



SEARA ESPÍRITA



Seara TV



Site GESM

## Em torno da prece

Pâmela Martins Dorneles

### Viva Melhor

#### Única Medida

A carteira de identidade presta informações de sua pessoa humana.

O calendário fala de sua idade física.

O relógio marca o seu tempo.

O metro especifica as dimensões do seu corpo.

A altitude revela a sua localização transitória sobre o nível do oceano.

A tinta grava as suas impressões digitais.

O trabalho demonstra a sua vocação.

A radiografia faculta o exame dos seus órgãos.

O eletrocardiógrafo determina as oscilações do seu músculo cardíaco.

Todos os seus estados e condições, realizações e necessidades podem ser definidos por máquinas, engenhos, instrumentos, aparelhos, laboratórios e fichários da Terra, entretanto, não se esqueça você, de que o serviço ao próximo é a única medida que fornece exata notícia do seu merecimento espiritual.

XAVIER, Francisco C. **Ideal Espírita.** Pelo Espírito André Luiz.p.81

A prece é fundamental em nossas vidas. A prece diária alimenta e renova a alma, a fé e a esperança. Conecta-nos ao Criador e nos vincula aos Amigos Espirituais. Independentemente de estarmos pedindo, louvando ou agradecendo, sempre nossas preces são ouvidas e atendidas na ocasião de urgência, merecimento ou necessidade.

O espírita entende, segundo o que o codificador aponta<sup>1</sup>, **que a principal qualidade da prece é ser clara, simples e concisa (...), e não necessita de modelos ou fórmulas.**

A prece deve ser falada com o sentimento e sentida com o coração. Deve fazer o cristão refletir sobre a sua ínfima condição diante de Deus e rogar para que compreenda a Sua bondade e a Sua misericórdia para consigo e a Humanidade.

Uma das condições essenciais da prece, segundo São Paulo é o de ser inteligível, para que possa tocar o nosso Espírito. Resignar-se diante dos desígnios de Deus e glorificar a vida e a bendita oportunidade de servir e amar são deveres de todo cristão e posturas fundamentais para compreender melhor a vida e o que nos ocorre.

Segundo o Espírito André Luiz<sup>2</sup>, **a prece, qualquer que ela seja, é ação provocando a reação que lhe corresponde.** Cada prece é ouvida e sentida na mesma vibração que é emitida, e os Bons Amigos Espirituais auxiliam sempre. Basta que tenhamos fé, e façamos a prece com o coração e o sentimento.

Jesus nos ensinou uma prece e através dela percebemos os “ingredientes” indispensáveis para que nos liguemos ao Pai. Em muitas ocasiões, Jesus se afastava da turba para orar em silêncio a Deus e ficar em meditação. Nessas oportunidades, recebia do Pai grandes conselhos e orientações. O mesmo ocorre conosco quando conectados a Jesus por meio da prece. Recebemos dos Amigos Espirituais conselhos úteis, bem como alimentamos a fé, a esperança, a caridade, a bondade e a determinação para vencer e superar desafios.

Outro grande recurso que temos à nossa disposição é o de realizarmos o Evangelho no Lar, ou seja, de escolhermos um dia e horário da semana para convidarmos Jesus para estar conosco, abençoando nosso lar. Procure informações em sua Casa Espírita a respeito e ilumine-se com essa proposta.

A prece nos protege e nos sustenta. Não podemos esquecer desse recurso incomparável de contato com o Mundo Invisível. Devemos utilizá-lo da melhor forma possível, como instrumento que nos une a Deus e nos torna pessoas mais gratas à vida e às oportunidades de crescimento moral e espiritual. Façamos preces diárias e aproveitemos as oportunidades que a vida nos dá para sermos melhores a cada dia.

<sup>1</sup>KARDEC, Allan. **O Evangelho segundo o Espiritismo.** Brasília: FEB, 2013 cap. XXVIII.

<sup>2</sup>XAVIER, Francisco C. **Entre a Terra e o Céu.** Pelo Espírito André Luiz. Rio de Janeiro: FEB, 2012.



## Palavras mágicas

Claudia Schmidt

Elisa queria que as férias chegassem logo, pois ela iria visitar sua prima Antônia na fazenda. No dia em que, finalmente, sua tia chegou para buscá-la, a menina esqueceu de se despedir dos pais, tamanha era a pressa em viajar.

Quando chegaram à fazenda, Antônia percebeu que Elisa não disse “boa tarde” para tio Eugênio e para as pessoas que trabalhavam no local.

Os dias foram passando entre brincadeiras, passeios a cavalo e banhos no rio. Mas uma coisa estava deixando Antônia curiosa: Elisa nunca dizia as palavrinhas mágicas “por favor”, para pedir algo e “obrigada” quando recebia algum favor. Além disso, quando Elisa fazia algo errado, ela nunca dizia “me desculpe” e Antônia nunca ouvia a prima dizer “com licença” quando entrava no seu quarto ou quando precisava interromper os adultos que estavam conversando.

Percebendo que Elisa não conhecia as palavras mágicas, que são sinal de boa educação, tia Augusta e Antônia elaboraram um plano: distribuíram por toda a casa bilhetinhos coloridos, com situações em que as palavras mágicas devem ser usadas.

Assim, na cozinha havia bilhetes dizendo:

"Por favor, alcance o açúcar."

"Desculpe, eu me atrasei para o almoço."

"Obrigada por fazer a minha sobremesa favorita."

Na sala, os bilhetinhos diziam:

"Por favor, me alcance a almofada."

"Obrigada por me contar uma história."

"Desculpe por ter pisado no seu pé."

E no quarto de Antônia:

"Obrigada por me emprestar o livro."

"Desculpe se magoei você."

"Por favor, você pode me emprestar aquele brinquedo?"

Quando Elisa viu todos aqueles bilhetes espalhados pela casa, achou engraçado... Sua prima explicou que era uma maneira nova para que ela e todas as pessoas da casa aprendessem a usar as palavras mágicas.

- Palavras mágicas? Quais são? Eu não conheço nenhuma! – disse Elisa.

- Por favor, obrigado, com licença, desculpe são as palavras mágicas - ensinou a prima. Observe! Elas estão em todos os bilhetes, para que a gente possa aprender a usar essas palavras em todos os lugares e com todas as pessoas!

E foi assim, com a ajuda da prima e da tia, e com bilhetes coloridos de vários tamanhos, espalhados por toda a casa, que Elisa aprendeu as palavras mágicas, compreendendo que gentileza e boa educação são valores eternos, verdadeiras conquistas da alma.

## Educando os Sentimentos

Organizado por Cláudia Scholl

Amigo leitor!

A cada mês, você é convidado a educar seus sentimentos através de ações práticas, que estimulam a vivenciar os ensinamentos morais do Cristo à luz do Consolador.

Experimente... veja sua vida mudar... para melhor!

Você costuma se irritar com facilidade?

Em caso afirmativo, já pensou por que isso acontece?

Sem uma reflexão mais detida, costumamos dizer que as pessoas são as responsáveis pela nossa irritação, afinal, elas sempre estão onde não deveriam, e na hora errada.

E quando não são as pessoas é a situação em si que nos tira do sério.

Por exemplo: se estamos com pressa, sempre tem muita gente na nossa frente e andando devagar, o que nos faz perder a calma.

Vamos encontrá-las outra vez nas filas dos bancos, supermercados, e até aguardando o passe!

Logo, são elas as grandes culpadas pela nossa impaciência.

E aquela planejada viagem no feriadão até a praia... Saímos da nossa cidade com um céu azul e um sol maravilhoso. Quando faltam alguns quilômetros para chegar à praia, o sol se esconde e as nuvens de chuva se encarregam de roubar a nossa paz.

É que não estávamos preparados para enfrentar uma situação diferente da planejada e isso nos faz ficar irritados.

Se, por acaso, você está nessa lista dos que se irritam por causa dos outros ou das situações, pare e pense um pouco sobre o assunto.

**#Será que são as pessoas que irritam você, ou é você que se permite irritar com as pessoas?**

**#Será que as situações são irritantes ou você está se deixando levar pelas circunstâncias sem se preservar da irritação?**

**#Onde a irritação já te levou?**

Veja a o conselho de Emmanuel, do livro Paz e Luz:

*Na hora da irritação que te ocorra:*

*não grites;*

*não escrevas;*

*não prometas;*

*não te ausentes;*

*não compres;*

*não vendas;*

*não te agites;*

*não opines;*

*não graciejes;*

*e não reclames.*

*Recolhe-te ao silêncio por alguns minutos, e entrega-te à oração, rogando o auxílio da Providência Divina.*

*Sentirás, então, que a crise te haverá deixado e retomarás a normalidade da própria vida, para reger com segurança as próprias decisões.*

Você está achando difícil controlar-se? Então confira o que sugerem os benfeitores na questão 910 de O Livro dos Espíritos: *Pode o homem encontrar nos Espíritos eficaz assistência para superar suas paixões?* Se ele ora a Deus e ao seu bom gênio, com sinceridade, os Espíritos bons lhe virão certamente em auxílio, porque é a sua missão.

Desafio para o mês

Treino da paciência -

Na hora da irritação: silêncio e prece.

## A história mais importante

Cleto brutes

Todos nós conhecemos histórias de personagens que ficaram famosas pelas ações positivas que caracterizaram suas vidas. Cada um dentro de um determinado cenário ou contexto fez algo que mereceu destaque nos registros da humanidade.

Quantos heróis anônimos que dedicaram a vida em benefício de um projeto ou uma causa nobre. Ilustres ou não, essas experiências podem servir de inspiração e exemplo para um grande número de pessoas. Histórias que nos foram contadas, especialmente na infância, pelos pais ou educadores e que influenciaram a nossa vida, pois toda experiência vivida pode ser uma fonte de aprendizado.

Mas, de todas as histórias, há uma que deve merecer maior atenção: é a **nossa história**. É essa que verdadeiramente importa, pois é por ela que iremos responder diante dos tribunais da nossa própria consciência.

Aprendemos com a Doutrina Espírita que essa encarnação é apenas mais um capítulo dessa jornada que se perde no tempo. Os outros personagens que fazem parte desta vida são irmãos de caminhadas, com histórias diferentes, mas que se entrelaçam com a nossa, tendo em vista necessidades de aprendizado, serviço e possíveis resgates. Estamos juntos para fortalecimento dos laços e construção do progresso individual e coletivo.

Por ser importante, primeiramente precisamos conhecer melhor nossa história, mas para isso não necessitamos saber o que fomos ou fizemos nas outras reencarnações, já que somos viajantes de longo tempo e percurso. O que precisa ficar bem claro é o que somos hoje.

Por isso, se quisermos ter êxito, é urgente e imprescindível que busquemos nos conhecer através da auto-observação, analisando o que pensamos, o que sentimos e o que fazemos. Sem desprezar a opinião dos outros, especialmente daqueles que nos estimam menos.

À medida que vamos tomando consciência das imperfeições que ainda carregamos conosco, precisamos ir reformulando o nosso fazer. Desde as pequenas ações até as maiores. Se temos sido egoístas, procuremos ser mais caridosos, humildes se nos percebemos orgulhos. Se identificamos que não estamos utilizando bem o nosso tempo, busquemos um melhor aproveitamento. Assim vamos mudando nosso rumo e acertando o passo em direção a perfeição, que é a nossa meta.

As experiências dos outros servem de exemplo ou alerta, mas cada um deve ter as rédeas sob seu comando, pois somos os únicos responsáveis. Ninguém mais tem o dever de fazer por nós. É certo que ao longo da vida recebemos auxílio de muitas pessoas, mas as decisões e escolhas são de responsabilidade individual.

Por outro lado, como cada um vive uma realidade única, não devemos nos comparar com quem quer que seja. As aparências podem enganar, pois nunca saberemos o que ocorre na intimidade do outro. O único paralelo que podemos estabelecer é em relação à nós mesmos, analisando o quanto estamos melhorando; se progredimos nos últimos anos; que investimentos estamos fazendo no Espírito imortal que somos; será que as nossas ações estão servindo de bons exemplos para os que se relacionam conosco? Pois também seremos responsáveis por aquilo que estimulamos no nosso semelhante.

Busquemos os exemplos deixados por Jesus, o nosso Modelo e Guia, de todas as histórias, a mais impactante, por ter assinalado uma nova era para a humanidade. Fazendo aos outros tudo o que gostaríamos que os outros nos fizessem, exercitando o amor incondicional e o perdão que liberta. Não importa em que ponto do caminho evolutivo nos encontramos, os equívocos que tenhamos cometido - que são motivos das nossas maiores aflições - cada um pode fazer, a qualquer momento, o começo de uma história melhor.



Veja como receber, todo mês, em seu Lar ou na Instituição Espírita. Recorte ou faça uma cópia, preencha e envie. ✂

Publicado pelo G. E. Seara do Mestre  
Rua Sete de Setembro, 547  
98801-723 - Santo Ângelo/RS  
Fone: (55) 3313-2553  
WhatsApp: 55 98439-5946

[www.searadomestre.com.br](http://www.searadomestre.com.br)  
E-mail: [searaespirita@searadomestre.com.br](mailto:searaespirita@searadomestre.com.br)  
Facebook: <https://www.facebook.com/searadomestre.gesm>  
Jornalista: Paulo Renato Ziembowicz - Reg. 15.567-MTE/RS

Impressão: Gráfica Venâncio Ayres  
Fone (55) 3312-3002

### Opções de assinatura:

Valores válidos para envio a um mesmo endereço.

Nº EXEMPLARES / CUSTO

Ex.	01 ANO
01	20,00
04	40,00
08	55,00
12	70,00
16	80,00
20	90,00
30	105,00
40	120,00
50	140,00
60	160,00
80	180,00
100	200,00
160	300,00

Para ASSINAR: Preencher, de forma legível, a ficha cadastral abaixo e **enviá-la acompanhada de cópia do depósito Banco do Brasil - Ag. 0138-4 - conta 10485-X**, cheque nominal ao G. E. Seara do Mestre ou solicite **Boleto bancário. Bannisul - Ag. 0370 - conta 06.109258.0-8**

( ) NOVA ( ) RENOVAÇÃO ( ) PRESENTE ( ) CD-ROM contendo todas as edições do Nº 01 ao 232 - 25,00  
( ) Boleto bancário.

CPF/CNPJ ..... Ex./mês: ..... R\$: .....

Nome: .....

End.: .....

Fone: ..... C. Postal: ..... CEP: .....

Cidade: ..... Estado: .....

E-mail: .....

Responsável: ..... Fone: .....

**Ofereça uma Assinatura Presente! Preencha com os dados do presenteado.**

A primeira remessa deverá chegar em até 6 (seis) semanas; não recebendo após esse período, contate-nos.

# Mundo de regenerações

Joseida Luiza Vidor

Ao observar o ambiente onde moramos percebemos muitas ações de respeito, cuidado e restauração do mesmo. Porém, não podemos negar que há muitos desmandos contra a natureza. Há pessoas que se preocupam com o destino do seu lixo, produzindo alimentos sem ou com menos agrotóxicos, transformando o lixo, consumindo alimentos mais saudáveis, tendo pensamentos e atitudes no bem...

Tal como aprendemos na Doutrina Espírita o mal é a ausência do bem. Então, o consumo exagerado de agrotóxicos, os alimentos maléficos à saúde, os pensamentos destrutivos, as grandes catástrofes, os rios com suas águas fétidas e tantos outros descuidos praticados pelo homem mostram a ausência do bem.

Existem pessoas preocupadas em modificar essa situação, entre elas o jornalista André Trigueiro, dedicado a assuntos de **sustentabilidade**. Ele explica o referido termo como **uma característica ou condição de um processo ou de um sistema que permite a sua permanência, em certo nível, por um determinado prazo, ou seja, as ações e utilização de recursos para a satisfação de necessidades presentes não podem comprometer as necessidades das gerações futuras.**

André também lembra outro fato que reforça essa tese: a catástrofe da destruição da bacia do Rio Doce, ocorrida em novembro de 2015, e diz que esse dia merece ser lembrado como o Dia da Infâmia. Mas esse fato pode impulsionar os cidadãos de bem a construir um país melhor e mais justo. A destruição dessa bacia inspirou punições mais severas, multas pesadas, e um sério projeto de recuperação.

Trigueiro segue, dizendo: **"Se a gente entende sustentabilidade como condição da nossa sobrevivência em um planeta com recursos finitos tem que repactuar a maneira como nos relacionamos com a natureza. (...), inspirados no que Gandhi disse: 'A terra possui o suficiente**

**para garantir a necessidade de todos os homens, mas não a ganância de todos os homens.' Sendo assim, não é possível condenar a ideia da sustentabilidade. Se não reconfigurarmos os modelos, vamos perecer."**

Referente ao respeito que devemos exercer com a natureza: o incrível é que já sabemos o que está errado e o que precisa ser feito. Falta fazer. A resposta da questão 636, de O Livro dos Espíritos, complementa esse argumento: **"A lei de Deus é a mesma para todos; mas o mal depende, sobretudo, da vontade que se tem de fazê-lo. O bem é sempre bem e o mal sempre mal. A diferença está no grau de responsabilidade."** Portanto, essa questão nos chama à responsabilidade em fazermos o que falta ou o que necessita ser feito. E quanto ao reestabelecimento e equilíbrio do meio ambiente, muito trabalho nos aguarda.

De acordo com a resposta da questão 646 **"O mérito do bem está na dificuldade: não há mérito em fazer o bem sem trabalho."** Portanto, as ações no mal nos servem como degraus para descobirmos caminhos no bem, fazendo a parte que nos cabe: evitar o consumo desenfreado, ingerir alimentos que trazem mais saúde, cuidar os animais e as plantas que nos rodeiam, reciclar e nos responsabilizar pelo lixo que produzimos e as mais diversas ações no bem, que nos aguardam para estar e deixar nosso planeta melhor.

KARDEC, Allan. **O Livro dos Espíritos**. Rio de Janeiro: FEB, 2002. cap. IA lei divina ou natural.

SILVA, Guilherme del Valle da. **Paulo de Tarso e as Leis Morais**. Porto Alegre: Francisco Spinelli, 2017, p. 79.

TRIGUEIRO, André. **O dia da Infâmia**. 2016. Disponível em: <http://g1.globo.com/natureza/blog/mundo-sustentavel>. Acesso em: 15dez2017.

## Nós estamos aqui

Nós estamos aqui.

Somos aqueles que já caminhamos pelas estradas da vida, não só uma, mas inúmeras vezes.

Estamos aqui para agradecer a ajuda que recebemos quando necessitávamos nos desligar da matéria densa.

A alma rompe o elo que a liga ao corpo, mas pode permanecer ligada ao ambiente psíquico por interesses temporais, pelas paixões, por cuidado com alguém ou por não entender bem a continuidade da vida, preferindo permanecer orbitando aos que continuam na vida material.

Isso é interessante, pois nos permite acesso a muitos momentos que desconhecíamos e que vocês jamais imaginam que estão com testemunhas presenciais.

Temos limites na interferência no desenrolar dos fatos da vida, que à sua própria dinâmica e aos encarnados pertencem.

Se a nossa interferência fosse preponderante seria o caos.

Podemos, sim, estimular os instintos invigilantes quando nos interessa e não encontramos barreiras morais a nos impedir.

Também podemos ajudar em algumas circunstâncias especiais, desde que não impeçam o livre arbítrio e a ação necessária da lei de causa e efeito.

Estamos aqui para afiançar que a relação interdimensional pode ser estreitada pela sintonia mental e pela prece que eleva o padrão da faixa vibratória da moralidade e do senso de justiça, de amor e de caridade da média dos habitantes do Orbe.

As instituições humanas que organizam a vida em sociedade devem ser erigidas e aprimoradas, constantemente, em ética e princípios de fraternidade e justiça.

Depende de cada um e de sua ação transformadora para que o mundo melhore.

Assim, meus irmãos, vamos confiar e não só divulgar as verdades da espiritualidade, mas vivenciá-las, tornando-nos cartas vivas do Evangelho Redivivo.

Estamos aqui porque prosseguimos aprendendo do lado de cá, como vocês do lado de lá.

Nosso abraço,

José Calixto e outros.  
Psicografado no GESM.