



# VERDADE E LUZ<sup>35</sup>

JORNAL ESPÍRITA MENSAL

ANOS

## USE INTERMUNICIPAL DE RIBEIRÃO PRETO

Brodowski, Cajuru, Cravinhos, Dumont, Guatapar, Jardinópolis, Luís Antônio, Pontal, Pradópolis, Ribeir Preto, Santa Cruz da Esperança, Santa Rita do Passa Quatro, Santa Rosa de Vterbo, São Simão, Serra Azul, Serrana, Sertãozinho.

Ano XXXV - N 413 - Junho de 2020



Em junho, o tema abordado pelos expositores da USE RP será "As Parábolas do Grão de Mostarda e do Fermento" dentro do tema central "As Parábolas e a sua interpretação". As palestras serão transmitidas no facebook da USE RP, nas segundas-feiras, às 20 horas.

Página 3

**"O Reino dos Céus  semelhante a um grão de mostarda que um homem recebeu e semeou em seu campo, o qual , de fato, a menor de todas as sementes; porém, quando cresce,  a maior das hortaliças, e torna-se árvore, de modo que as aves do céu vêm e aninham-se em seus ramos." (Mateus 13:31-32)**

## INFLUÊNCIA DA ESPIRITUALIDADE NA SAÚDE

Artigo da Profa Dra Andréa Cândido Reis  o destaque desta edição

Página 8

## Notícias do Movimento Espírita

Local, Regional e Estadual

Páginas 4 e 5.



**Esta edição do Jornal Verdade e Luz será distribuída somente por meios eletrônicos.**



## Mensagem da Comissão Executiva

### REUNIÃO MENSAL DA USE RP

**Reunião Mensal da USE RP**  
A reunião do Conselho Deliberativo da USE RP será virtual, no dia 13 de junho, às 15 horas.

### Expediente

Veículo de divulgação do Movimento Espírita de Ribeirão Preto e região Editado pela União das Sociedades Espíritas Intermunicipal de Ribeirão Preto CNPJ 54.171.038/0001-56 Órgão da União das Sociedades Espíritas do Estado de São Paulo Registro Civil de Pessoa Jurídica do Jornal - nº 32.007.

#### Conselho Editorial e Consultivo

Comissão Executiva da USE RP

#### Jornalista Responsável

Ednir da Silva Malvestio

Registro 0017633/SP

**Diagramação:** Ney Tosca

#### Correspondências:

Rua Jorge Velho 59

CEP: 14050-280 - Ribeirão Preto SP.

**e-mail:** jornalverdadeeluz@gmail.com

Telefone:s (16) 3610-1120

(16) 92000 3870 (whatsapp)

**Artigos recebidos:** Serão publicados apenas as matérias que estiverem de acordo com o objetivo e a orientação doutrinária do jornal.

#### Comissão Executiva da USE 2018-2021

#### Presidente

Mário Gonçalves Filho

#### 1º Vice-presidente

Ana Maria de Souza

#### 2º Vice-presidente

Pascoal Antônio Bovino

#### Secretário Geral

Adilson dos Santos Araújo

#### 1º Secretário

Ana Rita Roque Fernandes

#### 2º Secretário

Priscila Helena de Andrade

#### Tesoureiro Geral

Antônio Malvestio

#### 1º Tesoureiro

Ivanir Fernandes Passos

#### 2º Tesoureiro

Abraão Guevara Weigert Cleto

#### Patrimônio

Gilmar de Jesus Persona

## Novos tempos!

*"Dizem-nos de todas as partes que os tempos marcados por Deus, em que vão ocorrer grandes acontecimentos para a regeneração da humanidade, são chegados."*

**A** pandemia causada pelo novo Corona vírus mudou nossas vidas de maneira significativa.

Afetou nosso convívio com os familiares e amigos. Fechou nossas casas espíritas. Trouxe-nos novos desafios e, conseqüentemente, muitos aprendizados.

Esta situação insólita, de isolamento social, tem levado o mundo todo a rever os seus valores, independente das suas crenças religiosas. A solidariedade desponta em todos os cantos. Ações em benefício dos nossos irmãos menos favoreci-

dos têm sido constantes.

O distanciamento social trouxe também a necessidade de nos adequar a esta nova realidade e usar os recursos eletrônicos disponíveis para continuar levando a mensagem espírita para todos.

O nosso jornal tem sido distribuído eletronicamente. Inauguramos a Web Rádio Verdade e Luz. Companheiros incansáveis têm feito palestras que trazem orientações e consolo. Nossa livraria está atendendo pelo telefone (16) 92000 3870. As reuniões administrativas estão

acontecendo virtualmente para que o movimento espírita de nossa cidade continue ativo.

Bons exemplos disto podemos ver nesta edição do jornal: a iniciativa dos Departamentos de Mocidade e de Artes de realizar um Sarau online e o retorno do estudo das parábolas de Jesus pelos expositores da USE.

Individualmente, precisamos ter todos os cuidados recomendados pelas autoridades sanitárias, ocupar nossas mãos com coisas úteis e nossas mentes com leituras, áudios e víde-

### A Gênese, cap. XVIII, item 1.

os edificantes.

Neste contexto, estamos publicando este mês o artigo "Influência da espiritualidade na saúde". A Profa Dra Andréa Cândido Reis tem vários artigos publicados em revistas científicas internacionais e, amorosamente, aceitou escrever um artigo para nosso jornal.

Sobretudo, amigos, devemos manter viva nossa fé, conhecedores que somos da justiça e misericórdia de Deus!

Boa leitura a todos!

Ana Maria de Souza

## ATIVIDADES DA USE – INTERMUNICIPAL RIBEIRÃO PRETO

### Junho de 2020

DIA	HORÁRIO		EVENTO / ATIVIDADE
	DAS	ÀS	
06	Dia inteiro		Ei Arte! (veja na pág. 5)
12	18:30	20:00	Reunião da Comissão Executiva
13	15:00	17:30	Reunião do Conselho Deliberativo
26	19:00	20:30	Reunião da Comissão Executiva e Departamentos

### Sociedades Aniversariantes

Fundação	Anos	Sociedade	Endereço
01/06/1987	33	Lar Escola Espírita Professor Eurípedes Barsanulfo	Rua Fioravante Sicchieri, 2314 - Jd. Alvorada - Sertãozinho - SP
11/06/1998	22	Grupo Espírita União Fraterna	Praça Antônio Carosella, 65 - Jardim Botânico - Ribeirão Preto - SP
15/06/1965	55	Sociedade Beneficente Espírita Milton Mattos	Rua Pará, 1603 - Ipiranga - Ribeirão Preto - SP

**Informações: Livraria Espírita Verdade e Luz - Telefone (16) 3610 1120 e (16) 920003870 - WHATSAPP**



**SUGESTÕES E COMENTÁRIOS**  
jornalverdadeeluz@gmail.com



**Dr. Marcelo Tamer Cardili**  
(atende UNIMED)

CRM - 82.220



**Dr. Renato Tamer Cardili**  
(atende SÃO FRANCISCO)

CRM - 86.808

Oftalmologia clínica | Cirurgias de miopia, hipermetropia e astigmatismo | Cirurgia em plástica ocular  
Cirurgia de catarata com técnica moderna de facoemulsificação | Lentes de contato

**Hospital Oftalmológico Ribeirão Preto - Av. José Adolfo Bianco Molina, 2235 - Jardim Canadá - Ribeirão Preto**

**Fone: (16) 3623.5811**

**Tema do mês**

# A parábola do grão de mostarda e do fermento

*Outra parábola lhes propôs, dizendo: O reino dos céus é semelhante ao grão de mostarda que o homem, pegando nele, semeou no seu campo; O qual é, realmente, a menor de todas as sementes; mas, crescendo, é a maior das plantas, e faz-se uma árvore, de sorte que vêm as aves do céu, e se aninham nos seus ramos.*

*Outra parábola lhes disse: O reino dos céus é semelhante ao fermento, que uma mulher toma e introduz em três medidas de farinha, até que tudo esteja levedado.*

**Mateus 13:31-33**

**I**nteressante diálogo é narrado pelo autor espiritual Humberto de Campos, por psicografia de F.C. Xavier, no livro Boa Nova, 3º cap., Primeiras pregações.

Conta, o escritor do além, que Jesus, estando no Templo de Jerusalém, é abordado por um dos sacerdotes que ali se encontravam, de nome Hanã, desenvolvendo-se a seguinte conversação:

— Galileu, que fazes na cidade?

— Passo por Jerusalém, buscando a fundação do Reino de Deus! — exclamou o Cristo, com modesta nobreza.

— Reino de Deus? — tornou o sacerdote com acentuada ironia. — E que pensas tu venha a ser isso?

— Esse Reino é a obra divina no coração dos homens! — esclareceu Jesus, com grande serenidade.

O diálogo continua entre a arrogância do fariseu e a brandura do Mestre, até que Jesus o encerra afirmando ao pretensioso judeu: — *Sei qual é a vontade de meu Pai que está nos Céus!*

A vontade de Deus para a criatura humana é que o Reino dos Céus se estabeleça, como obra divina, no coração.

Esta é a fatalidade divina onde todos nós haveremos de chegar; nas culminâncias da edificação do reino de amor e paz, da perfeição relativa, das conquistas celestiais eternas.

Ambas as parábolas apresentadas por Jesus sinalizam, simbolicamente, as conquistas graduais das almas humanas, o progresso gradativo de elaboração íntima dos valores celestes, à medida em que são conhecidos, assimilados e incorporados pelo espírito imortal.

Todos nascemos pequenos; do início da nossa jornada espiritual até a atualidade de nossa existência, temos crescido para Deus, de maneira mais ou menos lúcida.

Em O Livro dos Espíritos, Allan Kardec faz significativa pergunta aos Reveladores, vejamos:

**115.** *Dos Espíritos, uns terão sido criados bons e outros maus?*

“Deus criou todos os Espíritos simples e ignorantes, isto é, sem saber. A cada um deu determinada missão, com o fim de esclarecê-los e de os fazer chegar progressivamente à perfeição, pelo conhecimento da verdade, e para aproximá-los de si. Nesta perfeição é que eles encontram a pura e eterna felicidade.

de. Passando pelas provas que Deus lhes impõe, os Espíritos adquirem aquele conhecimento. Uns aceitam submissos essas provas e chegam mais depressa ao seu destino final. Outros só suportam murmurando e assim, por sua culpa, permanecem afastados da perfeição e da prometida felicidade.”

É dessa forma, portanto, que vamos edificando o Reino de Deus em nossos corações, que, como já mencionamos, será as culminâncias da perfeição, encontrando assim a pura e eterna felicidade.

No comparativo de Jesus, o grão de mostarda, sendo uma minúscula semente, devidamente semeada, encontrando todos elementos propícios ao seu crescimento, desenvolve-se na plenitude de suas potencialidades, permitindo, com isso, que seja útil à vida, nesta parábola, que receba outros seres vivos - as aves do céu, dando-lhes as condições de segurança e proteção necessárias para que estas também se aninhem, procriando e perpetuando a própria vida.

Jesus, igualmente tem nos favorecido, desde sempre com a sua proteção e desvelo, orientação e exemplificação, para que

também nos acolha no crescimento espiritual que aspiramos e alcançaremos, construindo em nós mesmos as etapas de evolução espiritual que experimentamos. A implantação do reino dos céus no coração do espírito humana também assim se dá; contudo, por negligência e rebeldia, ainda que submetido às melhores circunstâncias no solo vivencial que nos acolhe, nosso progresso tem si moroso e desprezado.

Entretanto, conforme nos assinala o benfeitor espiritual Emmanuel, em pequenino trecho encontrado na lição 35, do livro Caminho, Verdade e Vida, também da lavra psicográfica de F.C. Xavier – *É da Lei de Deus que toda semente se desenvolva.*

Esta afirmação também fica evidenciada na outra parábola aqui mencionada. O fermento, igualmente mínimo, adequadamente associado à farinha, potencializa o crescimento da massa, provocando a transformação dos elementos que a constituem.

A consciência espiritual do homem, igualmente se vê impelida às transformações que se verificam através de suas inúmeras experiências carnis;

pois, como já ressaltamos, sua evolução é da Lei.

Para concluir, trazemos mais uma pergunta elaborada pelo insigne codificador do Espiritismo:

**132.** Qual o objetivo da encarnação dos Espíritos?

“Deus lhes impõe a encarnação com o fim de fazê-los chegar à perfeição; para uns, é expiação; para outros, missão. Mas, para alcançarem essa perfeição, têm que sofrer todas as vicissitudes da existência corporal: nisso é que está a expiação. Visa ainda outro fim a encarnação: o de pôr o Espírito em condições de suportar a parte que lhe toca na obra da criação; para executá-la é que, em cada mundo, toma o Espírito um instrumento, de harmonia com a matéria essencial desse mundo, a fim de aí cumprir, daquele ponto de vista, as ordens de Deus; é assim que, concorrendo para a obra geral, ele próprio se adianta.”

O reino de Deus, para todos nós, se desenvolverá pela permanente materialização das lições e exemplos de Jesus, em nossos corações e em nossas mãos.

**Edegar Tão**

**DESPACHANTE**



**EDUARDO**

Eduardo Pereira Junior

DESPACHANTE DOCUMENTALISTA SSP 1008

edudespachante@terra.com.br

Rua Tamandaré, 1298 - 14085-070 - Rib. Preto SP

**Fone: 16 3612-1217**

**ELÉTRICA BEGE**

Comércio de Materiais Elétricos, Ferragens e Ferramentas

8.000 itens para sua residência e construção

Rua João Guião, 1417 - V. Virgínia

(16) 3637 0202

**ROSANGELA'S FLORES E CESTAS**

**3635-1914**

Decoração para: casamentos, formaturas, festas de 15 anos, eventos, etc. (temos chocolate caseiro). Arranjos florais, naturais e artificiais.

**TUDO EM FLORES PARA VOCÊ**

Rua Aurora, 130 - Ribeirão Preto

## Atividades

USE Regional de Ribeirão Preto convida:

# Ciclo de Palestras Virtuais Falando de Espiritismo

ao vivo às **20h** nos canais da USE SP

facebook  
YouTube

programe-se para o mês de **JUNHO**

A **USE Regional de Ribeirão Preto** convida você a participar do Ciclo de Palestras "Falando sobre Espiritismo", com palestras virtuais proferidas todos os dias (exceto aos domingos), às 20 horas. O Ciclo tem início no dia 3 de junho de 2020, com a participação de Aparecido José Orlando, Presidente da USE – União das Sociedades Espíritas do Estado de São Paulo, com o tema 'União e Unificação'.

Este trabalho é indicado a pessoas interessadas em Espiritismo, Trabalhadores de Centros Espíritas e Dirigentes Espíritas. Os oradores são trabalhadores de Centros Espíritas e integrantes de entidades federativas do Brasil. Os temas das palestras são embasados nos princípios fundamentais da Doutrina Espírita, codificada por Allan Kardec. As palestras serão transmitidas ao vivo, gravadas e disponibilizadas nos canais de comunicação da USE.

Veja a Programação e Participe!

Este evento tem o apoio da Unificação Kardecista de Ribeirão Preto.

### CICLO DE PALESTRAS – USE REGIONAL DE RIBEIRÃO PRETO - RELAÇÃO DOS PALESTRANTES E TEMAS

DATA	TEMA	NOME	FUNÇÃO EM FEDERATIVA
3	Espiritismo: União e Unificação	<b>Aparecido José Orlando</b>	Presidente da USE
4	O Trabalhador Espírita	<b>Jorge Godinho Barreto Nery</b>	Presidente da FEB
5	Livros Espíritas e Pseudo-espíritas	<b>Marco Milani</b>	Presidente da USE REGIONAL DE CAMPINAS
6	Sustentabilidade do Centro Espírita	<b>Adelson Pereira</b>	Vice-Presidente da FEEES
8	Jesus, o Cristo Consolador na Atualidade	<b>João Lúcio Cruz de Campos</b>	Presidente da USE REGIONAL DE SÃO JOSÉ DO RIO PRETO
9	Os Tempos São Chegados	<b>Fabiano Santos</b>	Presidente da FEEES
10	A Pandemia e suas Repercussões no Centro Espírita	<b>Antônio Cesar Perri de Carvalho</b>	Ex-Presidente da USE Ex-Presidente da FEB
11	O Espiritismo Cristão e Os Desafios Atuais	<b>Marco Antônio Granjeiro Lima</b>	Presidente da FEPB
12	A Solução é o Amor	<b>Adelvaír David</b>	Presidente da USE REGIONAL DE JALES
13	Fé, Esperança e Caridade: Aspectos de uma Visão do Conhecimento Espírita	<b>André Siqueira</b>	Diretor da Área de Comunicação da FEB
15	A Liberdade de Expressão Guiada pela Lei da Caridade	<b>Samuel Aguiar</b>	Membro do Conselho Deliberativo da FEPI
16	A Lei de Causa e Efeito na Visão Espírita	<b>Adolfo de Mendonça Jr</b>	Ex-Presidente da USE REGIONAL DE FRANCA
17	O Consolador Prometido e A Esperança	<b>Adeilson Salles</b>	Orador e Escritor Espírita
18	Felicidade	<b>Edmir Garcia</b>	Vice-Presidente da USE REGIONAL DE RIBEIRÃO PRETO
19	A Missão do Centro Espírita	<b>Wagner Gomes da Paixão</b>	Orador e Mèdium Espírita
20	Estudando o Espiritismo	<b>André Sobreiro</b>	Orador da USE REGIONAL DE SÃO JOSÉ DO RIO PRETO
22	O Paradigma da Rede no Movimento Espírita	<b>Maria Elizabeth Barbieri</b>	Vice-Presidente da FERGS
23	O Projeto 1868 de Allan Kardec	<b>Julia Nezu de Oliveira</b>	Presidente da USE REGIONAL DE SÃO PAULO
24	Os Três "Nãos" de Kardec e o Zelo pela Doutrina	<b>Alexandre Fontes da Fonseca</b>	Vice-Presidente da USE REGIONAL DE CAMPINAS
25	Educação dos Sentimentos	<b>Jorge Elarrat</b>	Orador Espírita
26	Os Desafios do Centro Espírita na Atualidade	<b>Darlene Cavalcante</b>	Presidente da FEMS
27	As Mulheres no Evangelho	<b>Maria Helena Marcon</b>	Coordenadora da Comunicação Social Espírita da FEP
29	A Bíblia e sua Importância para o Espiritismo	<b>Edegar Tão</b>	Diretor da USE INTERMUNICIPAL DE RIBEIRÃO PRETO
30	O Propósito de Ser	<b>Paulo Witter Gelly</b>	Vice-Presidente da USE REGIONAL DE RIO CLARO



**OÁSIS PLAZA: 3024-3000**  
reservas@oasisplaza.com.br

HOTÉIS  
**OÁSIS**

Ribeirão Preto

Tarifas reduzidas para Formaturas, Casamentos e Eventos

www.hoteisoasis.com.br



**OÁSIS TOWER: 3878-3000**  
reservas@oasistower.com.br

**Atividades**

**Ei Arte**  
Sarau de Arte On-Line de Jovens Espíritas de Ribeirão Preto  
*Conectar com o Bem*  
DATA: 6/Jun LOCAL: E INFO: FACEBOOK.COM/DMIRIBEIROPRETO INSTAGRAM: @DMIRIBEIROPRETO  
INSCRIÇÕES ATÉ O DIA 31/5

**Ei Jovem!**

Os Departamentos de Mocidade e de Artes da USE Intermunicipal de Ribeirão Preto têm uma novidade para vocês!

É com alegria imensa que vamos realizar nosso primeiro **Sarau on-line**.

Serão apresentados vídeos com música espírita, poesias e esquetes teatrais, também poesias por escrito, fotos ou desenhos de autoria própria, sempre com o tema **“CONECTAR COM O BEM”**. Estes materiais foram enviados pelos jovens, através de inscrições realizadas no período de 17 a 31 de maio.

As apresentações irão ao ar no Facebook e Instagram do DM pelo @dmiribeiraopreto.

Nos vemos lá!

**Ei Música!**  
Toda Terça uma música pra elevar a vibração!  
@DMIRIBEIROPRETO

O Departamento de Mocidade está desenvolvendo também o projeto **Ei Música**.

Toda terça-feira temos uma música Espírita diferente publicada nas nossas redes sociais para o jovem e todos os que seguem a nossa página possam conhecer um pouco mais da arte Espírita.

**SEMINÁRIO ONLINE DO DEPARTAMENTO DE ASSISTÊNCIA E PROMOÇÃO SOCIAL - APSE**  
TEMA: A AÇÃO DO APSE EM TEMPOS DE PANDEMIA  
SÁBADO DIA 20 DE JUNHO DE 2020 DAS 15 ÀS 18 HORAS  
INSCRIÇÕES GRATUITAS EM: <https://forms.gle/4u6rojEX28dJS85X8>  
USE UNião das Sociedades Espíritas do Estado de São Paulo DEPARTAMENTO DE APSE

**Departamento de APSE – Assistência e Promoção Social Espírita da USE** convida você a participar de Seminário Virtual **“A Ação do APSE em tempos de Pandemia”**, que acontecerá no dia 20 de junho, a partir das 15 horas.

O seminário contará com a **participação de Maria de Lourdes Ferreira de Oliveira, vice-presidente da FEB, e Gislane Messias de Lima, diretora da área do APSE da FEB.**

Faça a sua inscrição gratuita, acessando:

<https://forms.gle/4u6rojEX28dJS85X8>

Neste momento que enfrentamos dificuldades devido a pandemia do Corona Vírus, muitos necessitam de ajuda e amparo em suas necessidades básicas. Iremos conversar sobre este assunto no Seminário, trocando experiências e ideias de como atender melhor com base nos ensinamentos da Doutrina Espírita.

Venha participar conosco - convide seus companheiros de Centro

**WEB RÁDIO**

**VERDADE E LUZ**

[www.webradioverdadeeluz.org.br](http://www.webradioverdadeeluz.org.br)



**ACOMPANHE NOSSA PROGRAMAÇÃO**

Início	Programa*
6:00	Programa Recomeçar - Mensagens e Músicas
7:00	Programa Para Não Esquecer (Biografias)
7:31	Faixa Musical
8:00	Programa Verdade e Luz
9:05	Estudando o Livro Fonte Viva
9:41	O Livro Espírita
10:00	Estudando o Livro “Caminho Verdade e Vida”
10:41	Faixa Musical
11:00	Conheça o Espiritismo
12:00	Programa O Verbo
13:00	Programa Visão Espírita
14:00	Orson P. Carrara Entrevista
15:00	Estudando “A Gênese”
16:00	Estudando “O Céu e o Inferno”
17:00	Estudando “O Livro dos Médiuns”
18:00	O Evangelho e Você
19:00	Estudando “O Livro dos Espíritos”
20:00	Programa O Verbo - Notícias
21:00	Programa Verdade e Luz
22:06	Programa Visão Espírita
23:00	Música na Madrugada

(\*) Programação sujeita a alterações

**Gardener Service**

- Nossos Serviços:** •Terceirização de Mão de Obra  
•Manutenção Predial •Jardinagem •Limpeza Pós-Obra  
•Limpeza e Tratamento de Pedras e Pisos  
•Limpeza de Vidros e Fachadas

Visite nosso site: [www.gardeneribeirao.com.br](http://www.gardeneribeirao.com.br)  
16-3325-3113 | 16-99421 4642 | 16-99307-8662



**AMERICA CHAVES** seguros

- Residencial • Empresarial
- Condomínio • Auto • Vida
- Garantia contratual
- Responsabilidade civil

**Seguro é proteger sua vida e seu patrimônio**

Fale com nossos consultores

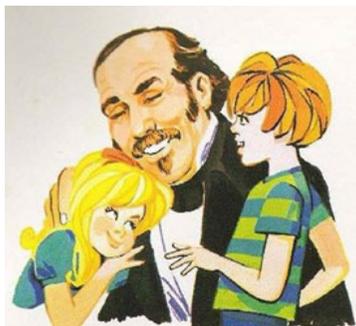


16 **2101-2450**

Av. Presidente Vargas, 289  
[amchaves@americachavesseguros.com.br](mailto:amchaves@americachavesseguros.com.br) | [www.americachavesseguros.com.br](http://www.americachavesseguros.com.br)

## Evangelização Infantil

### Desafios constantes



Existem desafios e dificuldades a serem vencidas.

Quais as possíveis tendências da evangelização espírita? Como estão nossas observações, constatações, projeções...?

Primordial:

#### AMOR:

“Os efeitos da lei do amor que são o melhoramento moral da raça humana e a felicidade durante a vida terrestre; fazendo todo o bem que nos es-

teja ao alcance [...]”

*O Evangelho Segundo o Espiritismo*

“Nas bases de todo programa educativo o amor é a pedra angular favorecendo o entusiasmo e a dedicação, a especialização e o interesse; o devotamento e a continuidade, a disciplina e a renovação [...]”

*Bezerra de Menezes, A Evangelização Espírita da infância e da juventude na opinião dos Espíritos – Separata do Reformador*

“O maior sustentáculo das criaturas é justamente o amor”

*André Luiz – Nosso Lar*

#### FAMÍLIA:

Solidificação do amor. Criando um ambiente de confiança, companheirismo e

ternura.

Um esforço geral para o ajuste da alegria com a harmonia.

É trabalho dos pais a dedicação de um tempo maior aos teus “amores”, filhos.

“Não te negues a criar ou a encontrar espaços no teu dia a dia para o convívio com eles, dando a essa convivência a melhor qualidade possível”

“[...] da do teu tempo precioso – daquele que tens para administrar a tua existência – um pouco para conviver de maneira mais próxima, proveitosa [...]”

“[...] para demonstrar-lhe que isso é importante dentro do projeto divino, mas também para ensinar a fazer o mesmo movimento com as outras famílias, no porvir.”

*Raul Teixeira – Minha família, o mundo e eu*

envolvendo os valores da inteligência e do sentimento.”

“É, pois, na busca da boa instrução e na prática ampla do amor a Deus e ao semelhante que estaremos com a nossa família, nutridos pela fonte da fé religiosa”

*Raul Teixeira Espírito Camilo*

E se a nossa escolha é apresentar o Evangelho de Jesus através do Espiritismo para os nossos filhos recordamos sobre a Evangelização.

Porque Evangelizar é educar à luz do Espiritismo.

“Não se trata apenas oferecer lições retiradas dos evangelhos com o intuito de criar um culto à figura de Jesus; é, antes, ampliar o estado de consciência para que compreendam o Evangelho e possam atuar,

com equilíbrio, em qualquer lugar.”

*César B. Said – Os desafios da Evangelização Espírita*

E nesse momento especial estamos nos reinventando como pais e educadores, utilizando de recursos tecnológicos, interligando ainda mais a Casa Espírita e Família; todos no cultivo de uma sementeira proveitosa oportunizada por Deus.

Hoje a comunicação digital está nos proporcionando abrir as portas das casas Espíritas para o mundo



#### BELE - Batura Editora e Livraria Espírita

LANÇAMENTO:

#### ATENDIMENTO A DESENCARNADOS

Realidade após a morte em histórias e estudos

Conheça também:

Relações Fraternas - Sessão Mediúnic  
e Fundamentos e Dinâmica do Passe

Mais informações: (16) 3 612-1217 - 3612-8130

E-mail: bele@cebatuira.org.br - www.cebatuira.org.br  
Rua Rodrigues Alves, 588 - Vila Tibério - Ribeirão Preto

#### DEUS - RELIGIÃO

“A vida religiosa na família propõe compartilhamento e cooperação em tudo o que configurar ação no bem[...]”

“[...]por tudo o que aprendemos com Jesus, é que façamos brilhar a própria Luz - de-

#### Aos Evangelizadores

Compartilhem os recursos que estão utilizando para a manutenção das aulas e/ou contato com os evangelizandos.

Envie para o departamento de Infância da União das Sociedades Espíritas Intermunicipal de Ribeirão Preto pelo Whatsapp - (16) 991481348 ou pelo grupo “Evangelizadores USERP”, já existente no Whatsapp.



Rua Álvares Cabral, 464  
Conj. 401/405  
(16) 3632-8409  
Centro - Ribeirão Preto



CLÍNICA  
**TAMER**  
Medicina, Emagrecimento  
e Antienvhecimento

**Dra. Fernanda Tamer Cardili**

Endocrinologia  
e Ortomolecular

CRM 102736

contato@clinicatamer.com.br

**Veridiana Campos**

Nutricionista

CRN 11990

veridianacampos.nutri@gmail.com

Av. Maurilio Biagi nº 800 | sala 1202 | Edifício Spasse | Fone : (16) 34218480 | www.clinicatamer.com.br

Atendimento gratuito e sigiloso via telefone. Ligue caso precise de ajuda ou apenas queira conversar com um amigo.



www.facebook.com/diskardec

Loja Espírita

Fone: (16) 3877 1090

Novo Shopping - Ribeirão Preto  
lojaespirita@lojaespirita.com.br

**ANDRÉ BORDINI**

PSICÓLOGO  
CRP=75018

Fone: (16) 99105-0486

Rua Bernardino de Campos 1001  
Sala 310 - Centro.  
Edifício Fortes Guimarães  
anbordini@ig.com.br



COMÉRCIO ATACADISTA DE CEREAIS

FONES: 16 3604-1630

www.carunchao.com.br  
carunchao@carunchao.com.br  
Rua Sergipe, 379 - Campos Eliseos  
Ribeirão Preto SP

## Educação

### “Aprendamos quanto antes”

**E**mmanuel nos alerta, no Livro Pão Nosso, psicografado por Chico Xavier, sobre a urgência de darmos um passo a mais, após o conhecimento das notícias de Jesus. Muito temos encontrado sobre sua vinda: livros, filmes, músicas, palestras... com diferentes interpretações ou enfoques, é certo, mas a essência de sua mensagem - O amor ao próximo e a Deus - permanece a mesma.

Este primeiro passo - buscar informações e conhecimento sobre o Ensino de Jesus - é importante; compreender nos dá condições de analisarmos mais criticamente as situações em que nos deparamos, e de fazermos melhores escolhas. Como nos sentimos enlevados ao ouvir sobre o Mestre Jesus! Sentimo-nos transportados a um ambiente de paz, e podemos até mesmo sentir seu amor nos envolver. Isso é muito bom. Mas não basta.

Muitas vezes sentimos também os benefícios de seu amparo, seja numa solução de um problema difícil, na cura de uma doença, no apaziguar de um sofrimento moral... Lembramos então enternecidos de Jesus. Sentimos suas bênçãos e buscamos mostrar nosso reconhecimento e gratidão diante do amparo do Alto. Mas isso também não basta.

Emmanuel é bem direto: “É indispensável, contudo, que os beneficiários do Cristo, tanto quanto experimentam alegria na dádiva, sintam igual prazer no

trabalho e no testemunho de fé. Não bastará fartarmo-nos de bênçãos. É necessário colaborarmos, por nossa vez, no serviço do Evangelho, atendendo-lhe o programa santificador.”

Somente o serviço na senda do bem poderá solidificar aquelas informações dentro de nós! Somente o trabalho, a renúncia e a verdadeira caridade, mais que “recapitulações fastidiosas e muita atividade inútil”, implantarão o sentimento de paz, verdadeiramente, dentro de nós. Até então o que temos são indícios do que está por vir.

Emmanuel orienta: “nós, que já recebemos infinitamente da Misericórdia do Senhor, aprendamos, quanto antes, a adaptação pessoal aos seus sublimes designios.” O momento agora é de colocar em prática o que vimos, lemos e sentimos. É hora de agir. Só assim aprenderemos de fato. E é urgente.

“Aprendamos quanto antes.”

**Marlene F. C. Gonçalves**

Referências Bibliográficas:  
EMMANUEL, psicografado por Francisco Cândido Xavier, Pão Nosso, Cap. 73

**wicher**  
CORRETORA DE SEGUROS  
Rua Angélica, 144  
Ribeirão Preto/SP  
Telefone:(16)  
**3625-5500**  
www.wicherseguros.com.br

**D**eus nos concedeu a vida, criados simples e ignorantes, destinados à perfeição. Enviou Jesus para nos mostrar o caminho a seguir. Como Governador planetário, nosso Irmão maior “fez-se humilde para melhor servir”, usou o amor e o exemplo como pedagogia inquebrantável, mostrou que quanto mais nos é concedido, mais temos chances de servir.

O Mestre prometeu um Consolador que viesse complementar Seus ensinamentos. Este, o Espiritismo, em verdade veio sanar a nossa maior angústia enquanto seres humanos vivendo na Terra: a morte.

Ela, que ao longo do tempo foi vista como senhora das guerras, das misérias, das doenças, dos infortúnios, das vaidades e das maldades passa de algoz cruel à oportunidade de renovação. Todas essas enfermidades do ser humano começam a ser compreendidas como em processo de cura transformadora e misericordiosa, tanto quanto a oportunidade da encarnação, quando vista pela perspectiva da vida eterna.

Allan Kardec, o codificador do Espiritismo, rasgou os véus que cobriam as mais sublimes facetas da misericórdia divina, orientado pelos Espíritos Superiores e utilizando método científico. A Doutrina Espírita mos-

### O nosso ponto

tra que é possível - mais ainda que possível, é preciso - fortalecer a nossa confiança e a nossa fé em bases sólidas. Como plantas, precisamos fixar raízes profundas, que sustentem o crescimento do tronco firme e da copa frondosa, que nutram toda a nossa estrutura e nos permitam produzir frutos que serão distribuídos mundo afora. E esses frutos conterão sementes, que passarão pelo mesmo processo.

O Espiritismo descortina fatos que antes eram reservados apenas aos indivíduos iniciados nas crenças milenares, como aborda León Denis no livro Depois da Morte. E essa consciência nos liberta. Liberta-nos na responsabilidade e no dever, é claro. Existe liberdade maior que reconhecer-se parte de um todo? Que sentir-se amado pela misericórdia divina agora melhor compreendida?

As noções de amor que o Espiritismo nos traz ampliam a nossa visão. Como poderemos escolher não amar alguém sabendo que somos seres imortais? Podemos sim postergar este amor, deixar o aprendizado para mais tarde, mas nunca poderemos negá-lo de todo. É como o apóstolo Paulo fala em sua primeira carta aos Coríntios: nada que façamos sem amor tem sentido verdadeiro.

E nós, que temos o consolo

de conhecer o Espiritismo, que temos o conforto de saber que as aparentes mazelas da morte na realidade são parte da nossa evolução. Nós que nascemos em berço espírita e nunca soubermos - nesta vida - quão desesperador é acreditar que a vida de alguém que você ama chegou ao fim, ou que nós mesmos deixaríamos de existir algum dia. Nós que sabemos que não se trata de um fim, mas sim de uma troca de endereço, que nos aproximamos em prece daqueles entes queridos que nos antecederam no retorno ao plano espiritual. Nós que passamos por este desespero, que questionamos, tivemos incompreensões e em algum momento tivemos contato com os ensinamentos que o Espiritismo nos traz. Nós que tivemos nossos corações acalmados, nossas dúvidas sanadas, nossa fé esclarecida.

Nós, não importando como chegamos a estes conhecimentos, temos o “dever de raciocinar com responsabilidade de viver”. É nosso dever levar amor, acolhimento, bondade e esperança para aqueles nossos irmãos que estejam agora em desesperança, em incompreensões, que precisem de acolhimento e consolo, respeitando sempre as crenças individuais de cada um, adaptando o nosso modo de falar.

**Marina Colli**

<sup>1</sup> O Livro dos Espíritos, questão 115 a.

<sup>2</sup> Primícias do Reino, capítulo 20. Amélia Rodrigues/Divaldo P. Franco. Editora Leal.

<sup>3</sup> I Co 13.

<sup>4</sup> O Espírito da Verdade, capítulo 29. Emmanuel/Francisco C. Xavier. Editora FEB.

**SELMA BARROS**  
CRP 06/67571  
PSICÓLOGA  
16 99204.3758  
Rua Aureliano Garcia de Oliveira, 185  
Sala 15 - Nova Ribeirânia

**ÓPTICA TRÊS**  
Qualidade e exatidão ao seu dispor  
ÓCULOS PARA SOL E GRAU  
“ESPECIALISTA NO LOCAL”  
(16) 3635-2090  
(16) 98870-4210  
@opticatres@hotmail.com  
Rua Prudente de Moraes, 543 - Centro  
Ribeirão Preto/SP

**TECH NEW**  
RECICLAGEM TONER E JATO DE TINTA  
Manutenção em impressoras  
SUPRIMENTOS PARA INFORMÁTICA  
WWW.TECHNEW.RP.COM.BR  
RUA: ALAGOAS N° 481 - CAMPOS ELISEOS  
3610-1902

**Turboluz**  
TURBOLUZ - COMÉRCIO DE TURBINAS LTDA.  
Recuperação de Tubos da Linha Lacon e Garret.  
Turbos para MBB, Scania, Volvo, Caterpillar, Tratores Ford e Valmet  
O MELHOR POSTO DE SERVIÇO DA REGIÃO  
Av. Brasil, 3.830 - CEP 14078-000  
3628-0741 e 3626-1650  
Ribeirão Preto

**Drogaria J.R.**  
Medicamentos e Perfumaria  
Disk Entregas  
**3919-1087**  
AV. CÁSPER LIBERO, 430  
Aqui tem  
**Medicamento Genérico**

**Banca do Livro Espírita “18 de Abril”**  
Localizada na Praça da Catedral.  
Sempre com os últimos lançamentos  
**(16) 3236.5719**  
Ribeirão Preto

Dra. Nilda S. N. Machado de Abreu  
CROSP 44.503  
Cirurgiã Dentista  
PREVENÇÃO - REABILITAÇÃO ORAL  
DENTÍSTICA RESTAURADORA  
ESTÉTICA  
ODONTOPEDIATRIA - IMPLANTE  
Rua Piauí, 970  
**(16) 3630-0404 - 3630-6187**

## Artigo

# Influência da espiritualidade na saúde

**A** influência da espiritualidade na saúde apresenta crescente impacto na literatura científica com vasta comprovação de eficácia na redução de sintomas e/ou facilitação do translado do estado de doença para recuperação. Distintas metodologias e variadas aplicações despontam em toda parte do mundo apoiadas pela evolução e desenvolvimento da tecnologia e métodos científicos.

Profissionais e pesquisadores correlacionam a espiritualidade a processos de cura e cicatrização, bem como sucesso ou fracassos em protocolos de tratamentos. Melhoras nas condições de equilíbrio emocional e psíquico são atribuídas à presença ou não de práticas espirituais e espiritualizantes no cotidiano das pessoas.

Espiritualidade, de acordo com a Organização Mundial de Saúde, é conjunto de emoções e convicções de natureza não material que pressupõem que há mais no viver do que pode ser percebido ou plenamente compreendido,

remetendo o indivíduo a questões como o significado e o sentido da vida, não necessariamente a partir de uma crença ou prática religiosa. A OMS reconhece a importância de considerar-se a espiritualidade na avaliação e promoção de saúde.

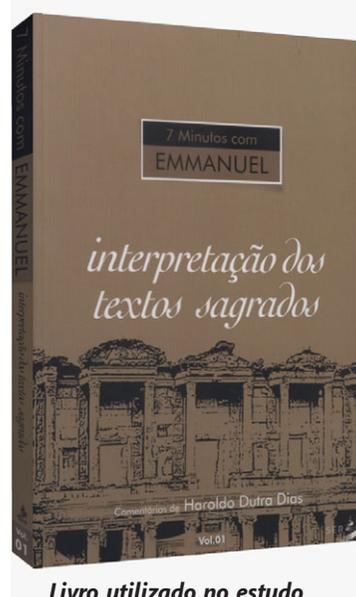
A condição de conexão com o divino ou nível de espiritualidade é individual e intransferível, um conjunto de crenças único, sempre observadas em estados de paz, sensação de amor e

gratidão, favorecidas com o aprofundamento e conhecimento através de livros, mídias, técnicas terapêuticas e de autoconhecimento, meditações, práticas religiosas, entre outras. Essas técnicas possibilitam o equilíbrio do ser com a natureza, com respeito à Deus e tudo que se caracteriza no universo com a concepção de que há algo Divino, além e superior a nós, que impulsiona a vida. Tal ideia é acessível a todos os credos e culturas, mas com as mudanças no estilo de vida com crescentes atividades diárias e poucos momentos para reflexão, essa

prática tem dado espaço a estresse, ansiedade e outros agravantes para a redução da qualidade de vida.

Níveis "elevados" conexão com o Divino, ou espiritualidade, levam ao maior controle de alterações físicas e psíquicas, estresse, depressão e ansiedade e todos os males que por estes são agravados.

Um estudo realizado na Faculdade de Odontologia de Ribeirão Preto avaliou o efeito de mensagens da espirituais e espiritualizantes sobre sinais e sintomas de ansiedade, distúrbios do sono e disfunção da articulação temporomandibular, e apresentou resultados altamente positivos. Mensagens do Livro 7 minutos com Emmanuel eram gravadas em áudio e apresen-



Livro utilizado no estudo

tadas aos pacientes que ouviam durante 7 minutos, diariamente, por um período de um mês. A redução de todos os sintomas foi estatisticamente significativa quando comparadas às outras técnicas aplicadas.

Dentre muitos fatores discutidos no estudo, atualmente publicado com o título *Use of Recorded Poetic Audios to Manage Levels of Anxiety and Sleep Disorders de autoria de Andréa Cândido dos Reis, Carla Vidal, Kátia Caetano e Haroldo Dutra Dias (part of Springer Nature 2019)* destaca-se que o esforço em manter-se por mais tempo com pensamentos em boa sintonia causa modificação na sintonia e no ambiente.

A obra de Chico Xavier relata que "O pensamento é tão importante para a nossa sintonia, quanto o leito é para o rio." Nossas companhias espirituais nos influenciam num comum acordo com nossos pensamentos, trazendo-nos os resultados felizes ou infelizes conforme plasmamos, impactando nosso ambiente e outras

*O efeito de mensagens espiritualizantes, que são informações sobre leis naturais e de amor, promoveram sensações positivas de esperança, alegria e melhora no quadro geral de saúde do paciente.*

pessoas próximas a nós. Tal conceito outrora esclarecido pelo espiritismo é atualmente corroborado pelos princípios da física e ciências naturais.

O efeito de mensagens espiritualizantes, que são informações sobre leis naturais e de amor, promoveram sensações positivas de esperança, alegria e melhora no quadro geral de saúde do paciente.

Atualmente, outras pesquisas relacionadas à influência da espiritualidade na saúde estão em desenvolvimento no núcleo de pesquisa NINPI, da FORP-USP.



**Andréa Cândido dos Reis**

Professora e Pesquisadora na Faculdade de Odontologia de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo



**PROGRAMA VISÃO ESPÍRITA**  
Convite para a construção de um mundo melhor

ASSISTA O PROGRAMA VISÃO ESPÍRITA  
**TVRP-CANAL 9 DA NET**  
TODO DOMINGO AS 11:30H

REPRISES:  
SEG 10:30H, QUAR 12:00H, QUI 15:00H, SÁB 20:00H

ASSISTA TAMBEM  
[www.youtube.com/programavisaoespirita](http://www.youtube.com/programavisaoespirita)  
e na tv mundo maior - toda quinta-feira às 21:00h

- Notícias
- Crônicas
- Diálogos
- Reflexões



REALIZAÇÃO



U.S.E.  
UNIVERSIDADE DE  
RIBEIRÃO PRETO








WEBSITES · LOJAS VIRTUAIS · SISTEMAS  
APLICATIVOS · CERTIFICADOS SSL

Projetos digitais completos com  
Hospedagem e Certificações gratuitas

(16) 9.8842-3771



# VERDADE E LUZ

JORNAL ESPÍRITA MENSAL

35 ANOS

Ano XXXV - Nº 413 - Junho de 2020 - SUPLEMENTO

## LIVRARIA ESPÍRITA VERDADE E LUZ

### LIVROS EM DESTAQUE EM JUNHO

Estamos atendendo pelo WhatsApp 16 92000 3870

Entregamos em qualquer local de Ribeirão Preto

#### VALOR DA ENTREGA

#### COMPRAS

Até R\$ 39,90  
De R\$ 40,00 a R\$ 69,90  
De R\$ 70,00 a R\$ 99,90  
Acima de R\$ 100,00

#### VALOR DA ENTREGA

R\$ 10,00  
R\$ 8,00  
R\$ 5,00  
Grátis

### COMO FALAR AO CORAÇÃO DOS JOVENS

Adeilson Salles lança uma obra incomum para a juventude

Reconhecido como uma das maiores autoridades espíritas na abordagem de temas da juventude, o escritor e orador Adeilson Salles apresenta um conteúdo surpreendente em seu novo livro: reflexões dirigidas aos jovens sobre os pensamentos do importante filósofo espírita Léon Denis.

Considerado o maior continuador do espiritismo após a morte do codificador Allan Kardec, e por essa razão chamado "Apóstolo do Espiritismo", Denis é de importância capital para a consolidação da doutrina espírita.

Vivendo nos séculos XIX e XX, Denis legou à posteridade livros magistrais. Os escritos do filósofo são considerados profundos e belos, mas alguns entendem que talvez tenham ficado distantes, não exprimindo a realidade dos jovens de hoje.

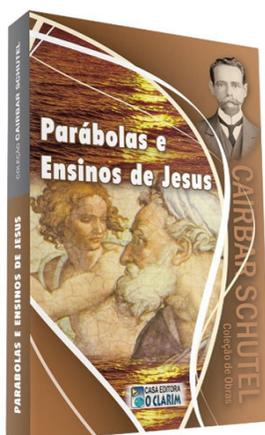
Partindo dos escritos de Denis, Adeilson dispõe em seu lançamento de uma forma leve e envolvente reflexões que fazem com que o pensamento do filósofo se mostre atual e, sim, dirigido aos jovens.

O famoso jornalista, professor e escritor André Trigueiro assegura no prefácio da obra:

Não conheço ninguém que se comunique melhor com a garotada. Adeilson aborda com absoluta naturalidade temas sensíveis às novas gerações como sexo, drogas, redes sociais, solidão, suicídio, entre outros assuntos. Ele se apropria do pensamento de Léon Denis para construir saborosas reflexões. É banquete para todos os paladares, com pitadas de humor, generosas porções de sabedoria, e amor à gosto. Recomendamos essa nutritiva degustação aos jovens de todas as idades, para ajudá-los a crescer e fazer da vida uma aventura que valha a pena.

E as sábias palavras de Denis resumem o propósito maior da obra:

Instruamos a juventude, esclareçamos sua inteligência; mas, antes de tudo, falemos ao seu coração.



**PARÁBOLAS E ENSINOS DE JESUS**  
Autor: Cairbar Schutel

Cairbar Schutel ressalta: "De fato, não é possível separar a religião desses outros fatores da elevação humana: moral, filosofia e ciência, assim como não podemos compreendê-la sem os fundamentos sólidos, objetivos e subjetivos da imortalidade". Páginas, escritas de maneira clara e objetiva, apresentam o entendimento racional no que diz respeito à interpretação das parábolas e ensinamentos de Jesus, à luz da Doutrina Espírita.

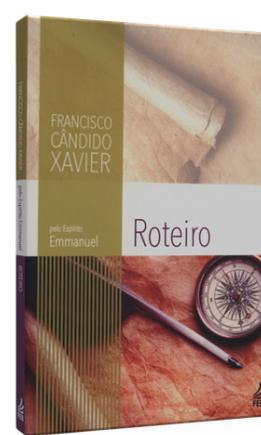
Preço: de ~~R\$ 45,90~~  
por R\$ 41,00  
Editora: O Clarim  
Gênero: Evangélicos  
Tamanho: 14 x 21 cm  
512 páginas



**O CONSOLADOR**  
Autor: Emmanuel | Médiun: Francisco C. Xavier

Organizado sob a forma de perguntas e respostas, esta valiosa obra oferece relevantes explicações sobre a Ciência, a Filosofia e a Religião — o triplice aspecto da Doutrina Espírita. Obra repleta de ensinamentos espíritas, O Consolador reúne rico material para referência e meditação, um curso completo oferecido pelo Espírito Emmanuel, com sábios esclarecimentos acerca de assuntos que nos levam a compreender o Espiritismo como o Consolador Prometido por Jesus.

Preço: de ~~R\$ 40,00~~  
por R\$ 36,00  
Editora: FEB  
Gênero: Filosófico  
Tamanho: 14 x 21 cm  
308 páginas



**ROTEIRO**  
Autor: Emmanuel | Médiun: Francisco C. Xavier

Neste livro, o pensamento apurado do autor espiritual apresenta lições inspiradas nos princípios espíritas iluminados pelo Evangelho. Objetivando orientar e alertar o homem para a busca constante do autoaperfeiçoamento, aborda assuntos como: a missão de Jesus, a mediunidade, a mente, o perispírito, a religião, o destino da Terra. São subsídios valiosos que permitem encontrar o verdadeiro caminho de libertação espiritual por meio da prática do amor incondicional.

Preço: de ~~R\$ 35,00~~  
por R\$ 31,00  
Editora: FEB  
Gênero: Mensagens  
Tamanho: 14 x 21 cm  
168 páginas



**LÉON DENIS FALA AOS JOVENS**  
Autor: Adeilson Salles

Léon Denis, Apóstolo do Espiritismo, é um dos grandes pensadores espíritas, continuador e consolador da obra de Allan Kardec.

Adeilson Salles é a referência maior no meio espírita para abordar temas da juventude.

Nesta obra, objetiva e ao mesmo tempo tocante, encontram-se as respostas a importantes questionamentos íntimos dos jovens. A linguagem leve e moderna conjugada com o belo e jovial projeto gráfico permite que o conhecimento de Denis seja ainda mais compreensível à juventude atual.

Preço: de ~~R\$ 39,00~~  
por R\$ 35,00  
Editora: Intervidas  
Gênero: Família  
Tamanho: 15,7 x 22,5 cm  
224 páginas