

Amigos da Leitura Espírita do Grupo Irmã Angélica**Feliz Natal e Próspero Ano Novo**

Aos queridos companheiros irmãos de jornada.
Aos leais e dedicados trabalhadores de todos os departamentos da casa.

Obrigado por acreditarem.

Obrigado por fazerem dos nossos os seus sonhos.

Que 2005 seja repleto de muita "PAZ" e muita LUZ.

Estes são os votos do "G.E.I.A."

**Filme - Indicação do Mês**

Neste mês, o filme indicado é: **"Contato"**

No universo há bilhões de galáxias, cada uma delas com milhões de estrelas e um incalculável número de planetas e de satélites.



Permita-se aventurar pela vastidão do universo, alcançando as estrelas mais distantes, aproximando-se da verdade, sem com isso sentir-se insignificante ou solitário.

Participe da corajosa jornada de Ellie Arroway. Com certeza, você nunca mais olhará para o céu estrelado da mesma forma.

Página **8**

Ainda nesta edição:

**Aniversariantes de
Dezembro do Clube do
Livro**

Página **2**

**Conheça os temas e
expositores da Reunião
de Sábado.
Dezembro/04 e
Janeiro/05**

Página **4**

**Auto Ajuda:
Dor e sofrimento, um
texto de Armando
Correa de Siqueira Neto**

Página **5**

**Promoção Humana:
Uma nova proposta de cresci-
mento e aprendizado, nesta
tarefa de amor e caridade**

Página **7**

Leitura do Mês

O Livro indicado é:
**Doutrinação - A Arte do
Convencimento.** O livro procura
mostrar de maneira clara, utilizando
a metodologia trabalhada nas
reuniões de desobsessão. Boa
Leitura



Página **4**

Clube do Livro ALEGrIA

O Livro deste mês, você não pode perder:
"Na Presença do Amor"



Conheça Brigitte.Orfã, rica, dominadora, egoísta
Acometida por seríssima obsessão, foi internada em manicômio
como alienada mental.

Comover, emocionar-se e conhecer o entrosamento da
vida nos planos em que ela se desdobra. Obra do médium Eulinir
Aquino. Preço de Capa - R\$ 23,00. Preço para sócio - R\$ 10,00

Página **6**

www.geiacl.com.br

Este é o novo endereço do nosso site.

Agora com muito mais espaço. Você pode
encontrar: livros da codificação e outros autores para
download, inclusive todos os números do
"Reformador" - de 1997 até 2004.

Muitas mensagens e a história do nosso Grupo.

Faça sua parte na divulgação da Doutrina
Espírita. Divulgue o endereço entre sua lista de
amigos. Aguardamos você.

Nosso email: geiacl@geiacl.com.br

Página **12**

Artigo de Mural

Ligar o Desconfiômetro

Richard Simonetti



Durante três décadas, participei de um grupo de visitaçao a hospitais. Levávamos uma palavra amiga, particularmente aos enfermos solitários, tão carentes de calor humano.

Freqüentemente, topávamos com pessoas vitimadas por facadas, tiros, socos, pontapés...

Jamais encontramos alguém disposto a assumir alguma culpa. Eram sempre vítimas.

Iam passando...

Apartavam uma briga...

Sofreram um assalto...

O mesmo ocorre nas prisões.

Sentenciados proclamam-se injustiçados, vítimas da polícia, dos promotores e magistrados...

Acontece com os piores facínoras.

Criminosos notórios por suas maldades, dos tipo Adolfo Hitler (1889-1945), Joseph Stalin (1879-1953), Saddam Hussein (1937), Slobodan Milosevic (1941), Osama Bin Laden (1957), responsáveis por atrocidades abomináveis, julgam-se pessoas maravilhosas, nobres idealistas, santos missionários!

Trazem o “desconfiômetro” desligado.

Possuem uma visão glamourizada de si mesmos.

Enxergam o mundo por lentes egocêntricas, incapazes de reconhecer suas mazelas e a perversidade que lhes marca o comportamento.

Não se trata de uma deficiência isolada, mas de uma tendência globalizada.

Como o egoísmo é a inspiração das ações humanas, tenderemos a ver o mundo pela ótica de nossos desejos e interesses, comprometendo-nos em desvios de comportamento e desajustes, sem nos darmos conta disso.

- ★ O viciado não reconhece sua dependência.
- ★ O adúltero reclama insatisfação conjugal.
- ★ O assaltante alega lutar pela sobrevivência.
- ★ O maledicente imagina defender a verdade.
- ★ O usurário pretende ser econômico.
- ★ O ditador julga-se um missionário.

Falta-lhes um referencial, algo que lhes permita distinguir o certo do errado, o justo do injusto...

O Evangelho é, sem dúvida, o código celeste que sinaliza a melhor atitude, o comportamento ideal.

Há um problema: Tendemos a examiná-lo também pela ótica de nossos interesses e limitações, distorcendo-o ao sabor de nossas conveniências.

Um pregador exaltava o perdão como virtude cristã essencial à nossa estabilidade íntima.

E citava Jesus, em Mateus, 5:39:

- Eu, porém, vos digo: Não resistais ao mal que vos queiram fazer. Se alguém vos bater na face direita, oferecei-lhe a outra.

Mal terminara a leitura, um homem aproximou-se e deu-lhe valente tapa no rosto.

Sentindo-se testado, nosso herói moveu lentamente a cabeça, oferecendo-lhe a outra face.

O impertinente o esbofeteou novamente.

Eis que se deu o inusitado: o pregador pulou em cima do agressor, derrubando-o e desferindo-lhe uma saraivada de socos e pontapés.

Contido e questionado pelos fiéis, explicou:

- O Evangelho manda que ofereçamos a outra face a quem nos bate. O que acontece depois, se ele reincide, é por nossa conta! Entendi que aquele atrevido precisava de uma lição.

Levando a orientação evangélica ao pé da letra, segundo suas conveniências, não entendeu que Jesus usava uma imagem forte para demonstrar que jamais devemos revidar ao mal com o mal.

Razoável que contenhemos o agressor, mas inconcebível, à luz do Evangelho, que desçamos à agressividade.

A doutrina Espírita situa-se como poderosa lente, permitindo-nos uma visão mais clara e incisiva dos valores evangélicos.

Nas manifestações dos chamados Espíritos sofredores, em reuniões mediúnicas, vemos o que nos aguarda na espiritualidade.

Por mais parcial e benevolente seja o julgamento que fazemos de nós mesmos, é impossível nos furtamos à comparação com aqueles que nos antecederam.

Colhendo as conseqüências de mazelas e imperfeições que cultivaram na Terra, representam o nosso futuro, o que nos espera, se insistirmos em idêntico comportamento, induzindo-nos a uma providência elementar e altamente salutar:

Ligar o desconfiômetro!

Livro: Para Rir e Refletir - Página 83 - Richard Simonetti

Clube do Livro
Aniversariantes do Mês!!
Dezembro - 2004

☺ Paola Carolina Aparecida de Souza -----	03/12
☺ Ana Carolina Beato Armond -----	05/12
☺ Conceição Aparecida Alves de Oliveira -----	05/12
☺ Henrique Papatela Pereira -----	06/12
☺ Rosemary Dutra Evangelista -----	06/12
☺ Gisele da Conceição Avelar -----	09/12
☺ Lucimar Ribeiro -----	15/12
☺ Luciana Campos Neves -----	16/12
☺ Marly Carmem de Souza Paixão -----	19/12
☺ Rosana Aparecida Augusto Pereira -----	23/12
☺ João Lúcio de Carvalho -----	26/12
☺ José Luiz Guerardi Pinto -----	31/12
☺ Tatiana Gomes de Faria Beato -----	31/12

Parabéns



Felicidades!

“Ao lado de uma coragem que age, existe uma coragem que aceita.”

Reeducando-se com o Evangelho

Capítulo X

Bem-Aventurados os Que São Misericordiosos

O Arqueiro e a Trave no Olho

Como é que vedes um arqueiro no olho do vosso irmão, quando não vedes uma trave no vosso olho? - Ou, como é que dizeis ao vosso irmão: Deixa-me tirar um arqueiro ao teu olho, vós que tendes no vosso uma trave? - Hipócritas, tirai primeiro a trave ao vosso olho e depois, então, vede como podereis tirar o arqueiro do olho do vosso irmão. (S. MATEUS, cap. VII, vv. 3 a 5.)

Os Que São Misericordiosos

Uma das insensatezes da Humanidade consiste em vermos o mal de outrem, antes de vermos o mal que está em nós. Para julgar-se a si mesmo, fora preciso que o homem pudesse ver seu interior num espelho, pudesse, de certo modo, transportar-se para fora de si próprio, considerar-se como outra pessoa e perguntar: Que pensaria eu, se visse alguém fazer o que faço?

Incontestavelmente, é o orgulho que induz o homem a dissimular, para si mesmo, os seus defeitos, tanto morais, quanto físicos.

Semelhante insensatez é essencialmente contrária à caridade, porquanto a verdadeira caridade é modesta, simples e indulgente.

Caridade orgulhosa é um contra-senso, visto que esses dois sentimentos se neutralizam um ao outro.

Com efeito, como poderá um homem, bastante presunçoso para acreditar na importância da sua personalidade e na supremacia das suas qualidades, possuir ao mesmo tempo abnegação bastante para fazer ressaltar em outrem o bem que o eclipsaria, em vez do mal que o exalçaria?

Por isso mesmo, porque é o pai de muitos vícios, o orgulho é também a negação de muitas virtudes. Ele se encontra na base e como móvel de quase todas as ações humanas.

Essa a razão por que Jesus se empenhou tanto em combatê-lo, como principal obstáculo ao progresso.

Atire a Primeira Pedra

Não julgueis, para não serdes julgados. Atire a primeira pedra aquele que estiver sem pecado. Não julgueis, a fim de não serdes julgados; - porquanto sereis julgados conforme houverdes julgado os outros; empregar-se-á convosco a mesma medida de que voz tendes servido para com os outros. (S. Mateus, cap. VII, vv. 1 e 2.)

Então, os escribas e os fariseus lhe trouxeram uma mulher que fora surpreendida em adultério e, pondo-a de pé no meio do povo, disseram a Jesus:

- "Mestre, esta mulher acaba de ser surpreendida em adultério; ora, Moisés, pela lei, ordena que se lapidem as adúlteras. Qual sobre isso a tua opinião?"

Diziam isto para o tentarem e terem de que o acusar.

Jesus, porém, abaixando-se, entrou a escrever na terra com o dedo. Como continuassem a interrogá-lo, ele se levantou e disse: - "Aquele dentre vós que estiver sem pecado, atire a primeira pedra."

Em seguida, abaixando-se de novo, continuou a escrever no chão. Quanto aos que o interrogavam, esses, ouvindo-o falar daquele modo, se retiraram, um após outro, afastando-se primeiro os velhos.

Ficou, pois, Jesus a sós com a mulher, colocada no meio da praça. Então, levantando-se, perguntou-lhe Jesus:

- "Mulher, onde estão os que te acusaram? Ninguém te condenou?"

- Ela respondeu: "Não, Senhor."

Disse-lhe Jesus: "Também eu não te condenarei. Vai-te e de futuro não tornes a pecar." (S. JOÃO, cap. VIII, vv. 3 a 11.)

"Atire-lhe a primeira pedra aquele que estiver isento de pecado", disse Jesus. Essa sentença faz da indulgência um dever para nós outros, porque

ninguém há que não necessite, para si próprio, de indulgência.

Ela nos ensina que não devemos julgar com mais severidade os outros, do que nos julgamos a nós mesmos, nem condenar em outrem aquilo de que nos absolvemos.

Antes de profligarmos a alguém uma falta, vejamos se a mesma censura não nos pode ser feita. O reproche lançado à conduta de outrem pode obedecer a dois móveis: reprimir o mal, ou desacreditar a pessoa cujos atos se criticam.

Não tem escusa nunca este último propósito, porquanto, no caso, então, só há maledicência e maldade. O primeiro pode ser louvável e constitui mesmo, em certas ocasiões, um dever, porque um bem deverá daí resultar, e porque, a não ser assim, jamais, na sociedade, se reprimiria o mal.

Não cumpre, aliás, ao homem auxiliar o progresso do seu semelhante? Importa, pois, não se tome em sentido absoluto este princípio: "Não julgueis se não quiserdes ser julgados", porquanto a letra mata e o espírito vivifica.

Não é possível que Jesus haja proibido se profligue o mal, uma vez que ele próprio nos deu o exemplo, tendo-o feito, até, em termos enérgicos. O que quis significar é que a autoridade para censurar está na razão direta da autoridade moral daquele que censura.

Tornar-se alguém culpado daquilo que condena noutrem é abdicar dessa autoridade, é privar-se do direito de repressão. A consciência íntima, ao demais, nega respeito e submissão voluntária àquele que, investido de um poder qualquer, viola as leis e os princípios de cuja aplicação lhe cabe o encargo.

Aos olhos de Deus, uma única autoridade legítima existe: a que se apóia no exemplo que dá do bem. E o que, igualmente, ressalta das palavras de Jesus.

Aconteceu...

Ö No Centro Cultural "Narciso de Queirós", dia 31 de outubro a palestra: "Higiene Mental – Doenças do Corpo e do Espírito", cujo expositor foi o Psicólogo Espírita de Belo Horizonte, Emerson Pedersoli, promoção do Grupo Espírita Paz. Parabenizamos o referido grupo por ter nos proporcionado momentos preciosos de reflexão e aprendizado.

Ö No dia 27 de novembro, aconteceu o 3º encontro das Mocidades em nossa casa. Foram momentos de muita alegria. Com estes encontros vamos conseguindo criar laços de amizade entre as Mocidades, fazendo despertar em nossos jovens o sentimento de união que deve existir entre as casas. Afinal, eles serão o futuro das casas espíritas.

Fique por dentro...

☒ 10/12/1874 - Nasce na cidade de Icó, Ceará, Manuel Viana de Carvalho, um dos maiores oradores espíritas do Brasil.

☒ 11/12/1847 - A família Fox transfere-se para Hydesville, passando a morar na casa que será palco dos memoráveis fenômenos de efeitos físicos.

☒ 11/12/1761 - Nasce Joana Angélica, em Salvador, Bahia. É uma das encarnações conhecidas de Joanna de Ângelis, na qual foi abadessa no convento da Lapa.

☒ 15/12/1859 - Nasce Lázaro Luiz Zamenhof, o criador do Esperanto.

"Quem perde o valor, tudo perde."

Reunião Pública - Sábado - 16:00 hs Escala de Temas e Expositores Dezembro - 2004

Data	Tema	Orador
04 - Dezembro	Escolha das Provas	Claudenir
11 - Dezembro	Sexo Perante o Espiritismo	Meyre
18 - Dezembro	Amai-vos e Intruí-vos	Ricardo

Janeiro - 2005

Data	Tema	Orador
08 - Janeiro	Aborto à Luz da Doutrina Espírita	Marquinhos
15 - Janeiro	Obsessão e Desobsessão	Meyre
22 - Janeiro	Depois da Morte	Ricardo
29 - Janeiro	Lei de Ação e Reação	Valéria

Leitura - Nós Recomendamos

“Doutrinação: A Arte do Convencimento”

O livro *Doutrinação - A Arte do Convencimento* procura mostrar de maneira clara, utilizando a metodologia trabalhada nas reuniões de desobsessão, o que o doutrinador necessita para o seu correto desempenho e como ele deve utilizar seus conhecimentos e valores na doutrinação de Espíritos. Enfoca as qualidades morais e as aquisições intelectuais como imprescindíveis, (...)

Em sua parte prática, descreve casos onde o doutrinador atende e dialoga com Espíritos(...)

Enriquecendo o trabalho, os casos selecionados para compor o livro foram, na medida do possível, os que permitiram relacioná-los com a vida e a obra de grandes vultos da literatura ou mesmo da filosofia. Tal fato tornou a obra mais consistente e mais bela, rica em detalhes, na maioria das vezes, desconhecidos pelo público.

Acredito que seja um livro indispensável para médiuns, doutrinadores e simpatizantes do tema.

Boa Leitura, mas acima de tudo, boa prática.

Autor - Luiz Gonzaga Pinheiro



Reuniões e Estudos:

Reunião Pública - Estudo e Passes:

Quarta-Feira - 19:30 hs.

Sábado - 16:00 hs

Reunião Estudo da Doutrina Espírita - CIDE:

Sábado - 15:00 hs.

Campanha do Quilo:

Todo 2º Sábado do mês - 14:00 hs.

Mocidade Espírita:

Sábado - 17:00 hs

Evangelização Infantil:

Quarta-Feira - 19:30 hs

Sábado - 16:00 hs.

Promoção Humana

Domingo - 08:30 hs

Esperamos por você. Participe!

Atividades Realizadas aos Domingos - Dezembro 2004

Quadro I - Curso X Monitores		Domingo			
Curso	Monitor	1º	2º	3º	4º
Crochê	Niva		X		X
Tricô	Cristina		X		X
Vagonite	Célia / Mariléia		X		X
Manutenção/Elétrica	Alexandre / Sérgio		X		X
Peças Texturizadas	Lourdinha		X		X
Ponto Cruz	Lucy Mary	X		X	
Fitas	Lucimar / Lethícia	X		X	

Quadro II - Evangelizadores X Temas de Aula

Domingo	Evangelizadores
1º Domingo	Íris / Lilian / Nivaldo
2º Domingo	Vanilda / Aparecida
3º Domingo	Meyre / Lúcia / Mariléia
4º Domingo	Nathália / Valéria

Quadro III - Oradores X Temas Palestras

Data	Tema	Orador
05 - Dezembro	Os Opostos - pág.: 105	Marquinhos
12 - Dezembro	Aparências - pág 109	Angela
19 - Dezembro	Galho Verde - pág.: 113	Ricardo

“A fraqueza dos meios humanos é causa de força. Jesus é o mestre do impossível.”

Auto Ajuda...

Dor e Sofrimento na Evolução Humana

Armando Correa de Siqueira Neto

Não se prenda às suas tristezas, contudo não deixe de vivê-las. Nem lá, nem cá. Observe calmamente e saboreie estes momentos, pois se encerra neles, justamente, a oportunidade de crescer e evoluir quanto ao desenvolvimento humano e ascender a condições melhores de sabedoria e amor. Todos queremos o céu, mas esquecemo-nos da trajetória, procurando adiar a caminhada. Dor e sofrimento fazem parte da natureza que habita em nós. São elas as formas pelas quais nos incomodamos e reagimos, e assim damos novos passos. E, mesmo sem perceber, modificamos o que fomos há pouco ou muito. É uma tentativa vã fugir das mudanças.

Vivenciar a dor e o sofrimento com menor receio nos aproxima de nós mesmos, levando-nos ao autoconhecimento, elemento crucial para que vivamos em maior plenitude. Quanto mais nos conhecemos e nos aceitamos, tanto melhor crescemos. Enxergando-nos com honestidade, abre-se a chance de modificar o que entendemos que deva ser modificado. Enganar-se, retarda qualquer modificação de nossa parte. É tarefa difícil compreender que o sofrimento existencial é um componente de nossa dinâmica de se viver, ao contrário, o enxergamos como um castigo, ou uma punição apenas.

Por outro lado, é justo almejar a alegria e o contentamento. Entretanto, é a eles que pretendemos nos apegar, procurando desconsiderar o seu oposto: as aflições. Vivemos a época da busca incontrolável pelo prazer. Busca-se o extremo nesta direção, e isso faz clara oposição a qualquer dissabor. Cria-se muita dificuldade em aceitar o que não faz parte do mundo prazeroso. É claro que se trata apenas de uma ilusão, mas ela tem poderosa força e ganha adeptos em crescente velocidade. São idéias que nos chegam de fora e as incorporamos.

Crescemos aprendendo desta forma, e com isso nos tornamos presas fáceis da própria falta de conhecimento acerca de si mesmos, por não permitir o acesso que leva ao conhecimento do mundo de dentro.

Cuidado, não maldiga os momentos em que as aflições estão presentes, e tampouco tente fugir. A recusa implica em atraso, em lentas passadas nas viagens que temos pela frente. Mude aos poucos a percepção a respeito destas condições. Perceba as vantagens que podem ser aproveitadas, ainda mais se aceitarmos a inevitabilidade de ter que passar por estes momentos.

Conquiste a calma necessária para lidar melhor mediante os sofrimentos da vida. Conhecer a este respeito já nos oferece uma posição privilegiada.

Com o sofrimento, o choro chega também, e ele traz alívio. É um amigo que conforta, deixando clara a sua missão: expressar o que vem do âmago, e ao mesmo tempo consolar.

Se precisarmos reduzir o sofrimento, temos o recurso natural: o chorar. Chore, e lembre-se da sábia frase de Jesus: “Bem-aventurados os que choram, porque eles serão consolados”.

Confie em si mesmo, nas suas sensações e reflexões. Crie mais nas coisas que emanam de seu interior, elas são legítimas. As alegrias e aflições formam-se dentro de nós, e por esta razão, dizem respeito ao destino que lhes daremos.

De que maneira nós as trataremos? É uma decisão particular,

que pode até ser dividida e receber apoio, todavia é único o encaminhamento a ser dado.

Os momentos em que nos recolhemos e ficamos introspectivos e mais reservados devem ser aproveitados para uma bela e frutífera viagem interior. Nela, nos permitimos acessar sentimentos e situações diversificadas, como um relacionamento rompido e ainda aberto, um medo mediante certa decisão a ser tomada, mágoa, frustração, etc.

Temer menos a dor e o sofrimento aumenta a capacidade de se superar e aceitar, cada vez melhor, os reverses da vida. Amplia as chances de evolução.

Há uma frase que descreve com propriedade as razões da aflição: “Quanto mais numerosos os espinhos, mais belas serão as rosas”. Permitamos-nos ao convívio mais abrangente de tantas coisas que ainda não ocupam o espaço necessário e enriquecedor de nossas vidas.

Fonte: O Mensageiro

Conversando Conosco

A Caridade Nunca Falha

Quem escolhe intenções elevadas no desempenho de suas atividades, jamais esbarra em fracasso.

Quem perdoa de coração qualquer ofensa, não aloja o arrependimento no íntimo.

Quem se vê incompreendido ao elaborar o ato digno, recebe em seu favor a compreensão da Misericórdia de Cima.

Quem visa o interesse do próximo na obra em curso, somente descobre motivos para confiar no próprio êxito.

Quem estuda para ajudar a outrem com o facho do conhecimento, invariavelmente alcançará o aprendizado.

Quem se sacrifica para minorar o sofrimento daqueles que lhe rodeiam a marcha, demanda novos domínios da felicidade essencial.

Quem se esforça por viver o amor puro sob qualquer aspecto, acerta sempre no instante de definição.

Eis, por que, assevera o Apóstolo aos irmãos de Corinto: - “A caridade nunca falha”.

Realmente, a caridade expressa a perfeição dentre as manifestações da criatura e dimana, em seus fundamentos, do Amor Infinito de Deus.

Um ato de caridade traz em si a argamassa indestrutível da Eterna Perfeição, composta de sabedoria e justiça, trabalho e solidariedade, confiança e paz.

O erro torna-se inexequível ao espírito quando o coração perdoa sem condições, estuda com dignidade ou trabalha desinteressadamente.

Assim, a luz da caridade jamais se extingue.

Onde surge, as controvérsias transformam-se em colóquios fraternais, a tristeza rende-se à alegria, o desânimo perde a razão de ser e as almas aceleram o vôo na esteira evolutiva.

Muitos aprendizes da Verdade pesquisam sofregamente a fórmula ideal para a vitória na Vida, no entanto, ela aí brilha à mão de qualquer um, estruturada na gradação infinita da caridade.

Busquemos, pois, prosseguir sem falhas. Volta o olhar para o cosmo interior e procede à avaliação da própria conduta segundo o câmbio único da virtude sublime e estarás vivendo, em ti mesmo, a batalha sem derrotas, o itinerário sem desvio, a luta sem quedas e a luz sem sombras, sob o benefício d’Aquele que é Todo-Amor e Todo-Justiça.

Emmanuel - Espírito / F. C. Xavier, Waldo Vieira - Médiuns “Ideal Espírita”, ed. CEC

“Assim como no céu há muitas moradas, assim existem muitos caminhos que levam até lá.”

**Aprendendo
com**

Kardec



“O Livro dos Espíritos”

96 - São iguais os Espíritos, ou há entre eles qualquer hierarquia?

“São de diferentes ordens, conforme o grau de perfeição que tenham alcançado.”

97 - As ordens ou graus de perfeição dos Espíritos são em número determinado?

“São ilimitadas em número, porque entre elas não há linhas de demarcação traçadas como barreiras, de sorte que as divisões podem ser multiplicadas ou restringidas livremente. Todavia, considerando-se os caracteres gerais dos Espíritos, elas podem reduzir-se a três principais. Na primeira, colocar-se-ão os que atingiram a perfeição máxima: os puros Espíritos. Formam a segunda os que chegaram ao meio da escala: o desejo do bem é o que neles predomina. Pertencerão à terceira os que ainda se acham na parte inferior da escala: os Espíritos imperfeitos. A ignorância, o desejo do mal e todas as paixões más que lhes retardam o progresso, eis o que os caracteriza.”

98 - Os Espíritos da segunda ordem, para os quais o bem constitui a preocupação dominante, têm o poder de praticá-lo?

“Cada um deles dispõe desse poder, de acordo com o grau de perfeição a que chegou. Assim, uns possuem a ciência, outros a sabedoria e a bondade. Todos, porém, ainda têm que sofrer provas.”

99 - Os da terceira categoria são todos essencialmente maus?

“Não; uns há que não fazem nem o mal nem o bem; outros, ao contrário, se comprazem no mal e ficam satisfeitos quando se lhes depara ocasião de praticá-lo. Há também os levianos ou estouvados, mais perturbadores do que malignos, que se comprazem antes na malícia do que na malvadez e cujo prazer consiste em mistificar e causar pequenas contrariedades, de que se riem.”

100 - Escala Espírita - Observações Preliminares

Ver Livro dos Espíritos - página 87

Estude as Obras de Kardec:



Livro do Mês



“Na Presença do Amor”

Neste mês de dezembro estaremos entregando aos sócios do clube ALEGRIA, o livro:

Na Presença do Amor

Conheça a história de Brigitte.

Órfã, rica, cresceu estimulada a dominar.

Egoísta, odiou, e em consequência disso, colheu muitos dissabores.

Acometida por seríssima obsessão, foi internada em manicômio como alienada mental.

Apesar disso, sempre foi amada pelo marido, filhos e amigos. Com o amparo de corações nobres na Terra e socorrida por benfeitores espirituais durante o sono do corpo físico, consegue recuperar-se.

Afastado o espírito que a atormentava, uma nova vida começa. Com este romance o leitor vai se comover, emocionar-se e conhecer o entrosamento da vida nos planos em que ela se desdobra, entendendo que o amor é o mais eficaz antídoto contra a obsessão e que deve ser presença indispensável em nossas vidas.

Assunto - Romance Espírita

Médium - Eulinir Aquino

Espíritos - Arthur

Formato - 14 X 21 cm - 200 páginas - Papel off-set 75g

Preço de Capa - R\$ 23,00

Preço para sócio - R\$ 10,00



Observação: Se você gostou do livro acima, e ainda não é sócio, preencha a ficha de inscrição abaixo e participe do nosso Clube do Livro. Aguardamos você.

Clube do Livro - Ficha de Inscrição

Nome: _____

Endereço: _____

Bairro: _____ Cidade: _____

Cep: _____ Estado: _____ Telefone: _____

Data: ____ / ____ / 20____ Data Nascimento: ____ / ____ / _____

Assinatura

Envie sua ficha para: Grupo Espírita Irmã Angélica - Rua Aristides Alencar - nº 277 - Fundos - Bairro São Sebastião
Conselheiro Lafaiete - MG - Cep : 36.400-000 ou Ligue 3761-5401(Ricardo) ou 3761-5261 (Claudenir)

“Homem de êxito é aquele que procurou o que há de melhor nos outros e deu o melhor de si mesmo.”

Promoção Humana

Ah! Esses nossos queridos irmãos que são chamados assistidos. Quantas coisas temos que aprender com eles.

Quanta paciência eles demonstram perante as dificuldades que a vida lhes apresentam.

Quanta tolerância com tantos “nãos” que escutam.

E os olhares das crianças ... Que já nos olham aguardando a “bronca” mesmo sem terem feito nada, afinal de contas na maioria dos contatos recebem distanciamentos.

Quantas histórias, quanto sofrimento; quantas esperanças de melhora que estes queridos nos passam.

No começo pensamos em assisti-los, mas com o decorrer do trabalho proposto, foi uma assistência de ambos lados.

Aos poucos as amizades começaram a serem feitas, a afinidade foi surgindo e uma grande família foi estruturada pouco a pouco.

Como temos orgulho destes nossos amigos, que nos mostram que a vida é feita de oportunidades. Dê a eles uma, que eles serão receptivos.

É claro que nem todos são assim. Talvez a maioria não seja.

Concordamos que seja uma minoria que aceita o convite para o crescimento interior, para vencer as próprias limitações e aprenderem.

Aprenderem não somente cursos, mas aprender reformular as suas vidas. Resolvem a crescer; enquanto a maioria somente interessa pelo alimento material.

Realmente são poucos que aproveitam as oportunidades.

Mas pensando bem, são poucos os espiritas que também desejam crescer e aprender através do trabalho voluntário.

Obrigado aos nossos queridos assistidos da casa.

Obrigado amigos por nos lembrar sempre da Parábola dos Talentos.

Ser Jovem

A juventude não é um período da vida, ela é um estado de espírito, um efeito da vontade, uma qualidade da imaginação, uma intensidade emotiva, uma vitória da coragem sobre a timidez, do gosto da aventura sobre o amor ao comodismo.

Não é por termos vivido um certo número de anos que envelhecemos...

Envelhecemos porque abandonamos o nosso ideal.

Os anos enrugam o rosto – renunciar ao ideal, enrugam a alma

As preocupações, as dúvidas, os temores, os desesperos são inimigos que lentamente nos inclinam para a terra e nos tornam pó antes da morte.

Jovem é aquele que se admira, que se maravilha e pergunta, como a criança insaciável: E depois?

Que desafia os acontecimentos e encontra alegria no jogo da vida.

És tao jovem quanto a tua fé.

Fim de Ano - Adeus 2004

Por mais pieguas que seja a frase: “pôxa o ano acabou!” - é a que mais temos escutado..

O ano se finda. 2004 está prestes a se tornar mais um ano que passou em nossas vidas. Um ano em que conseguimos conquistar coisas, perdemos algumas, planejamos de um jeito e saiu de outro. Enfim, mais um ano de conquistas e perdas.

Talvez as perdas sejam mais marcantes pelo fato da tristeza e frustração serem causas de traumas e bloqueios, enquanto alegrias somente momentos.

Entre quedas, escorregões e reerguidas vamos seguindo o nosso caminho, escrevendo a nossa história. Uma história, quem sabe, não é a que consideramos a ideal, mas é a nossa.

Mas não é a tristeza e nem as decepções que vamos valorizar neste momento.

A vida é feita de momentos, dentre os quais temos a liberdade de escolher quais serão usados como referências de experiências e quais serão esquecidos.

Com certeza quando paramos e pensamos, temos uma imagem, um porque positivo em nossas mentes – você.

Sim, você. Por que não? É você que nos motiva a buscar o melhor dentro das nossas limitações, que não são poucas, para trazer palavras que não se refiram a uma ilusão ou um comportamento impossível, mas as que retratam esperança e realidade.

Esperança de que quando realmente desejamos, nós conseguimos fazer a diferença, e quando não conseguimos alterar o panorama físico ou material, com certeza conseguimos mudar a nossa atmosfera psíquica e espiritual.

Obrigado por você permitir que penetremos em seu coração através da palavra impressa em nosso simples e humilde jornal.

Que o “ALEGrIA” tenha sido para você igual ao que foi para nós – motivo de muita alegria.

Oração do Amanhecer

Senhor!

No silêncio deste dia que amanhece, venho pedir-te a paz, a sabedoria e a força.

Quero olhar hoje o mundo com olhos cheios de amor; ser paciente; compreensivo, manso e prudente, ver além das aparências teus filhos como Tu mesmo os vês, e assim não ver senão o bem em cada um.

Cerra meus ouvidos a toda calúnia.

Guarda minha língua de toda maldade.

Que só de bênçãos se encha meu espírito.

Que eu seja tão bondoso e alegre, que todos quantos se achegarem a mim sintam Tua presença.

Reveste-me de Tua beleza, Senhor, e que no decurso deste dia, eu te revele a todos.



Filmes que abordam alguns princípios da Doutrina Espírita



Observação: a indicação destes filmes não significa que os princípios abordados estejam inteiramente de acordo com a Doutrina Espírita. O estudo da Doutrina Espírita é indispensável para uma interpretação correta. Se você conhece algum filme e quer divulgar escreva para nós ou mande um e-mail: geiaci@bol.com.br

Contato

Título original: Contact / Direção: Robert Zemeckis

No universo há bilhões de galáxias, cada uma delas com milhões de estrelas e um incalculável número de planetas e de satélites.

Acreditar que nessa imensidão cósmica só haja vida inteligente na Terra é algo inconcebível para Ellie Arroway (Jodie Foster), uma astrônoma solitária e independente, que desenvolve pesquisas a esse respeito.



Após incansáveis anos de trabalho e de resistência por parte de opositores ao seu projeto, Ellie consegue captar um sinal vindo de Vega, uma estrela situada há 26 anos-luz daqui.

Imagine qual seria a reação das pessoas diante de uma notícia dessas ... Histeria de uns, incredulidade de outros, desejo de tirar vantagem disso por parte de alguns, além de toda a imprensa do mundo em busca de dados a respeito. O filme descreve essa imagem de modo muito criativo e bem-humorado.

Se por um lado Contato é incontestavelmente um filme de ficção-científica, baseado em um livro homônimo de Carl Sagan, por outro em nada se assemelha com a maior parte dos filmes do gênero.

Não espere ver monstros gosmentos e cheios de antenas sair da barriga de ninguém, tampouco qualquer clichê dessa natureza.

Aliás, Contato não é um filme previsível.

Além da temática da pluralidade dos mundos habitados, ele aborda ainda, de modo inusitado, a velha questão: ciência versus religião. A cientista racional e cética que acredita ser a fé uma forma de ilusão coletiva, por ironia do destino, acaba se apaixonando por um teólogo, Palmer Joss (Mathew McConaughey), um defensor da idéia de que 'a ciência matou Deus'.

As belíssimas imagens do cosmos - efeitos de computação gráfica de excelente qualidade - são de tirar o fôlego. Os diálogos, inteligentes e precisos, permitem-nos compreender os personagens, seus dramas e suas reais motivações - as quais nem sempre são nobres ou aceitáveis.

Por fim, somente mais algumas observações: deixe-se contatar.

Permita-se aventurar pela vastidão do universo, alcançando as estrelas mais distantes, aproximando-se da verdade, sem com isso sentir-se insignificante ou solitário.

Participe da corajosa jornada de Ellie Arroway. Com certeza, você nunca mais olhará para o céu estrelado da mesma forma.

Por: Kely Cristina Laurentino Silveira.

Site: www.feparana.com.br



Cantinho da Criança **Um Natal Diferente**

“Enche-se de alegria a alma da gente,
Árvores e enfeites são expostos novamente.
A Humanidade inteira diz: “Hosanas, Jesus”!
O Menino Missionário envolto em plena luz

Mestre Amado, este ano não ceiarei com meus parentes.
Pois as festas do mundo não me farão contente!
Irei, sim, às antigas pontes, às fétidas favelas esquecidas,
Onde há tanta gente desvalida:
Anciãos que se encontram oprimidos
Sob o guante do frio e da fome
Que a miséria escarnece e consome!

Na vitrine dos “Shopping” vi
Um computador de última geração.
Pensei em meu filho e disse-lhe: “Hoje, não.”

Porque vi também uma choça velha no fim da avenida
E uma criança pobre, espavorida.
Atrás do vendedor de algodão.

Enquanto castanhas e nozes,
Palmitos, passas, ameixas e outras iguarias enfeitam a mesa farta
Dos corações que se distraem na fantasia,
Alguém, de ânimo abatido e estômago vazio,
Comtempla seu fogão e sombrio
Olhando as labaredas do fogo trepidante.

Jesus, quero rejubilar-me como José e Maria.

Naquela noite, em Belém da Judéia, na estrebaria
Quero ser a anônima benfeitora,
A humilde pastora;
E sair, para abraçar outros irmãos.

Por um momento, quero deixar o meu lar.
Amigos, parentes e presentes, pois estes
Podem por mim esperar...

Mestre
Quero comemorar vosso Natal
No meio daquela gente.
Pois a Doutrina Espírita me ensinou
Que será este vosso maior presente.”

Mariângela Fernandes de Freitas

Criança: Leia e medite sobre a mensagem transmitida pelo poema de Mariângela Fernandes de Freitas, a generosa poetisa de Martins e Umarizal, no Rio Grande do Norte.

Conheça o Espiritismo

Uma Nova Era Para a Humanidade

Doutrina Espírita ou Espiritismo

O Que é:

“ É o conjunto de princípios e leis, revelado pelos Espíritos Superiores, contidos nas obras de Allan Kardec que constituem a Codificação Espírita: *O Livro dos Espíritos, O Livro dos Médiuns, O Evangelho Segundo o Espiritismo, O Céu e o Inferno e A Gênese.*”

“ “O Espiritismo é uma ciência que trata da natureza, origem e destino dos Espíritos, bem como de suas relações com o mundo corporal.” *Allan Kardec - O Que é Espiritismo - Preâmbulo.*”

“ “O Espiritismo realiza o que Jesus disse do Consolador Prometido: conhecimento das coisas, fazendo que o homem saiba donde vem, para onde vai e por que está na Terra; atrai para os verdadeiros princípios da lei de Deus e consola pela fé e pela esperança.” *Allan Kardec - Evangelho Segundo Espiritismo - Cap VI - item 4.*”

O Que Revela

“ Revela conceitos novos e mais aprofundados a respeito de Deus, do Universo, dos Homens, dos Espíritos e das Leis que regem a vida.

“ Revela ainda, o que somos, de onde viemos, para onde vamos, qual o objetivo da nossa existência e qual a razão da dor e do sofrimento.

Sua Abrangência

“ Trazendo conceitos novos sobre o homem e tudo o que o cerca, o Espiritismo toca em todas as áreas do conhecimento, das atividades e do comportamento humanos, abrindo uma nova era para regeneração da Humanidade.

“ Pode e deve ser estudado, analisado e praticado em todos os aspectos fundamentais da vida, tais como: científico, filosófico, religioso, ético, moral, educacional, social.

Seus Ensinos Fundamentais

“ Deus é a inteligência suprema, causa primária de todas as coisas. É eterno, imutável, imaterial, único, onipotente, soberanamente justo e bom.

“ O Universo é criação de Deus. Abrange todos os seres racionais e irracionais, animados e inanimados, materiais e imateriais.

“ Além do mundo corporal, habitação dos Espíritos encarnados, que são os homens, existe o mundo espiritual, habitação dos Espíritos desencarnados.

“ No Universo há outros mundos habitados, com seres de diferentes graus de evolução: iguais, mais evoluídos e menos evoluídos que os homens.

“ Todas as leis da natureza são leis divinas, pois que Deus é o seu autor. Abrangem tanto as leis físicas como as leis morais.

“ O homem é um Espírito encarnado em um corpo material. O perispírito é o corpo semimaterial que une o Espírito ao corpo material.

“ Os Espíritos são seres inteligentes da criação. Constituem o mundo dos Espíritos, que preexiste e sobrevive a tudo.

“ Os Espíritos são criados simples e ignorantes. Evoluem, intelectual e moralmente, passando de uma ordem inferior para outra mais elevada, até a perfeição, onde gozam de inalterável felicidade.

“ Os Espíritos preservam sua individualidade, antes, durante e depois de cada encarnação.

“ Os Espíritos reencarnam tantas vezes quantas forem necessárias ao seu próprio aprimoramento.

“ Os Espíritos evoluem sempre. Em suas múltiplas existências corpóreas podem estacionar, mas nunca regridem. A rapidez do seu progresso

intelectual e moral depende dos esforços que façam para chegar à perfeição.

“ Os Espíritos pertencem a diferentes ordens, conforme o grau de perfeição que tenham alcançado: Espíritos Puros, que atingiram a perfeição máxima; Bons Espíritos, nos quais o desejo do bem é o que predomina; Espíritos Imperfeitos, caracterizados pela ignorância, pelo desejo do mal e pelas paixões inferiores.

“ As relações dos Espíritos com os homens são constantes e sempre existiram. Os bons Espíritos nos atraem para o bem, sustentam-nos nas provas da vida e nos ajudam a suportá-las com coragem e resignação. Os imperfeitos nos induzem ao erro.

“ Jesus é o guia e modelo para toda a Humanidade. E a Doutrina que ensinou e exemplificou é a expressão mais pura da Lei de Deus.

“ A moral do Cristo, contida no Evangelho, é o roteiro para evolução segura de todos os homens, e sua prática é a solução para todos os problemas humanos e objetivo a ser atingido pela Humanidade.

“ O homem tem o livre-arbítrio para agir, mas responde pelas conseqüências de suas ações.

“ A vida futura reserva aos homens penas e gozos compatíveis com o procedimento de respeito ou não à Lei de Deus.

“ A prece é um ato de adoração a Deus. Está na lei natural e é o resultado de um sentimento inato ao homem, assim como é inata a idéia da existência do Criador.

“ A prece torna melhor o homem. Aquele que ora com fervor e confiança se faz mais forte contra as tentações do mal e Deus lhe envia bons Espíritos para assisti-lo. É este um socorro que jamais se lhe recusa, quando pedido com sinceridade.

Prática Espírita

“ Toda prática espírita é gratuita, como orienta o princípio moral do Evangelho: “Dai de graça o que de graça recebestes”.

“ A prática espírita é realizada com simplicidade, sem nenhum culto exterior, dentro do princípio cristão de que Deus deve ser adorado em espírito e verdade.

“ O Espiritismo não tem sacerdotes e não adota e nem usa em suas reuniões e em suas práticas: altares, imagens, andores, velas, procissões, sacramentos, concessões de indulgência, paramentos, bebidas alcoólicas ou alucinógenas, incenso, fumo, talismãs, amuletos, horóscopos, cartomancia, pirâmides, cristais ou quaisquer outros objetos, rituais ou forma de culto exterior.

“ O Espiritismo não impõe os seus princípios. Convida os interessados em conhecê-lo, a submeterem os seus ensinamentos ao crivo da razão, antes de aceitá-los.

“ A mediunidade, que permite a comunicação dos Espíritos com os homens, é uma faculdade que muitas pessoas trazem consigo ao nascer, independentemente da religião ou da doutrina doutrinária de vida que adotem.

“ Prática mediúnica espírita só é aquela que é exercida com base nos princípios da Doutrina Espírita e dentro da moral cristã.

“ O Espiritismo respeita todas as religiões e doutrinas, valoriza todos os esforços para a prática do bem e trabalha pela confraternização e pela paz entre todos os povos e entre todos os homens, independentemente de sua raça, cor, nacionalidade, crença, nível cultural e social. Reconhece, ainda, que “o verdadeiro homem de bem é o que cumpre a leis de justiça, de amor e de caridade, na sua maior pureza.”

“ “Nascer, morrer, renascer ainda e progredir sempre, tal é a lei.”

“ “Fé inabalável só o é a que pode encarar frente a frente a razão, em todas as épocas da Humanidade.”

“ O estudo das obras de Allan Kardec é fundamental para o correto conhecimento da Doutrina Espírita.

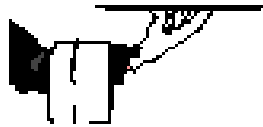
Campanha de Divulgação do Espiritismo - Promovida pela Federação Espírita e pelo Conselho Espírita Internacional.

“Sempre somos capazes de dar algo mais; mesmo nas pedras germinam as flores.”

CULINÁRIA - GEIA

Econômica e Saudável.

Receitas e Dicas de Cozinha



Compota de Maça

Ingredientes - 10 maçãs; 02 caixinhas de gelatina sabor framboesa (gelatina diet ou comum - opcional); 03 copos (requeijão) de água; 03 envelopes de adoçante ou 03 colheres (sopa) de açúcar (estes dois são opcionais).



Modo de Preparo: Descasques e tire as sementes da maçã, deixando-as inteiras, ou se desejar, corte-as ao meio, coloque-as numa panela de pressão com gelatina já dissolvidas nos 03 copos de água, deixe descansar de um dia para o outro.

No dia seguinte, coloque a panela de pressão no fogo e assim que ela começar a chiar espere mais 05 minutos e desligue; deixe esfriar e despeje num pirex e coloque para gelar.

Obs: se for colocar o adoçante ou o açúcar, misture junto com a gelatina.

Sirva com sorvete se desejar.

Esta receita foi enviada pela nossa irmã, Marta Aparecida, moradora do Bairro Santa Efigênia. Obrigado Marta.

E se você tem uma receita econômica e gostaria de compartilhar com outras pessoas, escreva para nós.

Envie sua receita para:

Grupo Espírita Irmã Angélica;
Rua Aristides Alencar Nº 277 - Fundos;
Bairro São Sebastião;
Conselheiro Lafaiete - MG.
Cep - 36.400-000.

Ou envie um e-mail para: geiacl@geiacl.com.br

Estamos esperando sua participação.

Projeto - Horta Comunitária

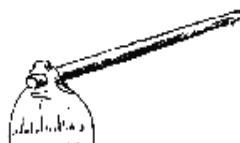
Ferramentas Usadas na Horta

Para preparar e cuidar bem de uma horta, você precisa pelo menos das seguintes ferramentas:

Pá Curva: é utilizada para remover a terra ou misturar adubos.



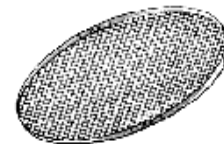
Enxada: é utilizada para incorporar corretivos e adubos na terra, fazer canteiros e capinar a horta.



Enxada: é utilizado para cavar e revolver o terreno.



Peneira: é utilizada para peneirar a terra do leito da sementeira.



Plantador: é utilizado para fazer os furos no canteiro, para semear ou transplantar as muda.



Ancinho: é utilizado para retirar torrões, ciscos e nivelar os canteiros.



Colher de Transplante: é utilizada para transplantar as mudas da sementeira para o local definitivo.



Sacho: é utilizado para fazer capinas em pequenos espaços entre plantas, e a lâmina em forma de V é usada para afofar a terra do canteiro ou fazer sulcos.



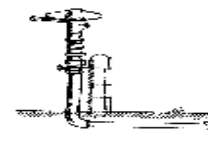
Escarificador: é utilizado para afofar a terra dos canteiros e quebrar a crosta que se forma em cima da terra.



Regador: é utilizado para irrigar os canteiros da horta.



Aspersor: é utilizado para irrigar a horta, principalmente quando ela é grande.



Pulverizador: é utilizado para aplicar defensivos agrícolas e adubos foliares.



Fonte: www.agridata.mg.gov.br

Projeto - Verde é Vida

“Verde é Vida!”

Como prometemos na última edição, hoje vamos falar sobre a *Acelga*.

ACELGA (verdura)

- **Família botânica:** Quenopodiáceas
- **Espécie:** Beta vulgaris L. var. cicla (L.).
- **Tipo de planta:** planta bianual e de ciclo longo que não dá fruto comestível. O que se consome é a folha e seu nervo central, embora seja preciso cortá-las e cozinhá-las separadamente.
- **Época de floração:** para que se apresente a floração, a planta precisa passar por um período de temperaturas baixas.
- **Flor:** são sésseis e hermafroditas podendo aparecer sozinhas ou em grupos de dois ou três. O cális é de cor esverdeado e está composto por 5 sépalas e 5 pétalas.
- **Folha:** constituem a parte comestível e são grandes, com forma oval, quase em forma de coração. A cor varia segundo as espécies e pode estar entre o verde-escuro forte e o verde-claro. A cor dos pecíolos pode variar de leitosa a branca.
- **Resistência:** normal, embora seja muito prejudicada pelas mudanças bruscas de temperatura.
- **Solo:** requer solos profundos, permeáveis, com grande poder de absorção e ricos em matéria orgânica em estado de umidificação. Vegeta melhor quando a textura do solo tende a argilosa, em lugar de arenosa. Requer solos algo alcalinos, com um ph ótimo de 7,2, vegetando em boas condições nos solos compreendidos entre 5,5 e 8, e não tolerando os solos ácidos.
- **Luz:** não requer excesso de luz.
- **Época de plantação:** As épocas de plantio, de acordo com a região, são as seguintes:
- **Zona Fria:**
Época de plantio: de outubro a março
Dias para madurar: 50-60
- **Zona Quente Temperada:**
Época de plantio: todo o ano
Dias para madurar: 55-65
- **Distância:** utiliza-se normalmente o plantio direto, colocando de duas a três sementes por golpe, distantes 0,35 cm e sobre as linhas separadas de 0,4 a 0,5 m, seja em sulco simples ou duplo.
- **Cuidados gerais:** No viveiro requer matéria orgânica, mas não é costume aplicar-lhe esterco. Os requerimentos de nitrogênio são elevados desde o início do rápido crescimento da planta até o final do cultivo. As necessidades de potássio são elevadas ao longo de todo o ciclo de cultivo. A título de orientação, o adubo de fundo pode ser levado a cabo com a aplicação de 50 g/m² de adubo complexo 8-15-15.
- **Reprodução:** por semente.
- **Problemas:** lombrigas e pulgões.
- **Variedades de acelga:** as mais conhecidas são:
 - “ Amarela de Lyon: Folhas grandes, onduladas, de cor verde amarelado muito claro. Penca de cor branca muito pura, com uma largura de até 10 cm. Produção abundante. Resistem a florescer.

Muito apreciada por su qualidade e sabor.

“ Verde com penca branca Bressane. Folhas muito onduladas, de cor verde-escuro. Pencas muito brancas e muito largas (até 15 cm.).

Como é uma planta muito vigorosa, o marco da plantação deve ser muito amplo. Variedade muito apreciada.

“ Outras variedades: Verde penca branca R. Niza, Paros e Fordook Giant.

Emprego no jardim: dentro de uma parcela de hortaliças ou como caminhos em áreas intermediárias.

Dia-a-Dia - Dicas Importantes

Evitar intoxicação por remédio em crianças

Uma grande causa de intoxicações em crianças entre 0 e 5 anos é associada à ingestão de remédios. Neste período de descobertas, elas são capazes de ingerir qualquer substância que julguem saborosas ou atraentes. Alguns cuidados podem ser adotados para evitar este tipo de problema:

- Evite tomar remédios na frente de crianças;
- Mantenha os remédios nas embalagens originais;
- Tenha cuidado na hora de escolher um medicamento para uso adulto ou infantil. Um erro pode causar uma grave intoxicação;
- Não utilize medicação com validade vencida;
- Jamais diga que determinado remédio que você toma é gostoso, porque pode aumentar a curiosidade da criança;
- Deixe claro para a criança que o remédio não é doce, bala ou guloseima;
- Alguns medicamentos coloridos, garrafas bonitas, embalagens atraentes e odores agradáveis podem despertar a curiosidade das crianças. Cuide para que esses medicamentos fiquem fora do alcance delas;
- Antes de jogar fora uma embalagem, despeje o conteúdo que sobrou na pia ou no vaso sanitário;

Como Deixar de Fumar

Antes de mais nada, deixar de fumar exige uma grande força de vontade. Só quem deseja, de fato, consegue abandonar o vício do cigarro. Se a pessoa não estiver convicta da decisão, não vai adiantar apelar para terapias alternativas, como hipnose, ioga, acunputura e nem produtos médicos à venda no mercado.

Em primeiro lugar, escreva uma lista dos males provocados pelo fumo à sua saúde e também de seus familiares. Como complemento, escreva também os motivos que o levam ao cigarro.

Marque uma data próxima para deixar de fumar. De preferência, escolha um período de relaxamento, como férias ou viagem. Não escolha um momento em que você tenha muita ansiedade.

Comunique a parentes e amigos de sua decisão. Tente combinar com outra pessoa que também pense em largar o hábito de fumar.

Anote os momentos em que a vontade de fumar é quase insuportável, para poder se preparar melhor para controlar a ansiedade.

O importante é suportar a ansiedade das primeiras semanas.

Para isso, mantenha-se ocupado e abuse dos exercícios físicos.

Quando sentir vontade de fumar, faça inspirações profundas, beba muita água e líquidos e coma pequenos alimentos nutritivos, como amendoim, mas afaste-se dos doces.

Por fim, lembre-se que para deixar de fumar é preciso vencer um dia de cada vez.

“O que conta não é o sucesso que se vê; é dar-se sem reservas, é crescer nesse dom generoso e sobretudo fazer os outros crescerem.”

Faça Você Mesmo - Potinho de Bala

Material:

- ✂ Bexiga pequena;
- ✂ Parafina (para 1kg de parafina macro, você deve colocar 100g de parafina micro);
- ✂ Chave de fenda;
- ✂ Corante azul;
- ✂ Corante amarelo;
- ✂ Essência;
- ✂ Gravetos;
- ✂ Pavio;
- ✂ Placa de cera alveolada verde



Modo de Fazer:



Encha uma bexiga pequena de água e prenda com um nó.



Derreta a parafina. Assim que estiver totalmente líquida coloque a essência. Deixe-a separada em dois recipientes, um acrescente o corante azul e o outro coloque corante amarelo. Espere a parafina (azul) das bordas da panela começar a endurecer para poder mergulhar a bexiga. (quanto mais fria estiver, melhor). Essa técnica requer muito cuidado para não deixar a bexiga estourar. Você deve fazer de vinte a trinta banhos na bexiga.



Mergulhe a bexiga numa bacia ou tanque cheio de água. Corte o nó da bexiga com uma tesoura para desprender a casca de parafina.



Esquente uma chave de fenda e fure a base da tulipa.



Cole os girassóis, um a um, na bola de isopor até cobri-la completamente.



Encaixe um graveto para servir de caule para a flor.



Despeje a parafina amarela dentro da tulipa.



Coloque o pavio.



Recorte a cera alveolada em forma de folhas. Com o auxílio de um secador vá moldando as folhas e colando-as no caule de madeira.

Fonte: www.artesanatonarede.com.br

Internet

www.geiacl.com.br

No nosso site, você encontra:

- ☞ História do nosso Grupo;
- ☞ Livros para Download;
- ☞ Mensagens diversas;
- ☞ Nosso informativo no formato digital;
- ☞ Preces
- ☞ Como realizar o Culto do Evangelho no Lar.

Venha fazer uma visita.

Divulgue a Doutrina Espirita, envie o endereço do nosso site para sua lista de amigos.

ALEGRIA

Amigos da Leitura Espírita do Grupo Irmã Angélica

Tiragem 1000 exemplares

E-Mail - geiacl@geiacl.com.br
Site - <http://www.geiacl.com.br>

Editores- Redadores
Ricardo, Lucimar,
Claudenir

Impressão:
Central Gráfica:
(31) 3762-3182

ALEGRIA

“Grupo Espírita Irmã Angélica”

Informativo Mensal

Rua Aristides Alencar - N.º 277 - Fundos
Bairro São Sebastião - Conselheiro Lafaiete

Minas Gerais - Cep - 36.400-000

Site - <http://www.geiacl.com.br>

E-mail - geiacl@geiacl.com.br

“Não deve existir superioridade de um homem com relação a outro homem, senão no serviço.”