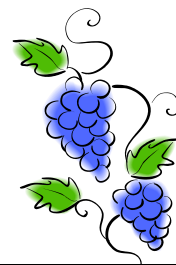


# Mensageiro do C.E.U.

“Companheiros Espíritas Unidos”

Informativo nº 237 – Ano XXI – fevereiro de 2023



## Aflição Vazia

Ante as dificuldades do cotidiano, exerçamos a paciência, não apenas em auxílio aos outros, mas igualmente a favor de nós mesmos.

Desejamos referir-nos, sobretudo, ao sofrimento inútil da tensão mental que nos inclina à enfermidade e nos aniquila valiosas oportunidades de serviço.

No passado e no presente, instrutores do espírito e médicos do corpo combatem a ansiedade como sendo um dos piores corrosivos da alma. De nossa parte, é justo colaboremos com eles, a benefício próprio, imunizando-nos contra essa nuvem da imaginação que nos atormenta sem proveito, ameaçando-nos a organização emotiva.

Aceitemos a hora difícil com a paz do aluno honesto, que deu o melhor de si, no estudo da lição, de modo a comparecer diante da prova, evidenciando consciência tranquila.

Se o nosso caminho tem as marcas do dever cumprido, a inquietação nos visita a casa íntima na condição do malfeitor decidido a subvertê-la ou dilapidá-la; e assim como é forçoso defender a atmosfera do lar contra a invasão de agentes destrutivos, é indispensável policiar o âmbito de nossos pensamentos, assegurando-lhes a serenidade necessária...

Tensão à face de possíveis acontecimentos lamentáveis é facilitar-lhes a eclosão, de vez que a ideia voltada para o mal é contribuição para que o mal aconteça; e tensão à frente de sucessos menos felizes é dificultar a ação regenerativa do bem, necessário ao reajuste das energias que desastres ou erros hajam desperdiçado.

Analisemos desapaixonadamente os prejuízos que as nossas preocupações injustificáveis causam aos outros e a nós mesmos, e evitemos semelhante desgaste empregando em trabalho nobilitante os minutos ou as horas que, muita vez, inadvertidamente, reservamos à aflição vazia.

Lembremo-nos de que as Leis Divinas, através dos processos de ação visível e invisível da natureza, a todos nos tratam em bases de equilíbrio, entregando-nos a elas, entre as necessidade do aperfeiçoamento e os desafios do progresso, com a lógica de quem sabe que tensão não substitui esforço construtivo, ante os problemas naturais do caminho. E façamos isso, não apenas por amor aos que nos cercam, mas também a fim de proteger-nos contra a hora da ansiedade que nasce e cresce de nossa invigilância para asfixiar-nos a alma ou arrasar-nos o tempo sem qualquer razão de ser.

*In: “Encontro Marcado” - Francisco C. Xavier / Emmanuel*

## ESTUDANDO KARDEC

### O EVANGELHO SEUNDO O ESPIRITISMO

#### Cap IX – Bem Aventurados os Mansos e Pacíficos - A Paciência

**1.** Como se deve encarar a dor?

**R—** A dor é uma benção que Deus envia aos seus eleitos. Bendigam a Deus todo poderoso, que os marcou com a dor neste mundo, para a glória no céu.

**2.** Por que devemos ter paciência?

**R—** A paciência é também caridade, e devemos praticar a lei de caridade, ensinada pelo Cristo, enviado de Deus.

**3.** O que dizer da caridade que consiste em dar esmolas aos pobres?

**R—** Essa é a caridade mais fácil de todas.

**4.** Qual caridade é mais meritória?

**R—** Mais penosa, e conseqüentemente bem mais meritória, é a de perdoar os que Deus colocou em nosso caminho para serem os

instrumentos de nossos sofrimentos e submeterem à prova a nossa paciência.

**5.** Como agir diante das dificuldades da vida?

**R—** É necessário olhar para os deveres que nos são impostos, e para as consolações e compensações que obtemos, pois então veremos que as bênçãos são mais numerosas que as dores. O fardo parece mais leve quando olhamos para o alto, do que quando curvamos a fronte para a terra.

**6.** Em última análise o que significa ser paciente?

**R—** Cristo sofreu mais que qualquer um nada tendo de que ser acusado, ao passo que nós temos que expiar o nosso passado e nos tornar fortes para o futuro. Sejamos pacientes, sejamos, pois, **crístãos**: esta palavra resume tudo.



Companheiros Espíritas Unidos

CNPJ: 57.735.136/0001-67

R. Comendador Alfaia Rodrigues, 67

Embaré - Santos/SP

CEP 11025-151

Fone: 013-3231-9807



### Filiações

FEB – Federação Espírita Brasileira

FEESP – Federação Espírita do Estado de São Paulo

USE – União das Sociedades Espíritas do Estado de São Paulo

USE – União das Sociedades Espíritas – Intermunicipal de Santos – SP



Site

[www.centroceu.com.br](http://www.centroceu.com.br)

E-mail

[ceucompespiritasunidos@yahoo.com](mailto:ceucompespiritasunidos@yahoo.com)



centroceu

C.E.U. Companheiros Espíritas



### Reuniões Públicas

Terças e Quartas-feiras: 15h30min  
Palestra, Passe e Diálogo Fraterno



Sextas-feiras: 20h30min  
Palestra, Passe e Diálogo Fraterno



Sábados: 18h  
Palestra, Passe e Diálogo Fraterno



*Procure chegar pelo menos 15 minutos antes do início.*



*A palestra faz parte do tratamento espiritual.*



**RECRELUZ**

Evangelização Infantil

**Mocidade Espírita**

Sábados - das 10h às 11h30min



**Estudo da Doutrina Espírita**  
Cursos Diversos



**Biblioteca do C.E.U.**  
Leia Kardec

Instrua-se, atualize-se!



Organização Religiosa Sem Fins Econômicos

**ASSOCIE-SE AO C.E.U.**

## PALESTRAS DO MÊS DE FEVEREIRO

DIA	PALESTRANTE	TEMA
1	Carmem	Os Trabalhadores do Senhor
3	Viviane	
4	Carmem	
7	Márcia	Provas Voluntárias – O Verdadeiro Silício
8	José Antônio	
10	Rosmeire	
11	Cristiane	
14	Roseana	Carnaval na Visão Espírita
15	Silvia	
17	Silvia	
18	Vinícius	O Orgulho e a Humildade
21	Vinícius	
22	Roseana	
24	Idalina	
25	Márcio	
28	Cristina	O Plantio é Livre, Mas a Colheita, Obrigatória

### AGENDA DOS CURSOS

04/02/23 – Recreluz – Retorno

07/02/23 – ESDE – *Estudo Sistematizado da Doutrina Espírita*

**Inscrições na secretaria**



### A PROVA ÚLTIMA

E por que o aprendiz indagasse sobre o currículo dos exames a respeito do aperfeiçoamento da alma, o mentor esclareceu paciente:

– Na Espiritualidade Superior, as avaliações de aproveitamento são muitas. Temos as de paciência, de disciplina, de espírito de serviço e de auxílio aos semelhantes, ... ; no entanto, ao que me parece, a última é a mais difícil de todas.

– E qual é a última? – Indagou o discípulo atento.

O mentor respondeu, em tom decisivo:

– A última prova no aperfeiçoamento de cada um de nós é a humildade.

*In: "Agora é o Tempo"*

*Francisco C. Xavier/ Emmanuel*





## Pensamento, sintonia e energias (2ª parte)

Se estamos equilibrados, harmonizados, vibrando no bem, nosso "filtro" promove a absorção de boas energias, correspondentes ao nosso "patamar vibratório", bloqueando a absorção de padrões energéticos "ruins".

Se estamos desequilibrados, desarmonizados, invigilantes com nossos pensamentos, nosso patamar vibratório se ajusta com energias "ruins", e nosso filtro bloqueia a absorção das energias "boas" e promove a assimilação de energias desequilibradas.

É fácil deduzir que se absorvemos um determinado padrão energético, com uma certa "qualidade", seja ela positiva (boa) ou negativa (ruim), a metabolização dessas energias produz componentes energéticos de qualidade similar, que se distribuem pelo nosso organismo físico e perispiritual, afetando-o com a qualidade inerente ao tipo e qualidade da energia absorvida.

Também podemos inferir que o padrão "vibratório e energético" absorvido, uma vez metabolizado em nosso complexo perispiritico, reforça o estado vibratório (patamar) que permitiu sua absorção, ou seja, reforçamos o estado de equilíbrio ou desequilíbrio em que nos encontramos.

Por isso é necessário vigilância constante sobre nossa sintonia mental e espiritual, para que não nos deixemos levar pelos pensamentos inadequados, pelas vibrações negativas, pelos sentimentos menos dignos, pelas emoções descontroladas, pois isso permitirá que iniciemos um processo de absorção de energias negativas, que por sua vez reforçam nosso estado de desequilíbrio, o que pode, em persistindo esta situação, colocar-nos em contato com seres desequilibrados, causar-nos doenças e desequilíbrios físicos, psíquicos e espirituais.

Em contrapartida, a vigilância para que nosso pensamento, nossa sintonia permaneça sempre elevada, voltada a prática do bem, do amor e da caridade, permite que, constantemente, fiquemos sintonizados e absorvendo as energias equilibradas, o que reforça nosso

equilíbrio e bem-estar físico, psíquico e espiritual, trazendo a sensação agradável de estar em sintonia com energias elevadas. Esse é o retorno, a recompensa imediata de quem pratica o amor e a caridade. Traz o prazer em se praticar o bem.

Ao entender este mecanismo, podemos afirmar que é muito importante que busquemos, com um esforço constante, com muita consciência, uma mentalização positiva para o nosso foco mental, para os nossos pensamentos, em todas as etapas e momentos de nossa vida, em casa, no trabalho, no lazer, no trânsito, de modo a garantir a sintonia com um patamar energético mais elevado, com a conseqüente absorção e metabolização de energias benéficas e reforçadoras de nosso comportamento no caminho do bem.

De outra forma, deve ser evitado que nosso foco mental vague em paragens menos dignas. Temos que zelar para que nosso pensamento não seja direcionado para as coisas negativas e destruidoras. Não devemos focar a negatividade, os problemas, as inconformidades, nem sintonizar com a desgraça, pois nesse caso nos comportaremos como urubus, que voam alto apenas para focalizar a carniça, para dela se alimentar.

Pensamento no bem, pensamento calmo, pensamento positivo, pensamento criador, foco no amor e na caridade. Esse é o caminho da mentalização, da sintonia e da absorção das boas energias. Lembremo-nos que as palavras expressam pensamentos. Que saiam de nossas bocas as boas palavras e de nosso coração as boas atitudes.

Devemos sempre ter em mente que a energização que nos envolverá, depende, em cada instante, apenas de nossa atitude mental, e que na aplicação prática de nossa vida, a ligação com o alto se faz na aplicação das boas virtudes, com o exercício constante do bem, seja em que atividade estivermos. Nosso bem-estar depende apenas de nós mesmos. ■



### MOCIDADE E VELHICE

Infância, juventude, maturidade e velhice são simples fases da experiência material.

A vida é essência divina e a juventude é seiva eterna do espírito imperecível. Mocidade da alma é condição de todas as criaturas que receberam com a existência o aprendizado sublime, em favor da iluminação de si mesmas e que acolheram no trabalho incessante do bem o melhor programa de engrandecimento e ascensão da personalidade.

A velhice, pois, como índice de senilidade improdutiva ou enfermidade, constitui, portanto, apenas um estado provisório da mente que desistiu de aprender e de progredir nos quadros de luta redentora e santificante que o mundo nos oferece. Nesse sentido, há jovens no corpo físico que revelam avançadas características de senectude, pela ociosidade e rebeldia a que se confinam, e velhos na indumentária carnal que ressurgem sempre à maneira de moços invulneráveis, clareando as tarefas de todos pelo entusiasmo e



bondade, valor e alegria com que sabem fortalecer os semelhantes na jornada para a frente.

Se a individualidade e o caráter não dependem da roupa com que o homem se apresenta na vida social, a varonilidade juvenil e o bom ânimo não se acham escravizados à roupagem transitória.

O jovem de hoje, pelas determinações biológicas do Planeta, será o velho de amanhã; e o ancião de agora, pela lei sublime da reencarnação, será o moço do futuro.

Lembremo-nos, porém, de que a Vida é imortal, de que o Espiritismo é escola ascendente de progresso e sublimação, de que o Evangelho é luz eterna, em torno da qual nos cabe dever de estruturar as nossas asas de Sabedoria e de Amor e, num abraço compreensivo de verdadeira fraternidade, no círculo das esperanças, dificuldades e aspirações que nos identificam uns com os outros, continuemos trabalhando.

R	A	D	R	D	W	J	Q	T	U	V	L	E	T	D	O	G	N	N	X	M	S	Q	W	E
N	R	E	D	E	N	T	O	R	A	S	T	C	N	P	Z	I	W	O	R	Y	C	H	Y	J
Q	X	O	E	Q	N	Y	L	V	I	N	D	U	M	E	N	T	Á	R	I	A	B	A	K	U
Q	J	Y	H	V	A	J	S	A	A	I	D	C	A	R	Á	T	E	R	Z	J	O	L	C	R
F	O	X	U	X	B	M	S	C	Q	E	N	R	D	P	W	R	P	D	E	W	N	E	M	D
T	J	D	E	N	V	K	I	K	D	L	K	S	D	N	G	O	J	E	H	D	D	G	A	O
Z	F	H	O	O	A	F	N	U	K	I	J	A	E	S	V	W	Z	V	O	C	A	R	D	Z
O	O	Z	Z	U	I	K	T	S	U	M	S	Y	F	M	X	Y	B	E	G	M	D	I	U	Q
T	V	F	T	T	Y	N	F	A	W	P	T	Y	Y	T	E	I	P	R	Q	T	E	A	R	F
U	B	I	N	Z	E	W	R	B	B	E	K	Z	T	I	Z	L	J	P	S	N	M	U	E	R
E	P	A	X	V	K	O	F	Y	B	R	G	L	I	R	I	L	H	M	F	M	V	Q	Z	Z
I	S	V	U	Q	A	E	S	T	V	E	T	V	G	J	L	T	H	A	P	Q	U	C	A	B
S	K	J	K	Q	P	H	O	X	U	C	C	L	T	V	C	T	B	V	N	P	X	D	Q	V
H	S	B	J	S	L	A	X	W	O	Í	X	X	O	M	T	T	N	Y	B	T	G	L	T	Y
N	X	L	K	Y	F	I	V	Y	Z	V	D	W	F	K	T	G	X	D	B	A	E	A	S	M
H	P	W	S	Q	D	B	H	P	L	E	X	X	R	V	D	K	M	N	R	N	R	S	C	D
V	H	V	T	E	M	F	U	Q	E	L	E	N	T	U	S	I	A	S	M	O	U	B	E	J

### CAÇA-PALAVRAS

Enquanto refletimos sobre texto lido, vamos procurar no quadro ao lado as palavras destacadas:

- Juventude
- Madureza
- Imperecível
- Redentora
- Santificante
- Indumentária
- Entusiasmo
- Bondade
- Alegria
- Semelhantes
- Caráter
- Dever

Resposta

**CAÇA-PALAVRAS**  
fevereiro / 2023

R	A	D	R	D	W	J	Q	T	U	V	L	E	T	D	O	G	N	N	X	M	S	Q	W	E
N	R	E	D	E	N	T	O	R	A	S	T	C	N	P	Z	I	W	O	R	Y	C	H	Y	J
Q	X	O	E	Q	N	Y	L	V	I	N	D	U	M	E	N	T	Á	R	I	A	B	A	K	U
Q	J	Y	H	V	A	J	S	A	A	I	D	C	A	R	Á	T	E	R	Z	J	O	L	C	R
F	O	X	U	X	B	M	S	C	Q	E	N	R	D	P	W	R	P	D	E	W	N	E	M	D
T	J	D	E	N	V	K	I	K	D	L	K	S	D	N	G	O	J	E	H	D	D	G	A	O
Z	F	H	O	O	A	F	N	U	K	I	J	A	E	S	V	W	Z	V	O	C	A	R	D	Z
O	O	Z	Z	U	I	K	T	S	U	M	S	Y	F	M	X	Y	B	E	G	M	D	I	U	Q
T	V	F	T	T	Y	N	F	A	W	P	T	Y	Y	T	E	I	P	R	Q	T	E	A	R	F
U	B	I	N	Z	E	W	R	B	B	E	K	Z	T	I	Z	L	J	P	S	N	M	U	E	R
E	P	A	X	V	K	O	F	Y	B	R	G	L	I	R	I	L	H	M	F	M	V	Q	Z	Z
I	S	V	U	Q	A	E	S	T	V	E	T	V	G	J	L	T	H	A	P	Q	U	C	A	B
S	K	J	K	Q	P	H	O	X	U	C	C	L	T	V	C	T	B	V	N	P	X	D	Q	V
H	S	B	J	S	L	A	X	W	O	I	X	X	O	M	T	T	N	Y	B	T	G	L	T	Y
N	X	L	K	Y	F	I	V	Y	Z	V	D	W	F	K	T	G	X	D	B	A	E	A	S	M
H	P	W	S	Q	D	B	H	P	L	E	X	X	R	V	D	K	M	N	R	N	R	S	C	D
V	H	V	T	E	M	F	U	Q	E	L	E	N	T	U	S	I	A	S	M	O	U	B	E	J