

Programa de Reforma Íntima para  
**Mocidade Espírita**

*Planner*  
*Religiosidade*



*Pensando no presente!  
Projetando o Futuro!*

1ª SEMANA

QUAL O OBJETIVO DA MINHA REENCARNAÇÃO?

---

---

---

EU TENHO BUSCADO MINHA MELHORA MORAL E ESPIRITUAL?

---

---

---

*Próximos passos*

ESTABELECEER METAS DE MELHORIA ÍNTIMA PARA CUMPRIR COM OS OBJETIVOS DA MINHA REENCARNAÇÃO.

- ---

---
- ---

---
- ---

---



## SUGESTÃO DE PRECE

PRECE DE GRATIDÃO A DEUS PELA OPORTUNIDADE REENCARNATÓRIA

## Relembrando o conteúdo

COMO PODEMOS RECONHECER E AGRADECER TODO ZELO E CUIDADO QUE JESUS TEM COM A HUMANIDADE AO LONGO DOS TEMPOS?

---

---

DE QUE FORMA POSSO SER UM MISSIONÁRIO DE JESUS AO LONGO DO MEU DIA?

---

---

## LENDA SIMBÓLICA

“Existe no folclore de várias nações do mundo antiga lenda que exprime comumente a verdade de nossa vida.

Certo homem que pervagava, infeliz, padecendo intempérie e solidão, encontrou valiosa pedra em que se refugiou, encantado. [...].

O atormentado viajor agarrou-se, contente, a semelhante habitação e, longe de consagrar-se ao trabalho honesto para renová-la e engrandecê-la, confiou-se à pedintaria.

Além, jornadeavam companheiros de Humanidade em provações mais aflitivas que as dele, contudo, acreditava-se o mais infortunado de todos os seres e preferia examiná-los através da inveja e da irritação. [...].

Na imensidão do céu, cada manhã, surgia o Sol, como glorioso ministro da Luz Divina, exortando-o ao labor digno, mas o desditoso admitia-se incapacitado e enfermo de tal sorte, que não se atrevia a deixar a pedra protetora.

Ouvia de lábios benevolentes incessantes apelos à própria renovação, a fim de exercitar-se na prática do bem, a favor de si mesmo, mas, extremamente cristalizado na ociosidade e no desalento, replicava com evasivas, definindo-se como sofredor irremediável, vomitando queixas ou disparando condenações.

Não podia trabalhar por faltarem-lhe recursos, não estudava por fugir-lhe o dinheiro, não ajudava de modo algum a ninguém por ser pobre até à miserabilidade completa, dizia entre sucessivas lamentações. [...].

Por mais de meio século demorou-se na pedra muda e hospitaleira, até que a morte lhe visitou os farrapos, arrebatando-o da carne às surpresas do seu reino.

Foi então que mãos operosas removeram o enorme calhau para que a higiene retornasse à paisagem, encontrando sob a pequena rocha granítica um imenso tesouro de moedas e jóias, suscetível de assegurar a evolução e o conforto de grande comunidade.

O devoto da inércia experimentara desolação e necessidade, por toda a existência, sobre um leito de inimaginável riqueza.

Assim somos quase todos nós, durante a reencarnação.

Almas famintas de progresso e acrisolamento, colamo-nos ao grabato físico para a aquisição de conhecimento e virtude, experiência e sublimação, mas, muito longe de entender a nossa divina oportunidade, desertamos da luta e viajamos no mundo à feição de mendigos caprichosos e descontentes, albergando amarguras e lágrimas, no culto disfarçado da rebeldia.

E, olvidando nossos braços que podem agir para o bem, estendemo-los não para dar e sim para recolher, pedindo, suplicando, retendo, reclamando e exigindo, até que chega o momento em que a morte nos faz conhecer o tesouro que desprezamos.

Se a lenda que repetimos pode merecer-te atenção, aproveita o aconchego do corpo a que te acolhes, entregando-te à construção do bem por amor ao bem, na certeza de que a tua passagem na Terra vale por generosa bolsa de estudo, e de que amanhã regressarás para o ajuste de contas em tua esfera de origem.” (Irmão X, *Contos e Apólogos*, 13. ed., p. 173-175).

2<sup>a</sup> Semana

*Pensando no presente!  
Projetando o Futuro!*

2ª SEMANA

TENHO REALIZADO PRECES DIÁRIAS?

---

---

---

TENHO BUSCADO O AUXÍLIO DO MEU ANJO DE GUARDA?

---

---

---

*Prece semanal*



SUGESTÃO DE PRECE

PRECE ROGANDO AO ANJO DE GUARDA FORTALECIMENTO PARA VENCER AS DIFICULDADES DA VIDA.

# Próximos passos

2ª SEMANA



ESTABELECE O HÁBITO DA PRECE DIÁRIA E UMA LEITURA EDIFICANTE TODOS OS DIAS ANTES DE DORMIR.

## Relembrando o conteúdo

PODEMOS SER REVOLUCIONÁRIOS COMO JESUS O FOI?

---

---

QUAL É O DIVINO LEGADO DO CRISTO PARA TODOS NÓS?

---

---

## A PARÁBOLA DA OVELHA DESGARRADA

Nos campos da Palestina, a terra onde Jesus nasceu, havia um homem que tinha cem ovelhas. Era um pastor, pois ele mesmo as apascentava.

Com muito cuidado e bondade levava suas ovelhinhas aos lindos campos, onde havia bom pasto para elas. Levava-as também às fontes, onde elas encontravam água fresca e limpa.

O pastor era muito carinhoso e bom, e suas ovelhas o seguiam confiantes.

Um dia, uma ovelhinha fugiu do rebanho. Que teria pensado ela, para assim abandonar o pastor e suas irmãs?

Certamente pensou que, além daqueles pastos onde vivia, havia pastagem melhor e mais rica. Pobrezinha! Não pensou nos perigos que poderia enfrentar longe do seu pastor. Não pensou que poderia encontrar, numa noite qualquer, sozinha, algum lobo ou alguma hiena que a devorasse. Não, a ovelhinha não pensou nos perigos... Pensou que era melhor ser sozinha, ser livre, correr pelos campos e pelas pastagens, solta, sem a vigilância de seu dono e sem a companhia de suas irmãs. E fugiu...

Correu muito, para livrar-se do pastor e para não ser vista pelas companheiras...

Mesmo assim, o pastor, que cuidava de suas cem ovelhinhas, sentiu a falta da fugitiva. No aprisco ele contou, logo na manhã seguinte, noventa e nove ovelhas.

Que fez, então, o bondoso pastor?

Deixou as noventa e nove ovelhinhas bem guardadas no redil e partiu em busca da ovelhinha desgarrada.

Andou muito o pobre pastor. Procurou-a pelas pastagens próximas e não a encontrou...

Andou, andou muito... Subiu montes e vadeou riachos... Só no dia seguinte, encontrou a pobre ovelhinha deitada, perto de uma colina, machucada pelos espinhos por ter atravessado uma sebe. Já estava sem forças, sedenta e quase morta!...

Como estava arrependida do que fizera! Com que alegria recebeu o pastor amigo que chegava para salvá-la!

O pastor deu-lhe água, pensou-lhe as feridas, acariciou-a, conversou com ela... Colocou-a depois nos seus braços, acomodando-a bem em seu ombro. E voltou feliz, muito feliz, com sua ovelhinha.

Chegando a casa, chamou seus vizinhos e amigos e disse-lhes:

— Alegrem-se comigo, meus amigos, porque já achei a minha ovelhinha que se havia perdido. Assim também — diz Jesus no Evangelho — haverá mais alegria no Céu por um pecador que se arrepende do que pelo bom comportamento de noventa e nove justos.

Também esta parábola, filhinho, como a do Filho Pródigo, quer mostrar a você a Infinita Bondade do Céu para com as nossas almas.

A Parábola da Ovelha Desgarrada nos mostra os cuidados que Jesus tem conosco. Tudo Ele fez outrora, quando viveu neste mundo, e tudo ainda faz hoje, da Eternidade, para chamar as almas pecadoras ao arrependimento. Jesus é Bom Pastor. Ele deu Sua vida por nós, que somos Suas ovelhinhas.

A Parábola nos mostra que, longe do Divino Pastor, nós só podemos encontrar sofrimento, perigos, miséria e morte.

Mas, se nos arrependermos de nossas faltas, não só daremos alegria ao nosso Bom Pastor — JESUS — como também todo o Céu, todos os nossos Amigos e Benfeitores Espirituais se alegrarão imensamente. Haverá “alegria no Céu”, disse o Senhor.

Não queremos dar contentamento a Quem tudo sofreu pela nossa felicidade?

Não queremos dar alegria no Céu aos nossos Benfeitores Queridos que nos protegem e nos ensinam o Bem?

Que o seu coração, meu filho, também se arrependa de suas faltas, mesmo pequeninas, para dar hoje, HOJE MESMO, uma grande alegria ao nosso Bom Pastor, que do Céu vela por nós e nos espera um dia no Seu Reino.” (Clóvis Tavares, *Histórias que Jesus contou*, 16. ed., p. 39-41).

3<sup>a</sup> Semana

*Pensando no presente!  
Projetando o Futuro!*

3ª SEMANA



EU JÁ ME INTEGREI AO PROGRAMA DA MEDIUNIDADE DA MINHA CASA ESPÍRITA?

---

---

---

TENHO BUSCADO CULTIVAR ATITUDE MENTAL DIGNA?

---

---

---

*Próximos passos*



BUSCAR A COORDENAÇÃO DA MEDIUNIDADE DE MEU CENTRO ESPÍRITA, COLOCANDO-ME À DISPOSIÇÃO PARA AJUDAR NAS ATIVIDADES (DISTRIBUIÇÃO DA ÁGUA FLUIDIFICADA, RECEPÇÃO DOS FREQUENTADORES, ETC...).



## SUGESTÃO DE PRECE

PRECE ROGANDO A JESUS O FORTALECIMENTO DE MEUS IDEAIS RELIGIOSOS.

## Relembrando o conteúdo

A GESTAÇÃO DE MARIA FOI UMA GRAVIDEZ COMUM?

---

---

COMO MARIA SUSTENTOU A PRESENÇA CRÍSTICA NA TERRA?

---

---

## O JOVEM E A MEDIUNIDADE

“Se a faculdade mediúnica te conclama ao serviço de maneira imediata, apresenta-te para a tarefa sem demora.

O que habilita o jovem a laborar na seara mediúnica não é a idade cronológica propriamente e sim a maturidade moral.

Isto posto, alista-te nas Casas Espíritas sérias, colhe as orientações dos companheiros responsáveis nessa área; e se a opinião dos dirigentes te credenciarem para a tarefa, abraça de bom grado o mister mediúnico.

Entretanto:

Estuda a codificação espírita;

Afasta-te das empolgações infantis;

Acautela-te com a vaidade;

Evita, no trato com a mediunidade, as atividades lúdicas.

Lembra-te de que mediunidade é compromisso espiritual. É ferramenta sublime, mas que pode se perder em mãos inábeis.

Estuda o Espiritismo, disciplina-te na tarefa e coloca-te em pacientes exercícios, preparando-te para trilhar um longo e delicado caminho, cheio de flores e espinhos.

Não te iludas!

Terás de trabalhar anos a fio na educação das capacidades espirituais até que produzas de maneira satisfatória.

Não espere benefícios ou vantagens particulares. Mediunidade na juventude é oportunidade de resgatar, desde cedo, os débitos de outrora, preparando um porvir de luz.

Por seres um médium juvenil, não penses que te será exigida a renúncia de uma vida normal, mas te será solicitado, como para qualquer outra criatura humana, independentemente da idade em que se apresente, sejam evitados os excessos, em todos os campos, além do esforço para com a reforma íntima.

Emprega tuas forças, abraça o compromisso e esteja disposto ao testemunho e sê o intérprete dedicado e disciplinado que caracteriza o médium espírita!”

(Wilson Ferreira de Mello, *Cartas ao moço espírita*, p. 36-37).

4<sup>a</sup> Semana

# Pensando no presente! Projetando o Futuro!

4ª SEMANA

EU E MINHA FAMÍLIA REALIZAMOS  
O CULTO DO EVANGELHO NO LAR?

---

---

---



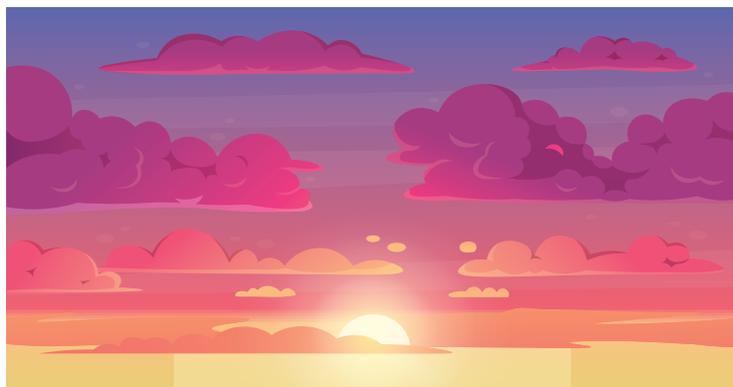
BUSCO RECORDAR DAS REFLEXÕES DO EVANGELHO  
DURANTE A SEMANA?

---

---

---

## Prece semanal

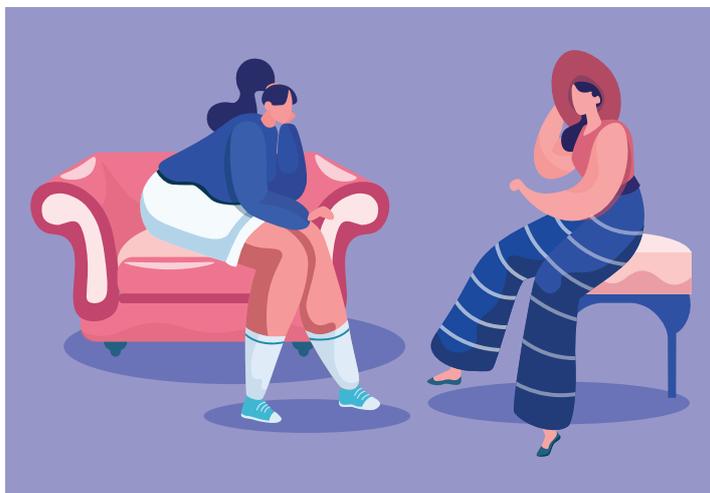


SUGESTÃO DE PRECE

PRECE DE GRATIDÃO AO LAR QUE ME ACOLHE NA ATUAL  
ENCARNAÇÃO, EM ESPECIAL AOS FAMILIARES QUE TENHO MENOS  
AFINIDADE.

# Próximos passos

4ª SEMANA



DESENVOLVER O HÁBITO DO CULTO DO EVANGELHO NO LAR, MESMO QUE APENAS EU ESTEJA REALIZANDO. SE EU JÁ REALIZO O CULTO, VOU INCENTIVAR O HÁBITO EM MEUS FAMILIARES DE SE PREPARAREM COM ANTECEDÊNCIA E APROVEITEM O MOMENTO APÓS O CULTO PARA MANTER DIÁLOGOS FAMILIARES.

## Relembrando o conteúdo

QUAL O PROGRAMA DE JESUS PARA OS ESSÊNIOS?

---

---

---

COMO MARCOS FOI RECEBIDO AO DESENCARNAR?

---

---

---

## EVANGELHO EM CASA

“Praticas cultos diversos em casa, de maneira imperceptível.

O culto da limpeza.

O culto do pão.

O culto do carinho.

O culto da segurança.

O culto do bem-estar.

A higiene externa, entretanto, pode não incluir a pureza dos pensamentos.

Estômago farto nem sempre é conforto do espírito.

Carinho, em muitas circunstâncias, exprime apego sem ser amor.

Segurança financeira não é fortaleza intrínseca.

Bem-estar, muita vez, é provisória ilusão.

Se abraçaste realmente a Doutrina Espírita, não podes ignorar que o culto do Evangelho te ensinará a valorizar todos eles, porquanto, com o Cristo, a limpeza começa na consciência, o pão do conhecimento nutre a alma antes do corpo, a segurança é harmonia moral, o carinho é entendimento fraterno e o bem-estar é realmente consagração de cada um ao bem de todos.” (Meimei, *Evangelho em casa*, 14. ed., p. 7).

5<sup>a</sup> Semana

# *Pensando no presente! Projetando o Futuro!*

5ª SEMANA

TENHO ABSORVIDO OS ENSINOS CRISTÃOS E PERMITIDO QUE ESSE CONHECIMENTO GUIE MEU PROCEDER?

---

---

---

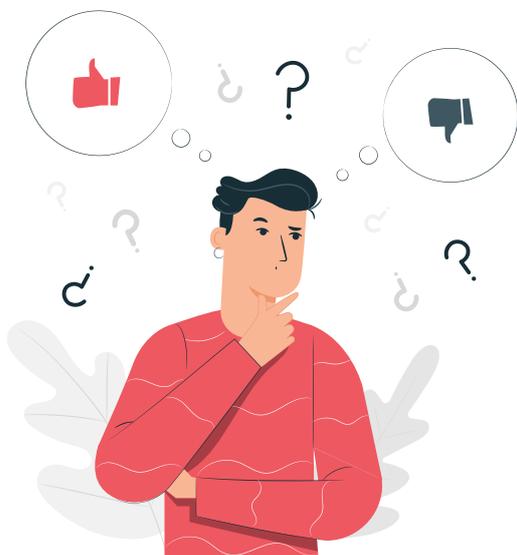
CONVERSO COM AMIGOS E FAMILIARES SOBRE O QUE TENHO APRENDIDO NA MOCIDADE E NO CENTRO ESPÍRITA?

---

---

---

## *Próximos passos*



REALIZAR AVALIAÇÃO DE MINHAS AÇÕES, OBSERVANDO SE TENHO TOMADO AS MELHORES ATITUDES, DE ACORDO COM O MEU CONHECIMENTO ESPÍRITA.



## SUGESTÃO DE PRECE

PRECE POR AQUELES QUE NOS TUTELAM E ACONSELHAM NO CAMINHO DO BEM.

## Relembrando o conteúdo

QUAL DOS APÓSTOLOS MAIS TE CHAMOU A ATENÇÃO?

---

---

---

QUAL O PAPEL DO EVANGELHO PARA A EVOLUÇÃO DA TERRA?

---

---

---

## VENHA A NÓS O TEU REINO

“Venha a nós o teu reino...” – assim rogou Jesus ao Pai Celestial, sabendo que só o Plano de Deus pode conceder-nos a verdadeira felicidade. Mas, o Mestre não se limitou a pedir; ele trabalhou e se esforçou para que o Reino do Céu encontrasse as bases necessárias na Terra. Espalhou, com as próprias mãos, as bênçãos da paz e da alegria, a fim de que os homens se fizessem melhores.

Uma locomotiva não corre sem trilhos adequados.

Um automóvel não avança sem a estrada que lhe é própria.

Um prato bem feito precisa ser preparado com todos os temperos necessários.

Assim também, o auxílio celeste reclama o nosso esforço. É sempre indispensável purificar o nosso sentimento para recebê-lo e difundi-lo.

Sem a bondade em nós, não poderemos sentir a bondade de Deus ou entender a bondade de nossos semelhantes.

Quando é noite e reclamamos: – ‘Venha a nós a luz’, é necessário ofereçamos a lâmpada ou a candeia, para que a luz resplandeça entre nós.

Se rogamos a Graça Divina, preparemos o sentimento para entendê-la e manifestá-la, a fim de que a felicidade e a harmonia vivam conosco.

Jesus trabalhou pela vinda da Glória do Céu ao mundo, auxiliando a todos e ajudando-nos até à cruz do sacrifício, dando-nos a entender que o Reino de Deus é Amor e só pelo Amor brilhará entre os homens para sempre.” (Meimei, *Pai Nosso*, 28. ed., p. 34-35).

6<sup>a</sup> Semana

*Pensando no presente!  
Projetando o Futuro!*

6ª SEMANA

PARTICIPO ATIVAMENTE DAS ATIVIDADES DO CENTRO ESPÍRITA QUE FREQUENTO?

---

---

---

COMO POSSO CONTRIBUIR NA CONSTRUÇÃO DO PLANETA DE REGENERAÇÃO?

---

---

---

*Prece semanal*



SUGESTÃO DE PRECE

PRECE POR AQUELES QUE PASSAM PRIVAÇÕES E NECESSIDADES.t

# Próximos passos

6ª SEMANA



PROPOR-SE À ATIVIDADE ASSISTENCIAL. SE O SEU CENTRO ESPÍRITA POSSUIR OBRAS SOCIAIS, INCLUA UM DIA DA SEMANA QUE SUA CASA ESPÍRITA TENHA ATIVIDADE DURANTE O DIA PARA AUXILIAR COM ATIVIDADES VOLUNTÁRIAS.

## Relembrando o conteúdo

A QUE SE REFERE O TRECHO “A RAMAGEM É UMA ESPERANÇA; A FLOR UMA PROMESSA; O FRUTO É A REALIZAÇÃO”?

---

---

---

QUAL A IMPORTÂNCIA DO ACONSELHAMENTO COM OS MAIS VELHOS POR PARTE DO JOVEM?

---

---

## DEUS E OS HOMENS

“[...] por toda parte, vemos que Deus e o Homem se mostram associados em todas as realizações.

Ninguém constrói sobre o nada.

Algo que se faz reclama algo para que se faça.

Um engenheiro erguerá uma casa, mas, não prescinde do solo como base nem dispensa os materiais comuns para que a edificação se levante.

Um técnico fabricará certa máquina, mas, para isso, precisará dos recursos da terra.

Um pomicultor recolherá farta messe de furtos; contudo, necessitou valer-se do campo.

Assim também, na esfera do pensamento.

Um professor de música ensinará essa arte sublime aos alunos, mas, não conseguirá fazê-lo a distância dos conhecimentos acumulados pelos professores que o antecederam.

Como é fácil reconhecer, a matéria-prima para a moldagem dessa ou daquela obra, nesse ou naquele campo de trabalho de Deus, através das forças que o representam.

É o mesmo que se Deus nos enviasse a gleba e o metal, a árvore e o fio e a experiência com eles fazemos a lavoura e a casa, a utilidade e a veste, a arte e a indústria que expressam, dessa forma, empreendimentos em que o Criador e a criatura tomam parte.

Deus é, assim, o sócio paternal de todas as iniciativas de seus filhos, os homens e as mulheres do mundo.

Em razão disso, a vida é responsabilidade a que não podemos fugir, porque, sendo a Natureza propriedade efetiva de Deus, ainda mesmo quando estejamos efetuando o mal, usamos o que pertence a Deus, para consumá-lo. Exemplifiquemos.

Um administrador emprestará a determinado servo, larga faixa de solo para que plante a boa semente e ajude a comunidade.

O servo, manobrando o livre-arbítrio, prevalecer-se-á intensamente da oportunidade, cultivando-a com todas as suas forças. Poderá proceder de maneira deficitária, aproveitando-a imperfeitamente, e, às vezes, abusará da concessão, seja entregando-a aos vermes destruidores, ou desviando-lhe as finalidades ao transforma-la em hospedagem de malfeitores.

Para o bem ou para o mal, o servo está inevitavelmente ligado à obra que realizou, recebendo a paga de conformidade com o que fez.

Se tratou o empréstimo com dignidade, receberá mais terrenos e mais recursos; contudo, se trabalhou pelo mínimo, pequenina ser-lhe-á a remuneração de si para consigo; e, se dilapidou a dádiva, empregando-a com desonestidade, carregará consigo o arrependimento e a dor moral, até que se lhe expunha a sombra da culpa.

Veloso estampou significativa expressão e acentuou:

-Em todas as nossas ações, gastamos o que é de Deus, para fazer o que é nosso. É desse modo que a criatura imprime a marca de si mesma onde se encontra, quer queira, quer não, e receberá sempre, conforme o ensinamento de Jesus, segundo as próprias obras.” (Meimei, *Evangelho em casa*, 14. ed., p. 24-26).

*7ª Semana*

# *Pensando no presente! Projetando o Futuro!*

7ª SEMANA

CUIDO DO MEU CAMPO MENTAL?

---

---

---



TENHO ANALISADO O QUE ASSISTO, LEIO E ESCUTO?

---

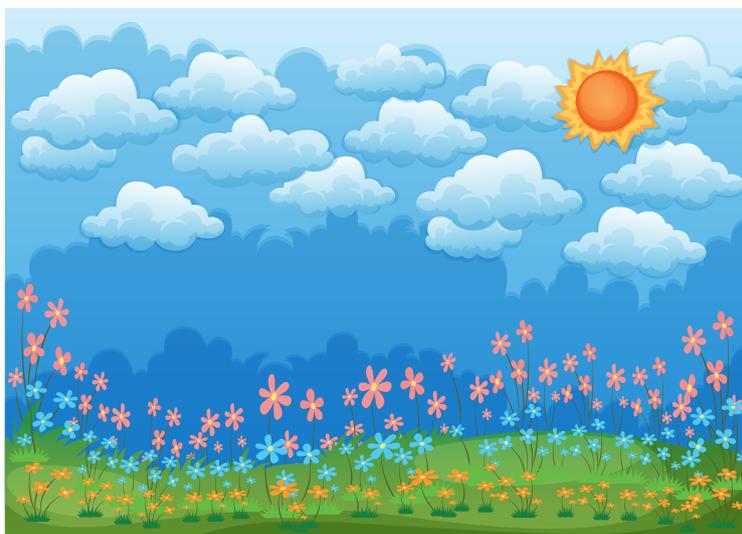
---

---

## *Próximas passas*



DESENVOLVER O HÁBITO DE LER MATERIAIS ESPÍRITAS PARA ALIMENTAR MINHA MENTE DE CONTEÚDOS SADIOS QUE CONTRIBUEM PARA MINHA ELEVAÇÃO ESPIRITUAL.



## SUGESTÃO DE PRECE

PRECE ROGANDO AOS ESPÍRITOS SUPERIORES A SINTONIA NECESSÁRIA PARA RECEBER AS BOAS INTUIÇÕES.

## Relembrando o conteúdo

QUEM FOI JOÃO, O EVANGELISTA?

---

---

---

QUAL O TRABALHO DE JOÃO NA CASA DO CAMINHO?

---

---

---

## HISTÓRIA DO LIVRO

“O mundo vivia em grandes perturbações.

As criaturas andavam empenhadas em conflitos constantes, assemelhando-se aos animais ferozes, quando em luta violenta.

Os ensinamentos dos homens bons, prudentes e sábios eram rapidamente esquecidos, porque, depois da morte deles, ninguém mais lhes lembrava a palavra orientadora e conselheira.

A Ciência começava com o esforço de algumas pessoas dedicadas à inteligência; entretanto, rapidamente desaparecia porque lhe faltava continuidade. Era impraticável o prosseguimento das pesquisas louváveis, sem a presença dos iniciadores.

Por isso, o povo, como que sem luz, recaía sempre nos grandes erros, dominado pela ignorância e pela miséria.

Foi então que o Senhor, compadecendo-se dos homens, lhes enviou um tesouro de inapreciável importância, com o qual se dirigissem para o verdadeiro progresso. Esse tesouro é o livro. Com ele, apareceu a escola, com a escola, a educação foi consolidada na Terra e, com a educação, o povo começou a livrar-se do mal, conscientemente.

Muitos homens de cérebro transviado escrevem maus livros, inclinando a alma do mundo ao desespero e à ironia, ao desânimo e à crueldade, mas, as páginas dessa natureza são apressadamente esquecidas, porque o livro é realmente uma dádiva de Deus à Humanidade para que os grandes instrutores possam clarear o nosso caminho, conversando conosco, acima dos séculos e das civilizações.

É pelo livro que recebemos o ensinamento e a orientação, o reajuste mental e a renovação interior.

Difícilmente poderíamos conquistar a felicidade sem a boa leitura, O próprio Jesus, a fim de permanecer conosco, legou-nos o Evangelho de Amor, que e, sem dúvida, o Livro Divino em cujas lições podemos encontrar a libertação de todo o mal.” (Meimei, *Pai Nosso*, cap. 38).

8<sup>a</sup> Semana

*Pensando no presente!  
Projetando o Futuro!*

8ª SEMANA



ESTOU ESTUDANDO OS CONTEÚDOS DO MEU CURSO DA MOCIDADE E DA ESCOLA DE ESTUDOS ESPÍRITAS?

---

---

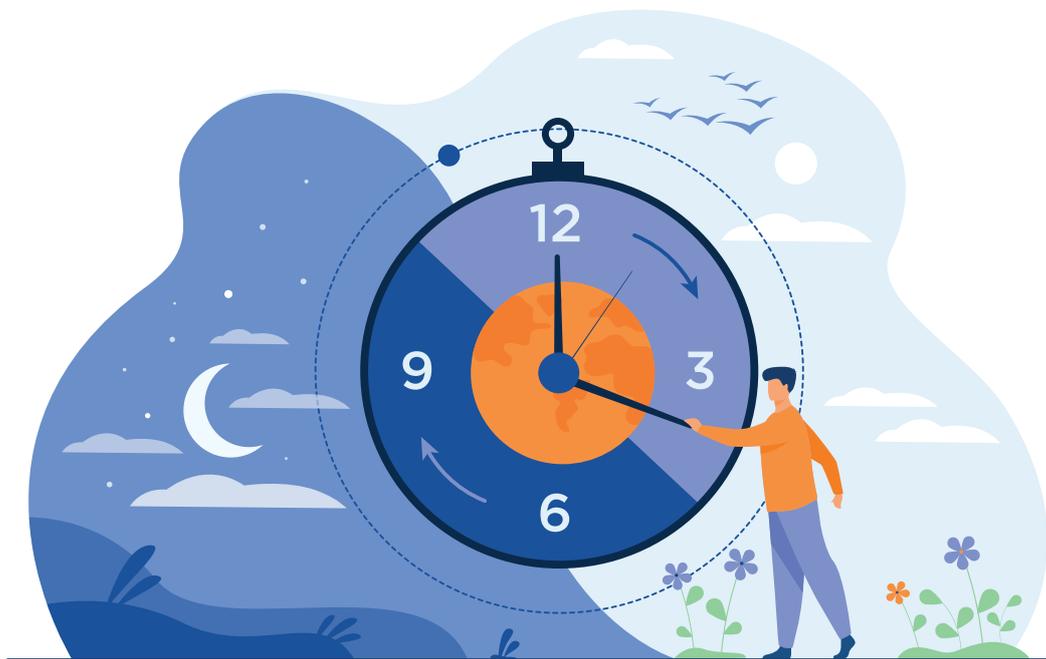
---

*Prece semanal*



SUGESTÃO DE PRECE

PRECE ROGANDO A ALEGRIA E DISCIPLINA NECESSÁRIAS PARA O CUMPRIMENTO DOS COMPROMISSOS REENCARNATÓRIOS.



ESTABELECEER HÁBITOS EM MINHA ROTINA PARA O COMPROMETIMENTO O COM OS ESTUDOS.

## Relembrando o conteúdo

FAÇA UM QUADRO DEMONSTRANDO QUEM FOI JESIEL E SAULO E EM QUE MOMENTO SE TORNAM PAULO E ESTEVÃO.  
DE QUE FORMA SAULO SE TORNA PAULO? O QUE FORAM AS EPÍSTOLAS?

---

---

---

---

---

---

---

## HÁ UM SÉCULO

“Allan Kardec, o Codificador da Doutrina Espírita, naquela triste manhã de abril de 1860, estava exausto, acabrunhado.

Fazia frio.

Muito embora a consolidação da Sociedade Espírita de Paris e a promissora venda de livros, escasseava o dinheiro para a obra gigantesca que os Espíritos Superiores lhe haviam colocado nas mãos.

A pressão aumentava...

Missivas sarcásticas avolumavam-se à mesa.

Quando mais desalentado se mostrava, chega a paciente esposa, Madame Rivail – a doce Gaby –, a entregar-lhe certa encomenda, cuidadosamente apresentada.

O professor abriu o embrulho, encontrando uma carta singela.

E leu:

*‘Sr. Allan Kardec:*

*Respeitoso abraço.*

*Com a minha gratidão, remeto-lhe o livro anexo, bem como a sua história, rogando-lhe, antes de tudo, prosseguir em suas tarefas de esclarecimento da Humanidade, pois tenho fortes razões para isso.*

*Sou encadernador desde a meninice, trabalhando em grande casa desta capital. Há cerca de dois anos casei-me com aquela que se revelou minha companheira ideal. Nossa vida corria normalmente e tudo era alegria e esperança, quando, no início deste ano, de modo inesperado, minha Antoinette partiu desta vida, levada por sorrateira moléstia.*

*Meu desespero foi indescritível e julguei-me condenado ao desamparo extremo. Sem confiança em Deus, sentindo as necessidades do homem do mundo e vivendo com as dúvidas aflitivas de nosso século, resolvera seguir o caminho de tantos outros, ante a fatalidade...*

*A prova da separação vencera-me, e eu não passava, agora, de traço humano. Faltava ao trabalho e meu chefe, reto e ríspido, ameaçava-me com a dispensa. Minhas forças fugiam.*

*Namorara diversas vezes o Sena e acabei planeando o suicídio.*

*“Seria fácil, não sei nadar” – pensava.*

*Sucediam-se noites de insônia e dias de angústia. Em madrugada fria, quando as preocupações e o desânimo me dominaram mais fortemente, busquei a Ponte Marie. Olhei em torno, contemplando a corrente... E, ao fixar a mão direita para atirar-me, toquei um objeto algo molhado que se deslocou da amurada, caindo-me aos pés.*

*Surpreendido, distingui um livro que o orvalho umedecera. Tomei o volume nas mãos e, procurando a luz mortíca de poste vizinho, pude ler, logo no frontispício, entre irritado e curioso:*

*Surpreendido, distingui um livro que o orvalho umedecera. Tomei o volume nas mãos e, procurando a luz mortiça de poste vizinho, pude ler, logo no frontispício, entre irritado e curioso:*

*“Esta obra salvou-me a vida. Leia-a com atenção e tenha bom proveito. – A. Laurent.”*

*Estupefato, li a obra O LIVRO DOS ESPÍRITOS, ao qual acrescentei breve mensagem, volume esse que passo às suas mãos abnegadas, autorizando o distinto amigo a fazer dele o que lhe aprouver.’*

Ainda constavam da mensagem agradecimentos finais, a assinatura, a data e o endereço do remetente.

O Codificador desempacotou, então, um exemplar de O LIVRO DOS ESPÍRITOS ricamente encadernado, em cuja capa viu as iniciais do seu pseudônimo e na página do frontispício, levemente manchada, leu com emoção não somente a observação a que o missivista se referira, mas também outra, em letra firme: ‘Salvou-me também. Deus abençoe as almas que cooperaram em sua publicação. – Joseph Perrier.’

Após a leitura da carta providencial, o Professor Rivail experimentou nova luz a banhá-lo por dentro...

Conchegando o livro ao peito, raciocinava, não mais em termos de desânimo ou sofrimento, mas sim na pauta de radiosa esperança.

Era preciso continuar, desculpar as injúrias, abraçar o sacrifício e desconhecer as pedradas...

Diante de seu espírito turbilhonava o mundo necessitado de renovação e consolo.

Allan Kardec levantou-se da velha poltrona, abriu a janela à sua frente, contemplando a via pública, onde passavam operários e mulheres do povo, crianças e velhinhos...

O notável obreiro da Grande Revelação respirou a longos haustos e, antes de retomar a caneta para o serviço costumeiro, levou o lenço aos olhos e limpou uma lágrima...” Hilário Silva (Espíritos diversos, *O Espírito da verdade*, 16. ed., p. 125-128).

9<sup>a</sup> Semana

# *Pensando no presente! Projetando o Futuro!*

9ª SEMANA

TENHO TIDO UM COMPORTAMENTO ATIVO COM RELAÇÃO A MINHA RELIGIÃO?

---

---

---

EXPONHO MEU PONTO DE VISTA, E LUTO PELO MEU IDEAL?

---

---

---

## *Próximos passos*



REALIZAR CONVERSAS COM AMIGOS, TRAZENDO À TONA MEUS POSICIONAMENTOS RELIGIOSOS, CONVIDANDO-OS A CONHECER SOBRE A DOCTRINA ESPÍRITA



## SUGESTÃO DE PRECE

PRECE POR AQUELES QUE POSSUEM UM POSICIONAMENTO RELIGIOSO DIFERENTE DO MEU.

## Relembrando o conteúdo

QUAL DOS JOVENS TRABALHADORES DA BOA NOVA TE CHAMOU MAIS A ATENÇÃO?

---

---

DESCREVA, DE FORMA BREVE, AS CARACTERÍSTICAS DE CADA UM DOS JOVENS APRESENTADOS NO CAPÍTULO.

---

---

## AUTOCONHECIMENTO

“O Espírito tem recursos admiráveis na conjuntura da própria vida e esses valores são portas para que entre para o reino da felicidade, dependendo do modo pelo qual será usado o acervo de tesouros que Deus depositou em seu coração. Recebemos constantemente, de fora, lições imortais que servem para nos alertar e, por vezes, para nos ajudar a compreender o que temos por dentro. No entanto, somente a autoeducação nos dá consciência do que deve ser feito para a nossa paz interior, saúde e mesmo compreensão.

O raciocínio é um instrumento valioso na seleção das qualidades que devem ser postas em prática, desde que ele seja disciplinado pelos sentimentos do Amor. Autoconhecimento é conhecer a si mesmo. Cada criatura é um mundo diferente na pauta das coisas que devem ser entendidas e guardadas por nós nos celeiros da consciência profunda, e o maior trabalhador nessa aquisição é a própria pessoa. O mundo exterior não deixa de cooperar na nossa educação espiritual; contudo, ele representa a teoria que nos alerta. A maior parte está com nós mesmos, na experimentação individual da vivência de cada dia.

Quando ouvimos lições imortais, sulcadas nas leis que garantem e sustentam a criação divina, o primeiro impulso que parte de nós é a recusa e nem sempre prestamos a atenção que corresponda às nossas necessidades. Somente quando essa atenção nasce dentro de nós, pelas vias das reações naturais, e passamos a sofrer os dramas causados pela ignorância, é que abrimos os sentimentos à educação verdadeira, àquela em que o mestre interno começa a nos instruir, usando os processos mais grosseiros da escola: os infortúnios morais e as dores físicas.

A alma endurecida precisa de sofrer para aprender. Então é que iremos aprender, por Amor, a grande causa que registra em nossos corações os caminhos da felicidade.

É necessário que tenhamos muito cuidado na lavoura interna que devemos cuidar, porque se faltar o entendimento profundo das leis de Amor e Justiça, caímos nos caminhos do egoísmo, de somente lutar em nosso próprio benefício.

O autoconhecimento, a educação e a disciplina, o preparo que devemos alcançar são no sentido de nos libertarmos e ajudarmos mais com a aquisição das nossas qualidades. Elas devem nascer juntas com o desprendimento, nos corredores dos sentimentos. O Cristo abriu os braços nos indicando os dois caminhos da vida, para que possamos encontrar o reino da Felicidade.

É preciso aprender e ensinar, doar sem exigir, amar sem pensar em trocas. Esse é um velho refrão que está sempre novo: “quando o poço está pronto, a água aparece”. Trabalha dentro de ti mesmo com todos os recursos que a vida te deu, que virá à tua alma a iluminação pelas bênçãos de Deus. Porém, quando de posse desta água, reparte-a com os sedentos que aparecerem em teu caminho. A água do conhecimento é divina e, quanto mais a damos, mais a temos para distribuir, mais sentimos a riqueza espiritual nos acompanhar pelas vias dos sentimentos, a desaguar mais no mar do coração.

Recebemos e doamos: essa é a lei! Lei do Amor.” (Lancellin, Cirurgia moral, 15.ed., p. 41-44).

10<sup>a</sup> Semana

*Pensando no presente!  
Projetando o Futuro!*

10ª SEMANA

COMO TENHO ME DEDICADO À PRÁTICA DA REFORMA ÍNTIMA?

---

---

---

TENHO ANALISADO MEUS PENSAMENTOS E ATOS DURANTE A SEMANA?

---

---

---

*Prece semanal*

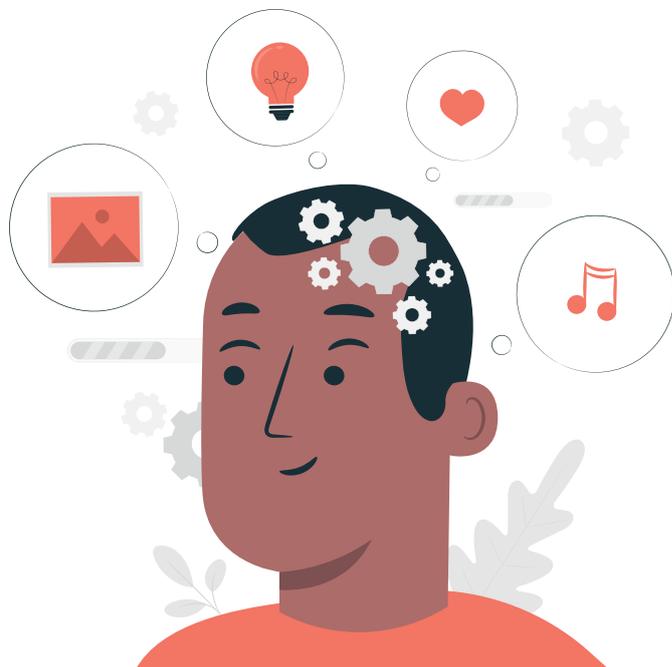


SUGESTÃO DE PRECE

PRECE ROGANDO DISPOSIÇÃO E BOM ÂNIMO PARA SUPERAR  
MINHAS DIFICULDADES

# Próximos passos

10ª SEMANA



PRIORIZAR A REALIZAÇÃO DE EXERCÍCIOS DE REFORMA ÍNTIMA, RETOMANDO APONTAMENTOS DO PLANNER E AVALIANDO MEUS PENSAMENTOS E ATOS DIARIAMENTE.

## Relembrando o conteúdo

QUEM FOI O MANCEBO RICO?

---

---

QUEM FOI ANÍBAL DE SILAS?

---

---

COMO VOCÊ PODE ATENDER AO CONVITE DO CRISTO?

---

---

## O ANJO, O SANTO E O PECADOR

“O Pecador escutava a orientação de um Santo, que vivia, genuflexo, à porta de templo antigo, quando, junto aos dois, um Anjo surgiu na forma de homem, travando-se breve conversação entre eles.

O ANJO – Amigos, Deus seja louvado!

O SANTO – Louvado seja Deus!

O PECADOR – Louvado seja!

O ANJO (Dirigindo-se ao Santo) – Vejo que permaneceis em oração e animo-me a solicitar-vos apoio fraternal.

O SANTO – Espero o Altíssimo em adoração, dia e noite.

O ANJO – Em nome d’Ele, rogo o socorro de alguém para uma criança que agoniza num lupanar.

O SANTO – Não posso abeirar-me de lugares impuros...

O PECADOR – Sou um pobre penitente e posso ajudar-vos, senhor.

O ANJO – Igualmente, agora, desencarnou infeliz homicida, entre as paredes do cárcere... Quem me emprestará mãos amigas para dar-lhe sepulcro?

O SANTO – Tenho horror aos criminosos...

O PECADOR – Senhor, disponde de mim.

O ANJO – Infeliz mulher embriagou-se num bar próximo. Precisamos removê-la, antes que a morte prematura lhe arrebate o tesouro da existência.

O SANTO – Altos princípios não me permitem respirar no clima das prostitutas...

O PECADOR – Dai vossas ordens, senhor!

O ANJO – Não longe daqui, triste menina, abandonada pelo companheiro a quem se confiou, pretende afogar-se... É imperioso lhe estenda alguém braços fortes para que se recupere, salvando-se-lhe também o pequenino em vias de nascer.

O SANTO – Não me compete buscar os delinquentes senão para corrigi-los.

O PECADOR – Determinai, senhor, como devo fazer.

O ANJO – Um irmão nosso, viciado no furto, planeja assaltar, na presente semana, o lar de viúva indefesa... Necessitamos do concurso de quem o dissuada de semelhante, propósito aconselhando-o com amor.

O SANTO – Como descer ao nível de um ladrão?

O PECADOR – Ensinai-me como devo falar com ele.

Sem vacilar, o Anjo tomou o braço do Pecador prestativo e ambos se afastaram, deixando o Santo em meditação, chumbado ao solo.

Enovelaram-se anos e anos na roca do tempo, que tudo alterara. O átrio mostrava-se diferente. O santuário perdera o aspecto primitivo e a morte despojara o Santo de seu corpo macerado por cilício e jejum, mas o crente imaculado aí se mantinha em Espírito, na postura de reverência.

Certo dia, sensibilizando mais intensamente as antenas da prece, viu que alguém descia da Altura, a estender-lhe o coração em brando sorriso.

O Santo reconheceu-o.

Era o Pecador, nimbado de luz.

- Que fizeste para adquirir tanta glória? – perguntou-lhe, assombrado.

O ressurgido, afagando-lhe a cabeça, afirmou simplesmente:

- Caminhei.” (Irmão X, *Contos desta e doutra vida*, 10. ed., p. 111-113).

*11<sup>a</sup> Semana*

*Pensando no presente!  
Projetando o Futuro!*

11ª SEMANA

---

ESTOU PRATICANDO A CARIDADE ATIVAMENTE?

---

---

CASO SIM, COMO POSSO APRIMORAR MINHAS AÇÕES?

---

---

CASO NÃO, COMO POSSO FORTALECER-ME NESTA PRÁTICA?

---

---

*Próximos passos*



DETERMINAR AÇÕES CONCRETAS PARA A PRÁTICA DE FORMA HABITUAL DA CARIDADE (MORAL E ESPIRITUAL). ME ORGANIZAREI PARA PARTICIPAR DE UM POSTO DE ASSISTÊNCIA.



## SUGESTÃO DE PRECE

PRECE DE AUXÍLIO AOS QUE PASSAM NECESSIDADES MATERIAIS E ESPIRITUAIS.

## Relembrando o conteúdo

QUAL O TRATAMENTO PARA AS OBSESSÕES?

---

---

QUAL O SIGNIFICADO DA FÉ, DA PRECE E DO JEJUM?

---

---

## OS OUTROS

“Já pensaste que existe muita gente além de ti, vivendo no mesmo mundo em que habitas? São bilhões, com as mesmas necessidades e os mesmos direitos, filhos do mesmo Deus de bondade e de amor. E ainda outros bilhões desencarnados buscam os mesmos interesses de vida que buscas. Quem te fez não Se esqueceu de colocar as mesmas qualidades na consciência dos teus irmãos de caminho.

Se tu, para viver, precisas dos outros, tanto quanto os outros de ti, é de justiça, e a razão nos esclarece, a grande necessidade de vivermos bem com os nossos semelhantes, de fazer para com eles o que estiver ao nosso alcance. O Suprimento Divino não Se esquece de ninguém, no que tange às nossas necessidades. O que achamos que falta na economia da natureza é consumido no desperdício dos que abusaram daquilo que foi colocado em suas mãos, registrando na escrita superior, a ignorância que, por vezes atende ao carma dos sofredores. Não existe falha da natureza. O que achamos injustiça é puramente aparência. Cada um recebe justamente o que merece no avanço da própria vida. Se te interessa receber coisas boas, não deves duvidar da lei que nos fala que é dando que recebemos. Os outros são continuação de nós mesmos, nos termos filosóficos, que a escrita alcança para mostrar as belezas do oculto.

Se queremos afastar o inconveniente de nós, não aprendamos as lições da inconveniência. Deus não deserda ninguém, nem aniquila espírito algum, porque não Lhe obedece. Ele criou leis e elas nos disciplinam quando erramos o caminho que deve ser percorrido. Se alguém te perseguir, não faças o mesmo. Se o revide for a tua arma, essa defesa estraga a tua própria oportunidade de compreender aquele que te não compreende. Procura sempre a Justiça sem o exagero e ama sempre a Verdade, sem que a ofensa apareça. Os outros têm o mesmo direito que temos como ocupantes de lugares na grande extensão infinita.

Deus assiste o ladrão tanto quanto o justo; o assassino, tanto quanto o homem de bem; porém, cada um recebe o que busca pela vida que se dispôs a viver. O Senhor não distingue os Seus filhos; eles são todos iguais à Sua magnânima visão. Ama a todos, qual o Sol distribui seus raios em todas as direções do Universo, sem nada exigir dos beneficiados. Quando pensares, meu irmão, nas tuas necessidades, lembra-te igualmente da carência dos outros. E, se for possível, trabalha em favor deles, que esse trabalho, quando não é vendido, gera pontos de vida na luminosidade do Amor.

Quando escolhemos alguém para a nossa amizade ou para o nosso amor, exigimos qualidades, perfeição, tudo de bom que nos agrada. Por que não fazer o mesmo conosco? Eles, certamente, devem pensar o mesmo de nós. Atraímos o que somos. Melhoremos por dentro que as companhias nos acompanharão no que verdadeiramente somos. É a lei dos afins, que nunca erra no trabalho das uniões. Trata os outros como se fossem tu mesmo, alimenta o mesmo interesse de servir aos teus irmãos, como se o estivesses fazendo em teu favor, que a tua amizade crescerá, mostrando-te a verdadeira estrada, onde a tua inteligência e o teu coração encontrarão o reino da consciência em perfeita harmonia com a harmonia universal, em paz com Deus.” (Lancellin, *Cirurgia moral*, 15.ed., p. 61-64).

*12<sup>a</sup> Semana*

*Pensando no presente!  
Projetando o Futuro!*

12ª SEMANA

COMO AVALIO MEU SEMESTRE ENQUANTO CRISTÃO?

---

---

---

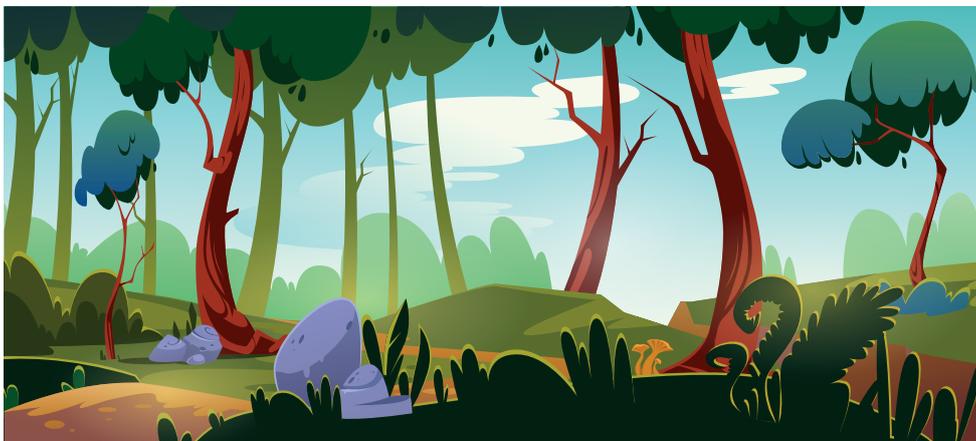
COMO POSSO SER UM ESPÍRITA MAIS ATIVO E DEDICADO?

---

---

---

*Prece semanal*



SUGESTÃO DE PRECE

PRECE DE GRATIDÃO PELOS IDEAIS, AMIZADES E VÍNCULOS  
CONSTRUÍDOS NO SEMESTRE.

# Próximos passos

12ª SEMANA



ESTABELECEER METAS PARA O MEU MELHORAMENTO E TRAÇAR CAMINHOS PARA SER MAIS ATIVO EM MEUS PROPÓSITOS RELIGIOSOS..

## Relembrando o conteúdo

COMO VOCÊ PODE BUSCAR A FELICIDADE?

---

---

A QUÊ ESSA FELICIDADE ESTÁ CONDICIONADA SEGUNDO CRISTO?

---

---

COMO CONVIDAR CRISTO A ESTAR COMIGO EM MEU COTIDIANO?

---

---

## DOCUMENTO RARO

“Um velho judeu, de alma torturada por pesados remorsos, chegou, certo dia, aos pés de Jesus, e confessou-lhe estranhos pecados.

Valendo-se da autoridade que detinha no passado, havia despojado vários amigos de suas terras e bens, arremessando-os à ruína total e reduzindo-lhes as famílias a doloroso cativo. Com maldade premeditada, semeara em muitos corações o desespero, a aflição e a morte.

Achava-se, desse modo, enfermo, aflito e perturbado... Médicos não lhe solucionavam os problemas, cujas raízes se perdiam nos profundos labirintos da consciência dilacerada.

O Mestre Divino, porém, ali mesmo, na casa de Simão Pedro, onde se encontrava, orou pelo doente e, em seguida, lhe disse:

– Vai em paz e não peques mais.

O ancião notou que uma onda de vida nova lhe penetrara o corpo, sentiu-se curado, e saiu, rendendo graças a Deus.

Parecia plenamente feliz, quando, ao atravessar a extensa fila dos sofrendores que esperavam pelo Cristo, um pobre mendigo, sem querer, pisou-lhe num dos calos que trazia nos pés.

O enfermo restaurado soltou um grito terrível e atacou o mendigo a bengaladas.

Estabeleceu-se grande tumulto.

Jesus veio à rua apaziguar os ânimos.

Contemplando a vítima em sangue, abeirou-se do ofensor e falou:

– Depois de receberes o perdão, em nome de Deus, para tantas faltas, não pudeste desculpar a ligeira precipitação de um companheiro mais desventurado que tu?

O velho judeu, agora muito pálido, pôs as mãos sobre o peito e bradou para o Cristo:

– Mestre, socorre-me!... Sinto-me desfalecer de novo... Que será isto?

Mas, Jesus apenas respondeu, muito triste:

– Isso, meu irmão, é o ódio e a cólera que outra vez chamaste ao próprio coração.

E, ainda hoje, isso acontece a muitos que, por falta de paciência e de amor, adquirem amargura, perturbação e enfermidade.” (Meimei, *Pai Nosso*, 28. ed., p. 74-75).

# Referências

## *Bibliográficas*

EMMANUEL (Espírito). Psicografia de Francisco Cândido Xavier e Waldo Vieira. O Espírito da Verdade. 16. ed., Rio de Janeiro: FEB, 2008.

IRMÃO X (Espírito). Psicografia de Francisco Cândido Xavier. Contos e Apólogos 13. ed., Rio de Janeiro: FEB: 2008.

IRMÃO X (Espírito). Psicografia de Francisco Cândido Xavier. Contos desta e doutra vida. 10. ed. Rio de Janeiro: FEB, 2013.

MEIMEI (Espírito). Psicografia de Francisco Cândido Xavier. Pai Nosso. 28. ed., Rio de Janeiro: FEB, 2009.

MEIMEI (Espírito). Psicografia de Francisco Cândido Xavier. Evangelho em casa. 14. ed., Rio de Janeiro: FEB, 2009.

MELO, Wilson Ferreira de (Espírito). Psicografia de Emanuel Cristiano. Cartas ao moço Espírita. 1. ed. Campinas: Editora Allan Kardec, 2014.

TAVARES, Clóvis. Histórias que Jesus contou. 16. ed., São Paulo: LAKE, 2002.

## *Imagens e vetores*

Freepik.com