o roteiro seguro para esse trabalho, lembrando a luminífera mensagem do Sermão do Monte com suas bem-aventuranças, já é o início de uma jornada de conquistas e méritos para os que desejam se tornar verdadeiros obreiros do Senhor. O Espiritismo traz uma síntese do mais importante conhecimento que nós podemos alcançar, tornando-se vigoroso antídoto para iluminar as sombras que representam a inferioridade do Espírito e que ainda se apresentam em nosso mundo mais íntimo.

Faz-se necessário um grande esforço para que o aprendizado da Doutrina não fique apenas como crença, ou mesmo que o intercâmbio entre os dois mundos, com

os consequentes fenômenos, não seja apenas uma convicção em nós.

É preciso que as lições que os Espíritos Superiores trouxeram saiam do campo teórico e se fixem no campo prático, modificando-nos, renovando e libertando-nos dos hábitos que nos prendem ao nosso passado delituoso. A vivência se torna a grande prova a ser vencida.

Bem refletidas, essas lições nos apresentam as verdadeiras virtudes que o Espírito precisa almejar em detrimento dos vícios morais nos quais se regozija.

Reconhecer vícios como orgulho, egoísmo, intolerância, arrogância e tantos outros ainda vivos e em intensidade variada em nós é o primeiro passo, antecedendo o seguinte, que será o uso da nossa potência da alma, a vontade, para transformar esses vícios em virtudes vivenciadas em nosso dia a dia na sociedade e em família. Esse reconhecimento passa a ser uma das mais importantes consequências para os que abraçamos o ideal espírita com profunda sinceridade e ardor.

Perseveremos mais nas reflexões sérias e profundas sobre o conhecimento espírita e reforçemos nossa vivência de tal forma que tudo isso nos mostre quem somos verdadeiramente, e quais as sombras ainda presentes em nós; oremos ao Pai e ao Mestre rogando forças para mantermos nosso ânimo, e trabalhemos no máximo de nossas forças em prol dos que sofrem, tanto as dores da carne quanto as do Espírito, aprendendo o verdadeiro sentido e o valor da caridade, o maior exemplo do amor em ação. Procuremos nos engajar com disposição e felicidade nas atividades de estudos e ações sociais que as instituições espíritas oferecem.

Os Espíritos amigos e Superiores que nos assistem reconhecem que são muitas as dificuldades para a nossa transformação moral no momento evolutivo no qual nos encontramos. Eles são pacientes conosco, seus tutelados, e aguardam que um esforço sincero e continuado de nossa parte se concretize mais à frente, desejando que não repitamos as ações passadas nas quais malbaratamos as lições do Cristo e desanimamos no sentido do progresso moral.

Dignifiquemos o convite, e ainda mais o trabalho que Jesus nos oportuniza como Obreiros na Sua Seara!



Tenho fé na vida. Suicídio, não!



Um dos maiores presentes, senão o maior, que todos nós encarnados na Terra recebemos de nosso Criador é a existência no corpo físico. É uma grande bênção, que deve ser aproveitada da melhor forma possível enquanto estivermos encarnados. Devemos fazer o que for mais saudável para preservá-lo, preparando-o para servir de domicílio ao Espírito pelo período que aprouver a Deus. No entanto, muitos de nós ainda cometemos erros muito graves contra ele, tirando tempo importante de vivência na Terra por meio do suicídio, direta ou indiretamente.

Suicídio direto é quando se atenta contra o corpo físico tentando matá-lo. Isso pode ser intencional, ou seja, premeditado, ou pode ser por desespero, em um impulso. Suicídio indireto resulta de hábitos e comportamentos viciosos que lesam a saúde física ou psíquica, ou ambas as situações.

As causas que podem levar o ser humano ao suicídio direto são várias, tais como: *materialismo severo, solidão, depressão, enfermidades incuráveis, violência, maus-tratos, abusos de todo tipo, pobreza extrema, fanatismo religioso, negligência e abandono familiar, perdas afetivas, alcoolismo, drogadição, distúrbios mentais, desesperança, obsessão de Espíritos*. Porém, a causa mais profunda está na ignorância das Leis Divinas, principalmente a falta de conhecimento sobre a Justiça e a Misericórdia Divina.¹

Em relação ao suicídio indireto a questão é mais sutil, porque muitos de nós recebemos incentivos de várias formas para focarmos no nosso prazer material momentâneo, sem nos preocuparmos com suas consequências, ou seja, se estamos lesando ou não nossa saúde física ou psíquica. Alguns exemplos que podemos citar como causas de suicídio indireto: excesso na alimentação, boemia, irritação, ódio, sofreguidão, ansiedade, bebidas alcoólicas, drogadição, pessimismo, acesso a conteúdo vicioso de vídeos em geral, e tantos outros pontos que prejudicam nosso corpo físico, e que acabam por tirar tempo da existência no planeta.

A obsessão também pode levar alguém ao suicídio. Trata-se da *ação persistente que um Espírito mau exerce sobre um indivíduo, por meio de caracteres muito diversos, desde a simples influência moral, sem perceptíveis sinais exteriores,*

até a perturbação completa do organismo e das faculdades mentais. Cabe ao indivíduo encarnado agir com prudência e deixar os vícios, para prevenir-se ou curar-se da obsessão.

Quanto às consequências do suicídio, em *O Livro dos Espíritos*, na questão 957, os Espíritos Superiores explicam que *muito diversas são as consequências do suicídio. Não há penas determinadas, e em todos os casos correspondem sempre às causas que o produziram. Há, porém, uma consequência a que o suicida não pode escapar: é o desapontamento*.

Esse é um aspecto que deve chamar a atenção. O suicida busca fugir da vida, mas não conseguirá isso, pois o Espírito é imortal. Ele apenas levará para o mundo espiritual a sua desdita, muitas vezes potencializada pelo ato insano. Permanecer no corpo físico, lutando e trabalhando, é a solução para o progresso.

Os Espíritos dizem ainda que a sorte não é a mesma para todos; tudo depende das circunstâncias. Alguns expiam a falta imediatamente e outros em nova existência, que será pior do que aquela cujo curso interromperam.

E Allan Kardec, em nota a essa questão, ensina que o Espírito do suicida continua com forte vínculo com seu corpo físico, de modo que alguns chegam a ver sua decomposição, e ficam por um período em forte perturbação espiritual. Mais tarde terão novas existências na Terra, com corpos físicos de acordo com as lesões que o autocídio lhes causou na anterior existência.

Contudo, o Espiritismo traz um grande consolo ao suicida e a todos os seus familiares, ao ensinar que não existem penas eternas. Logo, independentemente das consequências que criaram para si mesmos por essa má escolha, continuam sendo amparados por Deus, que nos ama infinitamente a todos. Assim, poderão expiar e reparar esse erro ao longo de suas próximas reencarnações. O Espírito de Maria Santíssima, que foi mãe de Jesus na Terra, é responsável por auxiliar, com seu grande amor, os nossos irmãos que tiraram suas vidas antes do tempo demarcado por Deus.

Nos dias atuais, podemos nos perguntar: “o que fazer para diminuir a incidência desse ato?”. E a resposta a essa questão é: *Conscientizar as criaturas a respeito das consequências do ato no Além-Túmulo, das dores que maceram os familiares e do ultraje às Leis Divinas. Tal é o método salutar para diminuir a incidência dessa solução insolvável. Dialogar com bondade e paciência com as pessoas que têm propensão para o suicídio; sugerir-lhes dar-se um pouco mais de tempo, enquanto o problema altera a sua configuração; evitar oferecer bases ilusórias para esperanças fugazes que o tempo desmancha; estimular a valorização pessoal; acender uma luz no túnel do seu desespero, entre outros recursos, constitui terapia preventiva que se fortalecerá no exercício da oração, das leituras otimistas, espirituais, nos passes e no uso da água fluidificada*.

Aquele que tenta o suicídio e não o vê consumado é candidato natural à recidiva, que culmina tão logo se lhe apresenta o móvel desencadeador do desejo... (...)

*O homem é, na verdade, a mais alta realização do pensamento divino na Terra, caminhando para a glória total, mediante as lutas e os sacrifícios do dia a dia.*²

¹ Livro 5. <http://www.febnet.org.br/wp-content/uploads/2012/11/Livreto-Suicidio.pdf> ...pág. 5

² FRANCO, Divaldo Pereira. Espírito Manoel P. Miranda – *Temas da vida e da morte*. cap. 1.

A gatinha

Era um menino muito quieto. Tímido, calado... Tinha uma gatinha de estimação por companhia de todos os dias. Era uma gatinha vira-lata, que gostava muito do seu dono. Bastava o menino apontar na esquina e ela, estivesse onde estivesse, disparava para casa, a esperá-lo. Era um caso feliz de amizade entre um ser humano e um pequeno animal.



Mas eis que um dia a mãe do menino adoeceu. Era uma doença grave, dessas que exigem tratamento severo, muitos e redobrados cuidados. Por orientação médica a gatinha não pôde mais permanecer na residência.

O menino resistiu, resistiu... Pensava em alguma solução para o dilema. No fundo da casa havia um quartinho. Ele resolveu deixar a gatinha por lá, então. Ela ali ficaria presa.

Ocorre que o tratamento médico da genitora foi se alongando, prorrogando no tempo... E os gatos, como muitos sabem, são animais que prezam muito a liberdade...

A cada vez que o menino ia ao velho quartinho, no fundo da casa, levar comida ou água para a gatinha, via-a, rostinho posto na janela, patinha encostada no vidro... Ouvir-lhe o miado triste doía no coração.

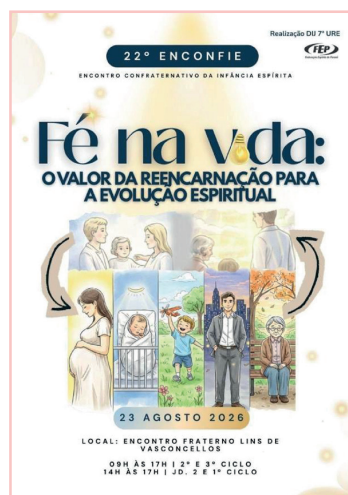


Ele então decidiu: conquanto não tivesse, ele mesmo, coragem para fazê-lo, pediu ao pai que a doasse para alguém. Recomendou que procurasse alguém que pudesse amá-la, alguém que gostasse de bichinhos, que fosse cuidar dela como ele mesmo cuidara, durante tanto tempo... e que a levasse embora.

No dia em que o pai partiu com a gatinha dentro da gaiola, pois havia encontrado um novo lar para ela, o menino não quis ver, nem ouvir. Apenas soube, a partir daquele dia, que amar é também, muitas vezes, libertar. Significa dar a liberdade para quem amamos, porque amor não rima nunca com prisão. Assim, quem amamos poderá ser feliz, mesmo que longe da gente. E isso é o que importa!

FONTE: 52 Lições Inesquecíveis, Mendes, Patrícia Carvalho Saraiva – *A Gatinha*. Curitiba: Federação Espírita do Paraná- FEP, 2024.

22º Encontro Confraternativo da Infância Espírita (ENCONFIE)



No dia 23/08/2026, nas dependências do Encontro Fraterno Lins de Vasconcellos, acontecerá o 22º ENCONFIE. Este encontro, promovido pelo DIJ da 7ª URE, tem por objetivo trabalhar com crianças de 5 a 12 anos das casas espíritas da 7ª URE, no seguinte sentido:

Congregar os evangelizando espíritas da Infância em torno de estudo e de reflexão doutrinária que lhes proporcionem equilíbrio e paz.

Promover a Unificação e a inserção da criança no Movimento Espírita do Estado do Paraná, em sua URE.

Propiciar o trabalho, a união e a unificação dos evangelizadores da 7ª URE e de demais participantes do evento.

O tema escolhido em reunião do DIJ paralela ao Conselho Regional Espírita (CRE) foi "Fé na vida: o valor da reencarnação para a evolução espiritual".

Os evangelizadores das Casas Espíritas da 7ª URE estão preparando atividades com muito carinho para atender às crianças, divididas em ciclos de acordo com a faixa etária, num dia de estudo e confraternização.

Tema norteador 2026

Neste ano de 2026, dentre as atividades desenvolvidas pelo DIJ da 7ª URE foram oferecidos encontros para refletir sobre as estratégias adotadas para trabalhar o tema norteador nas aulas da evangelização espírita infanto-juvenil nos ciclos.

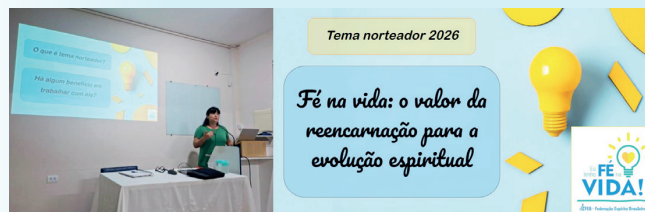
Após um primeiro encontro sobre o tema norteador "Fé na vida: o valor da reencarnação para a evolução espiritual!", realizado nos dias 13 e 14/12/25, sob a coordenação pedagógica da trabalhadora Aline Roland de Jesus, foram planejadas oficinas para o acompanhamento do trabalho realizado pelos ciclos.

Pensando num melhor aproveitamento do compartilhamento de ideias, os evangelizadores dos ciclos com idades mais próximas foram agrupados em diferentes datas.

Cronograma das oficinas no 2º semestre:
18/10/26 - 2ª Oficina de acompanhamento (Infância até 2º Ciclo)
25/10/26 - 2ª Oficina de acompanhamento (3º Ciclo e Juventudes 1, 2 e 3)

Os encontros acontecerão aos domingos, das 15h às 18h, pela plataforma Google Meet.

Os inscritos poderão participar de todos os encontros, inclusive daqueles que não correspondem ao seu ciclo.



Curso de motivação para a tarefa da evangelização das Casas Espíritas da 7ª URE

No dia 19 de julho de 2026, os evangelizadores que já concluíram o curso de formação "Evangelizadores do DIJ da 7ª URE" e estejam vinculados à tarefa e a grupos de estudos em Centro Espírita poderão participar de um Seminário de qualificação continuada coordenado pela trabalhadora do Rio Grande do Sul, Sandra Della Pola. O encontro será virtual, pela Plataforma Google Meet, das 15h30min às 17h30min.



2ª Prévia da juventude

Como atividades preparatórias para o ENJUVESP 2027, que homenageará os 170 anos de *O Livro dos Espíritos*: o despertar da consciência para a transformação moral do jovem, a Inter-Regional Noroeste promoverá a segunda prévia da juventude de forma presencial no dia 24/10/26. O evento, que será sediado pela 7ª URE (Maringá), terá como coordenação doutrinária Cristiane Sato e Juliana Sípoli Col, sob o tema: "A terceira revelação e o despertar da consciência". Para a participação no ENJUVESP é preciso ter participado ao menos de uma das prévias.



9º Encontro de jovens da 7ª URE

Nos dias 6 e 7/06/26, jovens entre 13 e 21 anos que frequentam a juventude das casas espíritas da 7ª URE participaram do 9º Encontro de Juventudes Espíritas, nas dependências do Encontro Fraterno Lins de Vasconcellos, em Maringá. O evento, que tem sido promovido anualmente pelo DIJ da 7ª URE, teve coordenação doutrinária das trabalhadoras Ana Flávia Sípoli Col e Cristiane Harumi Sato.

O tema trabalhado com os jovens foi em homenagem à campanha da FEB de valorização da vida, é "Amor à Vida - 70 anos de *Memórias de um suicida*".



Jornada Espírita - 2026

Neste ano, entre os dias 12 e 20 de setembro, a União Regional Espírita - URE 7ª Região realizará a 21ª edição da Jornada Espírita. As palestras serão realizadas na Associação Espírita de Maringá (AMEM), na Av. Paissandu 1156, Vila Operária. O evento contará com a participação de: José Raul Teixeira e Hélio Ribeiro (Niterói/RJ); Adriano Lino Greca (Curitiba/PR); Luís Maurício Rezende (Ponta Grossa/PR); Eulália Bueno (Santos/SP); Maria Helena Marcon (Curitiba/PR) e Marcelo Castro Anátocles da Silva Ferreira (Niterói/RJ). Vamos participar!



Inter-Regional Noroeste 2026

1º | AGO
14h30 às 18h30
MARINGÁ

O Trabalhador da Seara de Jesus

Ditosos serão os que houverem trabalhado no campo do Senhor, com desinteresse e sem outro móvel, senão a caridade!
O Espírito de Verdade
O Evangelho segundo o Espiritismo, cap. XX, item 5.

INFORME-SE COM SUA URE

7ª URE	8ª URE	9ª URE	11ª URE
Rubens Marcon Maringá 44-99103-2320	Eliana Batista Teixeira Meurer Paranavai 44-99971-1964	Carlos Alberto Françolin Umuarama 44-99976-3646	Edemilson Luiz Siqueira Campo Mourão 44-99888-8942

LOCAL
Encontro Fraterno Lins de Vasconcellos
Av. Franklin Delano Roosevelt, 5485
Conjunto Guaiaçapó - Maringá/PR

FEP
Federação Espírita do Paraná
feparana.com.br
@canafep
41 3223.6174

Inter-Regional Noroeste

A Inter-Regional Noroeste, composta pelas Uniãos Regionais Espíritas 7ª, 8ª, 9ª e 11ª Regiões será realizada em Maringá, sede da 7ª URE, no dia 01 de agosto de 2026, das 14h30 às 18h30.

Esse evento reúne a diretoria executiva e coordenadorias da Federação Espírita do Paraná (FEP), mais os trabalhadores das atividades desenvolvidas nos Centros Espíritas das respectivas regiões, com a finalidade de tratar de assuntos de cunho doutrinário, administrativo, e também é uma oportunidade de confraternização.

Aniversário FEP - 24 de agosto

A Federação Espírita do Paraná (FEP) comemora seu aniversário de fundação, que se deu em 24 de agosto de 1902, com uma programação especial focada em palestras, atividades da evangelização infanto-juvenil. As celebrações incluem eventos presenciais na sede histórica e no Teatro da FEP, com destaque para a participação da juventude e de cursos de qualificação. Para ter acesso à agenda das atividades podemos buscar o site oficial da FEP ou suas redes sociais.

Curso de Qualificação de Dirigentes Espíritas

Promovido pela Associação Espírita de Maringá (AMEM) e com a coordenação doutrinária de Ana Flávia Sípoli Col, está em andamento o Curso de Qualificação de Dirigentes Espíritas, do qual participam também frequentadores de outras Casas Espíritas da União Regional Espírita - 7ª Região.

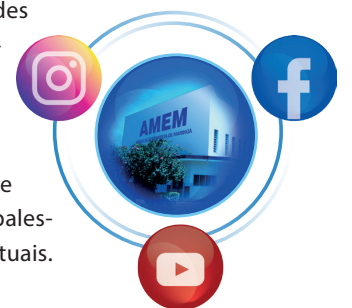


Curso de Qualificação do Trabalhador Espírita - CQTE

Com o objetivo de auxiliar o trabalhador espírita no desempenho de suas tarefas na Casa Espírita, continua acontecendo a 2ª fase do Curso de Qualificação do Trabalhador Espírita - CQTE, promovido pela Federação Espírita do Paraná (FEP) por meio da 7ª União Regional Espírita (7ª URE), com sede em Maringá. Após essa fase, o participante poderá optar por uma qualificação específica, conforme seu interesse de trabalho no Centro Espírita em que participa. Importante adicionar que, após a finalização dessa edição do Curso, outros serão oferecidos.

AMEM nas mídias sociais

Você sabia que a AMEM está nas mídias sociais? No Instagram, no Facebook e no YouTube você fica sabendo da programação de palestras, divulgação de eventos da AMEM e do Recanto Espírita Somos Todos Irmãos - Resti, e da Federação Espírita do Paraná. Terá disponível mensagens espíritas diárias e trechos de palestras com direcionamento para o conteúdo completo no YouTube, divulgação de atividades como Evangelho no lar, evangelização infantojuvenil, atendimento fraterno, divulgação de livros espíritas, sugestões de leitura e campanhas solidárias. Podemos observar um aumento considerável de seguidores nas redes sociais da nossa casa. Pessoas de todo o país estão compartilhando e comentando as postagens, principalmente os vídeos das palestras. Ainda dispomos de um site com informações mais pontuais. Seja também um seguidor das nossas mídias sociais.



ESTUDOS DOUTRINÁRIOS

Reencarnação: Lei Divina para o progresso

166. Como pode a alma, que não alcançou a perfeição durante a vida corpórea, acabar de depurar-se?
“Sofrendo a prova de uma nova existência.”

a) Como realiza essa nova existência?...
“...necessária lhe é a prova da vida corporal.”

b) A alma passa então por muitas existências corporais?
“Sim, todos contamos muitas existências...”

No cemitério Père-Lachaise, em Paris, um dos túmulos se destaca pela enorme quantidade de flores nele depositadas durante o ano todo. Nessa sepultura, pode-se ler a frase: “Nascer viver morrer, renascer ainda e progredir sempre, tal é a lei”.

Ali estão os despojos de Hippolyte Léon Denizard Rivail, mais conhecido pelo pseudônimo Allan Kardec. A frase que demarcou o sepultamento de seu corpo sintetiza um dos princípios fundamentais da Doutrina Espírita.

Sendo uma lei da Natureza, esse princípio, que é um fato da vida do Espírito imortal, sempre existiu, e é conhecido desde a antiguidade com a nomenclatura grega palíngenesia, também chamada de pluralidade das existências ou reencarnação.

Ao compreender a existência e a imortalidade dos Espíritos, na segunda parte de *O Livro dos Espíritos* Allan Kardec identificou que os Espíritos estão em diversos níveis evolutivos, ou diferentes ordens, mais tarde didaticamente subclassificadas por ele, na escala espírita, em dez categorias, apresentadas do item 100 ao 113 da obra, desde os impuros até os puros Espíritos.

A partir dos estudos e das manifestações dos Espíritos, Allan Kardec compreendeu que esses diferentes níveis intelectuais e morais dos Espíritos decorrem de escolhas que eles fazem, uma vez que são todos criados simples e ignorantes mas fadados ao progresso, até alcançarem a perfeição relativa, aquela alcançável pela criatura humana.

Compreendeu que, embora a condição normal do Espírito seja a do mundo espiritual (sem o corpo físico), a vida corporal é necessária para seu progresso, e ao se dar conta de que uma só existência seria insuficiente para alcançar a perfeição intelecto-moral possível concluiu que, sendo Deus justo e bom e tendo-nos criado destinados ao progresso, precisaria nos dotar de meios para o alcançarmos, para corrigirmos equívocos e ampliarmos nossas

condições intelectuais, e assim melhorarmos nosso sentimento e nossa conduta.

A reencarnação é, pois, expressão da justiça e da bondade de Deus: todos progredirão, mas com os próprios esforços, por meio de provas e expiações, sendo o mergulho na matéria, a existência corporal, etapa de fixação de aprendizados ou matrizes que definirão seu destino.

Isso explica o porquê da multiplicidade de condições humanas: intelectuais, de saúde e de doença, disparidades socioeconômicas, relações de simpatia e antipatia na família e com desconhecidos e tantas outras diferenças, que, considerando-se somente uma existência no corpo físico, nem sempre poderiam ser explicáveis.

Essa variedade de condições não ocorre por privilégio ou desprestígio de Deus, mas se refere à colheita de sementeira anterior que nós mesmos fizemos, a constituir também o plantio para a ceifa futura.

O problema do ser, do destino e da dor assim se explica claramente, e passamos então a compreender nossa condição atual como efeito de escolhas anteriores. Nossas reações frente o que colhemos hoje serão a base de consequências no amanhã, o que gera um senso de responsabilidade mas também de potencialidade: somos os artífices de nossa própria vida.

Alguns poderiam imaginar que a ideia da reencarnação possa levar a procrastinar, por saber que teremos uma renovada oportunidade. Mas, assim como o trabalho acumulado gera transtornos depois, também não podemos perder a oportunidade com dilações, pois, mesmo que existam novas chances, cada uma delas é única e singular, e não podem ser desperdiçadas, até porque não sabemos como serão as oportunidades futuras.

Tudo isso é um estímulo para a reflexão sobre como temos aproveitado o tempo e a existência presente, e o que estamos produzindo para o amanhã. A reencarnação também nos consola e nos dá esperança pela possibilidade de reencontrarmos e convivermos de novo com nossos afetos. Além disso, ela nos permite a chance de retificarmos desafeições em reencontros educativos, e suscita a gratidão por sabermos que não estaremos condenados eternamente por eventuais erros pontuais. Deus, que é justo e bom, deu a todos a chance de progredir e alcançar a almejada felicidade verdadeira, a partir do mérito e do esforço pessoal.

SUGESTÃO DE LIVRO

CRISTO E PAZ

É uma obra psicografada por Raul Teixeira, ditada pelo Espírito Hans Swigg. Focado em trabalhadores da mediunidade, aborda a prática mediúnica como uma missão de amor e responsabilidade, exigindo ética, estudo e sintonização com Jesus, com inspiração em *O Livro dos Médiuns*. O livro é direcionado aos médiuns, espíritas e estudiosos, funcionando como um guia para a prática consciente. Hans Swigg ressalta a importância de se alinhar a mediunidade com os princípios morais cristãos, transformando-a em uma ferramenta de evolução. A obra destaca a necessidade de preparo contínuo, estudo sério e conduta ética na mediunidade. O Espírito Hans Swigg traz mensagens focadas na responsabilidade do médium em ser um canal de luz. A obra é lançada pela Editora Fráter Livros Espíritas. Esta obra, escrita em 2026, reafirma o compromisso com o bem e o estudo do Espiritismo, visando à transformação individual e coletiva dos seres humanos.



AOS ESPÍRITAS

A presente obra, organizada por Álvaro Chrispino, oferece-nos uma coletânea de mensagens ditadas por diversos Espíritos a Divaldo Pereira Franco, entre os quais destacamos Dr. Bezerra de Menezes, Vianna de Carvalho, entre outros. Trata-se de uma coletânea de mensagens que abordam essencialmente aspectos importantes do Movimento Espírita, sua unificação e o papel do espírita nessa difícil tarefa de grande relevância. A partir de sua leitura, passamos a entender melhor como se organiza o Movimento Espírita, qual a sua finalidade, como se relaciona com a sua origem, quais as suas falhas e como corrigi-las; enfim, suas características e fases que merecem a atenção de todos nós espíritas, em especial dos dirigentes das instituições que atuam na seara do Consolador.



PALAVRA AOS ESPÍRITAS

O Movimento Espírita brasileiro, formado por aqueles que trabalham na difusão do pensamento espírita, tem crescido nas últimas décadas. Esse fato traz a necessidade de que tal atividade se transforme em objeto de estudo dos espíritas, a fim de que, melhor entendida, possa cumprir suas reais finalidades na divulgação do Evangelho de Jesus sob a ótica espírita. Esta obra temática reúne 44 mensagens selecionadas sobre o Movimento Espírita, contidas em diversos livros publicados pela FEB, bem como na revista Reformador. Essas mensagens permitem um melhor entendimento do Movimento Espírita em geral, e enfatizam como cada um de nós pode e deve contribuir especificamente para a divulgação e a expansão do Espiritismo. Muitas das mensagens que compõem esta obra são de antigos trabalhadores espíritas, que voltam para nos esclarecer sobre o que fazemos no exercício da divulgação doutrinária. Lidas em conjunto, essas mensagens oferecem uma visão especial sobre o tema e facultam uma melhor formação do trabalhador espírita.



PROGRAMAÇÃO DA AMEM

AMEM - Av. Paissandu, 1156 - Maringá/PR - (44) 3227-4281 - (44) 99950-4664

Palestras públicas e atendimento fraterno - 2ª, 3ª, 4ª e 5ª feiras, às 20h | 3ª e 5ª feiras, às 15h | Domingo, às 9h30

Juventude espírita - Sábado, às 18h

Evangelização infantil - Domingo, às 9h

Estudos da Doutrina Espírita - 2ª, 3ª e 4ª feiras, às 20h | 3ª e 5ª feiras, às 15h | Sábado, às 18h | Domingo, às 9h

Exposição do Evangelho na Penitenciária - 4ª feira, às 14h

ATIVIDADES NO RESTI - Recanto Espírita Somos Todos Irmãos

RESTI - R. José Moreno Junior, 725 - Jd. Aclimação - (44) 3028-1755

Desam - 4ª feira, às 19h30

Posto de Assistência Jerônimo Mendonça - Sábado, às 14h

Estudos da Doutrina Espírita - Sábado, às 17h