

# ROTEIRO DE LUZ

BOLETIM TRIMESTRAL DO CENTRO ESPÍRITA PERDÃO E CARIDADE

## ALMAS FRÁGEIS

EDIÇÃO: JULHO A SETEMBRO 2025

# ÍNDICE

**3 VIDA FELIZ**

**4 AUXÍLIO DO ALTO**

**6 ESPERANÇA E CONFORTO**

**10 O SENHOR DÁ SEMPRE**

**12 KARDEC, OBRIGADO**

**15 O CRISTO CONSOLADOR**

**18 PÁGINA DE HERCULANO PIRES  
AS ALMAS FRÁGEIS**

**22 ROMAGEM DO BEM**

**23 NOS MOMENTOS DE CRISE**

**24 A LEI MORAL**

**27 A ARMA INFALÍVEL**

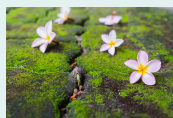
**29 SOBRE OS ESPÍRITOS QUE AINDA  
SE JULGAM VIVOS**

**31 A COR DO MUNDO**

**33 PERGUNTAS E RESPOSTAS**

**35 ATIVIDADES DOUTRINÁRIAS**

**36 HORÁRIOS**



18





## VIDA FELIZ

Confia sempre na ajuda divina.

Quando te sentires sitiado, sem qualquer possibilidade de liberação, o socorro te chegará de Deus.

Nunca duvides da paternidade celeste.

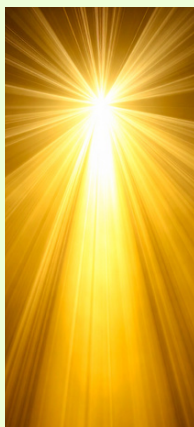
Deus vela por ti e ajuda-te, nem sempre como queres, porém, da melhor forma para a tua real felicidade.

Às vezes, tens a impressão de que o auxílio superior não virá ou chegará tarde demais.

Passado o momento grave, constatarás que o recebeste alguns minutos antes, caso tenhas perseverado à sua espera.

*Livro: Vida Feliz - Mensagem XIII*

*Médium Divaldo Pereira Franco – Espírito Joanna de Ângelis*



# AUXÍLIO DO ALTO

**“PORQUE AQUELE QUE PEDE, RECEBE; E O QUE BUSCA, ENCONTRA; E, AO QUE BATE, SE ABRE.”**

*JESUS (MATEUS, 7: 8).*

**“DESTA MANEIRA, SERÁS FILHO DAS TUAS OBRAS, TERÁS DELAS O MÉRITO E SERÁS RECOMPENSADO DE ACORDO COM O QUE HAJAS FEITO.”**

*(ESE, CAP. 25, 3).*

Deus auxilia sempre.

Observa, porém, o edifício ainda o mais singelo que se levanta no mundo.

Todos os recursos utilizados procedem fundamentalmente da Bondade Infinita. A inteligência do arquiteto, a força do obreiro, o apoio no solo e os materiais empregados constituem dons da Eterna Sabedoria, contudo delineamentos da planta, elementos de alvenaria, metais diversos e agentes outros da construção não se expressaram e nem se arregimentaram no serviço a toque mágico.

O lavrador roga bom tempo a Deus, mas não colhe sem plantar, embora Deus lhe enriqueça as tarefas com os favores do clima.

As leis de Deus protegem a casa, no entanto se o morador não a protege, as mesmas leis de Deus, com o tempo, transformam-na em ruína, até que apareça alguém com suficiente compreensão do próprio dever, que se proponha a reconstruí-la e habitá-la com respeito e segurança.

Em toda a parte, a natureza encarece o Apoio Divino, mas não deixa de recomendar, ainda que sem palavras, o impositivo do Esforço Humano.

A Criação pode ser comparada à imensa propriedade do Criador que a usufrui com todas as criaturas, em condomínio perfeito, no qual as responsabilidades crescem com a extensão dos conhecimentos e dos bens obtidos.

Não te digas, dessa forma, sem a obrigação de pensar, estudar, influenciar, programar, agir e fazer.

“Ajuda-te que o Céu te ajudará” - proclama a sabedoria. Isso, no fundo, equivale a dizer que as leis de Deus estão invariavelmente prontas a efetuarem o máximo em nosso favor, entretanto nada conseguirão realizar por nós, se não dermos de nós pelo menos o mínimo.

*Livro da Esperança*

*Médium Francisco Cândido Xavier - Espírito Emmanuel*

## ESPERANÇA E CONFORTO

Sofres, porque se sucedem os dias da tua existência física sem que alcances o patamar da plenitude que almejaste por todo o tempo.

Estabeleceste que assim se daria com a posse e a conquista de recursos variados que apaziguassem as ânsias da mente ambiciosa, bem como as necessidades do sentimento, por meio do coração.

Examinas as conquistas de que dispões e a melancolia, defluente do quase vazio existencial, apresenta-se na condição de indumentária asfíxiante das emoções.

Não te podes apartar da tristeza, que sempre te acompanha os passos e balbucia melancólicas mensagens ao teu sentimento.

As pequenas alegrias decorrentes das expectativas tisnam a limpidez do teu sorriso e lágrimas aljofram nas comportas dos olhos, como pequenos fios líquidos de dor, que não cessam de escorrer.

Gostarias, sim, de amar e de ser amado.

Vês o mundo risonho, os parceiros joviais e encantadores, uns em alacridade incomum, outros em festivais de emoções e alguns tristes, distanciados do fenómeno da ilusão, muitos amargurados e cheios de tormentos.

Existe a ebbriez do sentimento e a das paixões, mescladas com tormentos que desconheces.

É necessário discernimento para compreender as ocorrências humanas e, por melhor que seja, não logra alcançar a profundidade da realidade. Cada ser é especial, com experiência muito pessoal, diversa de todas as demais existentes, embora a aparência que venha a existir.

Inicialmente, porque nem tudo que se deseja na Terra se consegue alcançar, conforme as aspirações mantidas. Tem-se o que é necessário, mas nunca falta a ambição pelo excesso, especialmente quando não é aplicado em favor do Bem.

Há, também, imensa mole humana que padece escassez de tal natureza, que morrem, muitos de fome e abandono.

Também existem aqueles que se deixam arrastar pelos acontecimentos, como se deles não participassem.

Reflexiona, na tua solidão, que as estradas libertadoras, as que conduzem ao paraíso - as da Úmbria e do Calvário -, somente podem ser percorridas com êxito na solidão. Aqueles que tiveram a coragem de seguir os que as iniciaram, entregaram-se à renúncia e à soledade, não olhando para trás, nem se permitindo os sonhos defluentes das aspirações infantis e dos ricos de ilusórios.

O roteiro solitário é feito sobre espinhos e abrolhos, que a imaginação transforma em pétalas de rosas e tapetes macios.

Anelavas por companhia amorosa e sonhas com sorrisos de júbilos a ti dirigidos.

Mantém a esperança e aguarda, porque tudo é no mundo, incluindo o corpo, e nada pertence a ninguém, inclusive a roupagem carnal que usa.

Sorri para as dificuldades que te ferem, trabalhando em favor do teu amanhã risonho.

Sim, é provação que carpes, que solicitaste antes do renascimento atual, a fim de dares conta das atividades que deverias abraçar durante a jornada terrestre.

Há muita diversão na Terra, atraente e perturbadora.

Fascinam as cenas do prazer e encantam as paisagens do delírio.

Redescobre a beleza imortal, a realidade legítima que constituem património da vida.

Mergulha a tua deceção nas águas correntes da esperança de que amando, mesmo sem receberes resposta, enriquecerás as emoções com beleza e cor.

O que a vida te nega hoje é provável que te doe amanhã. Tudo pode acontecer, caso não desistas de perseverar, de agir corretamente.

Continua amável e afetuoso, especialmente em relação a outros infelizes que ignoram a tua aflição e até mesmo te invejam a jornada, que supõem recoberta de facilidades e sorrisos.

Quanto consigas em resistência moral, sorri, escondendo a tua melancolia e solidão nas divinas asas da prece que elevarás a Deus.

Se não possuis o que queres, agradece o que está ao teu alcance.

Milhões de criaturas gostariam de estar no teu lugar, que trocarias pelo que alguns deles são possuidores.

Assim, valoriza a tua dor, abençoando os outros com bondade e ternura, sem que reveles as angústias que te assaltam.

Podes fazer ditosos outros que se escondem nos conflitos, que te invejam porque desconhecem o ferro em brasa que te queima e requeima as aspirações e as emoções.

Caso conseguisses o que almejas, por certo te faltariam outros recursos que te dão beleza e sabedoria.

Vive, pois, os teus dias com paciência e sem expectativas humanas.

Deixa que a paz e o consolo de Jesus te penetrem o coração e aí repousem, contribuindo para a tua tranquilidade.

Descansa da ilusão que dececiona e aceita os acontecimentos que te maceram como sendo respostas de Deus às tuas solicitações.

Estrada acima está o Calvário.

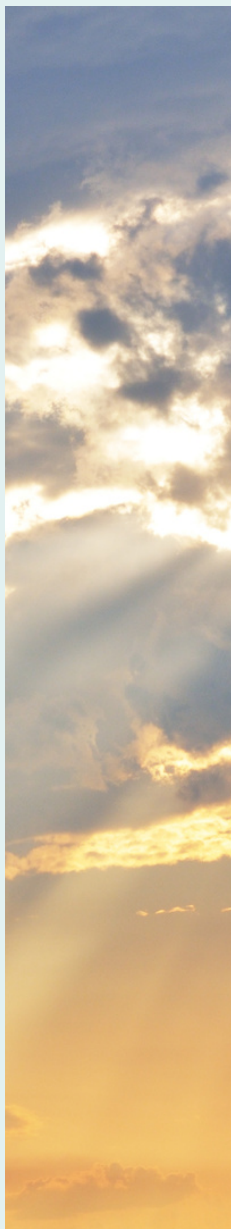
Sê firme e confiante.

Acostumado à dor, a tua libertação será gloriosa e plena, porque Jesus te receberá diluindo todo o sofrimento que vens vivenciando.

Alegre-te, portanto, com o teu testemunho silencioso de amor, e cresce no rumo da tua real felicidade.

*Livro: Joanna de Ângelis*

*Psicografia de Divaldo Pereira Franco, na sessão mediúnica da noite de 12.10. 2016, no Centro Espírita Caminho da Redenção, em Salvador, Bahia.*



# O SENHOR DÁ SEMPRE

**“POIS SE VÓS, SENDO MAUS, SABEIS DAR BOAS  
DÁDIVAS AOS VOSSOS FILHOS, QUANTO MAIS  
DARÁ O PAI CELESTIAL O ESPÍRITO SANTO  
ÀQUELES QUE LHO PEDIREM?”**

**JESUS. (LUCAS, 11.13)**

Um pai terrestre, não obstante o carinho cego com que muitas vezes envolve o coração, sempre sabe cercar o filho de dádivas proveitosas.

Por que motivo o Pai Celestial, cheio de sabedoria e amor, permaneceria surdo e imóvel perante as nossas súplicas?

O devotamento paternal do Supremo Senhor rodeia-nos em toda a parte. Importa, contudo, não viciarmos o entendimento.

Lembre-mo-nos de que a Providência Divina opera invariavelmente para o bem infinito.

Liberta a atmosfera asfixiante com os recursos da  
tempestade.

Defende a flor com espinhos.

Protege a plantação útil com adubos desagradáveis.

Sustenta a verdura dos vales com a dureza das rochas.

Assim também, nos círculos de lutas planetárias,  
acontecimentos que nos parecem desastrosos, à atividade  
particular, representam escoras ao nosso equilíbrio e ao  
nosso êxito, enquanto fenómenos interpretados como  
calamidades na ordem coletiva constituem enormes  
benefícios públicos.

Roga, pois, ao Senhor a bênção da Luz Divina para o teu  
coração e para a tua inteligência, a fim de que te não  
percas no labirinto dos problemas; contudo, não te  
esqueças de que, na maioria das ocasiões, o socorro inicial  
do Céu vem-nos ao caminho comum, através de angústias  
e desenganos. Aguarda, porém, confiante, a passagem dos  
dias. O tempo é o nosso explicador silencioso e revelar-te-  
á ao coração a bondade infinita do Pai que nos restaura a  
saúde da alma, por intermédio do espinho da desilusão ou  
do amargoso elixir do sofrimento.

*Livro: Pão Nosso – Mensagem 63.*

*Médium Francisco Cândido Xavier- Espírito Emmanuel*

# KARDEC, OBRIGADO

Kardec, enquanto recebes as homenagens do mundo, pedimos vénia para associar o nosso preto singelo de amor aos cânticos de reconhecimento que te exaltam a obra gigantesca nos domínios da libertação espiritual.

Não nos referimos aqui ao professor emérito que foste, mas ao discípulo de Jesus que possibilitou o levantamento das bases do Espiritismo Cristão, cuja estrutura desafia a passagem do tempo.

Falem outros dos títulos de cultura que te exornavam a personalidade, do prestígio que desfrutavas na esfera da inteligência, do brilho da tua presença nos fastos sociais, da glória que te ilustrava o nome, de vez que todas as referências à tua dignidade pessoal nunca dirão integralmente o exato valor de teus créditos humanos.

Reportar-nos-emos ao amigo fiel do Cristo e da Humanidade, em agradecimento pela coragem e abnegação com que te esqueceste para entregar ao mundo a mensagem da Espiritualidade Superior. E, lembrando o clima de inquietações e dificuldades em que, a fim de reacender a luz do Evangelho, superaste injúria e sarcasmo, perseguição e calúnia, desejamos expressar-te o carinho e a gratidão de quantos edificaste para a fé na imortalidade e na sabedoria da vida.

O Senhor te engrandeça por todos aqueles que emancipaste das trevas e te faça bendito pelos que se renovaram perante o destino à força de teu verbo e de teu exemplo!

Diante de ti, enfileiram-se, agradecidos e reverentes, os que arrebataste à loucura e ao suicídio com o facho da esperança; os que arrancaste ao labirinto da obsessão com o esclarecimento salvador; os pais desditosos que se viram atormentados por filhos insensíveis e delinquentes, e os filhos agoniados que se encontraram na vala da frustração e do abandono pela irresponsabilidade dos pais em desequilíbrio e que foram reajustados pelos teus ensinamentos, em torno da reencarnação; os que renasceram em dolorosos conflitos da alma e se reconheceram, por isso, esmagados de angústia nas brenhas da provação, e os quais livraste da demência, apontando-lhes as vidas sucessivas; os que se acharam arrasados de pranto, tateando a lousa na procura dos entes queridos que a morte lhes furtou dos braços ansiosos, e aos quais abriste os horizontes da sobrevivência, insuflando-lhes renovação e paz, na contemplação do futuro; os que soergueste do chão pantanoso do tédio e do desalento, conferindo-lhes, de novo, o anseio de trabalhar e a alegria de viver;

os que aprenderam contigo o perdão das ofensas e abençoaram, em prece, aqueles mesmos companheiros da Humanidade que lhes apunhalaram o espírito, a golpes de insulto e de ingratidão;  
os que te ouviram a palavra fraterna e aceitaram com humildade a injúria e a dor por instrumento de redenção;  
e os que desencarnaram incompreendidos ou acusados sem crime, abraçando-te as páginas consoladoras que molharam com as próprias lágrimas...

Todos nós, o que levantaste do pó da inutilidade ou do fel do desencanto para as bênçãos da vida, estamos também diante de ti!...

E, identificando-nos na condição dos teus mais apagados admiradores e com os últimos dos teus mais pobres amigos, comovidamente, na tua festa, nós te rogamos permissão para dizer:

“Kardec, obrigado!... Muito obrigado!”...

*Livro Histórias e Anotações- Mensagem XII  
Médium Francisco Cândido Xavier, em homenagem, ao  
aniversário de Allan Kardec) - Espírito Irmão X*



## **ESE - CAP. VI - O CRISTO CONSOLADOR CONSOLADOR PROMETIDO ADVENTO DO ESPÍRITO DA VERDADE**

**Se me amais, guardai os meus mandamentos. E eu rogarei ao Pai, e ele vos dará outro Consolador, para que fique convosco para sempre; O Espírito de verdade, que o mundo não pode receber, porque não o vê nem o conhece; mas vós o conheceis, porque habita convosco, e estará em vós. Mas aquele Consolador, o Espírito Santo, que o Pai enviará em meu nome, esse vos ensinará todas as coisas, e vos fará lembrar de tudo quanto vos tenho dito.  
(João, XIV: 15-17 e 26)**

Jesus promete outro consolador: é o Espírito da Verdade, que o mundo ainda não conhece, pois que não está suficientemente maduro para compreendê-lo, e que o Pai enviará para ensinar todas as coisas e para fazer lembrar o que Cristo disse. Se, pois, o Espírito da Verdade deve vir mais tarde, ensinar todas as coisas, é que o Cristo não pôde dizer tudo. Se ele vem fazer lembrar o que o Cristo disse, é que o seu ensino foi esquecido ou mal compreendido.

O Espiritismo vem, no tempo assinalado, cumprir a promessa do Cristo: o Espírito da Verdade preside ao seu estabelecimento. Ele chama os homens à observância da lei; ensina todas as coisas, fazendo compreender o que o Cristo só disse em parábolas. O Cristo disse: «Que ouçam os quem têm ouvidos para ouvir.» O Espiritismo vem abrir os olhos e os ouvidos, porque ele fala sem figuras e alegorias. Levanta o véu propositadamente lançado sobre certos mistérios, e vem, por fim, trazer uma suprema consolação aos deserdados da Terra e a todos os que sofrem, ao dar uma causa justa e um objetivo útil a todas as dores.

Disse o Cristo: «Bem-aventurados os aflitos, porque eles serão consolados.» Mas como se pode ser feliz por sofrer, se não se sabe por que se sofre? O Espiritismo revela que a causa está nas existências anteriores e na própria destinação da Terra, onde o homem expia o seu passado. Revela também o objetivo, mostrando que os sofrimentos são como crises salutares que levam à cura, são a purificação que assegura a felicidade nas existências futuras. O homem compreende que mereceu sofrer e acha justo o sofrimento. Sabe que esse sofrimento auxilia o seu adiantamento, e aceita-o sem queixas, como o trabalhador aceita o serviço que lhe assegura o salário. O Espiritismo dá-lhe uma fé inabalável no futuro, e a dúvida pungente não tem mais lugar na sua alma. Fazendo-o ver as coisas do alto, a importância das vicissitudes terrenas perde-se no vasto e esplêndido horizonte que ele abarca, e a perspectiva da felicidade que o espera dá-lhe a paciência, a resignação e a coragem, para ir até ao fim do caminho.

Assim realiza o Espiritismo o que Jesus disse do Consolador prometido: conhecimento das coisas, que faz o homem saber de onde vem, para onde vai e porque está na Terra, lembrança dos verdadeiros princípios da lei de Deus, e consolação pela fé e pela esperança.

“Deus consola os humildes e dá força aos aflitos que a suplicam. Seu poder cobre a Terra, e por toda a parte, ao lado de cada lágrima, põe o bálsamo que consola. O devotamento e a abnegação são uma prece contínua e encerram profundo ensinamento: a sabedoria humana reside nessas duas palavras. Possam todos os Espíritos sofredores compreender esta verdade em vez de reclamar contra as dores, os sofrimentos morais, que são aqui na Terra o vosso quinhão. Tomai, pois, por divisa, essas duas palavras: devotamento e abnegação, e sereis fortes, porque elas resumem todos os deveres que a caridade e a humildade vos impõe. O sentimento do dever cumprido vos dará a tranquilidade de espírito e a resignação. O coração bate melhor, a alma se acalma, e o corpo já não sente desfalecimentos, porque o corpo sofre tanto mais, quanto mais profundamente abalado estiver o Espírito.”

*Espírito da Verdade (Havre, 1863)*

# Página de Herculano Pires

## AS ALMAS FRÁGEIS

O Centro Espírita é o refúgio das almas, encarnadas e desencarnadas. Substitui no presente os templos do passado, onde as pompas terrenas estimulavam as almas frágeis, sugerindo-lhes o amparo das potências celestes.

A riqueza dos templos, o fulgor das luzes nos altares, os paramentos do sacerdote, os vitrais coloridos e a música sagrada reboando nas naves agiam ao mesmo tempo como anestésicos das angústias terrenas e excitantes esperanças celestes.



Era toda uma técnica divina, provinda das origens humanas, do silêncio misterioso das selvas das matas, em que a densa folhagem das árvores enormes filtrava a luz do sol em gamas de coloridos arco-irisados. A ideia do Sagrado sugeria a transmissão dos poderes divinos através dos sacramentos e dos rituais. Mas o tempo passou a sua esponja mágica nos séculos e nos milénios amadurecendo as almas frágeis e despertando-as para a consciência de si mesmas. Na esteira das renovações surgiram as reuniões simples dos clãs e dos grupos familiares, junto às fontes murmurantes em que os oráculos e as pitonisas interpretavam a voz dos deuses na voz das coisas. Jesus de Nazaré, que os judeus esperavam como o cristo das novas guerras de conquista, surgiu humilde e simples, modesto filho de uma família operária. Das suas mãos surgiram práticas novas, em que o fluxo divino dispensava os paramentos suntuosos dos canais oficiais da Divindade. E, com esse fluir espontâneo do amor e da bondade naturais, derramaram-se na terra dos corações as sementes da Boa Nova. Foi dessa sementeira nos campos e nas praias, no próprio interior dos templos ou em seus pátios exteriores, ainda sob o fumegar das aras em que se queimavam as ervas sagradas e as carnes dos animais sacrificados, que surgiram os primeiros cultos pneumáticos do Cristianismo Primitivo, os cultos do Espírito. (...)

O Centro Espírita nasceu como Jesus e com Jesus, sem os aparatos inúteis do formalismo religioso, restabelecendo nas almas a confiança em si mesmas, despertando-lhes a percepção da sua natureza divina. As almas frágeis tornaram-se fortes na fraqueza da simplicidade. (...)

O Espiritismo abalou as estruturas do mundo artificial dos homens, revelando-lhes assustadoras perspectivas de responsabilidade moral e espiritual. Subverteu a ordem extática das aparências convencionais e soltou sobre as Igrejas, as Academias, as Universidades, os gabinetes dos sábios e toda a estrutura vacilante das Ciências os seus fantasmas até então considerados como simples ficções literárias. Em vão, por toda a parte, os conservadores de um passado já morto — embalsamadores de múmias culturais — levantaram-se por todo o mundo tentando afugentar os fantasmas invasores. De nada valeram os conluíus secretos, as decisões arbitrárias de juízes sem toga, as maldições de prelados poderosos. Os fantasmas não pediam licença para aparecer e tumultuaram o panorama cultural, suscitando polémicas violentas entre figuras mundiais do saber. Em meio ao temporal as almas frágeis se refugiavam humildes nas reuniões familiares do velho culto pneumático ressuscitado. E dessas reuniões domésticas, como as do Cristianismo Primitivo, das tertúlias à sombra das figueiras de Betânia, com as figuras simples e amorosas de Lázaro, Marta e Maria ao redor do mestre, nasciam e multiplicavam-se os Centros Espíritas. (...)

A promessa evangélica do Consolador se cumpre na Doutrina Espírita de maneira positiva e não através de cantigas de ninar, de palavrório anestesiante. A própria dureza do mundo atual, com as suas atrocidades, ganância, criminalidade aviltante, mostra-nos que o tempo dos Contos da Carochinha já passou, que a Humanidade entrou na fase da maturidade e tem de aprender a enfrentar os seus problemas por si mesma.

Não que Deus nos tenha abandonado ou esquecido, ou que tenha falecido de um enfarte divino — como querem os teólogos do Cristianismo Ateu — mas porque marcou os limites da nossa ilusão comodista, lançando-nos face a face com os resultados do nosso comportamento no mundo.

Todas as dificuldades atuais são consequências dos abusos que cometemos no uso do nosso livre-arbítrio, apesar de todo o auxílio e de todas as advertências que recebemos do Alto nas etapas sucessivas da nossa evolução, por falta de uma tomada de consciência do que somos e da finalidade superior da nossa própria existência.

O consolo que o Espiritismo nos dá não é a proteção fictícia da fé cega, dos sacramentos vazios de sentido, do socorro espiritual egoísta, em forma de privilégios injustificáveis, do paternalismo dos sacerdotes profissionais, dos agrados interesseiros de médiuns venais. O Consolador não se manifesta através de prodígios sobrenaturais, mas na forma de esclarecimentos positivos, de revelação científica das leis naturais que até agora olvidamos ou encaramos como crianças choramingas pedindo colo. O Espiritismo consola-nos como o fez o Cristo, provando aos seus discípulos que cada um de nós é um ser imortal, de natureza divina, que nasce para morrer, pois a morte é o fim do aprendizado terreno, de maneira que morremos para ressuscitar em plano superior, a fim de prosseguirmos a nossa evolução em condições mais favoráveis. (...) No Centro Espírita as almas frágeis dos rezadores lamurientos encontraram os elementos necessários à recuperação das suas forças, da sua virilidade espiritual, para ressuscitarem-se a si mesmas das cinzas do passado.



*Livro: O Centro Espírita*  
*José Herculano Pires*

# NA ROMAGEM DO BEM

Viajor, segue o caminho  
Que a fé te haja proposto,  
Vence o frio do desgosto  
Que te gele o coração;  
Se aspiras a edificar  
A construção do melhor,  
Vara a sombra em derredor  
Nas trilhas de elevação.

Esquece as pedras e empecos,  
Que te surjam no caminho,  
Mesmo cansado e sozinho,  
Sem proteção de ninguém;  
Sangrem-te os pés na jornada,  
Na luta que te atordoa,  
Ama, auxilia e abençoa,  
Nunca te afastes do bem.

Faz do verbo o teu facho  
Da verdade e da esperança,  
Entrega a luz que te alcança  
Por brilho dos dias teus.  
Eleva-te, busca o Alto,  
Segue o dever, dia-a-dia,  
E encontrarás a alegria  
Da plena união com Deus.

*Livro: Maria Dolores.*

*Médium Francisco Cândido Xavier- Espírito Maria Dolores*



“Nos momentos de crise, não te abatas. Escuta.  
Por nada te revoltes, nem te amedrontes. Ora.  
Suporta a provação, não reclames. Aceita.  
Não grites com ninguém, nem firas. Abençoa.  
Lance de sofrimento, é o ensejo da fé. Silencia.  
Deus sabe o instante de intervir!”

*Livro: Caminhos*

*Médium Francisco Cândido Xavier – Espírito Emmanuel*



# A LEI MORAL

O estudo científico deve conduzir ao estudo filosófico, que é coroado pelo conhecimento dessa moral, na qual se completam, se esclarecem e fundem todos os sistemas moralistas do passado, a fim de constituírem a moral única, superior, universal, fonte de toda a sabedoria e de toda a virtude, mas cuja experiência e prática só se adquirem depois de numerosas existências.

A posse, a compreensão da lei moral é o que há de mais necessário e de mais precioso para a alma. Permite medir os nossos recursos internos, regular o seu exercício, dispô-los para o nosso bem. As nossas paixões são forças perigosas, quando lhes estamos escravizados; úteis e benfeitoras, quando sabemos dirigi-las; subjugá-las é ser grande; deixar-se dominar por elas é ser pequeno e miserável.

Leitor, se queres libertar-te dos males terrestres, escapar às reencarnações dolorosas, grava em ti essa lei moral e pratica-a. Faz que a grande voz do dever abafe os murmúrios das tuas paixões. Dá o que for indispensável ao homem material, ser efêmero que se esvaírá na morte. Cultiva com cuidado o ser espiritual, que viverá para sempre. Desprende-te das coisas perecíveis; honras, riquezas, prazeres mundanos, tudo isso é fumo; o bem, o belo, o verdadeiro somente é que são eternos!

Conserva a tua alma sem máculas, a tua consciência sem remorsos. Todo o pensamento, todo o ato mau atrai as impurezas mundanas; todo o impulso, todo o esforço para o bem centuplica as tuas forças e far-te-á comunicar com as potências superiores. Desenvolve em ti a vida espiritual, que te fará entrar em relação com o mundo invisível e com a natureza inteira. Consiste nisso a fonte do verdadeiro poder, e, ao mesmo tempo, a dos gozos e das sensações delicadas, que irão aumentando à medida que as sensações da vida exterior se enfraquecerem com a idade e com o desprendimento das coisas terrestres. Nas horas de recolhimento, escuta a harmonia que se eleva das profundezas do teu ser, como eco dos mundos sonhados, entrevistos, e que fala de grandes lutas morais e de nobres ações. Nessas sensações íntimas, nessas inspirações, desconhecidas dos sensuais e dos maus, reconhece o prelúdio da vida livre dos espaços e um prelibar das felicidades reservadas ao Espírito justo, bom e valoroso.

Faz que a grande voz do dever abafe os murmúrios das tuas paixões. Dá o que for indispensável ao homem material, ser que se esvairá na morte.

Cultiva com cuidado o ser espiritual, que viverá para sempre.

Desprende-te das coisas perecíveis; honras, riquezas, prazeres mundanos, tudo isso é fumo; o bem, o belo, o verdadeiro somente é que são eternos!

Conserva a tua alma sem máculas, a tua consciência sem remorsos. Todo o pensamento, todo o ato mau atrai as impurezas mundanas; todo o impulso, todo o esforço para o bem centuplica as tuas forças e far-te-á comunicar com as potências superiores.

Desenvolve em ti a vida espiritual, que te fará entrar em relação com o mundo invisível e com a natureza inteira. Consiste nisso a fonte do verdadeiro poder, e, ao mesmo tempo, a dos gozos e das sensações delicadas, que irão aumentando à medida que as sensações da vida exterior se enfraquecerem com a idade e com o desprendimento das coisas terrestres. Nas horas de recolhimento, escuta a harmonia que se eleva das profundezas do teu ser, como eco dos mundos sonhados, entrevistos, e que fala de grandes lutas morais e de nobres ações. Nessas sensações íntimas, nessas inspirações, desconhecidas dos sensuais e dos maus, reconhece o prelúdio da vida livre dos espaços e um prelibar das felicidades reservadas ao Espírito justo, bom e valoroso.

*Livro: Depois da Morte – Capítulo 56*

*Léon Denis*

# A ARMA INFALÍVEL

Certo dia, um homem revoltado criou um poderoso e longo pensamento de ódio, colocou-o numa carta rude e malcriada e mandou-o para o chefe da oficina de que fora despedido.

O pensamento foi vazado em forma de ameaças cruéis. E quando o diretor do serviço leu as frases ingratas que o expressava, acolheu-o, desprevenidamente, no próprio coração, e tornou-se furioso sem saber porquê. Encontrou, quase de imediato, o subchefe da oficina e, a pretexto de enxergar uma pequena peça quebrada, desfechou sobre ele a bomba mental que trazia consigo.

Foi a vez do subchefe tornar-se neurasténico, sem dar o motivo. Abrigou a projeção maléfica no sentimento, permaneceu amuado várias horas e, no instante do almoço, ao invés de alimentar-se, descarregou na esposa o perigoso dardo intangível. Tão-só por ver um sapato imperfeitamente engraxado, proferiu dezenas de palavras feias; sentiu-se aliviado e a mulher passou a asilar no peito a odienta vibração, em forma de cólera inexplicável. Repentinamente transtornada pelo raio que a ferira e que, ali, ninguém soubera remover, encaminhou-se para a empregada que se incumbia do serviço de calçados e desabafou. Com palavras indesejáveis inoculou-lhe no coração o estilete invisível.

Agora, era uma pobre menina quem detinha o tóxico mental. Não podendo despejá-lo nos pratos e xícaras ao alcance de suas mãos, em vista do enorme débito em dinheiro que seria compelida a aceitar, acercou-se de velho cão, dorminhoco e paciente, e transferiu-lhe o veneno imponderável, num pontapé de largas proporções.

O animal ganiu e disparou, tocado pela energia mortífera, e, para livrar-se desta, mordeu a primeira pessoa que encontrou na via pública.

Era a senhora de um proprietário vizinho que, ferida na coxa, se enfureceu instantaneamente, possuída pela força maléfica. Em gritaria desesperada, foi conduzida a certa farmácia; entretanto, deu-se pressa em transferir ao enfermeiro que a socorria a vibração amaldiçoada. Crivou-o de xingamentos e esbofeteou-lhe o rosto.

O rapaz muito prestativo, de calmo que era, converteu-se em fera verdadeira. Revidou os golpes recebidos com observações ásperas e saiu, alucinado, para a residência, onde a velha e devotada mãezinha o esperava para a refeição da tarde. Chegou e descarregou sobre ela, toda a ira de que era portador.

— Estou farto! — Bradou, — a senhora é culpada dos aborrecimentos que me perseguem! Não suporto mais esta vida infeliz! Fuja da minha frente!...

Pronunciou nomes terríveis. Blasfemou. Gritou, colérico, qual louco.

A velhinha, porém, longe de agastar-se, tomou-lhe as mãos e disse-lhe com naturalidade e brandura:

— Venha cá, meu filho! Você está cansado e doente! Sei a extensão de seus sacrifícios por mim e reconheço que tem razão para lamentar-se. No entanto, tenhamos bom ânimo! Lembremo-nos de Jesus!... Tudo passa na Terra. Não nos esqueçamos do amor que o Mestre nos legou...

Abraçou-o, comovida, e afagou-lhe os cabelos!

O filho demorou-se a contemplar-lhe os olhos serenos e reconheceu que havia no carinho materno tanto perdão e tanto entendimento que começou a chorar, pedindo-lhe desculpas.

Houve então entre os dois uma explosão de íntimas alegrias. Jantaram felizes e oraram em sinal de reconhecimento a Deus.

A projeção destrutiva do ódio morrera, afinal, ali, dentro do lar humilde, diante da força infalível e sublime do amor.

*Livro Alvorada Cristã*

*Francisco Cândido Xavier - Espírito Neio Lúcio*

# Sobre os espíritos que ainda se julgam vivos

*(Sociedade de Paris, 21 de julho de 1864 - Médium: Sr. Vézzy)*

Já vos falamos diversas vezes das várias provas e expiações, mas diariamente não descobris novas? Elas são infinitas, como os vícios da Humanidade. Como vos estabelecer a sua nomenclatura? Entretanto, vindes reclamar por um fato e eu vou tentar instruir-vos.

Nem tudo é provação na existência. A vida do Espírito continua, como já vos foi dito, desde o nascimento até ao infinito. Para uns a morte é um simples acidente que em nada influi sobre o destino do que morre. Uma telha caída, um ataque de apoplexia, uma morte violenta, muitas vezes nada mais fazem além de separar o Espírito do seu envoltório material; mas o envoltório perispiritual conserva, pelo menos em parte, as propriedades do corpo que acaba de cair. Se eu pudesse, num dia de batalha, vos abrir os olhos que possuíis, mas dos quais não podeis fazer uso, veríeis muitas lutas continuando, muitos soldados se atirando ainda ao assalto, defendendo e atacando trincheiras; ouvi-los-íeis mesmo soltando seus hurras e gritos de guerra, em meio ao silêncio e sob o véu lúgubre que segue um dia de matança. Terminado o combate, eles voltam aos lares para abraçar os seus velhos pais e as suas velhas mães que os esperam. Para alguns tal estado, às vezes, dura muito tempo; é uma continuidade da vida terrena, um estado misto entre a vida corporal e a vida espiritual. Por que, se foram simples e prudentes, sentiriam o frio do túmulo? Por que passariam bruscamente da vida à morte, da claridade do dia à noite? Deus não é injusto e deixa aos pobres de espírito esse prazer, esperando que eles vejam o seu estado pelo desenvolvimento das suas próprias faculdades e que passem calmamente da vida material à vida real do Espírito.

Consolai-vos, pois, vós que tendes pais, mães, irmãos ou filhos extintos sem luta. Talvez lhes seja permitido acreditar ainda que os seus lábios se aproximem das vossas fronteiras. Enxugai as vossas lágrimas: o pranto é doloroso para eles, e eles admiram-se ao ver-vos derramá-lo; eles envolvem com os braços o vosso pescoço e vos pedem sorrisos. Sorri, pois, para esses invisíveis, e orai para que eles troquem o papel de companheiros pelo de guias; para que desdobrem as suas asas espirituais, que lhes permitirão planar no infinito e vos trazer as suas suaves emanações.

Notai bem que não vos digo que todos os mortos de súbito caem nesse estado. Não, mas não há um só cuja matéria não tenha que lutar com o Espírito que se reencontra. Houve o duelo, a carne rasgou-se, o Espírito obscureceu-se no momento da separação, e na erraticidade ele reconheceu a verdadeira vida.

Agora vou dizer-vos algumas palavras sobre aqueles para os quais este estado é uma provação. Oh! Como ela é penosa! Eles julgam-se vivos e bem vivos, possuindo um corpo capaz de sentir e saborear os prazeres da Terra, e quando as suas mãos querem tocá-los, as mãos dissolvem-se; quando querem aproximar os lábios de uma taça ou de uma fruta, os lábios aniquilam-se; eles veem, eles querem tocar, mas não podem sentir nem tocar. O paganismo oferece uma bela imagem deste suplício apresentando Tântalo sentindo fome e sede e jamais podendo tocar com os lábios na fonte de água que murmurava aos seus ouvidos, ou no fruto que parecia amadurecer para ele. Há maldições e anátemas nos gritos desses infelizes! O que fizeram eles para suportar tais sofrimentos? Perguntai a Deus. É a lei, que foi escrita por ele. Aquele que mata com a espada, morrerá pela espada; aquele que profanou o próximo, por sua vez será profanado. A grande lei de Talião estava escrita no livro de Moisés e ainda está escrita no grande livro da expiação. Orai pois incessantemente por esses na hora final. Os seus olhos fechar-se-ão, e eles dormirão no espaço, como dormiram na Terra, e, ao despertar, encontrarão não mais um juiz severo, mas um pai compassivo, assinando-lhes novas obras e novos destinos.

**Santo Agostinho**

*Revista espírita — Jornal de estudos psicológicos — 1864 novembro Palestras familiares de além-túmulo — Sobre os Espíritos que ainda se julgam vivos*

# A COR DO MUNDO

O ancião descansava em tosco banco, à sombra de uma árvore, quando foi abordado pelo motorista de um automóvel que estacionou ao seu lado:

- Bom dia!
- Bom dia!
- Mora aqui?
- Sim, há muitos anos...
- Venho de mudança. Gostaria de saber como é o povo.
- Fale antes da cidade de onde vem.
- Ótima. Maravilhosa! Gente boa, fraterna.... Fiz muitos amigos. Só a deixei por imperativos da profissão.
- Pois bem, meu filho. Esta cidade é exatamente igual. Vai gostar daqui. O forasteiro agradeceu e partiu. Minutos depois apareceu outro motorista.
- Estou chegando para morar aqui. O que me diz do lugar?
- Como é a cidade de onde saiu?
- Horrível! Povo orgulhoso, cheio de preconceitos, arrogante! Não fiz um único amigo!
- Sinto muito, meu filho, pois aqui você encontrará o mesmo ambiente...

Vemos nas pessoas algo do que somos, do que pensamos, da nossa maneira de ser.

Se o indivíduo é nervoso, agressivo ou pessimista, verá tudo pela ótica das suas tendências, imaginando conviver com gente assim.

Há iniciantes espíritas que, no primeiro contato com o Centro Espírita, integram-se, sentindo que o ambiente é bom, o pessoal é fraterno, fácil de conviver e de fazer amizade. E há os que, no mesmo grupo, reclamam de frieza dos companheiros, desatenção dos dirigentes, falta de comunicação. Estes acabam transferindo-se para outro Centro, onde encontram idênticos problemas que, basicamente, residem em si mesmos. (...)

Pessoas assim atormentam-se com a convicção de que ninguém as entende, ninguém as estima, ninguém lhes tem consideração. Semelhante atitude é um desastre, conturbando-lhes o psiquismo e favorecendo o envolvimento com influências espirituais que realimentam indefinidamente os seus “grilos” e exacerbam as suas angústias.

É preciso “mudar de óculos”. Evitar “lentes negras”, a visão escura, sombria, pesada, densa...

Com “lentes claras”, de otimismo e alegria, enxergaremos melhor, caminharemos com mais segurança, sem tropeços indesejáveis, sem distorções da realidade.

Uma visão pouco objetiva da Lei de Causa e Efeito, se usamos “óculos negros”, pode resultar em lamentáveis enganos no enfoque existencial, com a impressão paralisante de que tudo é carma, até a infelicidade. (...)

O carma é imposição das Leis Divinas, nos caminhos da regeneração. A felicidade não tem nada a ver com ele, porquanto é uma construção que devemos erguer na intimidade de nós mesmos, pensando e realizando o Bem.

Lembrando uma velha expressão: “A felicidade não é uma estação, na viagem da existência; felicidade é uma maneira de viajar”.

Se usarmos “óculos claros”, sentiremos que em todas as situações sempre há aspetos positivos e é neles que devemos fixar nossa atenção, aproveitando as experiências que Deus nos oferece e fazendo o melhor.

*Livro: Uma razão para viver*  
*Richard Simonetti*



# PERGUNTAS E RESPOSTAS

**245 – Se é justo esperarmos no decurso do nosso roteiro de provações na Terra, por determinadas dores, devemos sempre cultivar a prece?**

- A lei das provas é uma das maiores instituições universais para a distribuição dos benefícios divinos. Precisaís compreender isso, aceitando todas as dores com nobreza de sentimento.

A prece não poderá afastar os dissabores e as lições proveitosas da amargura, constantes do mapa de serviços que cada Espírito deve prestar na sua tarefa terrena, mas deve ser cultivada no íntimo, como a luz que se acende para o caminho tenebroso, ou mantida no coração como o alimento indispensável que se prepara, de modo a satisfazer à necessidade própria, na jornada longa e difícil, porquanto a oração sincera estabelece a vigilância e constitui o maior fator de resistência moral, no centro das provações mais escabrosas e mais rudes.

### **330 – Somente pela prece a alma encarnada pode auxiliar um Espírito bem-amado que a antecedeu na jornada do túmulo?**

- A oração coopera eficazmente em favor do que partiu, muitas vezes com o espírito emaranhado na rede das ilusões da existência material. Todavia, o coração amigo que ficou aí no mundo, pela vibração silenciosa e pelo desejo perseverante de ser útil ao companheiro que o precedeu na sepultura, para os movimentos da vida, nos momentos de repouso do corpo, em que a alma evoluída pode gozar de relativa liberdade, pode encontrar o Espírito sofredor ou errante do amigo desencarnado, despertar-lhe à vontade no cumprimento do dever, bem como orientá-lo sobre a sua realidade nova, sem que a sua memória corporal registre o acontecimento na vigília comum.

Daí nasce à afirmativa de que somente o amor pode atravessar o abismo da morte.

*Livro: Consolador- Médium Francisco Cândido Xavier- Espírito Emmanuel*

# ATIVIDADES DOUTRINÁRIAS NO CEPC

 **DIALOGOS  
ESPÍRITAS** **ALIMENTAÇÃO E  
EVOLUÇÃO ESPIRITUAL**  
1º DOMINGO DE CADA MÊS



**Marta Almeida**  
**7 de setembro de 2025**  
**17h00 - 19h00 (presencial)**

CENTRO ESPÍRITA PERDÃO E CARIDADE | RUA PRESIDENTE ARRIAGA, 124, LISBOA  
TEL. +351 21 397 52 19  
GERAL.CEPC@GMAIL.COM | WWW.CEPERDAOECARIDADE.PT

 **DIALOGOS  
ESPÍRITAS** **A OBSESSÃO E  
SUAS FACES**  
1º DOMINGO DE CADA MÊS



**João Paulo Maurício**  
**5 de outubro de 2025**  
**17h00 - 19h00 (presencial)**

CENTRO ESPÍRITA PERDÃO E CARIDADE | RUA PRESIDENTE ARRIAGA, 124, LISBOA  
TEL. +351 21 397 52 19  
GERAL.CEPC@GMAIL.COM | WWW.CEPERDAOECARIDADE.PT

 **DIALOGOS  
ESPÍRITAS** **A DOENÇA COMO  
CAMINHO**  
1º DOMINGO DE CADA MÊS



**Nuno Costa**  
(convidado)  
**2 de novembro de 2025**  
**17h00 - 19h00 (presencial)**

CENTRO ESPÍRITA PERDÃO E CARIDADE | RUA PRESIDENTE ARRIAGA, 124, LISBOA  
TEL. +351 21 397 52 19  
GERAL.CEPC@GMAIL.COM | WWW.CEPERDAOECARIDADE.PT

# HORÁRIOS

## **Segunda-feira**

17h30 - 18h00 Atendimento Pessoal  
18h15 - 19h15 Grupo de Estudo "Herculano Pires"  
19h30 - 20h00 Palestra Evangelho e Passe Magnético  
20h00 - 21h30 Atividade Privada

## **Terça-feira**

20h00 - 21h30 Atividade Privada

## **Quarta-Feira**

17h30 - 19h00 Atendimento Pessoal  
(s/marcação e por ordem de chegada)  
(online / marcação Tel. 911 085 036)  
19h30 - 21h00 Curso Básico de Espiritismo \*  
19h30 - 20h45 Curso do Evangelho Segundo o Espiritismo \*

## **Quinta-Feira**

18h30 - 20h00 Atividade Privada  
19h00 - 20h00 Curso de Educação da Mediunidade I \*  
20h30 - 21h30 Curso de Educação da Mediunidade II \*  
20h30 - 22h00 Atividade Privada

## **Sexta-Feira**

17h00 - 19h00 Atendimento Pessoal /  
marcação Tel. 911 085 036  
21h00 - 22h00 Palestra Evangelho e Vibrações  
ID 836 2031 7803 Senha 000744

## **Sábado**

14h30 - 15h45 Atendimento Pessoal  
14h30 - 15h45 Grupo de Jovens "Francisco de Assis"  
16h00 - 17h15 Departamento Infanto-Juvenil (DIJ) \*  
16h00 - 17h30 Palestra Pública presencial e Passe Magnético  
(c/transmissão via zoom ID 836 2031 7803 Senha 000744)  
17h00 - 17h45 Atendimento Pessoal  
18h00 - 19h00 Grupo de Estudo "André Luiz"  
18h00 - 19h30 Grupo de Estudos Espíritas "Camilo"

## **Domingo (1º domingo /mês)**

15h00 - 16h30 Projeto Medicina e Espiritismo (Grupo de Estudos)  
17h00 - 19h00 Diálogos Espíritas - Palestra Pública presencial

*\* Grupos de formação doutrinária sujeitos a pré-inscrição*