

O TREVO

Aliança Espírita Evangélica
Janeiro 2011
Nº 426

Fraternidade dos Discípulos de Jesus | Difusão do Espiritismo Religioso

Caderneta Pessoal *Espelho da vida*



INGRESSO FDJ
NA ARGENTINA

PARA TODA
VIDA

ENCONTRANDO
CORACÕES

LEMBRANDO O
PROFETA DE TIBET



Fraternidade dos Essênios

O Espírito possui um sacrário no mais íntimo de sua estrutura psíquica, onde a sabedoria e o amor de Deus se manifestam através das vozes sem som da própria consciência.

Falando ao Coração - Edgard Armond

O TREVO | Janeiro de 2011 | Ano XXXVI

Aliança Espírita Evangélica – Órgão de Divulgação da Fraternidade dos Discípulos de Jesus – Difusão do Espiritismo Religioso.

Diretor Geral da Aliança: Eduardo Miyashiro

Jornalista responsável: Rachel Añón – MTB: 31.110

Projeto Gráfico – Editoração: Thais Helena Franco

Conselho Editorial: Azamar B. Trindade, Catarina de Santa Bárbara, Eduardo Miyashiro, Elizabeth Bastos, Fernando Oliveira, Joaces Cardoso Ferreira, Luiz Amaro, Luiz Pizarro, Milton Gabbai, Miriam Gomes, Miriam Tavares, Páris Piedade Júnior, Rachel Añón, Renata Pires e Sandra Pizarro.

Colaboraram nesta edição: A.C. Gomes, Carla Beta, Carlos Henrique, Flavio Darin, Marcelo Ricardo Lemes Rebocho, Marlene Nogueira, Miguel Moura, Ricardo Sasso e Taqueo Kusaba.

Foto (capa): Photo Shutterstock

Redação: rua Francisca Miquelina, 259 – CEP 01316-000 – São Paulo-SP

Telefone (11) 3105-5894 fax (11) 3107-9704

Site: www.alianca.org.br

E-mail: trevo@alianca.org.br

Os conceitos emitidos nos textos são de responsabilidade de seus autores. As colaborações enviadas, mesmo não publicadas, não serão devolvidas. Textos, fotos, ilustrações e outras colaborações podem ser alterados para serem adequados ao espaço disponível. Eventuais alterações e edição só serão submetidos aos autores se houver manifestação nesse sentido.

SUMÁRIO

**4 RELEMBRANDO
ARMOND / HÁ 30 ANOS**

**5 FDJ
ENCONTRO ESPIRITUAL**

**6 ESCOLA DE APRENDIZES
AS REGRAS NA ESCOLA
INICIÁTICA II**

**7 ESCOLA DE APRENDIZES
CADERNETA PESSOAL E
ESFORÇO**

**8 TEMA DO MÊS
REFORMA ÍNTIMA**

**10 ESCOLA DE APRENDIZES
CADERNETA PARA UMA VIDA**

**11 ESCOLA DE APRENDIZES
ADESÃO À FERRAMENTA**

**12 MEDIUNIDADE
LEMBRANDO O PROFETA
DE TISBET**

**13 PRÉ- MOCIDADE
ENCONTRANDO CORAÇÕES**

MISSÃO DA ALIANÇA

Efetivar o ideal de Vivência do Espiritismo Religioso por meio de programas de trabalho, estudo e fraternidade para o Bem da Humanidade.



PARA TODA VIDA

Este é um dado
que deve ser
trabalhado ao
fazer da caderneta
um instrumento
para toda a vida

Todos nós, que fomos despertados para a vida espiritual e seus valores, ansiamos encontrar e disponibilizar o nosso melhor à vida. Mais do que isso, queremos servir e ser úteis, queremos amar e queremos ser amados. Deus, que não fica surdo e imóvel aos rogos das almas, um dia nos reuniu no ideal espírita para encontrarmos nossos anelos.

Na Seara Espírita, encontramos a gleba definida e as sementes abundantes. Cabendo-nos limpar a terra, adubá-la, lançar as sementes e cuidar da plantação. Da plantação que se faz em nós e nas almas que o Senhor nos confiou.

Reflexionando a imagem do trabalhar a terra, identificamos como seria dificultoso se não dispuséssemos de ferramentas adequadas e cooperação amiga para tal. Foi assim que a bondade divina nos encaminhou para a Escola de Aprendizes do Evangelho (EAE) e, por meio dela, nos equipou de inúmeras ferramentas, dentre elas, a nossa preciosa Caderneta Pessoal.

Todas as ferramentas que recebemos na EAE preenchem um espaço específico de nossas necessidades no caminho do aperfeiçoamento espiritual: tratamento espiritual, elevação e oração, Evangelho no Lar, Prece das Fraternidades, Caderno de Temas, exercícios de Vida Plena, Caderneta Pessoal, leitura espírita, educação e trabalho mediúnico, Caravanas de Evangelização e Auxílio, a Fraternidade dos Discípulos de Jesus (FDJ) etc.

Qualquer uma delas é vital na expansão e manutenção de nosso ideal espírita em algum momento de nossa vida pós-EAE.

Recente enquete, junto a 11 examinadores de Caderneta Pessoal de várias regionais, em relação ao grau de adesão dos futuros membros da FDJ à caderneta, apontou que somente cerca de 35% delas demonstram que seus donos fizeram deste instrumento um valor “para o resto da vida”. Os demais a utilizam como mais uma tarefa da EAE.

Este é um dado que deve ser trabalhado ao fazer da caderneta um instrumento para toda a vida. Temos vários companheiros que abandonaram, ou esfriaram em seu ideal de vivência espírita evangélica por terem sido “feridos de morte” em seus sentimentos que, se bem trabalhados, utilizando a caderneta como registro, muito provavelmente não teriam sido atingidos ou afetados.

Dedicamos assim esta nossa edição para que entendamos e usemos mais e melhor nossa Caderneta Pessoal.

Do diretor da Fraternidade dos Discípulos de Jesus

INDIFERENÇA

O comodismo, vivido durante séculos, deve ser agora substituído pela vivência desassomburada do Evangelho e não somente por seu conhecimento teórico.

Convém que recordemos as referências feitas pelo Divino Mestre, reafirmadas no Apocalipse de João, apontando as pessoas que não são frias nem quentes ante os esforços da redenção – *“Por não serdes frio nem quente, por serdes morno, vomitar-te-ei da minha boca”*, diz o Senhor.

A Doutrina Espírita é liberal e a ninguém obriga, mas, no consenso íntimo e cada um, devem ressoar bem fortes essas palavras do Senhor, clamando por atividades e atitudes abertas, francas e desassombradas, sinceras e espontâneas da vivência evangélica a única, aliás, que na realidade, con-

duz os homens, com segurança, pelos caminhos sacrificiais da libertação espiritual.

Além disso essa atitude de mornez é prejudicial até mesmo à plenitude das realizações do Plano Espiritual na Terra, pelo bem de sua humanidade, sobre a qual todos nós influímos por sermos parte dela.

E ainda mais: essa indiferença atinge certamente o coração do próprio Mestre, como um reflexo negativo de eternização dos sofrimentos, suportados por Ele mesmo quando conviveu conosco na Palestina, na tarefa misericordiosa de nos mostrar o verdadeiro caminho que leva ao Seu Reino Eterno.

Do livro Falando ao Coração – Item 59 – pág. 80

O ESPÍRITA ACIMA DO ESPIRITISMO?

Naquela manhã, em um dos nossos encontros rotineiros das sete horas, entabulamos interessante conversação com o companheiro Flávio em torno do carisma, esse halo misterioso de graça divina, que sutilmente se instala, envolvendo servidores de Jesus.

Em sua etiologia temos o público observador que, não compreendendo o trabalho consciente de humilde obreiro, vêem-no como grande missionário possuidor de dons celestiais, esquecendo-se de enxergar, no companheiro, a alma em evolução que a duras penas cumpre rigoroso programa para seu erguimento espiritual, resgatando pesadas dívidas no bem que faz ao próximo.

Concluimos que, havendo invigilância, todos estamos sujeitos a esse despertamento da vaidade e do orgulho.

Tudo o que dissemos foi muito bem aclarado pelo nosso Cmt. Armond, naquela mesma tarde, quando expúnhamos as nossas inquietações diante do complexo problema.

–“De um lado – disse-nos – estão os construtores do carisma, e a ação deletéria dos elogios e das lisonjas. Do outro, a aceitação do trabalhador, por invigilância. São os dois componentes necessários para esse processo de declínio espiritual com graves comprometimentos.”

E concluiu: – “Basta não o aceitemos e nos coloquemos em nosso lugar como obreiros endividados em busca da redenção, e estaremos, assim, livres desse fantasma que tem o desastoso poder de colocar o espírita acima do Espiritismo.”

*Jacques Conchon
O Trevo – Junho de 1983 -*

ENCONTRO ESPIRITUAL

Paulo Avelino

São surpreendentes os potenciais de expansão da consciência que a experiência mediúnica nos revela a cada dia no serviço espiritual. O transe mediúnico durou poucos minutos, mas mostraram-se saturados de imagens, emoções, sentimentos e percepções espirituais diversas. Tudo junto como se numa explosão de informações que depois tínhamos que juntar e traduzir.

Encontramo-la sentada em um banco de mármore branco trajando uma jardineira xadrez de tons azuis e creme. Ainda que tranquila, sentíamos na sua postura ereta a ansiedade pelo encontro. Para nós que já a havíamos conhecido madura na vida física, ela estava muito mais jovem e renovada. No rosto, meigo sorriso e, no geral, uma comovente sensação de paz e leveza no ser. Para nós, um pouco parecido com seu estado emocional nos seus últimos dias, quando a doença voraz consumia-lhe a vitalidade. Estava muito diferente da pessoa inquieta, impulsiva e geniosa dos primeiros dias de aluna na Escola de Aprendiz do Evangelho.

Trazia nas mãos, juntos, dois pequenos cadernos. Um mais escuro e outro de delicada capa florida em tons laranja e amarelo com bordas em bege.

Fitando-nos com carinho e consciente da exiguidade de tempo disponível nos comunicou:

“- Aqui venho trazer meu testemunho de Aprendiz do Evangelho no uso da Caderneta Pessoal, após a vida física. Veja que tenho comigo uma cópia da caderneta pessoal da Terra. Foi um presente dos amigos da FDJ (Fraternidade dos Discípulos de Jesus) deste novo plano de vida.

Quando despertei junto a eles, após meu desencarne, já trazia muitas reflexões de vida que a doença fatal de longa duração me convidou a fazer. Trazia, então, a necessidade de colocá-las em ordem junto a outras que o processo de desencarne provoca em nosso mundo íntimo. Foi então que os amigos diletos me disseram:

- Você já conhece excelente instrumento para sentir-se e organizar-se intimamente.

Lembrei-me da minha Caderneta Pessoal e desejei tê-la novamente comigo e, qual não foi minha surpresa, quando no outro dia me trouxeram a velha caderneta da EAE.

A primeira coisa que me surpreendi, tendo-a comigo novamente, foi que ao me por a ler, de fato, as palavras ali escritas eram como chaves energéticas a me religar aos fatos, ideias, desejos e emoções que se passaram comigo no momento em que as escrevi. Isso foi um fator marcante para eu rapidamente reencontrar meu caminho de harmonia mais profunda e meus anseios espirituais. Dizem os mentores amigos que o investimento que fiz na Terra, usando minha Caderneta Pessoal, fez com que eu pudesse

Dizem os mentores amigos que o investimento que fiz na Terra, usando minha Caderneta Pessoal, fez com que eu pudesse ganhar muitos anos, mesmo décadas, de auto-encontro aqui no mundo espiritual

ganhar muitos anos, mesmo décadas, de auto-encontro aqui no mundo espiritual, quando comparado com outros que não dispõem deste recurso.

Feito um balanço mais profundo de minha última romagem na Terra, senti-me motivada pelas pequenas, mas sólidas conquistas

que fiz em mim mesma. Comecei então estas novas anotações”, - mostrou o caderno de capa florida. “Agora, de forma mais descontraída, constante e segura eu invisto na minha nova Caderneta Pessoal consciente de seu contundente valor. Invisto, pois bem sei que para os enormes desafios do futuro e recordações do passado necessito estar, no agora, ciente de mim e fazer, com Deus e Jesus no coração, as melhores escolhas a cada passo, melhores para todos os envolvidos na minha vida.”

O transe mediúnico se esvanecia, sugando-nos de volta ao campo mental físico. Ainda pudemos registrar um beijo que ela lançava com a mão, endereçado aos filhos amados e ao esposo-amigo que ainda estão aqui.

Paulo é diretor da FDJ

AS REGRAS NA ESCOLA INICIÁTICA - II

GEESE

*"Disse-lhe Pilatos: 'Não ouves quantas coisas dizem contra ti?' Jesus, porém, não respondia a nada, de sorte que o governador se admirou muito."
Mateus, 27:13-14*

Regra do Silêncio

Uma das regras aplicadas aos membros novos dos grupos é que não devem falar do que ouviram na Escola, às pessoas estranhas a ela. Só percebemos a importância dessa regra (tirar vírgula) quando essa forma de falar se volta contra nós. Ela nos ajuda a não mentir – No sentido de falar coisas de que não conhecemos. Se após receber os primeiros ensinamentos, começarmos a falar sobre o que ouvimos e a exprimir opiniões, passamos a mentir. Somos impacientes, não nos damos o tempo suficiente, chegamos a conclusões cedo demais.

É um princípio da Escola não transmitir ideias, mas preservá-las e só comunicá-las dentro de condições que as protejam da deturpação, evitando que elas se deteriorem. A regra do silêncio é um teste, um exercício de vontade, memória e compreensão.

A Escola possui certas condições. Uma delas é que não devemos falar dos ensinamentos da Escola para pessoas que não a frequentam, e devemos nos lembrar disso. Devemos ter discrição. Isso ajuda enormemente a lembrar de si, por ir contra o hábito de falar.

Em uma Escola, nada se faz sem razão. A regra do silêncio é necessária pelo fato de que a conversa introduziria um fator novo, com resultado imprevisível. Se soubéssemos o que fazer sem regras, estas seriam desnecessárias. É também uma espécie de educação porque, ao obedecer às regras, criamos algo em nós. Não haveria suficiente atrito sem regras.

Cada regra tem múltiplos objetivos, mas nada podemos esperar exclusivamente delas. São apenas uma parte da Escola, uma ajuda.

O conhecimento adquirido, até começarmos a trabalhar pela Escola (terceira linha), ainda não pode ser utilizado para ajudar outras pessoas porque, se tentarmos fazer alguma coisa com a pouca quantidade de conhecimento que temos, o deturparemos. É necessário ter mais, pois só então poderemos julgar se podemos utilizá-lo ou não.

Tudo no sistema das Escolas deve ser explicado plenamente ou deixado absolutamente intocado e, para explicar uma coisa, temos que explicar outra. Essa é a dificuldade. Para nós, muitas coisas são fatos ou, deveriam sê-lo. Se as dissermos às pessoas que nunca passaram demoradamente por esse estudo, será algo como fé cega. Elas acreditarão ou não, e como essas coisas normalmente, contrariam as ideias correntes, será mais fácil não acreditar. Por que iríamos então criar mais descrentes? É impossível transmitir essas ideias de forma clara às pessoas que não as estudaram.

É difícil discutir algo sem que isso esteja impregnado daquilo que ouvimos na Escola. Porém, enquanto não se tornar fácil, nada podemos fazer; tudo se transformará e continuará sendo conversa. Somente quando pudermos nos manter em silêncio, conservando algo para nós mesmos, acumularemos mais conhecimento. Se furamos uma bola, o seu conteúdo escapa. Se fizermos um furo em nós mesmos, tudo também es-

capará. As regras são difíceis de manter porque, ao nos lembrarmos delas ao obedecê-las, acumulamos energia consciente. Essa é a principal razão da existência das regras.

É muito difícil guardar silêncio sobre as coisas que nos interessam. Gostaríamos de falar a todos aqueles a quem temos o hábito de confiar nossos pensamentos. Este é o desejo mais automático e o silêncio é a mais difícil forma de jejum. Se compreendermos ou seguirmos esta regra, será um exercício de lembrança de si e de desenvolvimento da vontade. Só um homem capaz de guardar silêncio, quando necessário, pode ser seu próprio amo.

Para muitos, notadamente os habituados a se considerarem sérios e sensatos ou silenciosos, com o gosto da solidão e da reflexão, é muito difícil reconhecer que a tagarelice é uma de suas características. Eis a importância do silêncio. Se um homem se lembra dele e toma a si a tarefa de observar-se, descobrirá lados de si que nunca notara antes.

Regra do Trabalho

Presume-se que os membros do grupo devam trabalhar. Ao contentarem-se em frequentar o grupo e não trabalhar, mas apenas imaginar que trabalham, ou se considerarem a Escola a simples presença, ou se vierem às reuniões para passar o tempo, considerando o grupo um local de encontros agradáveis, então sua "presença" se tornará completamente inútil. Quanto mais depressa forem afastados, ou partirem por sua própria conta, melhor será para eles e para os outros.

CADERNETA PESSOAL E ESFORÇO

Marcelo Ricardo Lemes Rebocho

“**A** ambição universal dos homens é viver colhendo o que nunca plantaram”. Esta frase é atribuída ao economista e filósofo escocês Adam Smith. Ela sintetiza o que vai dentro de todos nós, poupando um tempo valioso, para quem a assimila e aceita, na autoconstatação de uma realidade provinda do âmago de nossos desejos mais básicos.

O esforço, portanto, é necessário, mas poucas vezes desejado (salvo por aqueles que já se conscientizaram de sua imprescindibilidade) e isso fica bem evidenciado em qualquer mensagem espiritual séria, que sempre realça a necessidade de perseverança.

Como a Caderneta Pessoal não é fim ou objetivo, mas, sim, o meio pelo qual a pessoa se condiciona a perseverar no “conhece-te a ti mesmo”, implica em esforço não só nas anotações periódicas, mas também e principalmente no esforço de desnudar-se com a frequência necessária diante do tribunal da própria consciência. Graças a isso, a utilização não apenas mecânica e forçada, mas sim espontânea e mais focada na vivência das propostas de mudança ali registradas, leva o aprendiz a uma plena sintonia com uma das qualidades de “O Homem de Bem” (O Evangelho Segundo o Espiritismo – cap. XVII) que, dentre outros ensinamentos, nos alerta que: “O verdadeiro homem de bem é aquele que estuda as suas próprias imperfeições, e trabalha sem cessar em combatê-las. Todos os seus esforços tendem a permitir-lhe dizer, amanhã, que traz em si alguma coisa de melhor do que na véspera”.

Oh, mas como é difícil estudar imperfeições e trabalhar sem cessar em combatê-las! Estudar imperfeições é reconhecer equívocos na forma de conduzir nossa vida; e combatê-las sem cessar é praticamente nadar contra a correnteza dos impulsos a que estamos acostumados.

Um exemplo de esforço não só de, digamos, anotação (no caso, em uma carta), mas também de reforma íntima, são as sinceras palavras de Paulo, na Epístola aos Romanos, 7:14-20. Ali, quando diz que a lei que está em seus membros luta contra a lei da sua razão, Paulo deixa bem claro o esforço que o ser humano terá que empreender para que a razão, embasada nos exemplos de Jesus Cristo,

vença os instintos egoístas, ou seja, os defeitos que ainda estejam enraizados dentro de si.

Ao contrário do que possa parecer, somos, no presente momento, seres privilegiados já que dispomos de um professor chamado Jesus, seguido por um racional e destemido auxiliar chamado Espiritismo, além é claro desta valiosíssima e um pouco mais lúcida encarnação a nos proporcionar um recomeço mais firme no esforço da reforma íntima. Assim, não deixemos para outra encarnação o que podemos e devemos fazer agora.

Neste sentido, para encerrar, vale a pena lembrarmos-nos da conversa contida no livro *Reencarnação no Mundo Espiritual*, cap. 10, pag. 107, psicografado pelo médium Carlos A. Baccelli, ocorrida entre os espíritos Dr. Inácio Ferreira, autor espiritual do livro e um dos responsáveis pelo Hospital Esperança existente na erraticidade, e Rosendo, este paciente do hospital e mais um dos diversos espíritas desencarnados e desiludidos consigo mesmos ao se depararem com a realidade de falta de luz interior, embora muitos com extensa ficha de trabalhos meritórios dentro da doutrina:

“- Bendita seja a Reencarnação! - exclamou. - Mas devo, antes, me preparar um pouco mais... Se optasse por imediato regresso ao corpo, correria o risco de reincidir, o senhor não acha?

- Acho! [...] Você está certo: fortaleça-se primeiro! Trabalhe, estude e, sobretudo, medite, quanto puder, nos insucessos e frustrações em sua derradeira rotação no corpo. Efetue, você mesmo, um balanço do que fez e do que deixou de fazer. Há uma técnica que, talvez, possa lhe ser útil - ela tem sido utilizada por muitos de nós: escreva, nas páginas de um caderno, uma espécie de diário de auto-análise, procurando transferir para o papel, com toda a honestidade, os seus pensamentos a respeito de si... Chega, não é? De avaliar a vida alheia. Já fizemos doutorado em julgar os outros!”

Assim, esforçemo-nos para fazer a caderneta desde já e com honestidade, como diz o Dr. Inácio, para que, quando do outro lado, não nos surpreendamos por estarmos muito atrasados na tarefa essencial das nossas vidas: a nossa evolução espiritual.

Marcelo é da Regional SP-Norte

O verdadeiro homem de bem é aquele que estuda as suas próprias imperfeições, e trabalha sem cessar em combatê-las

Primeiro estágio

15/03/08 - Briguei novamente com o meu marido, parece que ele se incomoda tanto com isso, faz tudo de propósito, vive criticando sobre a minha ida ao centro para assistir as aulas, diz que estou perdendo tempo!

Observação

Dificuldade em olhar para si mesmo.
Sem sentimento

Segundo estágio

12/06/08 - Aquela discussão com o meu marido nesta altura foi um aprendizado. Neste momento devo controlar-me mais no aspecto da tolerância para com ele. Vou tentar evitar o confronto e a discussão de idéias, respeitando a sua opinião, o seu espaço, para que tenhamos harmonia.

Transferência

Começa a escrever sobre si mesmo.

Terceiro estágio

28/08/08 - Ultimamente tenho refletido muito sobre os meus sentimentos, principalmente no tocante ao orgulho. Em determinadas situações, sinto impulsos de tomar atitudes drásticas e acabo invariavelmente ferindo os sentimentos dos outros.

Reflexão

Introspecção, reflete sobre Quem Sou Eu? e Como Eu Sou?

Quarto estágio

05/12/08 - Novamente identifiquei o meu orgulho presente nesta caderneta. Preciso buscar dentro de mim uma forma de equilibrar este sentimento, que agora já está me incomodando.

Identificação

Início da mudança. O que preciso transformar em mim?

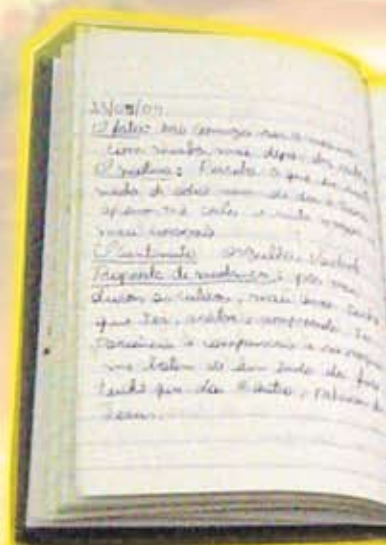
Recomendações úteis

- Falar de si próprio e não dos outros.
- Interiorizar-se, identificar e priorizar o sentimento a ser relatado.
- Relatar o sentimento na caderneta e não o comportamento.
- Mais adiante estabelecer uma proposta de mudança.

REFORÇO ÍNT

A prática da Caderneta

Na Escola de Aprendizagem, a auto-análise só se aplica às anotações da Caderneta, progressivamente sendo deixados os valores morais para trás, deixando para trás comportamentos alheios.



Para facilitar a compreensão das etapas, adotamos a evolução de sua descrição no decorrer da EAE. O aluno costuma fazer a anotação e o uso incorreto no aspe

FORMA TIMA

Pessoal além da teoria.

dizes do Evangelho,
rende na prática. As
derneteta Pessoal
focalizam no campo
is e sentimentos,
s as reações aos
eios.

Aceitação

Auto-aceitação.
O que preciso
transformar
em mim?

Quinto estágio

02/04/09 - *Ultimamente tenho buscado muito força e coragem para trabalhar o sentimento de orgulho. Este aprendizado está sendo muito difícil e doloroso, pois, não tinha a mínima noção de que o meu orgulho, pudesse trazer tantos descontroles de minha parte, e isto pudesse acarretar tantos transtornos aos outros!*

Ação Renovadora

Proposição de
ações concretas de
mudanças no
dia a dia.

Sexto estágio

14/07/09 - *Foi muito difícil reconhecer a existência do meu orgulho e neste momento através da minha conscientização adquirida na escola estou procurando melhorar a minha forma de agir. Sei que terei quedas, porque há momentos que eu ignoro determinadas posturas, mas sei que esta mudança de atitude é necessária, e exigirá de minha parte muito empenho e dedicação neste processo da reforma íntima.*

Transformação

Aquisição de
virtudes. Abandono
do Homem Velho e
construção do
Homem Novo.

Sétimo estágio

28/10/09 - *Em alguns momentos desta nova fase da minha vida consigo perceber que estou sendo um pouco mais humilde, ser mais compreensiva para com os todos, contendo os meus ímpetos e analisar-me melhor antes de tomar determinadas palavras ou atitudes. Fiquei muito surpresa e feliz com esta minha conquista.*

Testemunho

Registro
Espontâneo das
transformações
vivenciadas
no dia a dia

Oitavo estágio

08/01/10 - *Graças à escola e a minha caderneteta nesta fase da minha vida, consegui evoluir muito em controlar o meu orgulho. Estou mais contida, mais centrada, e consciente dos meus defeitos. E assim consegui melhorias no relacionamento familiar, e também no meu trabalho profissional; estou conseguindo manter assim um equilíbrio maior, evitando de ter quedas sucessivas.*



As apenas um determinado defeito para visualizar
O objetivo deste trabalho é mostrar como o aluno
foi na utilização da caderneteta.

A Caderneteta Pessoal representa para o aprendiz uma relíquia de valor estimativo, testemunha silenciosa dos esforços feitos, dos fracassos e dos êxitos; elemento de comparação nas mudanças que nele mesmo se operam; troféu de uma batalha que venceu contra si mesmo e contra as ilusórias atrações do mundo material; uma espécie de diário de atividades espirituais, sempre à mão, uma bússola que aponta e relembra compromissos de caminhos retos e conduta perfeita.
Edgard Armond, Guia do Aprendiz.

CADERNETA PARA UMA VIDA

Equipe Falando ao Coração

A renovação íntima é processo contínuo que se inicia na Escola de Aprendizes do Evangelho (EAE), e deve permanecer constante em nossa vida. Não existem transformações repentinas.

Para mudar comportamentos, nos forçamos a encarar dores e sentimentos. A EAE ensina o controle de si mesmo, o esforço na renovação interior, o treinamento progressivo da vontade, começando pelo combate aos vícios mais comuns para alcançar depois a transformação dos defeitos morais, o cultivo das virtudes, o exercício do amor ao próximo e da caridade desinteressada.

Ney Prieto, no *Manual Prático do Espírita*, diz que “precisamos trazer aos níveis do nosso consciente as manifestações características da nossa natureza animal: os vícios e os defeitos que denotam a predominância corpórea, material, sobre a espiritual, para que possamos cumprir a meta de elevarmo-nos. Depois que temos conhecimento das virtudes que nos libertam, pelo seu cultivo, das futilidades humanas, e nos predis põem a exercer o amor ao próximo, desenvolvemos nossa natureza espiritual. Há a necessidade imperiosa de nos tornarmos úteis em todos os sentidos, levando nossa contribuição ao próximo, cultivando o verdadeiro espírito de caridade desinteressada.”

Nossa acomodação dentro deste processo deve ser gradual, mas exercida de forma constante e firme. Pela excelência dos resultados, o uso da Caderneta Pessoal deve ser mantido ao longo de nossa vida.

No último Encontro de Dirigentes surgiram várias dicas para atingirmos este fim, que reproduzimos abaixo:

1. Reafirmar a si mesmo o valor do instrumento também como fortalecedor do crescimento espiritual, mantenedor do compromisso de renovação, registro de conquistas e caídas, estímulo ao crescimento.

2. Motivar-se a escrever mais, ter a Caderneta como “Amiga Diária”, com liberdade de expressar-se da forma como melhor ajude ao processo de reforma. Expressar seus “sentimentos” em relação à caderneta. Verificar a

amizade e amorosidade com a Caderneta.

3. Entender que a vida é regida por sentimentos e o modo pelo qual a Caderneta ajuda a identificar os sentimentos. Há diferença entre sentimento e comportamento e há relação entre eles.

4. Esclarecer-se sobre o lado “Sombra” e o lado “Luz” em nossa personalidade e que Reforma Íntima é fazer brilhar a “parte luz” e aceitar sua “parte sombra”. Ajudar a interiorização com oração em muita sintonia com o Anjo da Guarda e com o Plano Espiritual.

5. Compreender que a Caderneta é um instrumento de apoio à “vigilância constante” e que anotar na Caderneta nos amplia a capacidade de vigilância, e que a vigilância nos mantém no foco da evolução.

6. Trazer a si um melhor entendimento do “Reconhecer e Aceitar”. Vigiar para não cair no “perfeccionismo” e/ou no “derrotismo”.

7. Identificar os pontos de dificuldades no uso da Caderneta no curto, médio e longo prazos; valorizar os resultados objetivos: o que eu já melhorei.

8. Sempre lembrar que as anotações devem tanto ser de sentimentos “positivos” bem como dos “negativos”. Motivar-se ao uso da caderneta com ênfase no auto-amor para que o autoconhecimento não resvale para não aceitação ou culpa. Valorizar seus pontos positivos para usá-los no aperfeiçoamento dos demais, anotando uma lista de virtudes.

9. Aprender a colocar-se no lugar do outro; ser “exigente” consigo mesmo, mas com amor.

10. Estudar, pertencer a grupos de estudo sobre sentimentos, usando livros de reforma íntima como base.

11. Buscar o trabalho espiritual e o intercâmbio mediúnico como oportunidades de auto-conhecimento e fraternização.

Um sábio da antiguidade nos disse: CONHECE-TE A TI MESMO!

ADESÃO À FERRAMENTA

Companheiro da Regional São Paulo Centro, Ricardo Sasso apresentou a caderneta desde o Curso Básico

O Trevo - Fomos informados que na sua turma de EAE houve uma ótima adesão à caderneta pessoal. Como se passou?

Ricardo Sasso: Nós iniciamos a implantação desta importante ferramenta da iniciação desde o Curso Básico, logo na formação do grupo.

OT - Desde o Curso Básico! Como se deu isto?

RS - Primeiramente, me dispus questionar e escutar o que os alunos sentiam em relação a temas das aulas da Escola. Depois, solicitei que passassem a registrar estes sentimentos em um pequeno papel de lembrete. Esta restrição de espaço ajudou aos alunos a serem mais sintéticos no registro do que sentiam. O Caderno de Temas foi uma continuidade deste processo de identificar sentimentos em determinados temas, só que com mais espaço.

OT - E como se deu a implantação da Caderneta?

RS - Aproveitando o mesmo impulso inicial em que todos refletiam seus sentimentos, nós introduzimos a Caderneta Pessoal apenas como um instrumento onde escrevemos o que nós sentimos em nosso interior. Muito simples, sem medo.

OT - E qual foi a resposta do grupo a esta abordagem?

RS - Tivemos problemas no início, pois os alunos não queriam colocar os

seus sentimentos pessoais com o receio de se verem expostos. A ideia de um “confessionário” ainda existia na mente deles. Nossa ação foi esclarecer, com muita tranquilidade, que quando falamos dos nossos sentimentos não há certo ou errado e que o “juízo” deles é um mecanismo de controle de nossa mente.

OT - Você poderia explicar melhor este ponto?

RS - Expor nossos sentimentos sem o controle da nossa mente é, para muitos de nós, algo aterrador. Assim, logo percebi que nós, dirigentes, temos que pular primeiro senão ninguém vai pular. Apenas valorizarmos um depoimento de um aluno não é suficiente. Temos que ir além. Temos que sentir que todos estamos nos esforçando, juntos, sobre o que os nossos corações tem a dizer e não sobre o que nosso intelecto quer pensar. É sentimento!

Assim, o meu grande desafio foi expor aquilo que eu sentia e, com ajuda de meu mentor, consegui. E meus alunos, com a ajuda de seus mentores amigos, também têm conseguido.

OT - O que você destacaria desta experiência para os dirigentes?

RS - Esta pode ser uma das tantas formas de sucesso para se implantar a Caderneta Pessoal em nossas EAAs e que, com coragem, aquela que nasce no coração conseguimos chegar ao nosso interior e alcançar a outros níveis de consciência sobre nós.

LEMBRANDO O PROFETA DE TISBET

Marlene Nogueira

Vamos
despertar, para
não sermos
asfixiados pelas
incertezas

O rei Acasias mandou que um oficial fosse com cinquenta soldados prender o profeta Elias. O oficial o encontrou sentado no alto de um morro e disse: “Homem de Deus, o rei mandou você descer daí”. Ele respondeu: “Se eu sou um homem de Deus, que venha fogo do céu e mate você e seus soldados”. No mesmo instante, desceu fogo do céu e matou o oficial e seus soldados. Mais uma vez, o rei envia um oficial e cinquenta soldados, e o fato se repete.

Vemos na aula da EAE (Escola de Aprendizes do Evangelho), ao estudar o capítulo 9 do Iniciação Espírita, que após acirrada disputa e saindo-se vencedor, o profeta mandou degolar 400 sacerdotes, comprometendo-se ainda mais espiritualmente por esta atitude no campo da lei da Ação e Reação.

Possuidor de extraordinária mediunidade, de fé inabalável, confiança absoluta, viveu em uma época onde a reforma íntima estava muito distante do espírito humano. Entre o médium Elias e os médiuns da atualidade há muitas coisas que não sabemos compreender por enquanto. O que temos certeza é que reforma íntima desenvolve nossas potencialidades psíquicas, nos aproximando da espiritualidade superior.

Busquemos esse convívio, a fim de melhor desenvolver o senso moral e vivenciarmos a ética do amor, como discípulos conscientes do que queremos. Nós podemos usar a força mental, capaz de movimentar energias em favor do bem, quando soubermos vencer o mau

que ainda reside em nós mesmos, com o uso sistematizado dos instrumentos oferecidos pela EAE, e pelas palavras de Jesus em Mateus 10-20, “Porque não sois vós quem falarão, mas o Espírito de vosso Pai que habita em vós”.

E assim teremos compreensão da nossa missão mediúnica, colocando à disposição dos espíritos superiores os recursos e possibilidades que a mediunidade oferece para nosso crescimento espiritual e auxílio ao próximo.

Vamos despertar, para não sermos asfixiados pelas incertezas.

Façamos da nossa mediunidade um caminho iluminado, conforme nos convida esta Mensagem, recebida em 1963, retirada de Testemunhos Mediúnicos:

*Levantai-vos, irmãos, levantai,
A seara vos chama ao labor.
Vinde todos saudar o nosso Rei,
Vinde ovelhas, saudar vosso pastor.
Despertai, Universo que dorme,
O Evangelho a todos conduz,
A veredas de paz e de luz,
Ao caminho iluminado, que é Jesus.
Preparai-vos, preparai-vos,
Chegou o consolador,
A divina entidade,
O espírito de Luz, paz e amor.
Levantai nações,
Levantai também,
E unidos saudemos ao Rei.
Despertai, deserto,
Venha ajudar
Os anjos no seu cantar
Jesus Cristo, Salvador.*

ENCONTRANDO CORAÇÕES

Carla Betta

Em nosso II Encontro de Dirigentes de Pré-Mocidade (Piracicaba, 2010) discutimos “O Papel dos dirigentes de Pré-Mocidade” enquanto motivador e catalisador do encontro entre os corações dos jovens da Pré-Mocidade: consigo próprio, com o outro, com a sociedade.

Durante o evento, encontramos nossos próprios corações e os de nossos companheiros de ideal e de trabalho na seara do Mestre. Confraternizamos. Crescemos.

Ouvimos uma história que consta do livro (págs. 150 a 167): Remotos Cânticos de Belém, do autor Wallace Leal V. Rodrigues.

Refletimos que, ao caminharmos rumo ao nosso desenvolvimento espiritual, nossos corações encontram Jesus e, com isso, o amor e a alegria de servir. Concluimos que seguir o exemplo do personagem “abade Hans” é imprescindível:

- Relegar a segundo plano os prazeres da vida material em função de um BEM MAIOR, para que o nosso gelido coração se transforme em luz e cor, flores e harmonia, paz e felicidade.

- Perseverar em nossa estrada, transpondo os obstáculos do caminho, as adversidades da vida, pois o que nos espera é a exuberância do milagre do nascimento de Jesus em nossos corações, que aquece a nossa alma e a nossa existência.

- O nosso esforço para, por meio do nosso exemplo de fé e perseverança, tocar os corações endurecidos pela vida e pela ignorância, para que também descubram as alegrias legítimas do Caminho do BEM, da VERDADE e da VIDA.

- Ter FÉ no homem e na sua possibilidade de transformação. Acreditar na centelha divina existente em cada um de nós. Nós podemos ser a faísca que acende esse fogo divino naquele que precisa, e recebe um voto de confiança para que caminhe rumo ao bem.

- Compartilhar resultados e problemas, não se posicionar sozinho: consultando nossos companheiros, as coordenações e a diretoria do trabalho de Pré-Mocidade e da Aliança.

- Amar incondicionalmente a todos (parece fácil...) e visar o bem comum de todos indiscriminadamente.

- Acreditar no poder autotransformador do jovem,

independente da realidade em que esteja inserido e dos atos ou atitudes praticadas até então. Quem somos nós para julgar quem se transformará ou não? Lembremo-nos que Santo Agostinho e Francisco de Assis foram jovens de equivocados comportamentos em suas respectivas juventudes, ANTES de se decidirem pela reforma íntima, pela mudança de seus valores, até que a luz de Cristo-Jesus resplandecesse em seus corações.

Na história acima referida, um dos personagens - ao se arrepender sinceramente- busca a redenção no isolamento. Uma solução que nos incomoda, mas, segundo o livro Mananciais no Deserto, do autor Lettie Cowman, no capítulo “22 de janeiro”, é preciso lembrar que a pausa faz parte da música e enriquece a melodia :

“Na melodia da nossa vida, a música é interrompida aqui e ali por “pausas”, e nós, sem refletir, pensamos que a melodia terminou (...) Mas, como é que o maestro lê a pausa? Ele continua a marcar o compasso com a mesma precisão e toma a nota seguinte com firmeza, como se não tivesse havido interrupção alguma (...) Deus segue um plano ao escrever a música de nossas vidas. A nossa parte deve ser aprender a melodia, e não desmaiar nas pausas.”

Portanto, nosso papel também pode ser, em alguns momentos, nos recolhemos para melhor avaliarmos o nosso trabalho de servidores do Cristo, repensando-nos, possibilitando que a evolução se esboce, se desenhe e se materialize em nós.

Do mesmo modo, nossos jovens podem por vezes parecer estagnados, mas -como jardineiros de JESUS - plantemos as sementes da autoconfiança, do amor próprio, dos ensinamentos de AMOR do meigo rabi da Galileia, que essas sementes florescerão.

E, como na história, nos regozijaremos, pois brotarão rosas de Natal inusitadas, ainda que nos invernos da vida, nos corações dos dirigentes e dos jovens da Pré-Mocidade, das formas mais surpreendentes.

Em nosso trabalho, é importante que tenhamos a perspectiva e a crença no esplendoroso Jardim que a luz de Cristo fará em nós, e em todas as criaturas que conseguimos emocionar com a nossa fé.

Carla é coordenadora regional da Pré-Mocidade de Piracicaba.

EAE a Distância
Alfenas/Minas Gerais
Regional Vale-Centro

“Nos caminhos da espiritualização o progresso se mede em milímetros.”

A natureza não dá saltos. Nossa escada evolutiva deve ser feita de forma consciente e cautelosa para ser sólida. O progresso se mede em milímetros para transformar em centímetros. Começamos com o primeiro passo que se dá pelo esforço, e passo a passo, conquistamos os caminhos da espiritualização.

Cesar Antunes Cerqueira

Sociedad Espírita Amalia D. Soler
Loberia/Argentina
Regional Exterior

“Delante de la noche no acuse a las tinieblas. Aprenda a ser luz.”

En los diferentes acontecimientos de la vida nuestra vision pesimista prevalece y es por eso que muchas veces no vemos la parte positiva de todo aprendizaje. Devo aprender a focalizar mi mente, corazón y palabra en la parte que me corresponde a mi cambiar, poniendo ese granito de arena para contribuir y aprender a sacar la parte buena de todas las cosas. Haciendo ese esfuerzo estaré ayudando en la obra de Jesús.

Adriana Daguer - 8.^a turma

F.E. Sementes de Luz
Mauá/SP
Regional ABC

“Ajude sem exigências, para que os outros o auxiliem sem reclamações.”

Procuo ajudar as pessoas sem exigências porque precisam de ajuda e não de humilhação, que causa dor e tristeza na alma. Ajudar ao próximo não é só com coisas materiais, mas as palavras de carinho e compreensão tocam o coração.

Imaculada Conceição P. Oliveira - 3.^a turma

GEAE Limeira
Limeira/SP
Regional Piracicaba

“Ajude conversando. Uma boa palavra auxilia sempre.”

Sempre que percebo alguém precisando de ajuda, penso a respeito e quero ajudar. Não sou de muito falar. Podem pensar que não me importo, porém, quando encontro a solução, busco ajudar. Devo aprender a me expressar melhor, não ter medo de falar, gosto de falar quando tenho certeza das coisas.

Mario Massita Jr. - 7.^a turma

CEAE Aclimação
São Paulo/SP
Regional SP-Centro

“Diante da noite não acuse as trevas. Aprenda a fazer lume.”

Sempre fui otimista, mas, em alguns momentos, deixei as trevas terem espaço. Com a EAE, pouco a pouco, compreendendo as coisas como elas são e enxergar o lado bom de tudo o que acontece. Em momentos vejo a luz de minha oração esclarecer muitas coisas que não compreendia.

Carla Ferraz de Oliveira - 6.^a turma

G.I. Redentor
Santo André/SP
Regional ABC

“Falar pouco e certo é dizer muito em poucas palavras.”

Muitas palavras que saem de minha boca são reflexos de minha luta íntima. Essa confusão interna ecoa em minha fala, impondo, por vezes, em discussões minhas ideias, que julgo verdades absolutas. Com os ensinamentos da EAE consigo me colocar como ouvinte, aprendo a falar pouco e certo, que é dizer muito.

André Osti Moura - 41.^a turma

CEAE Genebra
São Paulo/SP
Regional SP-Centro

“Deus é a fonte do bem; o mal é criação dos homens.”

Já crie muitos problemas com a minha imaginação.

Valorizei problemas, me sentindo a pior das criaturas e me complicando mais. Hoje, sinto que estou crescendo com as dificuldades e desafios. Vejo a ação da providência divina em minha vida. Deus dá a oportunidade de crescer com os obstáculos.

Fernanda Bignardi Padilha - 109.^a turma

CAE Geraldo Ferreira
Santo André/SP
Regional ABC

“Levante o caído. Você ignora onde seus pés tropeçarão.”

Sempre que posso, procuro ajudar pessoas necessitadas. Mesmo assim, sei que posso ‘baixar a guarda’ a qualquer momento e acabar tropeçando. Por isso procuro estar alerta e a EAE me ajuda na compreensão do auxílio ao próximo.

Paulo Henrique Marais Pini - 38.^a turma

C.E. Edgar Armond
Santo André/SP
Regional ABC

“A verdade liberta e estimula para a redenção.”

Na EAE comecei a ter consciência dos meus defeitos e iniciei minha reforma íntima. Foi difícil identificar meu maior defeito que é o orgulho, mas, na medida em que o tempo foi passando, trabalhei e continuo trabalhando isso dentro de mim. Ter essa consciência doeu, mas é meu estímulo para a redenção.

Jaqueline C. M.Vilar - 34.^a turma



Novos discípulos na Argentina

Já se espera que o ambiente espiritual de uma cerimônia de ingresso na FDJ seja elevado, de profunda emoção e enlevo. Mas, no caso dos oito novos discípulos argentinos que, em singelo grupo se reuniram na sede da Sociedad Espiritista Bezerra de Menezes, em Mar del Plata, o alto sentido de espiritualidade e amor fraternal será para sempre um registro inesquecível na lembrança dos participantes.

No domingo, 14 de novembro, às 9h00 ocorreu a cerimônia privativa, congregando os seis discípulos da 8a. turma do C. E. Amalia Domingo Soler, da cidade de Loberia: Rosa Martiarena, Adriana Daguer, Leonilda Russo, Alejandra Martiarena, Silvina Rodriguez, Angela Altuna, a nossa querida Angelita que dirigiu esta turma reunindo novos e antigos discípulos – que já haviam ingressado mas que resolveram refazer a Escola de Aprendizes naquele que é o mais antigo grupo da Aliança fora do Brasil. E, da cidade anfitriã de Mar del Plata, ingressaram: Beatriz Aprea, na 5a. turma do C.E.Edgard Armond, dirigida pelo César Correa; e Hugo Eduardo Valetti, da 2a. turma da Sociedad Universal, dirigida por Mirian Puñual.

A cerimônia pública que se sucedeu foi uma demonstração de gratidão e carinho aos amigos e familiares que nos acompanham em nossa missão na Terra, concluindo com o enunciado marcante do Compromisso do Discípulo. E, para fortalecer as atividades da Aliança na Argentina, a partir das 11h30, foi realizado o “Encuentro Bimestral” em que se reúnem os grupos da Aliança em Loberia e Mar del Plata, revezando-se para multiplicar o conteúdo dos módulos da Reunião Geral da Aliança, encontro que reforça o sentido do ideal no coração dos aliancistas neste país irmão.

Encontro com a Regional SP-Leste

No encontro da Diretoria da Aliança com a Regional SP-Leste, realizado em 5/12/2010, no Centro Espírita Caminho e Vida (Vila Ré), os objetivos foram confraternizar, esclarecer, receber ajuda e ouvir sugestões ou pedidos, como vem acontecendo já há algum tempo nessas reuniões da diretoria com as regionais.

Assim, em um ambiente alegre e fraterno, após a preparação e a mensagem espiritual, passou-se à apresentação das Casas, momento em que cada representante falava sobre uma lembrança boa e significativa da Casa representada por ele: coisas simples, mas que tocaram profundamente a todos.

Na sequência, falamos sobre o 37º aniversário da Aliança e refletimos o quanto trabalhamos e avançamos nesse período.

Falamos sobre o tema “Conceito de Aliança” e exercitamos nesse momento os valores da nossa Aliança. Muitos de nós colocamos nossos sentimentos a esse respeito e o significado de fazermos parte desse movimento.

Pudemos conversar e refletir também sobre a importância do Planejamento Estratégico Espiritual e sobre as mudanças que devem ocorrer na busca de novas lideranças e na preparação da Aliança do futuro. Comentamos que a RGA de 2011 – Descentralizada simboliza este momento de mudança e esta nova postura.



CURSO DE ESPIRITISMO

0800-110164

HORÁRIO COMERCIAL



Falando ao Coração

Fomos encaminhados a este planeta para sofrer as experiências que ele oferece e receber os esclarecimentos de que necessitamos neste ponto de nossa trajetória e, por isso, devemos suportar sem nenhuma queixa o que pesar sobre nós, e só pedir auxílio quando o sofrimento ameaçar o equilíbrio orgânico, que nos cumpre manter com os recursos materiais aqui existentes.

O termo das provações virá quando as dívidas estiverem pagas, corpo e espírito modificados para melhor, e o coração se abrir para o amor aos semelhantes.

Os sofrimentos de hoje são os alicerces da felicidade espiritual de amanhã.