



# Revista Espírita

ASSEAMA



## **Editorial**

MENSAGEM  
DE NATAL.  
PÁG. 3

## **Ouvindo Jesus**

E SE O MESTRE  
FALASSE COM  
VOCÊ HOJE?  
PÁG. 5

## **História dos discípulos**

E PEDRO DISSE  
NÃO TRÊS  
VEZES  
PÁG. 7

**E MAIS: COZINHA DO EVANGELHO E A GÊNESE, FINALMENTE**



**Editorial - 3**

**Olha quem está falando - 4**

**Ouvindo Jesus - 5**

**Revista Espírita na atualidade - 6**

**História dos discípulos -7**

**O espírito evolui - 8**

**Desvendando O Livro dos Espíritos - 9**

**A Gênese, finalmente - 10**

**O mundo em transição - 11**

**O Evangelho Segundo o Espiritismo - 12**

**A evolução espiritual da humanidade - 13**

**Cozinha do Evangelho - 14**

**Momento de reflexão -15**

**Revista Espírita Asseama - número 3 - ano 1**

É uma publicação mensal, desenvolvida pelo grupo de voluntários da Associação Espírita Amigos dos Animais (Asseama).

Os textos podem ser reproduzidos, mediante autorização da Editora Asseama, e desde que citada a fonte.

Fotos ilustrativas: Pixabay e Unsplash;  
Capa: Shutterstock

**Informações e sugestões:**

[revistadaasseama@gmail.com](mailto:revistadaasseama@gmail.com)

# Mensagem de Natal

Dezembro nos lembra a luz do mundo, o momento mais divino que a Terra viveu: o esplendor da vinda do seu governador, a glória da passagem do Cristo Jesus entre nós - quando tudo se renovou em vida absoluta e quando a constituição divina foi deixada para nós. Jesus deixou mensagens impactantes e marcou o próprio corpo para que nossas almas ficassem marcadas pelo seu intenso amor. Demonstrou e prometeu que está preparado para todos os sacrifícios para que conquistemos a plenitude.

O Espírito de Verdade nos ilumina a mente a nos dizer que o Reino dos Céus se aproxima, no processo de regeneração. Novamente, sem o perceber, sem nos darmos conta, incontáveis espíritos de luz transitam entre nós, auxiliando-nos. Vivemos um dos momentos mais gloriosos da história humana, mas estamos tão perdidos em nossas aflições, com dificuldade de entendimento devido à visão turva da matéria, que somos incapazes de sentir esse processo. Somos incapazes de perceber a luz do mundo se derramando entre nós. Não conseguimos vislumbrar que caminhamos nas estradas da conquista futura da regeneração. Nem compreendemos quais passos devemos dar para que possamos estar nesse processo.

É imprescindível olhar a vida do Cristo, compreender Suas lições, sentir as passagens que nos deixou, vislumbrando a frase bendita “eu não vim para ser servido, mas para servir” ou “bem-aventurados os pobres de espírito, bem-aventurados os pacíficos”, entendendo os caminhos que nos levarão ao Reino dos Céus da Terra.

Meus filhos, estudem com atenção o tesouro da Doutrina Espírita. E vislumbrem as lições contidas nesta revista porque ela significa as mãos luminosas de espíritos

cheios de paz e amor a segurarem as vossas no caminho para a regeneração - lições de alfabetização do espírito, estudadas através do desdobramento da Doutrina Espírita.

Neste Natal, que nos remetamos a Jesus, acima de tudo. E que essas lições sejam uma introspecção individual e coletiva. Que a nossa mesa esteja farta de luz e esperança e que sejamos capazes de servir ao mundo, a Jesus, à natureza e aos animais.

Aproveitemos o Natal para iluminar o Cristo com nosso serviço no bem, deixando de lado o sacrifício de nossos irmãos animais, com nossa mesa repleta de amor e fatura somente com o reino vegetal. Façamos os passos dos estudos do Evangelho e louvemos ao Senhor em gratidão e esperança por ter estado e por estar entre nós. O Mestre nos deixa a mensagem quando questionamos: “Senhor, o que desejas que eu faça?”. A resposta Dele, remetendo a todas as criaturas, homens, animais e natureza, será sempre “amai-vos uns aos outros como eu vos amei.”

## Equipe Espiritual da Asseama



# Leo, o boi que faz o que quer...

FOTO DE ARQUIVO



Ele surpreende pela inteligência e capacidade de decidir

Pode ser que você não se recorde, mas inúmeras vezes, durante as palestras, os expositores da Asseama falaram sobre o boi que aprendeu a usar o focinho para abrir a trâmula do portão do seu recinto, escolhendo o horário que queria sair. Assim, o querido Leonardo exercia seu livre-arbítrio. Um dia, foi flagrado já no pasto antes de abrirem o portão da casa dos bois. Graças a uma filmagem, descobriram que, usando sua inteligência, desvendou como sair do recinto.

Os animais também possuem livre-arbítrio, sim, e não é difícil perceber isso no nosso cotidiano com nossos filhos do coração. Preste atenção quando escolhem o local para deitar, com o que preferem brincar ou até quando roubam um petisco – mesmo com o risco de levar uma bronca.

Os cientistas acreditam que o livre-

arbítrio seja uma propriedade biológica, um traço de personalidade. E que não só o homem, mas também eles gozem de livre-arbítrio: das moscas aos mais evoluídos.

Como o Espiritismo está sempre adiantado, “O Livro dos Espíritos” já nos disse isso há 160 anos, na questão 595.

*Gozam de livre-arbítrio os animais, para a prática dos seus atos?*

“Os animais não são simples máquinas, como supondes. Contudo, a liberdade de ação de que desfrutam é limitada pelas suas necessidades, e não se pode comparar à do homem. Sendo bem inferiores a este, não têm os mesmos deveres que ele. A liberdade, possuem-na restrita aos atos da vida material.”

Já a questão 600 explica que essa vontade de escolha se limita à encarnação, pois na erraticidade é tutorado por entidades espirituais, como lindamente discorre o espírito Miramez, no livro “Filosofia Espírita”, ao citar o desdobramento dessa questão:

“Os animais, depois da morte física, ficam em uma espécie de estado de erraticidade. Certamente que existe lugar para todos na casa de Deus, visto que todos pertencemos a Ele, Criador Universal. Os animais estão sob a tutela de elevadas Entidades espirituais, a quem cabe deles cuidar com carinho e atenção...”

Os lugares aos quais são levados estão de acordo com suas necessidades. Existe lugar até para o átomo, de modo que ele circule nos núcleos onde a atração o detém.

*Que Deus os abençoe e Jesus ampare sempre esses nossos irmãos, que caminham na nossa retaguarda.*

# E se Ele falasse com você hoje?

Recordaremos hoje uma passagem de Emmanuel no livro “Há 2000 mil anos” (autoria de Chico Xavier, pelo espírito de Emmanuel), no qual Públio Lentulus, então, um senador romano, fica frente a frente com Jesus e, por ser dominado pelo orgulho da posição social e política que ocupa, perde a oportunidade mais importante de sua trajetória evolutiva.

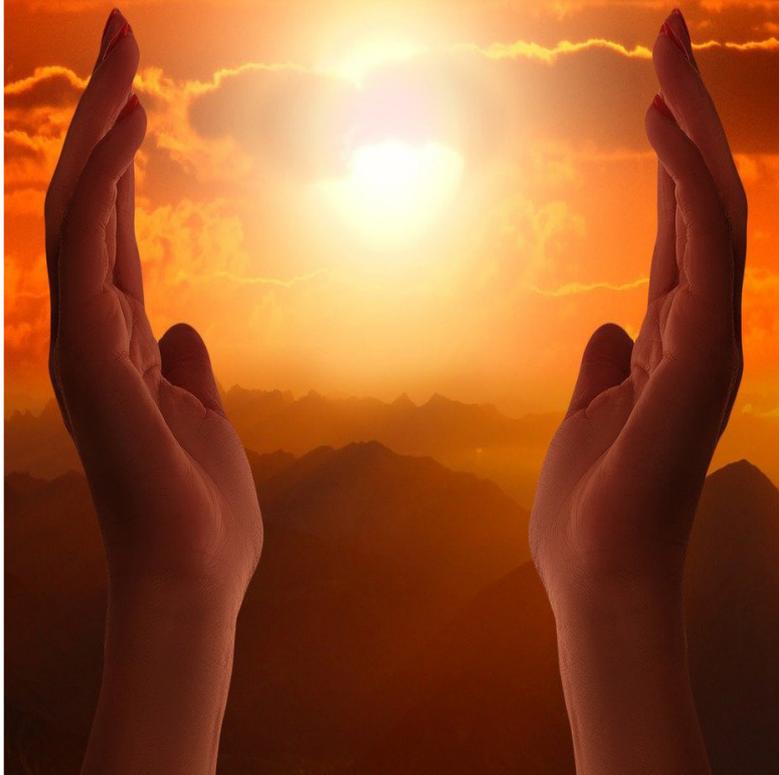
Deixa que as ilusões da vida material o ceguem frente àquela luz e ignora a grandiosidade e o amor que a figura do Cristo irradiava, como ele mesmo descreve em poucas e profundas palavras.

“Tratava-se de um homem ainda moço, que deixava transparecer nos olhos, profundamente misericordiosos, uma beleza suave e indefinível. Longos e sedosos cabelos emolduravam-lhe o semblante compassivo, como se fossem fios castanhos, levemente dourados por luz desconhecida. Sorriso divino, revelando ao mesmo tempo bondade imensa e singular energia. Irradiava da sua melancólica e majestosa figura uma fascinação irresistível.”

Movido por forte emoção, que tomava todo seu ser, ajoelha-se. Jesus caminha para ele e pergunta: “Senador, por que me procuras? Fora melhor que me procurasses publicamente e na hora mais clara do dia, para que pudesses adquirir, de uma só vez e para toda a vida, a lição sublime da fé e da humildade”.

E continua: “...não venho buscar o homem de Estado, superficial e orgulhoso, que só os séculos de sofrimento podem encaminhar ao regaço de meu Pai; venho atender às súplicas de um coração desditoso e oprimido... Soa para teu espírito, neste momento, um minuto glorioso, se conseguires utilizar tua liber-

*Você ouviria  
a mensagem Dele?  
Será que, todos os dias,  
Jesus já não fala com você?*



PIXABAY

dade para que seja ele, em teu coração, doravante, um cântico de amor, de humildade e de fé, na hora indeterminável da redenção, dentro da eternidade.”

Nesta noite, Públio Lentulus esteve entre dois caminhos: o do servo de Jesus e o do servo do mundo e, pelo orgulho que acorrentava o espírito, o senador romano continuou servindo ao mundo.

E nós? A quem servimos? Estamos deixando nosso orgulho falar mais alto e, como ele, perdendo muitas vezes a chance para a regeneração de toda uma vida? Lembremo-nos desse grandioso exemplo e fiquemos atentos à lição sublime de fé e de humildade que o Cristo nos ensinou.

*Ouçamos o Mestre, em Mateus, capítulo XI, v, 29-30: “... aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração; e encontrareis descanso para as vossas almas. Porque o meu jugo é suave e o meu fardo é leve.”* 5

# Terra: nossa escola e lar...

Ao buscar inspiração para este texto, veio à minha mente uma música de infância, que fala de “uma casa engraçada”, sem nada. Então, que tal aproveitar a inspiração para falarmos sobre a Terra, a nossa casa atual?

Podemos começar com a seguinte observação: a nossa casa fica em uma rua chamada Sistema Solar, que tem oito outras “casas”; a Terra é a terceira em distância da principal — o Sol; e é a quinta maior. É uma casa grande que abriga 7,8 bilhões de espíritos encarnados e outros 21 bilhões de desencarnados, de acordo com o “Anuário Espírita”, de André Luiz.

Espiritualmente, está classificada como mundo de expiação e provas, onde a influência material se sobrepõe à espiritual e o mal ainda predomina (ESE, cap. III, item 4).

A despeito de todas as teorias sobre a sua formação (vide RE de mar/1858, maio/1859, abril/1860, abril/1867 etc), se acreditamos no Big Bang ou na Gênese Bíblica, ela é não só a nossa morada, mas também a nossa escola porque nos oferece a oportunidade de construção de nós mesmos em direção à ascensão espiritual.

Nas Revistas de julho de 1865 e outubro de 1866, Kardec discorre sobre o nosso planeta e sua submissão à lei do progresso, além de abordar nossa responsabilidade como seus cidadãos. E vejam como sua dissertação traz os elementos que permeiam o noticiário:

“A Terra progride fisicamente, pela transformação dos elementos que a compõem, e moralmente, pela depuração dos Espíritos, encarnados e desencarnados, que a povoam. Essa melhoria acontece tanto pelo império das forças materiais quanto os homens concorrem pelos esforços de sua inteligência.

No entanto, apesar dos incontáveis progressos da humanidade, os homens, enquanto dominados pelo orgulho e egoísmo, utilizarão sua inteligência e



PIXABAY

conhecimentos em benefício de suas paixões e interesses pessoais, não havendo segurança para ninguém, restando-lhes ainda uma imensidão a realizar.”

Neste momento, quando observamos o cenário que temos diante de nós, devemos nos perguntar: é esta a casa que queremos? É assim que queremos entregá-la às gerações futuras? Estamos preocupados em colonizar Marte ou a Lua, mas não deveríamos olhar primeiro para a nossa Terra? Estamos preparados material e espiritualmente para essas incursões?

Em 1961, Yuri Gagarin, o primeiro astronauta a+ ver a Terra do espaço, a descreveu de forma singela e comovente, dizendo “a Terra é azul”. Mas ela pode ser azul da liberdade, branca da igualdade, vermelha da fraternidade, verde da esperança e da natureza, ou da cor que nós quisermos e fizermos. Pense nisso!

# E Pedro disse não três vezes!

*“Então Pedro se lembrou das palavras de Jesus: ‘Antes que o galo cante, três vezes me negarás. E saindo dali, chorou amargamente.’”  
(Mateus, 26:75)*

Reunido com Seus discípulos, nas horas que antecederam seu calvário, Jesus diz ao pequeno grupo: “Ainda esta noite todos vocês me abandonarão”. Pedro responde a Jesus: “Ainda que todos te abandonem, eu nunca te abandonarei”. Ao que o Mestre respondeu: “Asseguro que ainda esta noite, antes que o galo cante, três vezes você me negará”. Pedro declarou: “Mesmo que seja preciso que eu morra contigo, nunca te negarei”. E todos os discípulos disseram o mesmo.

Na hora em que Jesus foi preso, Pedro atacou um dos soldados com sua espada, mas foi repreendido por Jesus que, com humildade, se deixou conduzir. Então, o discípulo segue para a residência de Caifás, mas começou a ser invadido pelo medo. Já dentro do pátio, uma das servas o reconhece como um dos discípulos do Cristo. Pedro nega. E, apesar desse primeiro não, ainda acreditava que poderia ajudar o Mestre.

Várias pessoas procuravam se aquecer perto do fogo e Pedro se juntou ao grupo. Foi reconhecido uma vez mais e questionado se estava ali para salvar seu Mestre. Ele nega dizendo que nunca fora discípulo de Jesus.

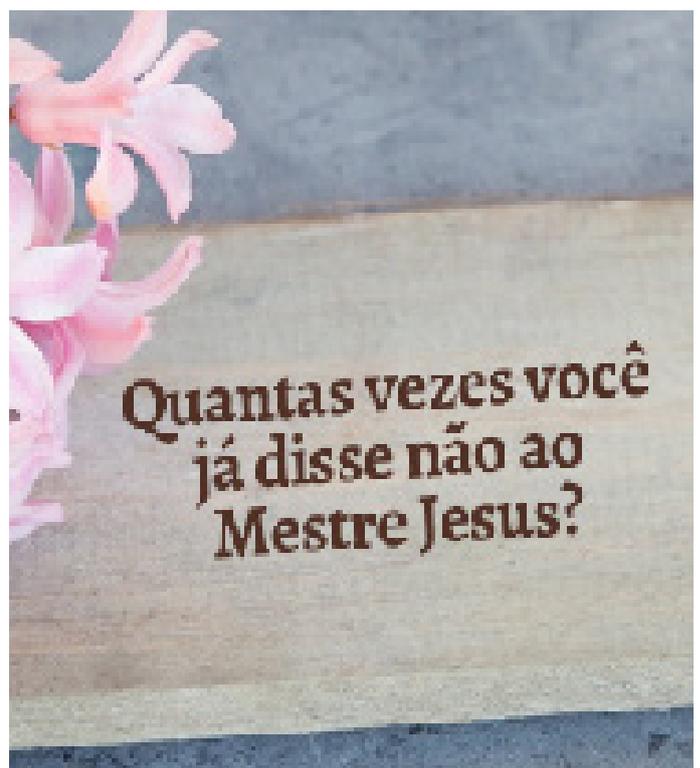
É noite mais avançada quando um dos servidores do sumo sacerdote oferece vinho aos homens que estavam no pátio. Ele também reconhece Pedro, como sendo o homem que desembainhou a espada contra os soldados no momento da prisão do Cristo.

Mais uma vez, nega que seja um dos discípulos e um galo canta, anunciando a alvorada. Neste instante, ele se recorda das palavras do Mestre e, com o coração angustiado, volta o olhar para a cela em que Jesus estava preso e vê Seu semblante sereno, contemplando-o pelas grades.

Arrependido e envergonhado, o discípulo se retira do pátio e já na rua chora copiosamente, desejando ajoelhar-se aos pés do Mestre e implorar o Seu perdão. Neste momento, foi contemplado com a imagem de Jesus, que vinha em sua direção em espírito, com seu sorriso sereno. Pedro lhe diz: “Perdoai-me Senhor” e nada mais viu. Lembrou-se das palavras Dele quando dizia: “Pedro, o homem do mundo é mais frágil do que perverso.”

Vamos pensar agora em nós mesmos. Será que já não negamos o Cristo com nossas atitudes sem nos darmos conta disso? Ao ridicularizarmos uma pessoa em uma roda de conversa porque segue os ensinamentos do Mestre, ao ignorarmos o pedido de auxílio de um irmão que nos procura em um momento de aflição, ao escolhermos conscientemente caminhos escusos, de várias formas em nosso cotidiano podemos dizer não ao Cristo.

Não temos condições morais de julgar Pedro, pois ele foi sempre um homem íntegro e dedicado ao Messias. Cabe-nos, ao contrário, aprender com ele, que se levantou de sua aflição e foi fiel a Jesus desde então.



# Caminhos da evolução

Ao estudarmos o livro “Iluminação Interior”, de Joanna de Ângelis, em seu primeiro capítulo, compreendemos que o espírito traça a sua trajetória inicial de consciência dormente, em sono profundo, milhões de anos no reino mineral. A querida irmã nos mostra que depois de todo esse processo, ele se transfere para o reino vegetal.

Vamos então buscar André Luiz em suas elucidações profundas no livro “Evolução em Dois Mundos”, onde, com mais detalhes, ele nos ensina os caminhos do reino mineral até diversas fases intermediárias antes de o espírito entrar no reino vegetal.

Fascinados, vamos compreendendo que tudo é espírito no santuário da natureza, conforme o próprio André Luiz nos revela no livro “Nos Domínios da Mediunidade”. Como nos mostra o querido amigo espiritual pelas mãos luminosas de Francisco Cândido Xavier e do nosso querido médium Waldo Vieira, o espírito adentra primeiramente o vírus, no corpo físico de um vírus, e ainda em sono profundo começa a desenvolver o instinto. Depois, as bactérias e o que mais vai nos surpreender, dando continuidade ao nosso estudo hoje, é que o próximo modelo físico que esse bebê espiritual ocupa, ainda em fase inicial de evolução, com a consciência dormente, é o corpo físico da célula.

Dessa maneira, vamos voltar o nosso olhar para o macro, saindo do micro, e veremos que o nosso corpo é formado por um número gigantesco de células, trilhões de células e trilhões de bactérias e nos é surpreendente a colocação de André Luiz, repetida por Emmanuel no livro “O Roteiro”, também pela psicografia de Francisco Cândido Xavier, ao descobrirmos

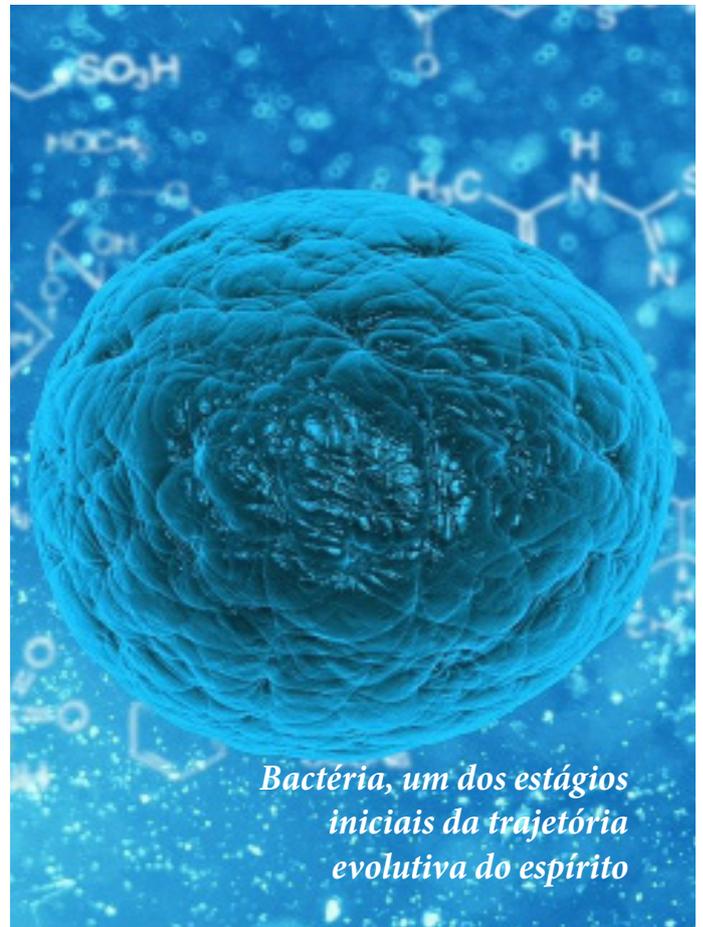
8 que cada célula de nosso corpo, cada

bactéria do corpo que nos serve ao processo de evolução, traz em si um espírito em sono profundo, galgando os caminhos da evolução.

Passamos a observar o tamanho da gratidão que nós precisamos ter e a compreensão profunda da vida inserida em toda a dinâmica. Nunca ficou tão clara a afirmação do Espírito de Verdade onde diz que na natureza tudo serve, tudo se encadeia. Verdade é a colocação do irmão ao nos demonstrar que realmente no nosso próprio corpo físico, servindo a nós, espíritos em fase de humanidade, galgando os caminhos para a vida do arcanjo, estão outros espíritos iniciando seu processo, ainda com longo caminho em diversos reinos até chegar à fase em que nos encontramos. No entanto, nos servindo à medida que evoluem a própria reencarnação.

“Admirável lei de harmonia”, nos diz o Espírito de Verdade, “que estais longe de conhecer”. Assim, amigo leitor, aguardemos os próximos passos do espírito conforme nos ensina o Consolador Prometido.

PIXABAY



*Bactéria, um dos estágios iniciais da trajetória evolutiva do espírito*



## A alma e suas fases evolutivas

No segundo item da “Introdução ao Estudo da Doutrina Espírita”, foi necessário definir outros termos essenciais dentro da Doutrina. Portanto, Kardec começou pela definição de alma. Termo cotidiano no vocabulário humano, com diferentes significados em diferentes doutrinas, foi preciso especificar qual seria o sentido adotado dentro do Espiritismo.

O materialismo considera a alma como o princípio da vida orgânica material, que não tem existência própria e se extingue com a vida. Erroneamente, os materialistas consideram a alma como o efeito e não a causa. Concebendo os fenômenos intelectuais como derivados da atividade do sistema nervoso, invertem os papéis sem perceber que o corpo físico é apenas o instrumento da alma.

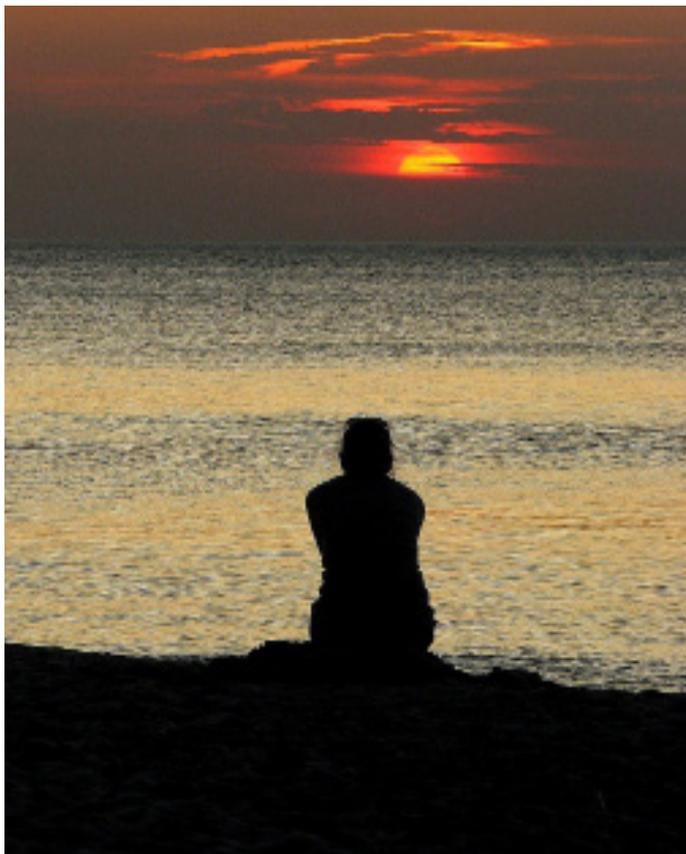
Já para o panteísta, a alma seria o princípio da inteligência, agente universal da qual cada ser absorve uma porção, também denominada como alma-grupo. Assim, no universo haveria uma só alma distribuindo partes do todo para cada ser, que após a morte volta para o todo, com perda da individualidade e da consciência de si mesmo.

A concepção mais comum de alma é a dos espiritualistas, que a compreendem como um ser distinto, independente da matéria e que conserva sua individualidade após a morte, e é esta definição que assume Kardec: “o ser imaterial e individual que existe em nós e que sobrevive ao corpo”, a alma é a causa de toda atividade intelectual e moral.

Estabelecendo uma classificação dos seres da criação, percebemos que há os que não apresentam vitalidade nem movimentos próprios, são os seres inorgânicos. Mas há outros, os seres orgânicos, que trazem em si uma fonte de atividade íntima que lhes dá vida e que Kardec denomina de princípio vital, que é a “causa da vida material e orgânica, comum a todos os seres, dos vegetais aos homens”.

Entre os seres orgânicos há os que não apresentam inteligência — os vegetais —, outros dotados de inteligência mas sem senso moral — os animais —, e alguns dotados de inteligência além de senso moral, com evidente superioridade sobre os outros – os seres humanos.

Nessa escala evolutiva incessante dos seres, testemunhamos a alma em sua incrível jornada: a iniciar seus passos no átomo primitivo do mineral, adquirir a sensibilidade inconsciente no vegetal, desenvolver o instinto e a intelectualidade no animal, finalmente acordar para a própria realidade espiritual e a existência de Deus no homem, para um dia atingir a culminância da evolução nas asas do Arcanjo. Sempre sob as bênçãos do Criador.



# A natureza da revelação espírita

Como dissemos na edição anterior, Kardec considerava tão importante esse tema que o colocou como o primeiro capítulo do livro compostos por 62 itens. Ele começa apresentando uma série de questões, que estudaremos para compreender plenamente. São elas:

1. O espiritismo é uma revelação?
2. Qual é o seu caráter?
3. Em que se baseia sua autenticidade?
4. A quem e de que maneira ela foi transmitida?
5. A Doutrina Espírita é uma revelação no sentido litúrgico da palavra, ou seja, em todos os pontos, o resultado de um ensino oculto vindo do alto?
- 10 6. É definitiva ou sujeita a alterações?

7. Trazendo aos homens uma verdade absoluta, a revelação não teria como efeito impedi-los de usar suas faculdades já que pouparia o seu trabalho de pesquisa?
8. Qual pode ser a autoridade dos ensinamentos dos espíritos se eles não são infalíveis e superiores à humanidade?
9. Qual a utilidade da moral pregada por ele se ela não é outra senão a moral do Cristo já conhecida?
10. Quais as novas verdades que eles nos trazem?
11. O homem precisa de uma revelação?
12. Não poderia encontrar em si mesmo e em sua consciência tudo o que precisa para se conduzir?

São essas questões que iremos abordar ao longo do estudo do primeiro capítulo, esclarecendo-as detalhadamente.

Mas, primeiro, vamos entender o que é uma revelação. Uma revelação significa exatamente remover o véu, ou seja, fazer conhecer uma coisa desconhecida. Desse modo, todas as ciências que nos mostram o que até então desconhecíamos são revelações feitas para a humanidade.

A essência de toda revelação é a verdade e, por trás dessa verdade, existe um fato que a comprova. Qualquer pretensa revelação que os fatos desmentem não é uma revelação. Se nos deparamos com uma revelação que dizem ser de Deus e tal revelação é desmentida pelos fatos, ela não é de Deus — uma vez que Deus é infinita sabedoria e jamais se engaria ou iria contra suas leis imutáveis.

Vamos concluir o raciocínio para não deixar dúvidas sobre a primeira questão colocada por Kardec neste tópico: o Espiritismo é uma ciência, que nos dá conhecimento a respeito das leis de Deus que regem o mundo invisível, das leis morais e das leis que regem a relação entre o mundo material e o mundo espiritual. Então, no tempo certo, eis que recebemos o Consolador prometido pelo Cristo que ficaria para sempre conosco, a terceira revelação, o Espiritismo.

# A transformação pelo amor

O mundo está mudando muito rapidamente e temos uma tendência de prestar mais atenção nas coisas ruins que acontecem. E se mudássemos um pouco nosso olhar e começássemos a observar por outro ângulo para encontrarmos as coisas boas? Acharíamos algo? Sim..

Podemos encontrar o bem, a bondade, a solidariedade e o amor agindo em várias situações que nem imaginamos. Por exemplo, quando vemos recicladores da Malásia transformando resíduos plásticos retirados do oceano em peças para móveis e em mercadorias, o bem se encontra lá. Em uma fazenda no Texas, que criou uma maneira de abordar autoestima entre crianças com deficiência proporcionando contato e brincadeiras com animais que precisam de cuidados especiais, encontramos a solidariedade.

Quando uma chihuahua é eleita “cão do ano” por cuidar de animais resgatados com problemas físicos e mentais, vemos o amor verdadeiro. São ações que mostram a bondade de Deus e estão mais perto de nós do que imaginamos. Com fé, tudo é possível.

A fé, divina inspiração de Deus, desperta todos os sentimentos que conduzem o homem ao bem: é a base da regeneração, como explicado em “O Evangelho Segundo o Espiritismo”, Cap. XIX.

Para uma sociedade saudável, a bondade, a solidariedade, a caridade, o amor devem ser sentidos dentro de nós. Quando estimulados através de pequenas mudanças internas, partimos para a prática.

Cada ação é seguida por uma reação. Sejamos então, executores de ações sublimes, de elevação moral, para reações igualmente elevadas. Lembre-se: gentileza gera gentileza, bondade gera bondade, amor gera amor.

É certo que muitas coisas ainda



PIXABAY

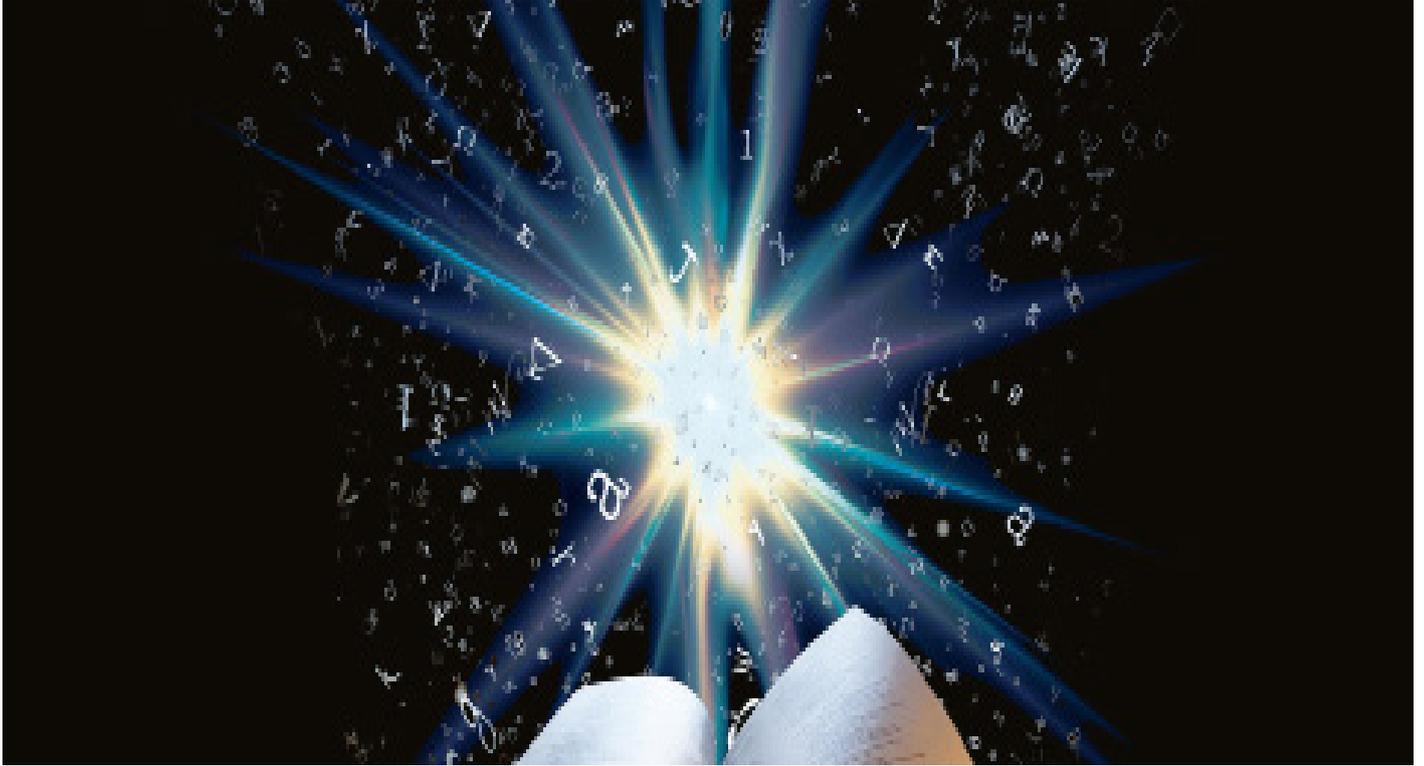
precisam ser melhoradas em todo o planeta. Cada melhora é uma conquista da humanidade. Mas as maiores melhoras são as morais, que impactam, por conseguinte, as materiais. Cada mudança de comportamento e de hábito eleva um grau no nível de nossa evolução.

A cada um a sua missão e o seu trabalho nessa mudança. Nós, que compomos a humanidade, somos responsáveis por fazer do mundo um lugar melhor; somos um grão de areia, mas, sem grãos de areia, não existiriam montanhas.

*O sucesso de cada um tem reflexo em toda a humanidade porque o aperfeiçoamento de um acarreta a elevação de muitos.*  
“Obras de Fé”, de Chico Xavier

# Entenda esse fabuloso guia moral

PIXABAY



Para estudar com afinco e entender efetivamente o Evangelho Segundo o Espiritismo, é necessário que nós possamos dar início pelo estudo do objetivo da obra. Após vislumbrar o prefácio com os caminhos luminosos que se fazem para a humanidade, no caminho da regeneração e de um planeta que vai conquistar o bem pela reformulação dos conceitos morais da humanidade que o habitará, nós vamos compreender porque Kardec buscou, sob orientação do Espírito de Verdade, escrever o Evangelho Segundo o Espiritismo.

Este título já nos deve remeter a um raciocínio porque visa ao estudo do Evangelho e do Novo Testamento sob a ótica espírita. Mas Kardec não desrespeitou todos os conceitos construídos e trazidos pelos discípulos no Novo Testamento. Ele busca o estudo do Novo Testamento e o tira da ordem cronológica, colocando-o em uma ordem lógica, onde um versículo complementa o outro e nos argumenta no texto que o entendimento por si só do Novo

**12** Testamento é complexo porque tem um

caráter místico e, muitas vezes, ininteligível para nós. Dessa forma, Kardec busca, com os espíritos, a explicação dos versículos que ali coloca e, ao longo de todo o Evangelho, nós vamos seguindo um raciocínio lógico, que tem um começo, um meio e um fim, compreendendo as lições do Cristo com todo o seu desdobramento moral e sob orientação de vários espíritos e do Espírito de Verdade.

E isso traz uma trilha para que nós possamos encontrar uma diretriz para a expansão da consciência e compreender quais passos devemos fazer para a conquista da plenitude íntima e para transformação do nosso planeta na conquista do amor ao próximo e na conquista do verdadeiro amor a si mesmo, que é amor a nós mesmo como espíritos.

Tudo isso está em “O Evangelho Segundo o Espiritismo”, obra primordial que não cabe somente aos espíritas, mas traz profundas explicações traduzindo as lições do Novo Testamento para qualquer um que busque a felicidade e a direção de ordem moral da constituição divina, que é toda a diretriz deixada pelo Cristo para nós.

*Para a espiritualidade maior, somos como crianças que vão engatinhar rumo à evolução*



PIXABAY

## Passos rumo à angelitude

Em “O Livro dos Espíritos”, questão 610, temos: “A espécie humana é aquela que Deus escolheu para a encarnação dos seres que podem conhecê-Lo.”

André Luiz, no capítulo 21, Desdobramento, do livro “Mecanismos da Mediunidade”, de Chico Xavier e Waldo Vieira, descreve como, no período de sono físico, o espírito encarnado deixa seu corpo físico e se desloca a diferentes lugares no plano espiritual.

De acordo com seus pensamentos, sentimentos e atitudes cotidianas, estabelece sintonia vibratória e é atraído para a companhia de bons ou maus espíritos. Essa relação com o plano espiritual acontece constantemente entre nós.

O homem primitivo, recém-chegado ao processo de pensamento contínuo, demanda muita energia para manutenção de sua vida física. Traz presente em seu íntimo as heranças instintivas da fase de animalidade. Comporta-se de forma brutal e selvagem em relação o seu meio.

Durante o sono reparador, pode o plano divino alcançá-lo, intuí-lo, inspirá-lo, lançando as primeiras sementes dos princípios de responsabilidade e moralidade. Com as memórias desses encontros agindo de forma intuitiva, passa o homem das cavernas, lentamente, a compreender a natureza e seus elementos, em meio ao combate diário na conquista de seu sustento e do cuidado com sua prole.

Gradativamente, a consciência do auxílio mútuo e da colaboração passam a fazer parte de seu comportamento. Dor e sofrimento pela perda dos entes queridos são o começo dos questionamentos sobre o significado de sua relação com o mundo.

São indagações ainda embrionárias, é verdade, das profundas necessidades de entendimento da vida. Mas um processo fascinante se inicia.

*O espírito que almeja respostas, ainda engatinhando na forma humana, ensaia os primeiros passos rumo à angelitude.*

# Pão da vida

*“Eu sou o pão da vida; aquele que vem a mim não terá fome e aquele que em mim crê não terá sede”, (A Gênese, cap. XV)*

O que será que o Mestre Jesus quis dizer com essa frase tão profunda? O pão, para quem não sabe, é um dos alimentos mais antigos de que se tem notícia. Tanto que uma descoberta arqueológica recente revelou uma receita desse alimento com mais de 14 mil anos! Os judeus, na travessia pelo Egito, levaram com eles o pão ázimo – combinação de farinha e água, que se transforma em pão, sem fermentar.

Além de presença constante na história, esse alimento é cercado por simbolismos. Representa a fartura, mas também a renovação. É justamente esse sentido que ganha mais destaque quando nos lembramos da frase de Jesus.

Refletir sobre esse alimento e sobre essa mensagem é muito importante, especialmente no Natal. Mas será que nossa mesa reflete a comunhão e o amor presentes na frase do doce Mestre?

Dezembro é tempo de partilha, mesmo assim insistimos em uma mesa farta de comidas que mais intoxicam nosso corpo e prejudicam nosso espírito e os animais do que nos afinizam com os ideais de amor, compaixão e caridade de Jesus.

Aproveitemos estes tempos de pandemia para ressignificar o alimento pão e a palavra pão. E também para colocar literalmente a mão na massa. Sabia que existem inúmeras receitas e até opções de pão pronto no mercado que não levam nada origem animal? São naturalmente veganas!

Que tal, então, colocar em prática seus dotes culinários e preparar este delicioso pão sírio? Prático e gostoso, fica pronto em minutos. E o melhor: afasta a crueldade da sua mesa. Dessa forma, você pode

14 ter certeza de que vai adicionar à sua ceia

KATE HLIZNITSOVA / UNSPLASH



um alimento gostoso e cheio de múltiplos significados, como você já viu aqui!

## Pão sírio caseiro com sementes

- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo  
+ um pouco para polvilhar
- 1 envelope (10 g) de fermento biológico seco instantâneo
- 1 colher (sopa) de açúcar
- 1 xícara (chá) de água morna
- 1/4 de xícara (chá) de azeite  
+ um pouco para untar
- 1 colher (chá) de sal
- Chia ou gergelim a gosto para polvilhar

**Preparo** - Em uma tigela, ponha a farinha, o fermento e o açúcar. Mexa bem. Junte a água aos poucos, misturando. Acrescente o azeite e misture mais. Por último, o sal. Sove a massa até que fique bem lisa. Aqueça o forno a 180 °C e reserve a massa por 20 minutos.

Depois, divida-a em seis e forme rolinhos. Abra cada um em formato redondo. Ponha em uma assadeira ligeiramente untada com azeite e polvilhada com farinha. Disponha a chia ou o gergelim sobre a massa e asse até dourar. Sirva com patê de tofu cremoso e ervas finas.



**1 de janeiro**

*Dia Mundial da Paz e da Fraternidade Universal.*

*Que saibamos olhar um para o outro,  
tal qual o Mestre Jesus nos ensinou,  
enxergando que estamos todos na mesma estrada...*

# ASSEAMA

## APRESENTA



**TUDO DOMINGO UM NOVO EPISÓDIO**

**DISPONÍVEL NAS PLATAFORMAS:**

**SPOTIFY; GOOGLE PODCASTS, BREAKER, POCKETCASTS, RADIOPUBLIC  
E DEEZER**