



SEARA ESPÍRITA



Seara TV



Site GESM

## Viva Melhor

Sorria. O sorriso espontâneo desmancha qualquer tensão, amenizando o clima de inquietação moral.

Confie. A confiança natural modifica o quadro das dificuldades, ensejando discernimento do bem onde tudo se apresenta grave e negativo.

Ore. A oração consegue o clima de entendimento fraterno onde o erro conspira e o crime fere.

Vigie. A vigilância favorece a precaução, oferecendo tempo e oportunidade de ação ante as agressões da impiedade e da loucura.

Ame. O amor é vínculo que harmoniza tudo no Universo; é uma ponte sobre o abismo da solidão das almas.

Desculpe. A desculpa é como abençoada chuva; refresca o coração onde se espalha.

Esqueça. O esquecimento do mal é culto ao bem infatigável e invencível, favorecendo a temporada da esperança e da alegria.

Perdoe. O perdão é como remédio balsâmico e eficaz na chaga aberta em carne viva.

Espere. A esperança é mensagem atuante de vida. A violeta miúda oculta-se sob velhas árvores e, enquanto perfuma, espera.

Ajude. O socorro aos que estão em posição social inferior é degrau para a sua evolução.

Viva. Experimente viver cada minuto, em cada dia, integralmente no bem, ligado a Jesus, e terá os dias alongados e as horas felizes.

(...)

FRANCO, Divlado. Legado **Kardequiano**. Pelo Espírito Marco Prisco. 5 ed. Salvador: LEAL, 2015. cap. 38.

## Encontrando um sentido para a vida

Cleto Brutes

**S**e vivemos é por que há um propósito. Sabemos que Deus é a perfeição suprema, justos e sábios são Seus desígnios, regulados através de leis imutáveis.

De acordo com o Regramento Divino estamos submetidos à lei de progresso. Cada indivíduo recebe um conjunto de experiências e recursos que possibilitam, na medida dos seus esforços, atingir tal desiderato. Em consequência disso, cada um vive no presente o resultado das suas construções pretéritas.

Muitos se debatem em busca da razão do existir. Como saber se as nossas atitudes estão de acordo com as Leis do Criador?

**As Leis Divinas estão escritas na consciência** informam os Espíritos Superiores, em resposta a questionamento de Kardec<sup>1</sup>. Então, esse deve ser o nosso guia infalível. O que gerar conflito em nossa consciência é um forte indicativo que está em desacordo com os Princípios Divinos. É a única maneira de estarmos intimamente pacificados é praticando as leis de justiça, amor e caridade.

Viktor E. Frankl<sup>2</sup>, autor da logoterapia, a terapia do sentido, afirma que **cada qual tem sua própria vocação ou missão específica na vida; cada um precisa executar uma tarefa concreta, que está a exigir realização. (...) De acordo com a logoterapia, podemos descobrir esse sentido na vida de três diferentes formas: 1. criando um trabalho ou praticando um ato; 2. experimentando ou encontrando alguém; 3. pela atitude que tomamos em relação ao sofrimento inevitável. (...) Sofrimento que, de certo modo, deixa de ser sofrimento no instante em que encontra um sentido, como o sentido de um sacrifício.**

Para que a vida tenha sentido, não devemos ocupar inutilmente um lugar neste mundo. Precisamos nos tornar pessoas melhores, mais bondosas, mais justas, mais laboriosas, mais fraternas, amando e auxiliando os outros seres humanos. Não basta apenas trabalhar em nosso proveito ou daqueles que dependem de nós, é necessário ir além, melhorando a vida em nós e em torno de nós. É o sair de si mesmo e ir ao encontro das necessidades do outro.

Também é necessário entender que os percalços da vida são os impulsionadores do progresso. A Doutrina Espírita oferece uma importante contribuição, mostrando que o propósito da vida é progredir e que para alcançar essa meta somos submetidos a provas e expiações. Também ajuda a entender que os sofrimentos são apenas crises que auxiliam na depuração do Espírito. **Quanto mais nos aproximamos das Leis Divinas, mais nos distanciamos do sofrimento, que em última instância, nada mais é do que a ausência de Deus.**

Quem entende o sentido da vida, faz o bem que está ao seu alcance, nos limites das suas possibilidades, busca aprender com as quedas, esforça-se para dominar suas más inclinações, e terá como salário, já na Terra, a paz da consciência.

Trabalhe, estude e também confraternize. Mãos, cérebro e coração focados no bem, pois quem valoriza a vida, dando um sentido útil, não se permitindo a hora vazia, nunca será visitado pelo fantasma chamado vazio existencial.

<sup>1</sup>KARDEC, Allan. **O Livro dos Espíritos**. 89. ed. Rio de Janeiro: FEB, 2007. questão 621.

<sup>2</sup>FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido**. 25. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008. p. 133-137.

## É goooooool!

Lucia Noll

Eduardo voltou eufórico do jogo, afinal, tinha feito três gols. Descreveu em detalhes quando atravessou o campo sozinho com a bola, e fez o primeiro gol. Contou dos passes que recebeu, e como finalizou cada jogada que balançou a rede. O pai ouviu tudo em silêncio, e perguntou ao filho quantos passes ele deu para os colegas.

- Na jogada do primeiro gol, não havia com quem trocar passes?

- Tinha gente sim, mas eu senti que podia tocar sozinho! - responde Eduardo.

- Mas você sabe que ser “fominha” não é legal. Imagina se cada um faz seu próprio jogo, só pensando no gol? – lembra o pai.

- Eu sei, pai. O treinador vive me falando isso. Mas quando estou no campo, não penso em mais nada, só quero fazer gol e me dar bem!

- Tente se colocar no lugar dos seus colegas. Como você se sentiria se não recebesse passes? Já pensou se todos agissem dessa maneira? Experimente mudar de atitude, sendo generoso, e verá como é bom servir os outros - fala amorosamente o pai.

- Já tentei, pai, mas não consigo.

- Filho, isso é vaidade e egoísmo. Converse com Jesus. Peça a ele humildade, generosidade e persistência. Tenho certeza que você conseguirá.

- Vou fazer isso, pai. Sinto que os colegas me acham fominha e metido. Eu quero mesmo mudar de atitude - agora o menino parecia um pouco triste.

- Aprender a trabalhar em equipe é muito importante! - diz o pai, emocionado com a sinceridade do filho.

O pai ainda lembrou ao filho que, em momentos difíceis, sempre podemos pedir ajuda a Jesus. E que sermos solidários e humildes faz bem aos outros e a nós mesmos.



## Educando os Sentimentos



Amigo leitor!

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

Experimente... veja sua vida mudar... para melhor!  
Já parou para pensar na seguinte questão:

Qual o seu maior arrependimento?

“Após prendê-lo, conduziram-no e o fizeram entrar na casa do sumo sacerdote. Pedro o seguia de longe. Ao acenderem um fogo no meio do pátio (da residência), e se sentarem juntos, Pedro sentou-se no meio deles. Certa criada, ao vê-lo sentado junto da luz, fixando-o disse: Este também estava com ele.

Ele, porém, negou, dizendo: Mulher, não o conheço. Pouco depois, vendo-o outro, disse: Tu também és um deles. Pedro, porém, disse: Homem, não sou. Transcorrendo cerca de uma hora, um outro insistiu, dizendo: Em verdade este também estava com ele, pois também é Galileu. Disse Pedro: Homem, não sei o que dizes. Imediatamente, quando ele ainda falava, o galo cantou. E, voltando-se o Senhor, fitou Pedro, e Pedro lembrou-se da palavra do Senhor, como lhe dissera que hoje, antes do galo cantar, três vezes me negarás.

E, saindo, chorou amargamente. (Lc 22, 54-62)

No livro O Consolador, pelo Espírito Emmanuel, psicografado por Francisco C. Xavier, vamos ler na questão 320:

**Que ensinamentos nos oferece a negação de Pedro ?**

**A negação de Pedro serve para significar a fragilidade das almas humanas, perdidas na invigilância e na despreocupação da realidade espiritual, deixando-se conduzir, indiferentemente, aos torvelinhos mais tenebrosos do sofrimento, sem cogitarem de um esforço legítimo e sincero, na definitiva edificação de si mesmas.**

Talvez este tenha sido o maior arrependimento de Pedro - após ter convivido diuturnamente três anos com Jesus, na hora extrema ele o nega. Porém, logo cai em si e chora amargamente (de arrependimento, de culpa, de dor...), mas, não fica agasalhando a culpa, inicia o processo de reparação, dedicando sua vida ao trabalho de propagação da Boa Nova, através da divulgação da mensagem do Cristo e do atendimento aos filhos do calvário. Ele deu-se a oportunidade de perdoar-se e recomeçou.

E você?

Como age ante as culpas?

**Desafio para o mês:**

**QUAL O SEU MAIOR ARREPENDIMENTO?  
Olhe-se diariamente no espelho e fale várias vezes:  
Eu me perdôo...  
Faça alguma ação de reparação.**

# Qualidade dos Pensamentos

João Paulo Cardoso – Sarandi/RS

Jesus Cristo legou à Humanidade ensinamentos indispensáveis à sua felicidade presente e futura, ocupando-se também dos pensamentos. Em Mateus (5, 27-28), colocou este ponto como fundamental em sua doutrina, ensinando “Aprendestes que foi dito aos antigos: ‘Não cometereis adultério’. Eu, porém, vos digo que aquele que houver olhado uma mulher, com mau desejo para com ela, já em seu coração cometeu adultério com ela”.

Texto pequeno em extensão, mas de profundidade e clareza incomparáveis, deixa-nos bastante nítido que, quando pensamos no mal e, por alguma razão, não conseguimos colocá-lo em prática, é como se o tivéssemos praticado.

A contribuição espírita à compreensão deste ensinamento merece toda a nossa atenção. Allan Kardec esclarece que a palavra adultério não foi empregada por Jesus para se referir unicamente à infidelidade conjugal, mas abrange todo e qualquer tipo de mal<sup>1</sup>. De fato, todo valor humano pode ser adulterado pelas pessoas, ainda, obstinadas em suas imperfeições. A mídia que tem dado tanto espaço aos avanços no combate à corrupção nos mostra, por exemplo, o quanto os princípios da boa administração pública, como a legalidade e a moralidade, são ainda adulterados na jovem nação brasileira.

Emmanuel, no livro essencial Pensamento e Vida, destaca que o estudo da mente, no ponto em que estamos do processo evolutivo, necessariamente nos leva a “(...) *interpretá-la como sendo o campo de nossa consciência desperta, na faixa evolutiva em que o nosso conhecimento adquirido nos permite operar.*”<sup>2</sup> O que quer dizer, de forma muito simples, que a mente precisa ser o nosso principal campo de trabalho, o mais importante foco de nossos esforços enquanto encarnados.

E, é bastante fácil entender o porquê disto. Tudo o que nos diz respeito, enquanto seres humanos, antes de surgir

no mundo, surgiu no pensamento de alguém. Da concepção de todos os aparelhos tecnológicos que tornam a nossa vida tão mais fácil nos dias de hoje, aos grandes projetos do bem, como a fundação de um centro espírita, tudo figurou na mente de uma ou mais pessoas antes de vir ao orbe. Assim também, lamentavelmente, quanto ao mal, os grandes crimes que, antes de serem praticados, são ideados nas mentes ainda perversas.

Desse modo, é a mente o nosso principal campo de trabalho durante uma encarnação, nos tão necessários esforços para a nossa reforma íntima. Aperfeiçoando a mente, melhoramos o seu produto, que é o pensamento. Elevando a qualidade dos pensamentos, naturalmente melhoramos as palavras, as ações e, assim, alcançamos a tão desejada evolução espiritual, objetivo maior de nossa estada neste planeta. Por isso, a afirmativa de Emmanuel no livro que tem o pensamento, por sua importância, já no título.

Reflitamos, todos nós, sobre a urgente necessidade de trabalhar as nossas mentes, elevando a qualidade de nossos pensamentos. Com serenidade, pouco a pouco, nos despojamos de nossas imperfeições, como, também lembrou-nos Kardec no texto estudado<sup>3</sup>. Com persistência, proporcionamos à mente o bom alimento das leituras edificantes, dos diálogos construtivos e dos exemplos positivos. E, principalmente, criando mecanismos para observar os próprios pensamentos, pois, sem auto-observação e reflexão, nada podemos mudar e melhorar. Este o convite.

<sup>1</sup>KARDEC, Allan. **O Evangelho segundo o Espiritismo**. 120ed. Rio de Janeiro: FEB, 2002. cap. VII. item 6.

<sup>2</sup>XAVIER, Francisco. **Pensamento e Vida**. 19ed. Brasília: FEB, 2013. p. 9.

<sup>3</sup>Op. cit., item 7.



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

**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**.  
**Banrisul - Ag. 0370 - conta 06.109258.0-8**

( ) NOVA ( ) RENOVAÇÃO ( ) PRESENTE ( ) CD-ROM contendo todas as edições do Nº 01 ao 226 - 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.

**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

## O retorno da primavera

Gustavo Bassani

**A** pesar de estarmos verificando os primeiros sinais de uma nova era ainda, em nosso mundo, percebemos a ênfase dada aos eventos que trazem revolta e indignação geral, fazendo com que reflitamos se já chegamos ao fundo do poço ou se tudo isso um dia terá fim.

A primavera está voltando, assim vem nos esclarecer Divaldo Franco, através do Espírito Amélia Rodrigues, em uma série de episódios<sup>1</sup> publicados nas redes sociais e que embasa seu livro com o mesmo título. Em um dos vídeos, ele nos adverte que por mais que não tenhamos olhos de ver, ela está chegando e será inevitável apesar do inverno. As mudanças estão ocorrendo e elas, estão sendo verificadas tanto no plano físico como no Espiritual.

É muito gratificante viver este tempo e ver que a cada dia, mais e mais exemplos da prática cristã de amar ao próximo como a si mesmo (Mt 12,31), de viver os ensinamentos que o Cristo nos deixou teve um sensível aumento. Temos muito caminho pela frente, mas como todo começo, ainda prevalecem os velhos hábitos, apesar de não quisermos mais fazer e ser como antes.

Precisou o escândalo vir (Mt 18,7), para que despertássemos para aquilo que desejamos nas nossas vidas. Muitos pensam em ser mais justos consigo e com o próximo, outros em serem mais fraternos, mais caridosos, mas o que realmente importa é que ao final ganhem todos. Nossa sociedade se torna mais unida e fraternal! A cordialidade se faz mais presente nas ações do dia-a-dia, em casa, no trabalho, na rua. Enfim, a sensação que temos é a de que as coisas estão tomando o rumo tão desejado por nós, apesar dos escândalos serem necessários para que haja as mudanças.

O mundo evoluiu tecnologicamente como nunca nestes últimos anos, os avanços são muito significativos nas mais diversas esferas. Com o advento da Internet a comunicação aproximou mais as pessoas, e é necessário que vejamos por esse lado, pois se existe algo de errado, ainda é, com o ser humano e suas relações. As próprias ações de caridade que algum tempo atrás se tornariam de mais difícil divulgação e engajamento das pessoas, hoje são muito mais abrangentes e de fácil visualização e adesão, devido à facilidade de acesso a vários meios de comunicação.

É emocionante ver a prática do amor ao próximo sem interesse, e a resignação das pessoas, apesar das calamidades que passam, sejam intempéries do clima, por condição social ou até mesmo nos casos de pessoas com doenças raras. Recentemente, por meio de uma dessas redes, foi possível verificar os resultados animadores de um tratamento inédito no Brasil feito por uma menina portadora de uma enfermidade rara. Campanha iniciada nesta mesma rede social! E o mais enternecedor é que na imagem divulgada, a menina usava uma camiseta estampada com borboletas e com os dizeres na língua inglesa, “*The springtime is coming*” a primavera está chegando, em tradução livre. É só termos olhos de ver! (Mt 13,9)

Ela está chegando com as suas nuances de inverno, mas, com o desabrochar singelo das flores, com o seu esplendor, e um aroma suave no ar e a esperança de que nada mais será igual a partir de agora. Nosso esforço se faz necessário mais do que nunca, pois depende da nossa mudança para atingirmos a tão sonhada felicidade prometida pelo Cristo.

<sup>1</sup>Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=5H-DiawdnY4k>

## A derradeira batalha

*Não aconteceu nos campos de luta entre cristãos e muçulmanos na idade média.*

*Tampouco foi travada nas grandes guerras que a humanidade já vivenciou.*

*Mesmo nas lutas para superação das enfermidades em que o corpo defende-se de vírus, bactérias, agentes de imunossupressão ou displasias celulares diversas.*

*A verdadeira batalha não se dá pela sobrevivência no dia a dia quando buscamos o que comer, o que vestir e as condições de segurança para a vida civilizada.*

***A derradeira luta é a da alma que busca libertar-se da escravidão dos sentidos e ascender rumo à plenitude espiritual.***

*Estágio onde encontra a serenidade para avaliar cada desafio com equilíbrio e, sustentado pela fé inabalável, espera e trabalha a favor de que as leis divinas cumpram o seu processo de educação do Espírito.*

*Meus irmãos, não receiem as lutas que lhes são trazidas ao caminho, aproveitem-nas como momentos enriquecedores para o amadurecimento da consciência e o discernimento do livre escolher.*

*Somente assim, quando enfrentamos o desafio da conversão íntima, da entrega plena e dócil aos desígnios divinos é que não temeremos mais a dor, a doença, a morte ou qualquer outra aflição deste mundo.*

*Temos, sim, a resignação e a calma, a coragem e a fé, a capacidade de trabalhar com benevolência, e agirmos com indulgência nos entrec choques inevitáveis com os irmãos de caminhada, perdoando sem condições.*

*Mestre, ilumina as nossas lutas e nos conduza na derradeira batalha, na transformação do homem velho no ser renovado e plênificado que almejamos nos tornar.*

*Obrigado!*

*Josué*

*Psicografado na noite de 21/06/2017, no GESM.*