

## ATIVIDADES DA NOSSA CASA

### SEGUNDA-FEIRA

14:00hs—Reunião de Passe  
19:30hs—Reunião de Evangelização  
20:00hs—Estudo Doutrinário—Obras de André Luiz (na sala antiga)  
20:15hs—Estudo Doutrinário—Obra “O Consolador de FCX/Emmanuel (no salão)

### TERÇA-FEIRA

19:30hs—Esclarecendo a Doutrina—Temas Livres  
19:30hs—Estudo para Iniciantes na Doutrina—Obras de Allan Kardec

### QUARTA-FEIRA

14:00hs—Reunião de Passe  
20:00hs—Curso de Educação Mediúnica

### QUINTA-FEIRA

19:00hs—Reunião de Passe  
19:00hs—Evangelização Infantil  
19:30hs—Estudo Doutrinário—Diálogo com as Sombras de H. C. Miranda (1ª e 2ª Quintas-Feiras)  
19:30hs—Reunião Mediúnica (reunião fechada nas demais quintas-feiras)

### SEXTA-FEIRA

19:00hs—Reunião de Vibração

### SÁBADO

14:00hs—Reunião do GAF Atendimento, Auxílio e Orientação (material e espiritual) às Famílias, Curso de Pintura, etc., realizados pelo Grupo de Assistência à Família.  
19:00 horas — Reunião de Evangelização

## PALAVRAS E SILÊNCIO

Há algumas coisas que são lindas demais para serem descritas por palavras. É necessário admirá-las em silêncio para apreciá-las em toda a sua plenitude.

As grandes falas servem, frequentemente, para confundir ou doutrinar. Às vezes, o silêncio é mais esclarecedor que um fluxo de palavras.

Olhe para uma mãe diante do seu filho no berço. Ele consegue muito bem tudo o que quer sem dizer nenhuma palavra.

Na realidade, as palavras devem ser a embalagem dos pensamentos. Não adianta fazer longos discursos para expressar os sentimentos de seu coração. Um olhar diz muito mais que um jorro de palavras.

Em sua grande sabedoria, a natureza nos deu apenas uma língua e dois ouvidos para escutarmos mais e falarmos menos.

Se as palavras não são mais bonitas do que o silêncio, então é preferível não dizer nada.

Quanto mais o coração é grande e generoso menos úteis são as palavras.

É necessário lembrar do provérbio dos filósofos: as verdadeiras palavras não são sempre bonitas e as palavras bonitas nem sempre são verdades.

As grandes mentes fazem com que, em poucas palavras, muitas coisas sejam ouvidas. As mentes pequenas acham que têm, pelo contrário, a concessão para falar e não dizer nada.

Poucas palavras são necessárias para expressar “eu gosto de você.” Portanto, todas as outras que poderiam ser ditas são supérfluas... e não são palavras curtas e fáceis de serem ditas. São aquelas que causam as maiores consequências.

São necessários apenas dois anos para que o ser humano aprenda a falar e toda uma vida para que ele aprenda a ficar em silêncio.

Ser comedido com as palavras é uma prova de profunda sabedoria.

Saber ouvir também.



# Mensageiro Estrela

**Associação Espírita Estrela da Caridade**  
Fundada em 11 de Janeiro de 1911  
Rua Souza Brito 233  
Espírito Santo do Pinhal—SP  
www.ophicnadigital.com/all  
anlulosan@yahoo.com.br  
Editor: Antonio Luís Lourenço dos Santos  
Impressão: Papelaria 90

**Ano VI Nº 09 (66) — Junho de 2009**

## SEMINÁRIO CAUSA E CASAS ESPÍRITAS Orson Peter Carrara Dia 27 de Junho das 14 às 17 horas

Orson Peter Carrara,  
palestrante e articulista espírita

Analisa a importância das  
instituições espíritas na vinculação

em diversos jornais, revistas e sites analisa, neste tema, diversos ângulos das atividades executadas pelos Centros Espíritas. Busca oferecer colaboração ao aprimoramento desses núcleos de estudo e divulgação do Espiritismo. Aborda aspectos práticos dos Centros e do Movimento Espírita. A Causa gerando a Casa e a Casa levando à Causa é o roteiro do seminário.



com a causa espírita, fruto da convivência do autor com inúmeras instituições do país. Ainda persistem algumas dúvidas e um pouco de confusão entre Causa Espírita e Casa Espírita. A Casa Espírita, por sua natureza, é transitória, podendo inclusive fechar as suas portas, mas a Causa

Espírita, eminentemente superior, permanece incólume

Cont. na pag. 2

Cont. da pag. 1 e inatingível.

Há pessoas que dizem não precisar do Centro Espírita para fazer o Bem. Certamente, não deveríamos precisar, se todos nós, efetivamente, exercitássemos o legítimo Amor ao próximo.

No entanto, a Casa Espírita, como bem define Orson, também leva à Causa por ser um poderoso instrumento de divulgação do Espiritismo, espaço onde as lições iniciais da Doutrina são ministradas àqueles que a



procuram seja pela dor, seja pela mera curiosidade, além de promover uma integração maior entre os trabalhadores Espíritas, lembrando um feixe de varas que não se quebra tão facilmente.

A Casa Espírita precisa ser prática e simples na sua estrutura., por esse motivo a nossa Casa Estrela da Caridade trás Orson Peter Carrara para juntos estudarmos esses aspectos tão importantes da Doutrina Espírita.

Faça sua inscrição até dia 22 de junho (uma segunda-feira) pois os ingressos são limitados. Procure-os com os nossos dirigentes.

O valor do ingresso é 1 quilo de alimento não perecível, destinado aos trabalhos de assistência social do Grupo de Assistência à Família—GAF, da nossa casa.

Contamos com a sua presença e colaboração. Participe.

## ANIVERSARIANTES DO MÊS DE JUNHO

Leonina R. Souza ----- 02  
Marco Antonio Bonani----- 17  
Valter Ladentim ----- 20

Lúcia Helena Bertoldo----- 21  
Roberto Pasotti----- 26

## MENSAGEIRO ESTRELA “ONLINE”

Se você perdeu algum exemplar do nosso MENSAGEIRO ESTRELA, em circulação mensal desde Outubro de 2003, agora pode usufruir da nossa edição “Online”. É possível ler ou baixar da Internet e imprimir os exemplares, desde o primeiro até o mais recente, a partir do nosso site:

[www.ophicinadigital.com/all](http://www.ophicinadigital.com/all)

## ENERGIA POSITIVA E ENERGIA NEGATIVA

Do livro “O Que é Energia” — André Mantovanni

Para compreensão do que é a energia positiva e a energia negativa, partiremos do princípio de que toda manifestação física, espiritual, mental e emocional são energias que compõem nossa vida em todos os níveis da existência.

O mundo em que vivemos, a realidade que experimentamos, as situações que atraímos são frutos da energia que empenhamos no dia-a-dia.

A energia positiva é o conjunto de idéias, crenças e padrões de pensamentos produtivos que somos capazes de produzir interiormente e que de alguma forma nos conduz para a satisfação, realização e plenitude.

Quando nos dispomos a alimentar as energias positivas em nossas vidas, conseguimos criar uma existência de equilíbrio, paz e harmonia que refletirá em todas as áreas de nossa vida. A energia negativa é tão poderosa quanto a energia positiva.

É o oposto, o contrário da energia divina que se manifesta, através dos maus hábitos, crenças de fracasso ou desistência e o mais importante: através da energia negativa criamos um mundo paralelo e inferior que dificulta a alma de cumprir seus propósitos aqui na Terra. Além disso, promove doenças espirituais e emocionais que em algum momento poderá se manifestar no corpo físico.

A energia negativa, como

citado, é criada por intermédio de padrões negativos alimentados pelo pessimismo, mau-humor, mágoas, ressentimentos e falta de fé (positiva) na vida.

Somos como um “imã” e atraímos as energias que são compatíveis com o que emanamos, portanto uma pessoa com “astral negativo” irá trazer para si pessoas e situações da mesma frequência vibratória.

Para nos livrarmos da energia negativa podemos nos conectar com o lado positivo da vida tendo bons pensamentos, alimentando crenças positivas e buscando espiritualmente um caminho que possa nos deixar em paz e nos proporcionar equilíbrio. O ponto central é mudar as idéias, tirando de si os falsos conceitos que herdamos desde pequenos e que colocamos como nossos valores pessoais.

É muito importante procurarmos o equilíbrio da Aura, pois em quanto mais energia positiva nos envolvemos, mais expandiremos esse campo que fortalece a proteção pessoal. É importante lembrar que estamos expostos à todos os tipos de energias e somos capazes de produzi-las a todo momento, portanto, precisamos ficar atentos para onde estamos dando mais força e mais vida. Concentrar-se em promover a energia positiva é trazer para si o bem disponível no Universo!

## AFASTE OS MAUS ESPÍRITOS

Orson Peter Carrara

Muita gente tem medo só de pensar nos espíritos. Que dizer então quando se tratarem de maus espíritos? E, levados por uma suposta e antecipada proteção, utilizam-se de inúteis e variados meios que, dizem, protegem contra a influência deles. Com esse propósito de se defenderem ou afastarem supostas presenças de maus espíritos que lhes prejudiquem a vida ou os negócios, utilizam-se de processos vulgares que a nada levam. Essas práticas recebem o nome de oferendas, exorcismos, etc. e são absolutamente inúteis, desgastantes, improdutivas e desnecessárias.

Antes de mais nada, é preciso que se repita que os espíritos são os seres humanos antes e após a existência na Terra. Portanto, também somos espíritos. E, após a morte do corpo, habitaremos o mundo dos espíritos, com nossas virtudes, defeitos e conquistas morais e intelectuais.

Podemos afirmar como princípio geral que os maus espíritos aparecem ou se intrometem onde alguma coisa os atrai. E o que os atrai? É simples. Em primeiro lugar, as imperfeições morais; em segundo lugar a demasiada confiança com que são acolhidas as suas palavras ou sugestões, ainda que intuitivas.

As imperfeições morais são a inveja, a maledicência, a ganância, o egoísmo, o ciúme, a inveja, a intolerância, a irritação, a impaciência e outros males. Portanto para que eles não sejam atraídos, basta substituir aqueles sentimentos pela paz, pela concórdia, pelo entendimento, pela paciência, pela calma, pelo amor ao próximo.

Todos aqueles que cultivarem virtudes e procurarem se corrigir das próprias imperfeições morais estão construindo legítima defesa contra o ataque ou intromissão de espíritos enganadores, inconvenientes ou causadores de perturbações.

E no caso de você participar de intercâmbio mediúnico (que não é exclusivo do Espiritismo), a ponderação e a reserva com que analise e aceite as comunicações é outro instrumento de defesa contra os maus espíritos. Isso significa submeter todas as comunicações e supostas orientações advindas dos espíritos, através dos médiuns, aos critérios da lógica, do bom senso e do bem comum. Agindo assim, pronto, estão afastados os maus espíritos, que perdem o acesso.

Não há mistérios. Onde o amor brote espontâneo, onde a fraternidade está presente, onde o esforço pelo bem comparece, os maus espíritos perdem acesso e meios de se intrometerem. Onde, porém, a tônica é o desrespeito, a desconfiança, a malícia, aí estão eles, em abundância.

Portanto, tudo depende de cada um mesmo. Ninguém é prejudicado senão porque se permitiu ser prejudicado pela própria conduta. Quem está e se esforça no bem, já, por si mesmo, está se protegendo. Simples!

Portanto, faça de seu lar um lugar protegido: afaste os maus espíritos. Como? Com o esforço da conduta digna e reta! A começar no ambiente familiar. Isto atrairá os bons espíritos.

Mensageiro Estrela—Associação Espírita Estrela da Caridade  
Ano VI — Nº 09 (66) — Junho de 2009 — Caderno 2 — E.S. Pinhal-SP

## RECONCILIAÇÃO COM OS ADVERSÁRIOS

Evangelho Segundo o Espiritismo Capítulo 10 itens 5 e 6

5. Reconciliai-vos o mais depressa possível com o vosso adversário, enquanto estais com ele a caminho, para que ele não vos entregue ao juiz, o juiz não vos entregue ao ministro da justiça e não sejais metido em prisão. - Digo -vos, em verdade, que daí não saireis, enquanto não houverdes pago o último centil. (S. MATEUS, cap. V, vv. 25 e 26.)

6. Na prática do perdão, como, em geral, na do bem, não há somente um efeito moral: há também um efeito material. A morte, como sabemos, não nos livra dos nossos inimigos; os Espíritos vingativos perseguem, muitas vezes, com seu ódio, no além-túmulo, aqueles contra os quais guardam rancor; de onde decorre a falsidade do provérbio que diz: "Morto o animal, morto o veneno", quando aplicado ao homem. O Espírito mau espera que o outro, a quem ele quer mal, esteja preso ao seu corpo e, assim, menos livre, para mais facilmente o atormentar, ferir nos seus interesses, ou nas suas mais caras afeições. Nesse fato reside a causa da maioria dos casos de obsessão, sobretudo dos que apresentam certa gravidade, quais os de subjugação e possessão. O obsidiado e o possesso são, pois, quase sempre vítimas de uma vingança, cujo motivo se encontra

em existência anterior, e à qual o que a sofre deu lugar pelo seu proceder.

Deus o permite, para os punir do mal que a seu turno praticaram, ou, se tal não ocorreu, por haverem faltado com a indulgência e a caridade, não perdoando. Importa, por conseguinte, do ponto de vista da tranquilidade futura, que cada um repare, quanto antes, os agravos que haja causado ao seu próximo, que perdoe aos seus inimigos, a fim de que, antes que a morte lhe chegue, esteja apagado qualquer motivo de dissensão, toda causa fundada de ulterior animosidade.

Por essa forma, de um inimigo encarnado neste mundo se pode fazer um amigo no outro; pelo menos, o que assim procede põe de seu lado o bom direito e Deus não consente que aquele que perdoou sofra qualquer vingança.

Quando Jesus recomenda que nos reconciliemos o mais cedo possível com o nosso adversário, não é somente objetivando apaziguar as discórdias no curso da nossa atual existência; é, principalmente, para que elas não se perpetuem nas existências futuras.

*"Não saireis de lá, da prisão, enquanto não houverdes pago até o último centavo"*, isto é, enquanto não houverdes satisfeito completamente a justiça de Deus.

## SAÚDE: VACINA CONTRA A DEPRESSÃO

Segue abaixo uma súpula dos meios de prevenir essa patologia, mais mental do que física, que traz sérios prejuízos para a vida social e espiritual do ser humano.

Vários itens que podem evitar a depressão:

**Religiosidade:** O estudo de uma religião esclarecida traz a conformação, o sentimento de fraternidade e perdão. Ajuda a aceitação de doenças, deficiências e morte de entes queridos. Sabendo que tudo é temporário e que nenhuma dor, carência, deficiência ou doença é eterna, torna-se mais fácil a vivência na terra.

**Perda do Orgulho:** A criatura com orgulho acentuado possui muita abertura para a depressão. Ofende-se facilmente, isola-se das pessoas com quem não se afina e sente-se vítima do mundo sem nunca praticar a auto análise necessária para um maior entendimento das situações. A humildade não nos dá brechas para ofensas ou mágoas inúteis.

**Perda do Egoísmo:** Pessoas muito centradas em si mesma, sofrem demasiadamente quando não recebe atenção que acha que merece. Criança ou jovem muito mimados não conseguem aceitar a indiferença do mundo aos seus desejos. Esta é uma das grandes causadoras dos estados depressivos. Quando direcionamos nossas atenções aos outros sentimo-nos felizes ao sermos úteis e esquecemos das próprias dores.

**Trabalho:** A mente ocupada

num trabalho que traz prazer e recompensa ( mais emocional do que financeira) não dá abertura para se deprimir.

**Otimismo:** Um dos melhores fatores antidepressivo é o otimismo, porque a criatura observa o mundo que a rodeia de forma sempre positiva o que impede que nasçam, em si, focos de baixo astral, que gera a depressão.

**Perdão:** O ato de perdoar não é apenas uma recomendação religiosa, é mais uma atitude terapêutica e preventiva contra males maiores do que o mal recebido. O esquecimento do mal é atividade de um coração generoso.

Perdoar a si mesmo é entender que errar faz parte do crescimento, é aceitar a sua condição humana.

**Aceitação:** Aceitar o que é inevitável na vida, como a morte de um ser querido, perda da juventude; deficiência física ou invalidez. Também mudança de nível social, de ambiente etc. A aceitação é também compreensão que tudo que acontece ao nosso redor é instrumento para amadurecimento espiritual.

**Fé:** Quem possui muita fé em si mesmo e em Deus possui a maior vacina contra a depressão pois ela é o oposto de todos os sintomas que trazem a doença. Enfim, todo sofrimento do homem tem origem no afastamento de sua luz interior.

Quando Deus fica longe de nossa vida, ficamos afastados da alegria de viver.

## CANTINHO MUSICAL

Composições e Interpretação de Oswaldo Montenegro

### A LISTA

Faça uma lista de grandes amigos.  
Quem você mais via há dez anos atrás.  
Quanto você ainda vê todo dia,  
Quanto você já não encontra mais...  
Faça uma lista dos sonhos que tinha,  
Quanto você desistiu de sonhar!  
Quanto amores jurados pra sempre,  
Quanto você conseguiu preservar...  
Onde você ainda se reconhece na foto passada ou no espelho de agora?  
Hoje é do jeito que achou que seria?  
Quanto amigos você jogou fora?  
Quanto mistérios que você sondava?  
Quanto você conseguiu entender?  
Quanto segredos que você guardava,  
hoje são bobos, ninguém quer saber?  
Quanto mentiras você condenava?  
Quanto você teve que cometer?  
Quanto defeitos sanados com o tempo eram o melhor que havia em você?  
Quanto canções que você não cantava, hoje assobia pra sobreviver?  
Quanto pessoas que você amava, hoje acredita que amam você?

### METADE

Que a força do medo que tenho não me impeça de ver o que anseio.  
Que a morte de tudo em que acredito não me tape os ouvidos e a boca, porque metade de mim é o que eu grito, mas a outra metade é silêncio.  
Que a música que ouço ao longe seja linda ainda que tristeza.  
Que a mulher que eu amo seja pra sempre amada, mesmo que distante, porque metade de mim é partida, mas a outra metade é saudade.  
Que as palavras que eu falo não sejam ouvidas como prece e nem repetidas

com fervor, apenas respeitadas como a única coisa que resta a um homem inundado de sentimentos.  
Porque metade de mim é o que ouço, mas a outra metade é o que calo.  
Que essa minha vontade de ir embora se transforme na calma e na paz que eu mereço.

Que essa tensão que me corrói por dentro seja um dia recompensada, porque metade de mim é o que eu penso e a outra metade é um vulcão.

Que o medo da solidão se afaste, que o convívio comigo mesmo se torne ao menos suportável.

Que o espelho reflita em meu rosto um doce sorriso que eu me lembro ter dado na infância, por que metade de mim é a lembrança do que fui, mas a outra metade eu não sei.

Que não seja preciso mais do que uma simples alegria pra me fazer aquietar o espírito e que o teu silêncio me fale cada vez mais, porque metade de mim é abrigo, mas a outra metade é cansaço.

Que a arte nos aponte uma resposta, mesmo que ela não saiba e que ninguém a tente complicar, porque é preciso simplicidade pra fazê-la florescer.

Porque metade de mim é a platéia, a outra metade é a canção.

E que a minha loucura seja perdoada, porque metade de mim é amor . . .

E a outra metade também. . . .

*“Enquanto houver compositores de alta categoria como um Oswaldo Montenegro, ainda há esperança para a música brasileira”.*