



Evangelho e Açaõ

Órgão de Divulgaçaõ da Fraternidade Espírita Irão Glacus - Fundado em abril de 1988
Rua Henrique Gorceix, 30 - Padre Eustáquio. CEP: 30720-416 - Belo Horizonte - MG

ANO XXXVI

MAIO / 2023

Nº375

Vencerás

Não desanimes.
Persiste mais um tanto.
Não cultives pessimismo.
Centraliza-te no bem a fazer.
Esquece as sugestões do medo destrutivo.
Segue adiante, mesmo varando a sombra dos próprios erros.

Avança, ainda que seja por entre lágrimas.
Trabalha constantemente.
Edifica sempre.
Não consintas que o gelo do desencanto te entorpeça o coração.
Não te impressiones à dificuldade.
Convence-te de que a vitória espiritual é construção para o dia-a-dia.

Não desistas da paciência.
Não creias em realização sem esforço.
Silêncio para a injúria.
Olvido para o mal.
Perdão às ofensas.
Recorda que os agressores são doentes.
Não permitas que os irmãos desequilibrados te destruam o trabalho ou te apaguem a esperança.
Não menosprezes o dever que a consciência te impõe.
Se te enganaste em algum trecho do caminho, reajusta a própria visão e procura o rumo certo.

Não contes vantagens nem fracassos.
Estuda buscando aprender.
Não te voltes contra ninguém.
Não dramatizes provações ou problemas.
Conserva o hábito da oração para que se te faça luz na vida íntima.

Resguarda-te em Deus e persevera no trabalho que Deus te confiou.
Ama sempre, fazendo pelos outros o melhor que possas realizar.
Age auxiliando.
Serve sem apego.
E assim vencerás.

Emmanuel - mensagem do livro "Astronautas do além" psicografado pelo médium Francisco Cândido Xavier

"(...), diante das inevitáveis redes sociais, como em qualquer dimensão da vida, devemos separar o joio do trigo."

Página 3

"Abandonar velhos hábitos não é tarefa fácil, pois exige esforço e boa vontade."

Página 5

"Vivemos na atualidade uma grande ilusão: buscamos em tudo e em todos o prazer."

Página 7

Cantinho da Criança: Você conhece a origem do Dia das Mães?

Página 8

Recomendamos o uso de máscara nas dependências da Feig, associado à higienização frequente das mãos e à vacina, para a prevenção da Covid-19. E ainda, que caso apresente sintomas gripais, permaneça em seu lar. Mais uma vez, com a responsabilidade de todos, faremos cumprir nosso compromisso com o ser humano.

O nosso dia a dia



FRATERNIDADE ESPÍRITA IRMÃO GLACUS

- Jornal Evangelho e Ação, publicação mensal. Mentor: Leopoldo Machado.
- S.O.S. Preces: terapia pelo telefone - (31) 3411-3131, das 8 às 21h30. Mentor: Bezerra de Menezes.
- Ambulatório Odontológico: atendimento de segunda a sábado. Mentor: Vasco da Silva Araújo.
- Ambulatório Médico: com atendimento aos sábados. Mentor: Dias da Cruz.
- Pré-sopa às sextas-feiras, sopa e salada de frutas aos mais carentes: todos os sábados. Mentor: José Grosso.
- Distribuição de roupas, alimentos, calçados, etc., aos sábados.
- Corte de cabelo e unhas, aos sábados.
- Curso para gestante aos sábados. Mentora: M^a Dolores.
- Reuniões Públicas noturnas de segunda a sexta-feira, às 20h, com orientação mediúnic e passes. Aos domingos, às 19h30, com passes e sem orientação espiritual.
- Reuniões Públicas diurnas, às segundas, quartas e sextas-feiras, às 15h, com passes e sem orientação mediúnic.
- Reuniões públicas da Mocidade, sábado às 16h30. Mentora: Joanna de Ângelis.
- Evangelização para crianças em diversos níveis, durante reuniões públicas. Mentora: Meimei.
- Reuniões de Educação Mediúnic: Quatro reuniões às segundas-feiras - Mentores: Antônio Alves, Dias da Cruz, Cícero Pereira, Kalimerium. Quatro reuniões às terças-feiras - Mentores: Maria Wendling, Jarbas de Paula e Helcio Wendling. Três reuniões às quartas-feiras - Mentores: Eugênio Monteiro, Maria Rothéia e Kalimerium. Três reuniões às sextas-feiras - Mentor: Virgílio de Almeida, Jair Soares, Leonardo Baumgratz. Duas reuniões aos sábados - Mentores: Jacques Aboab e José Rocco.
- Reuniões de Tratamento Espiritual: uma reunião às quartas-feiras - Mentor: Eurípedes Barsanulfo. Uma reunião aos sábados - Mentora: Maria Rothéia. Uma reunião às sextas-feiras - Mentor: Jair Soares.
- Campanha do Quilo - Mentor: Irmão Palminha.
- Livraria - Mentor: Rubens Costa Romanelli.
- Biblioteca - Mentor: Leonardo Baumgratz.
- Reunião de Culto no lar: sábado às 16h30. Mentor: Rafael Américo Ranieri.
- Visita Fraternal - Mentor: Clarêncio - Atendimento ao público de segunda a sexta-feira, das 19h às 21h15. Quarta-feira das 14h30 às 16h. Domingo das 19h às 20h45.
- Coral da Fraternidade Espírita Irmão Glacus - Apresentação nas reuniões públicas de quinta-feira, 3º domingo e outras.



FUNDAÇÃO ESPÍRITA IRMÃO GLACUS

- Reunião pública às quartas-feiras, 19h30 às 20h30
- Mocidade e Evangelização infantil, às quartas-feiras, de 19h30 às 20h30.
- Livraria - Mentor: Rubens Costa Romanelli.
- Biblioteca - Mentor: Leonardo Baumgratz.
- Colégio Espírita Professor Rubens Romanelli - Ensino fundamental e médio. Tel: (31) 3394-7680
- Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso. Tel: (31) 3396-9188.
- Bazar Beneficente: A Feig realiza um Bazar Beneficente na Fundação Espírita Irmão Glacus, localizada na Av. das Américas, 777, Bairro Kennedy - Contagem/MG. Atualmente ele funciona às quintas-feiras, das 8h às 15h, às terças-feiras e sábados, das 8h às 13h e também em algumas datas especiais com o excedente das doações recebidas. A primeira finalidade das doações é atender às necessidades dos cadastrados em nossas atividades de Assistência e Promoção Social, e depois, da Feig. Além de angariar recursos materiais para nossas atividades, o Bazar visa também atender às pessoas em situação de exclusão social, sendo uma oportunidade para que elas possam adquirir vários itens a preços simbólicos. Necessitamos de sua doação. Mais informações pelo telefone (31) 3394-6440.

Todo atendimento social realizado pela Fraternidade Espírita Irmão Glacus é sem fins lucrativos. Maiores informações por meio do telefone (31) 3411-9299.

FEIG VIRTUAL

- Conexão Espírita: às segundas-feiras, 20h, no canal da Feig no YouTube.
- Na Rota do Espiritismo: às quartas-feiras, às 20h, no canal da Feig no YouTube.

CAMPANHA DO QUILO

PRECISAMOS DE DOAÇÕES

- Arroz, café e leite
- Pasta dental
- Escova dental
- Shampoo
- Desodorante
- Fraldas Geriátricas: Tamanhos G, GG, EXG



Editorial

Gratidão

Hoje é tempo de agradecer!

Agradecer a oportunidade do trabalho e do convívio, agradecer a acolhida e principalmente o amor com o qual nossos mentores executam a tarefa. São anos de aprendizado e de convivência sadia entre os tarefeiros e amigos. A tarefa no bem nos fortalece e nos prepara nas lides humanas e a Feig realmente é uma grande oficina que nos acolhe e nos possibilita esse trabalho.

O Cristo em seu Evangelho sempre nos esclarece a importância da ação e do movimento operante. Felizes de nós quando nos identificamos conscientemente no trabalho com objetivos nobres. Considero verdade um ditado popular que diz: "Jesus não escolhe os capacitados e sim capacita os escolhidos", pois, nem de longe nos sentiríamos aptos a trabalhos tão importantes na seara cristã. É importante levar a mensagem do Cristo aos corações necessitados de amor, levar palavras de esperança a tantos desalentados de atenção, levar consolo aos que choram em desesperança e divulgar a mensagem dos nossos mentores nos momentos que precisamos.

Estejamos convictos irmãos, que quanto mais conscientes do bem que devemos realizar, mais fortes estaremos para superar desafios e dificuldades, em um programa autoeducativo do nosso aprimoramento. O caminho requer sacrifício, perseverança e principalmente vontade ao bem. E sim, quando sintonizados aos mentores, nosso fardo se torna mais leve e nosso caminho menos árduo. Sigamos desta forma, vislumbrando o mais alto com mãos e pensamentos operantes.

Evangelho e ação sempre aos nossos corações.

Christiane Vilela Gonçalves

Fale Conosco



Caro leitor do Jornal Evangelho e Ação, gostaríamos de receber suas sugestões e comentários sobre nosso trabalho. Ficaremos muito felizes se você nos escrever! Envie sua mensagem pelo email contato@feig.com.br

“O compromisso da FEIG é com o ser humano.”
Glacus

@JESUS

“E eis que eu estou convosco, todos os dias, até a consumação dos séculos.”¹ Essas palavras de Jesus anotadas pelo evangelista Mateus nos convidam a valiosas reflexões. A expressão “E eis” nos passa a ideia de surpresa sobre o advento de algo que não se esperava que acontecesse. E como se não bastasse a surpreendente afirmativa de Jesus sobre sua presença em nossas vidas, ele ainda afirma que “estará conosco”, não apenas hoje, mas em “todos os dias”. Por quanto tempo? Até a “consumação dos séculos”. O que equivale dizer: para sempre!

Eu não conheço o seu estado de ânimo no momento em que você se dedica à leitura deste artigo. Temas como saúde, trabalho e relacionamentos se destacam no transcurso de nossas vidas, e é bem provável que seus maiores desafios estejam ali. No entanto, você já experimentou confiar efetivamente na promessa de Jesus em estar sempre conosco? Você consegue imaginar os efeitos da presença Dele todos os dias em nossas vidas? Na saúde, no trabalho e nos relacionamentos? E o mais importante: como Ele se torna presente em nossas vidas?

Ultimamente, eu venho observando o meu padrão de utilização do tempo com mais frequência. Especialmente, o tempo em que me dedico ao outro. Chamou-me a atenção, por exemplo, o número de vezes em que eu consulto o celular ao longo do dia sem uma razão aparente. Recentemente, eis que me surpreendi com o impulso de consultá-lo em meio à madrugada. Por ser muito analítico, eu imediatamente censurei a intenção e cancelei, com satisfação, um comportamento com grande poder de se tornar um hábito. Hábito ruim, que se reuniria a outros que ainda posuo e que me esforço por desfazer-me. Aproveitei o ensejo e novamente me questioneei: O que estou buscando? Que necessidade eu



pretendia satisfazer com essa ameaçadora dependência?

Como resultado de minhas reflexões, cheguei mais uma vez à conclusão de que a questão principal não está na forma, mas sim no conteúdo. Naquele tempo, Jesus participava de uma rede social. E no propósito de implantar o Reino de Deus, ele não desconsiderou os costumes estabelecidos na sociedade em que nasceu. Sua rede social se apoiava na palavra e nas manifestações públicas, assim como hoje se constituem as redes sociais digitais. Sendo assim, é inevitável cogitar: Como Jesus se comportaria em uma rede social digital na atualidade? Que conteúdos Ele compartilharia? Quais seriam os seus comentários? E o que diria sobre as *fake news*? Utilizaria *likes* ou *deslikes*? Sobre o quê se interessaria? Quais figurinhas e emojis Ele mais utilizaria? E quanto tempo se dedicaria às redes enquanto dezenas de pessoas estão batendo à sua porta?

Enfim, com base na anotação de Mateus, Jesus “segue” oito bilhões de pessoas neste exato momento. E como Ele está conosco todos os dias, com certeza acompanha todas as nossas “publicações”. Em uma rede social, Jesus seria um dos raros perfis que teria mais conexões “seguindo” do que “seguidores”. E por falar em conexão, como você se conecta à Ele? Você O segue? De que modo? E em que momento?

Refleta em suas próprias palavras anotadas pelo evangelista Marcos. “Quem recebe uma destas crianças, por ser meu seguidor, do mesmo modo estará a mim recebendo; e qualquer que me recebe, não está apenas me recebendo, mas igualmente àquele que me enviou”². Compreendeu? Quando seguimos quem O segue, estamos automaticamente seguindo-O também. E como reconhecer quem O segue? Quem O segue é aquele que “Ama a Deus acima de todas as coisas e ao próximo como a si mesmo.”³ Seguir Jesus, portanto,

é interagir com pessoas e com as iniciativas que correspondam ao mandamento maior citado acima. E ainda, acolher aqueles que nos chegam com suas dores na alma e que, de uma forma ou de outra, podemos dar-lhes alívio com a nossa imitação de Cristo.

Caríssimos irmãos, diante das inevitáveis redes sociais, como em qualquer dimensão da vida, devemos separar o joio do trigo. Joio e trigo não são pessoas. São atitudes. Devemos priorizar a vida em todos os seus aspectos e selecionar o que curtir, o que compartilhar, quem seguir e que projetos abraçar. Se você ainda não segue Jesus, siga-O! Nas palavras do mentor Emmanuel, “Basta recapitular-lhe as lições para refleti-lo. E, ao retratá-lo em nós, segundo as nossas acanhadas concepções, receberemos Dele a ideia ou o socorro de que careçamos, a fim de escolher com acerto e agir com justiça.”⁴ Além disso, recordemos mais uma vez a anotação do apóstolo Marcos: “(...) e qualquer que me recebe, não está apenas me recebendo, mas igualmente àquele que me enviou”. Curtiu?

Vinicius Trindade

[1] Evangelho de Mateus 28:20

[2] Evangelho de Marcos 9:37.

[3] Evangelho de Mateus 22:37-39

[4] Emmanuel (Espírito), *Palavras de vida eterna*, [psicografado por] Francisco Cândido Xavier, 35a ed. cap. 149 (Todos os dias).



Mentores da FEIG

Mostra de Artes da Mocidade Espírita Joanna de Ângelis


06
maio
2023

16h30
às 18h

Venha participar conosco dessa tarde especial!

Fraternidade Espírita Irmão Glacus
Rua Henrique Gorceix, 30. Padre Eustáquio. BH/MG

Conheça, por meio da arte e do olhar de nossos jovens, quem são esses espíritos benfeitores que colocam a sua experiência e sabedoria a favor das tarefas da Feig e de cada um de nós.



Projeto Maleta Literária: espaço de trabalho e imaginação, ponte entre família e escola

Em abril, mês em que é comemorado o Dia Nacional do Livro Infantil, (18/04), o Centro de Educação Infantil Irmão José Grosso lançou o projeto “Maleta Literária”. Além de valorizar e incentivar a imaginação através da contação de histórias, o projeto aproxima escola e família, possibilitando que ambos estimulem juntos o desenvolvimento cognitivo, social e a capacidade de comunicação e expressão de cada criança.

O projeto funciona da seguinte forma: foram confeccionadas 6 malas contendo em cada uma o livro escolhido em conjunto pela equipe pedagógica e crianças da turma e um caderno. Cada turma receberá uma maleta.

Após o momento de contação de história realizado em sala de aula, a criança levará a maleta de sua turma para casa, promovendo a leitura em família e realizando um registro da experiência no caderno enviado, documentando o momento através de uma fotografia, um desenho, texto ou o que mais a criatividade permitir. A maleta circulará por todas as crianças de cada turma e suas famílias.

A participação de cada família ficará registrada no caderno para as próximas famílias que também receberão a maleta, que posteriormente estará em exposição para os pais. O desafio da criação do hábito da leitura é também do Centro de Educação Irmão José Grosso.



Conheça os livros que serão trabalhados por cada turminha:

5 anos: Um Mundinho Para Todos (Ingrid Bellinghausen)

4 anos: Tudo Bem Ser Diferente (Todd Parr)

3 anos: Bem Lá no Alto (Suzanne Straber)

2 anos: Totó e Otto - Regina Rennó

1 ano: Turma 1 - Livro da Família (Todd Parr); Turma 2 - Noite do Barulho (Emily Bolam)

Lei de igualdade, atitudes de Amor: Respeitar, Acolher, Incluir.

“Nisto todos conhecerão que sois meus discípulos, se vos amardes uns aos outros.” Jesus (João 13:35)

As casas espíritas têm por objetivos, acolher, consolar e esclarecer a todos que a elas aportam.

No cotidiano da Fraternidade e da Fundação, as atividades coletivas têm nos apresentado sucessivos desafios em relação à inclusão. A cada dia cresce o número de irmãos enfrentando experiências que lhes dificultam a convivência em espaços coletivos, seja por características de suas síndromes e/ou transtornos ou pelo seu jeito de ser, despertando preconceitos.

Sabemos que ao reencarnar, o espírito escolhe ou aceita as provas e circunstâncias que o ajudarão em sua evolução espiritual, por mais desafiadoras que sejam. De nossa parte, o exercício da caridade e do amor ao próximo são desafios e oportunidades para aprimorarmos o respeito, a aceitação, a compaixão e o olhar compassivo, buscando, a cada passo, nossa própria elevação espiritual.

A Feig está sempre buscando o aprimoramento dos tarefeiros para que executem as melhores formas de acolhimento e inclusão, inspirados no Evangelho.

Mais uma etapa de desafio será concretizada na Feig em um Seminário, neste mês

de maio, quando serão abordados os aspectos mais relevantes sobre o acolhimento e a inclusão de nossos irmãos portadores de transtornos mentais, transtorno do Espectro Autista, das diferentes etnias e orientações sexuais e expressões de gênero.

Os temas desse Seminário serão tratados por especialistas espíritas, enfocando diferentes características humanas, e, sobretudo, os sujeitos de direito e as formas de inclusão do ponto de vista legal e evangélico.

Você, irmão tarefeiro, é o nosso convidado! Te aguardamos no dia 28 de maio, pela manhã, para um diálogo fraterno e elucidativo. Maiores informações serão repassadas nas tarefas.

Velhos hábitos

Diz-nos a Doutrina Espírita que a humanidade é constituída de espíritos em variados graus de evolução, e que, ao renascermos neste mundo, trazemos de existências passadas todas as nossas aptidões, tendências, preferências e hábitos felizes e infelizes, que irão compor a nossa personalidade, o nosso modo de ser.

Segundo o Espírito de Verdade, na questão 132 de *O Livro dos Espíritos*, encarnamos neste mundo para evoluirmos, mediante a vivência de provas e expiações e ao mesmo tempo para contribuir com a parte que nos toca na obra da criação.

A reencarnação oferece deste modo a possibilidade de aprendermos coisas novas, promovendo a substituição de velhos hábitos mediante nossa transformação moral e pelos esforços empregados para domar nossas más inclinações, segundo Allan Kardec. Entretanto, nem sempre fazemos estes esforços, às vezes pequenos, para vencer nossas más inclinações, pois falta-nos ainda a vontade (*O Livro dos Espíritos*, questão 909).

O benfeitor Emmanuel diz-nos que “o hábito é uma esteira de reflexos mentais acumulados, operando constante indução à rotina”, ou seja, quase sempre repetimos de maneira automática aquilo que fomos no passado. Informa também que há milênios recapitulamos aquilo que fomos no passado, reforçando, às vezes, com prazer, nossos velhos hábitos. Ocorre, entretanto, que, ao mesmo tempo em que a reencarnação nos oferece a oportunidade de “nascer do espírito”, ou seja, mudar nossa mentalidade, a nossa consciência, conforme orienta-nos o Cristo, se não estivermos vigilantes, além de repetir os velhos hábitos, podemos inclusive “criar” hábitos novos, nocivos, dificultando ainda mais nosso processo de libertação.

Daí a necessidade de os pais estarem vigilantes quanto às tendências dos filhos, nos primeiros anos da existência. Desde tenra idade, o espírito reencarnado já demonstra suas tendências e nesta fase, a educação, que é “arte de formar caracteres”, segundo Allan Kardec, poderá corrigir os vícios do passado. No entanto, que a maioria dos pais na atualidade, deslumbrados com a capacidade intelectual dos filhos, pois são espíritos altamente inteligentes, porém nem sempre avançados moralmente, abandonam o processo educativo ou “terceirizam” essa tarefa. Por isso vemos atualmente muitos jovens ex-

tremamente inteligentes, porém frágeis moralmente, buscando, às vezes, nas drogas, uma alternativa às suas angústias íntimas.

Quanto aos hábitos, aqueles denominados físicos, como a bebida, o fumo, a alimentação em excesso, as drogas, etc., trazem prejuízos tanto ao corpo físico, quanto ao corpo perispiritual, além de configurar uma “ponte” de ligação com espíritos infelizes que sentem a necessidade destes vícios. Ao desencarnarmos, carregamos em nosso perispírito as marcas destes excessos, que poderão refletir em futuras reencarnações.

Abandonar velhos hábitos não é tarefa fácil, pois exige esforço e boa vontade. Nem sempre conseguimos de maneira imediata. Além do conhecimento espírita, dos estudos, dos passes, enfim, da terapêutica espírita, é importante a busca da medicina humana e do auxílio em grupos já especializados (como por exemplo os Alcoólicos Anônimos), clínicas de tratamento e psiquiabras.

Lamentavelmente, é muito comum, inclusive no meio espírita, a crítica em relação àqueles que possuem algum hábito físico nocivo, como o fumo ou bebida, por exemplo, desconhecendo os reais motivos que levaram aquela pessoa a enveredar-se por este ou aquele caminho. Por isto, o Cristo recomenda-nos o não julgamento, considerando que todos nós podemos também cair nos mesmos enganos. Também ocorre um fato curioso. Aquele que consegue temporariamente abandonar um vício físico, às vezes passa a criticar e não tolerar a presença de pessoas que ainda mantêm o mesmo vício. Assim, devemos ter compaixão por aqueles que ainda não conseguiram abandonar os velhos hábitos, considerando que vida irá nos medir na proporção que medirmos os outros.

Entretanto, dentre os hábitos físicos e os morais, estes últimos são piores do que os primeiros, pois conforme Jesus nos orienta, não é o que entra pela boca que contamina o homem, mas o que sai pela boca, pois o que sai pela boca, procede do coração e isso contamina o homem (Mt.15.17:18). Coração é sentimento, e é por ele que seremos avaliados perante a vida verdadeira. Sublimar um vício moral, quase sempre é muito mais difícil e complexo do que abandonar um vício físico. Até hoje estamos neste ciclo de reencarnações num mundo de provas e expiações, em função de nossos velhos hábitos morais

como a maledicência, a inveja, a vaidade, o orgulho e o egoísmo.

Pelo egoísmo, segundo Emmanuel, exageramos nossas necessidades, em função de querermos “parecer” o que os outros são, e criamos todo um sistema de defesa à base de crueldade onde ferimos o próximo e por consequência a nós mesmos.

Deveríamos, à semelhança de Santo Agostinho, todas as noites, realizar um “balanço” de como foi nosso dia e numa análise sincera, sem justificativas personalistas, identificar nossos pontos doentios a fim de não os repetir no futuro.

Quando Allan Kardec indaga os Espíritos Superiores sobre a maneira mais adequada de se educar o homem para o bem, ele recebeu como resposta que era necessário começar praticando uma máxima divulgada por Sócrates: “Conhece-te a ti mesmo”. Além da análise diária, à semelhança de Santo Agostinho, que observava com cuidado as atitudes no comportamento cotidiano, Allan Kardec foi advertido também em relação aos perigos da mente, pois ela, a mente, é capaz, através do jogo de palavras e argumentos, de transformar hábitos negativos em aparentemente positivos e vice-versa. Por exemplo, o avarento pode perceber-se econômico e o imprudente, identificar-se como audacioso.

Mas como a Doutrina Espírita pode auxiliá-nos a fim de nos libertarmos dos velhos hábitos? Na realidade não existe um guia prático para tal, mas devemos iniciar o trabalho de renovação abandonando pequenos hábitos, sem a pretensão de querer resolver tudo de uma única vez. Elaborar um inventário detalhado de nossa vida, identificando nossas idéias, valores, crenças, emoções, sentimentos e hábitos mentais, sem atribuir nenhum juízo de valor e nem se julgando bom ou ruim, já seria um bom começo.

Mas a evolução é da lei. Mesmo contra nossa vontade, invariavelmente, todos nós, alguns com mais sofrimentos e outros menos, nos libertaremos de nossas algemas, representadas pelos nossos hábitos infelizes.

Não existe felicidade sem trabalho de reforma íntima. Toda subida exige esforço. Somente com sacrifício de nossos interesses personalistas, “negando a si mesmo” para seguir o Cristo Interno, conseguiremos refletir, no espelho de nossa mente, a alegria pura, construída a partir da bondade e da compreensão.

Eurípedes Mariano

Participe da Campanha do Enxoval !

Doe artigos para compor o enxoval para os bebês das famílias assistidas pela Feig. Itens para crianças de 0 a 1 ano, preferencialmente unissex.

Clique aqui, conheça os itens e saiba como doar!



Recebendo bem os que chegam na Feig

Implantada a tarefa do Encontro de Acolhimento, em meados de 2022, pudemos observar a satisfação demonstrada pelas pessoas recém-chegadas à casa, que desde então vêm expressando a sua gratidão pelo gesto de empatia e cordialidade da Feig ao recebê-las.

A iniciativa traduz o objetivo de aproximação institucional com os visitantes, mediante uma abordagem fraterna e inclusiva que estimula e otimiza a participação nos diversos atendimentos disponibilizados.

Na prática, como isso funciona? As pessoas são previamente identificadas pelo Balcão de Informações para o respectivo registro e cadastramento autorizado, seguido do convite para o Encontro de Acolhimento e direcionamento para os atendimentos requeridos, conforme o interesse ou necessidade identificada.

Essa abordagem preliminar do Balcão de Informações é importante porque permite que a Feig consolide estatísticas mais precisas em torno da quantificação desse público, além de viabilizar a maior compreensão do seu perfil e necessidades, para o aprimoramento permanente dos nossos atendimen-

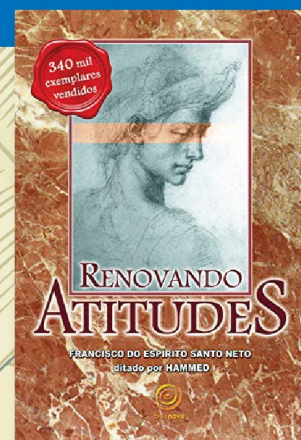
tos. No entanto, muitas vezes os visitantes não são identificados porque não passam por essa abordagem preliminar, principalmente quando chegam acompanhados de parentes e amigos tarefeiros. É fundamental que esse processo seja ampliado e consolidado.

E por isso que o envolvimento de tarefeiros(as) ou frequentadores(as) usual da casa, podem contribuir decisivamente para o sucesso dessa empreitada. Ao divulgar a Feig a seus familiares e amigos, ou ao acompanhá-los pessoalmente na sua primeira visita a casa, apresente-os ao Balcão de Informações!

Os visitantes, após identificados, receberão um adesivo de roupa, indicativo de que demandarão atenção redobrada por parte de todos nós na execução das nossas atividades junto a eles. Assim, todos devem ficar atentos e ao se depararem com uma pessoa portando esse adesivo, você também é responsável pelo acolhimento dela na nossa instituição.

Com o empenho e colaboração de todos, vamos estreitar cada vez mais os laços com os nossos novos frequentadores, que podem se tornar futuros tarefeiros.

RESENHA DO MÊS



Obra:

Renovando Atitudes

Editora:

Boa Nova Editora

Autor encarnado:

Francisco do Espírito Santo Neto

Autor desencarnado:

Hammed

Conheça mais sobre esse livro e muitas outras obras complementares da Doutrina Espírita. Acesse: www.feig.org/conhecendooespiritismo

Saúde em Ação

Cuidando do Coração

No mês de abril, a Feig, dando continuidade ao planejamento das atividades em 2023, realizou ações de prevenção e combate à hipertensão arterial na Fraternidade e Fundação Espírita Irmão Glacus. Dentro dessas ações, realizou-se a aferição de pressão arterial e foram dadas orientações para a prevenção à hipertensão para os funcionários, os frequentadores e os assistidos.

A hipertensão arterial ou pressão alta é uma doença crônica caracterizada pelos níveis elevados da pressão sanguínea nas artérias, segundo conceituação do Ministério da Saúde. Ela acontece quando os valores das pressões máxima e mínima são iguais ou ultrapassam os 140/90 mmHg (ou 14 por 9). A pressão alta faz com que o coração tenha que exercer um esforço maior do que o normal para fazer o sangue circular, e é um dos principais fatores de risco para a ocorrência de acidente vascular cerebral, infarto, aneurisma arterial e insuficiência renal e cardíaca.

Essa doença pode ser herdada geneticamente, mas há vários fatores que influenciam nos níveis de pressão arterial, entre eles: o fumo; o consumo de bebidas alcoólicas; a obesidade; o estresse; o elevado consumo

de sal; os níveis altos de colesterol e a falta de atividade física.

Sabemos das dificuldades para a mudança e aquisição de novos hábitos e abandono dos velhos vícios, mas é necessário que nos esforcemos, se desejamos nossa melhoria. Precisamos cuidar do nosso corpo físico, bendito instrumento para nossa evolução. É imperativo buscarmos ajuda da medicina para nos auxiliar no controle da hipertensão quando se fizer necessário. Também é importante a busca de ajuda profissional, caso haja vontade real de abandonar os vícios e haja dificuldade em fazê-lo sem esse apoio.

Joanna de Ângelis, no livro Conflitos existenciais, afirma que “mantendo a vigilância de que é um paciente em contínuo tratamento, cabe-lhe evitar qualquer possibilidade de ceder ao vício, não lhe aceitando os desafios subliminais que atingem a todos que se encontram nessa fase de transformação”.

Depois de tomada a decisão de mudança de hábitos, será muito importante que a pessoa busque também a oração para se fortalecer e receber energias renovadoras e saltares para a manutenção de seus propósitos renovadores.

Paz e alegria a todos!

Bazar Especial DIA DAS MÃES

Artigos novos e seminovos!

Presenteie essa pessoa tão especial e contribua com a manutenção das atividades da Feig!

13 de maio, das 9h às 13h, na Fundação Espírita Irmão Glacus (Av. das Américas, 777, Kennedy - Contagem)

Senhas serão distribuídas a partir das 5h.

Mais informações em: (31) 3494-6440



A dor é caminho de aprendizado

Vivemos na atualidade uma grande ilusão: buscamos em tudo e em todos o prazer. O lema é: qualquer dissabor deve ser evitado e a qualquer preço. Aquilo que não faz parte do mundo da diversão, do conforto, luxo e empolgação não pode ser aceito; e mediante a menor contrariedade ou quando uma situação foge do controle, surgem reações impulsivas, desequilibradas e até violentas, que infelizmente vão se tornando rotina.

Triste constatarmos o orgulho e a vaidade “mostrando suas asas” nos lares, nas escolas, nos ambientes de trabalho e em muitas instituições religiosas. Não se admite qualquer oposição, contrariedade e crítica dirigidas ao “ego inflado”. Não se aceita a dor. Contraditoriamente, em muitas situações cremos ter o direito de zombar, de impor vontades, de desprezar e infligir dores... é a cegueira imposta pelo egoísmo.

É bastante natural temermos a dor. Sim, nenhum de nós quer padecer de uma dor física, moral, emocional ou psicológica, entretanto, a Doutrina Espírita nos fornece bons argumentos para percebermos que o sofrimento traz aprendizados importantes. Esse é o momento de reavaliarmos valores, de nos conhecermos a fundo e de passarmos a dar importância para as coisas mais essenciais.

Há justiça Divina, e devemos entender a dor como instrumento de reparação de nossas faltas, desta ou de existências anteriores. Mas, certamente, mediante um momento de dor, não devemos deixar de pedir ajuda aos irmãos encarnados e também aos benfeitores espirituais desencarnados. Bendita a caridade e o amparo por meio do intercâmbio espiritual, das preces e da comunicação mediúmica! Não estamos sós!

Cabe considerar que a dor física é mecanismo de alerta, utilizado por nosso sistema ner-

voso para garantir a preservação do ser. Neste caso, a dor nos avisa de que algo não está bem no corpo e que necessitamos de cuidados médicos, de novos hábitos ou comportamentos.

Já a dor emocional é um sentimento incômodo que pode gerar tristezas, depressão e outras sensações negativas. Em geral, reagimos defensivamente e impulsivamente às situações que julgamos prejudiciais (perdas, decepções, indiferenças, críticas, traições e etc.) avaliando os eventos sempre sob “a nossa ótica”, na maioria das vezes dramática. É comum vermos o outro ou as contrariedades que surgem como ameaças. Visão essa, alicerçada nos fatores educacionais, nas crenças familiares e nas experiências negativas desta e de outras existências. Mas é importante recordar que todos, sem exceção, somos criaturas Divinas e estamos neste orbe para progredir. Portanto, é essencial pedir e dar o perdão e mediante aflições buscar os ensinamentos de Jesus: “Tenho-vos dito isto, para que em mim tenhais paz; no mundo tereis aflições, mas tende bom ânimo, eu venci o mundo.” (Jesus – João 16:33).

É tarefa difícil compreender que a dor que bate a nossa porta não é um castigo ou uma punição apenas. Por intermédio dos espíritos benfeitores, aprendemos que sofrendo com entendimento e sem murmúrios estamos reparando, refazendo situações de outras existências e, sobretudo, aprendendo a amar. Sempre vale buscar um “novo olhar” para as situações desafiadoras!

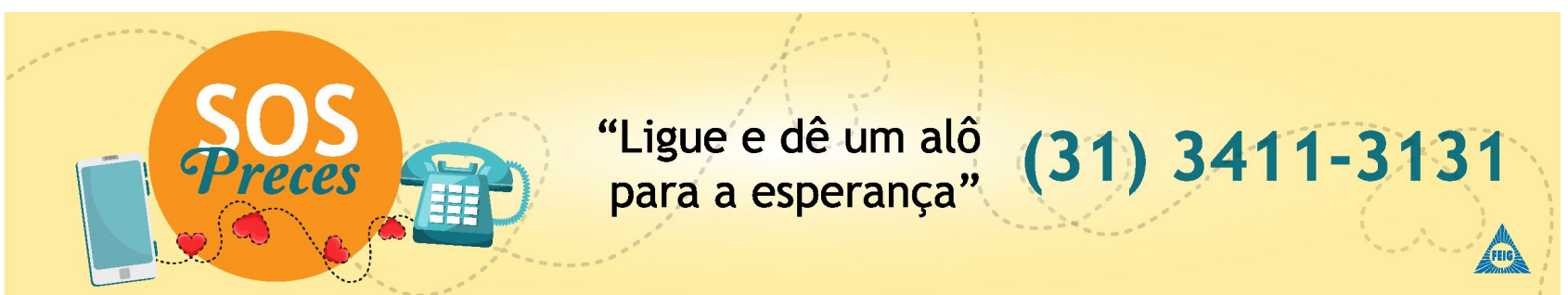
Se sofremos de dor imensa pela partida de entes queridos, utilizemos das preces e dos bons pensamentos para estarmos mais próximos deles, para buscarmos alento, libertação de culpas, afinal os laços de amor são eternos e o amparo da espiritualidade se dá em qualquer plano da vida.

“O homem, na Terra, não pode gozar de completa felicidade, pois a vida aqui lhe foi dada como prova ou expiação. Dele, porém, depende a suavização de seus males e o ser tão feliz quanto possível. Praticando a lei de Deus, a muitos males se forrará e proporcionará a si mesmo felicidade tão grande quanto o comporta a sua existência grosseira. A felicidade do homem, com relação à vida material, é a posse do necessário. Com relação à vida moral, a consciência tranquila e a fé no futuro.” (Kardec, questões 920 a 922 de *O Livro dos Espíritos*).

Por fim, podemos afirmar que, seja na nossa vida ou observando a vida dos nossos irmãos de caminhada, aprendemos com a dor a amar de verdade.

No livro *Caminhos de Volta*, lição Diálogo Curativo, o benfeitor espiritual Emmanuel nos convoca a apoiarmos aquele que sofre, sendo instrumentos de alívio e de paz: “...quanto mais a desarmonia nos envolva, mais imperiosa se revela a necessidade da conversação curativa, capaz de suprir moléstias e obsessões no nascedouro.[...] compadece-te dos familiares e procura irradiar a luz do entendimento que estabeleça tranquilidade e segurança; no grupo de trabalho, quanto possível, transforma-te em exaustor das confidências amargas, trocando incompreensão por bondade ou azedume por bênção; nas manifestações de caráter público, seleciona os conceitos que te vistam ideias e pareceres a fim de que não venhas a estimular violência ou discórdia; e, nas vias públicas, mobiliza solidariedade e gentileza, diminuindo o cansaço e a solidão naqueles companheiros que suportam conflitos e provações que talvez desconheças.”

Letícia Schettino Peixoto



SOS Preces

“Ligue e dê um alô para a esperança” **(31) 3411-3131**

Expediente

Publicação mensal da **Fraternidade Espírita Irmão Glacus**
CNPJ: 19.843.754/0001-31 | Utilidade Pública: Estadual Lei 8.831/85 – Municipal Lei 3.289/81 | Entidade Portadora do CEBAS – Certificado de Entidade Beneficente de Assistência Social | Editado pelo Departamento de Divulgação.

Presidente:

Omar Ganem

Diretoria de Comunicação:

Miriam d'Ávila Nunes

Dirigente do Jornal:

Christiane Vilela Gonçalves

Jornalista Responsável:

Edna Mara Rocha F. Ragil – Reg. MG 03787 JP-17

Colaboradores:

Valdir Pedrosa, Kátia Tamietto, João Jacques, Ladimir Freitas, Miriam d'Ávila Nunes, Adriana Souza, Vinícius

Trindade, Alice Máximo, Frederico Barbosa, Letícia Schettino, Anna Carolina Cruz e Isabela Martins.

Expedição:

FEIG

Revisão:

Equipe do jornal Evangelho e Ação

Fotografia:

Banco de imagens FEIG, bancos de imagens gratuitas (Freepik, Flaticon e Pixabay), Edson Flávio e Fabiana Cristina

Ilustrações:

Cláudia Daniel e bancos de imagens gratuitas (Freepik, Pixabay e Openclipart)

Divulgações:

Equipe da Diretoria de Comunicação

Projeto Gráfico:

Fabiana Cristina e Cláudia Daniel

Diagramação:

Claudia Daniel, Vera Zenóbio, Rejane Mary

Impressão:

O jornal Evangelho e Ação está sendo disponibilizado somente em formato digital.

Site: www.feig.org.br

Depto. Associados: (31) 3411-8636

Endereço para correspondência:

**Jornal Evangelho e Ação/
Fraternidade Espírita Irmão Glacus**
Rua Henrique Gorceix, nº 30, Bairro Padre Eustáquio
CEP:30720-416- Belo Horizonte/Minas Gerais

Frases de Rodapé extraídas do Livro *Busca e Acharás*, Emmanuel, psicografia de Francisco Cândido Xavier - texto Aceitação.

Origem do Dia das Mães

Em 1864, nos Estados Unidos, nasceu uma menina muito bonita que se chamava Anna Jarvis. Ela vivia muito bem com sua mãe e sua irmã mais nova que era cega. Apesar de serem só as três, viviam muito felizes.

Quando sua mãe morreu, Anna já com 41 anos, ficou muito triste. Então, teve a ideia de criar um dia para as mães! Daí em diante, começou uma campanha para se criar esse dia, onde as pessoas poderiam homenagear não só as mães vivas, mas também as mães que já haviam desencarnado. E finalmente, depois de muita dedicação, em 1914, foi escolhido o segundo domingo do mês de maio para celebrar o Dia das Mães, pois esse dia, neste ano, era a data de aniversário da morte da mãe de Anna!

Mas um dia, Anna ficou novamente muito triste... porque começou a perceber que a data que ela criou, tão especialmente para se homenagear as mães, estava sendo usada para se ganhar dinheiro! As pessoas apenas queriam comprar presentes e não se preocupavam com o carinho, cuidado e respeito com as mães.

Anna nos sugere a homenagear as mães todos os dias, e no segundo domingo de maio, podemos oferecer uma simples flor e uma prece para exprimir nosso afeto, gratidão e carinho! Esses últimos são os melhores e mais valiosos presentes.

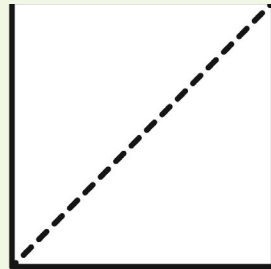
(Dados tirados do prefácio do livro: Mãe-antologia mediúnica, Francisco Cândido Xavier/Espíritos diversos)

ATIVIDADE

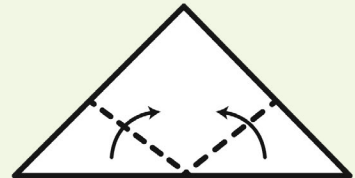
Faça uma flor bem linda seguindo o passo a passo abaixo. Depois presenteie sua mãe ou quem cuida de você!

Materiais:

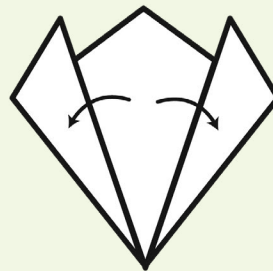
- Um papel cortado em formato quadrado.
- Palitinho de picolé ou canudo.
- Papel cortado em formato de folhas.



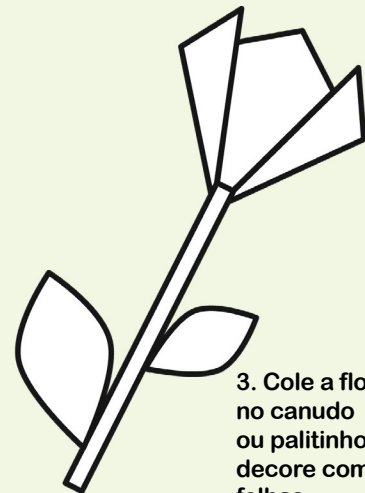
1. Dobre o papel quadrado ao meio na diagonal



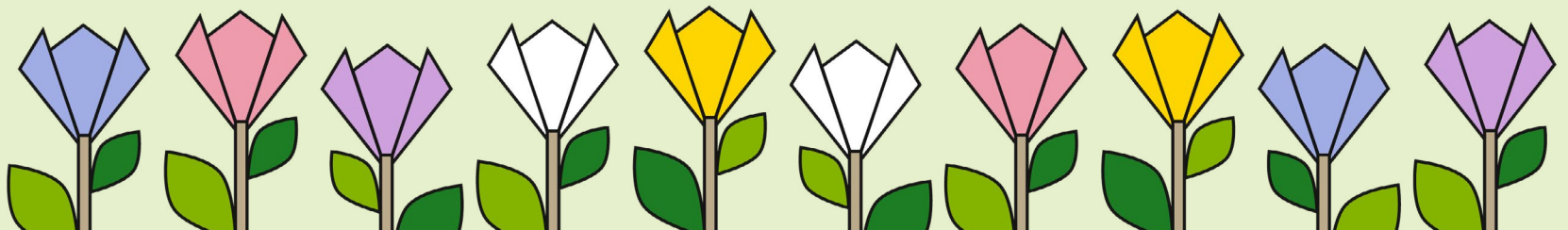
2. Dobre as pontas em direção ao centro.



3. Movimente as dobras para a lateral para formar a flor



3. Cole a flor no canudo ou palitinho e decore com as folhas



PRATIQUE O CULTO DO EVANGELHO NO LAR

É um recurso espiritual que ajuda na harmonização dos lares, fortalecendo a todos para a superação dos desafios diários.

Reserve de 30 a 60 minutos da sua semana, sempre em dia e horário previamente estabelecidos por você e seus familiares.

1. Prece inicial simples;
2. Se houver participação de crianças, leitura e comentários sobre obra infantil de cunho moral por aproximadamente 15 minutos;
3. Leitura de *O Evangelho Segundo o Espiritismo* ou do Novo Testamento por pelo menos 30 minutos e comentários dos trechos lidos;
4. Leitura de uma lição de livro de moral cristã (*Jesus no Lar; Caminho, Verdade e Vida; Vinha de Luz; Pão Nosso*; ou similares), podendo ser feito breve comentário.
5. Prece de agradecimento e irradiação em favor de todos.



FRATERNIDADE ESPÍRITA IRMÃO GLACUS

Rua Henrique Gorceix,30 - Bairro Padre Eustáquio - CEP 30720-416
Belo Horizonte - MG - Fone:(31) 3411-9299 - www.feig.org.br