



# BIG

Ano : 12 nº 108  
São Gonçalo, Outubro de 2013.

Boletim Informativo - GESCJ



Participe das nossas reuniões de estudos da Doutrina Espírita, Segundas e Quartas, Horário: 20:00 as 21:30hs

## Homenagem a Dona Márcia 15-10

*PRONÚNCIAS, COMO UMA BRISA PRIMAVERIL OLHAR, DE UM MANSO ROUXINOL EDUCAÇÃO, DE LORDE NOBREZA DA MA FEMININA DA REALEZA.*

*CIGANA,  
AMIGA,  
MULHER;*

*QUEM NUNCA SE ENCANTOU, ESCUTOU E PRECISOU DE SUAS ORIENTAÇÕES ESPIRITUAIS.....*

*QUEM NUNCA TEVE FÉ NESSE ESPÍRITO TÃO EVOLUÍDO, A PONTO DE NOS COLOCARMOS NO CHÃO PARA QUE ACORDÁSSEMOS PARA REALIDADE DA VIDA E DEPOIS NOS AJUDÁSSEMOS A SUBIR DEGRAU POR DEGRAU, NOS SEUS CONSELHOS PARA O NOSSO BEM.*

*"ISTO É EVOLUÇÃO ESPIRITUAL."*

*SÓ AMIGOS ESPIRITUAIS TRABALHAM ASSIM, NÃO NOS DIZEM SOMENTE O QUE QUEREMOS OUVIR, COLOCAM NOSSOS PÉS NO CHÃO E NOS MOSTRAM O CAMINHO, SE OUVIRMOS, SEGURAM EM NOSSAS MÃOS E NOS CONDUZEM NA ESTRADA DO BEM, ILUMINADA, FLORIDA, COM OBSTÁCULOS SIM, A SEREM VENCIDOS JUNTAMENTE COM ESSA FORÇA EXTRAORDINÁRIA.*

*QUEM CONHECEU DONA MÁRCIA JAMAIS A ESQUECERÁ, DOCE, REFINADA, DE UM CORAÇÃO EXPLOSIVO DE BONDADE E CARIDADE, AMIGA DE QUEM A AMA E A RESPEITA.*

*ELA É COMO MAR SERENO, COM O FRESCOR DA BRISA, MAS REVOLTO QUANDO BRIGA POR QUEM AMA.*

*COMO UMA ROSA EM NOSSO JARDIM, BELA, PERFUMADA, MAS COM ESPINHOS NECESSÁRIOS.*

*QUEM NÃO QUER UMA AMIGA ASSIM, QUERIDINHOS?*

*MÁRCIA À DEUS PERTENCE. LUZ. PAZ e EVOLUÇÃO.*

VANESSA CASTRO



Nem na alegria excessiva que ensurdece.  
 Nem na tristeza demasiada que deprime.  
 Nem na ternura incondicional que prejudica.  
 Nem na severidade indiscriminada que destrói.  
 Nem na cegueira afetiva que jamais corrige.  
 Nem no rigor que resseca.  
 Nem no absurdo afirmativo que é dogma.  
 Nem no absurdo negativo que é vaidade.  
 Nem nas obras sem fé que se reduzem a pedra e pó.  
 Nem na fé sem obras que é estagnação da alma.  
 Nem no movimento sem ideal de elevação que é cansaço vazio.  
 Nem no ideal de elevação sem movimento que é ociosidade brilhante.  
 Nem cabeça excessivamente voltada para o firmamento com inteira despreocupação do valioso trabalho na Terra.  
 Nem pés definitivamente chumbados ao chão do Planeta com integral esquecimento dos apelos do Céu.  
 Nem exigência a todo instante.  
 Nem desculpa sem-fim.  
 O Reino Divino não será concretizado na Terra, através de atitudes extremistas.  
 O próprio Mestre asseverou-nos que a sublime realização está no meio de nós.  
 A edificação do Reino Divino é obra de aprimoramento, de ordem, esforço e aplicação aos desígnios do Mestre, com bases no trabalho metódico e na harmonia necessária.  
 Não te prendas excessivamente às dificuldades do dia de ontem, nem te inquietes demasiado pelos prováveis obstáculos de amanhã.  
 Vive e age bem no dia de hoje, equilibra-te e vencerás.

\* \* \*

*Xavier, Francisco Cândido. Da obra: Vinha de Luz.  
 Ditado pelo Espírito Emmanuel.  
 Lição 177. Edição Internet baseada na 14a edição. FEB, 1996.*

### Terapia da Oração

Recurso valioso para todo momento ou necessidade, a oração encontra-se ao alcance de quem deseja paz e realização, alterando para melhor os fatores que fomentam a vida e facultam o seu desenvolvimento.  
 A oração é o instrumento pelo qual a criatura fala a Deus, e a inspiração lhe chega na condição de divina resposta.  
 Quando alguém ora, luariza a paisagem mental e inunda-se de paz, revitalizando os fulcros da energia mantenedora da vida.  
 A oração sincera, feita de entrega íntima a Deus, desenvolve a percepção de realidades normalmente não detectadas, que fazem parte do mundo extrafísico.  
 O ser material é condensação do energético, real, transitoriamente organizado em complexos celulares para o objetivo essencial da evolução. Desarticulando-se, ou sofrendo influências degenerativas, necessita de reparos nos intrincados mecanismos vibratórios, de modo a recompor-se, reequilibrar-se e manter a harmonia indispensável, para alcançar a finalidade a que se destina.  
 O psiquismo que ora, consegue resistências no campo de energia, que converte em forças de manutenção dos equipamentos nervosos funcionais da mente e do corpo.  
 A oração induz à paz e produz estabilidade emocional, geradora de saúde integral.  
 A mente que ora, sintoniza com as Fontes da Vida, enriquecendo-se de forças espirituais e lucidez.  
 Terapia valiosa, a oração atrai as energias refazentes que reajustam moléculas orgânicas no mapa do equilíbrio físico, ao tempo que dinamiza as potencialidades psíquicas e emocionais, revigorando o indivíduo.  
 Quando um enfermo ora, recebe valiosa transfusão de forças, que vitalizam os leucócitos para a batalha da saúde e sustentação dos campos imunológicos, restaurando-lhes as defesas.  
 O indivíduo é sempre o resultado dos pensamentos que elabora, que acolhe e que emite.  
 O pessimista autodestrói-se, enquanto o otimista auto-sustenta-se.  
 Aquele que crê nas próprias possibilidades desenvolve-as, aprimora-as e maneja-as com segurança.  
 Aqueloutro que duvida de si mesmo e dos próprios recursos, envolvendo-se em psicofera perturbadora, desarranja os centros de força e exaure-se, especialmente quando enfermo. Assemelha-se a uma vela acesa nas duas extremidades, que consome duplamente o combustível que sustenta a luz, até sua extinção.  
 A mente que se vincula à oração ilumina-se sem desprender vitalidade, antes haurindo-a, e mais expandindo a claridade que possui.  
 Envolvendo-se nas irradiações da oração a que se entregue, logrará o ser enriquecer-se de saúde, de alegria e paz, porquanto a oração é o interfone poderoso pelo qual ele fala a Deus, e por cujo meio, inspirado e pacificado, recebe a resposta do Pai.  
 Ao lado, portanto, de qualquer terapia prescrita, seja a oração a de maior significado e a mais simples de ser utilizada.

\* \* \*

*Franco, Divaldo Pereira. Da obra: Momentos Enriquecedores.*

# As Frutas na Medicina Doméstica

Damasco (Prunus armeniaca)

O Damasco é uma árvore da família das Rosáceas. Originário da Ásia foi aclimatado no Brasil. O damasquinho, que é uma fruta deliciosa, assemelha-se ao pêssego. Chama-se também abricó.

Uso medicinal

O Dr. Demétrio Laguna informa que Wipple e Robins demonstram que o damasco é eficaz no tratamento da anemia.

As crianças que sofrem de raquitismo recomenda-se dar damascos, pois são ricos em vitaminas e sais.

Nos casos de debilidade geral, desnutrição, etc... o damasco age como um poderoso mineralizante.

A "amêndoa" contida no damasco, triturada, fornece um líquido que se emprega, algo requeimado, em gotas contra dor de ouvido.

Essa "amêndoa" é eficaz contra os resfriados, a tosse, o reumatismo, as dores, as inchações dos pés e a prisão de ventre.

As folhas do damasqueiro, em decocção, são úteis, em gargarejos, contra as afecções da garganta, especialmente contra a angina catarral.

Valor Alimentício

O damasco, fresco ou seco é uma fruta muito nutritiva e deliciosa.

Os dispépticos parece não tolerarem bem. Sendo porém, maduro (digo amadurecido naturalmente), de boa qualidade, e bem mastigado, não produz indigestão nem cólicas, como já o acusaram impropriamente.

Grandes são os préstimos do damasco na fabricação de doces caseiros

## Fatos Históricos Espíritas do Mês de Outubro

03-1804 – Nasce às 19h na Rua Sala, 76 em Lyon, França, Denizard Hippolyte Léon Rivail, filho do magistrado Jean Baptiste-Antoine Rivail e da Sra. Jeanne Duhamel. – Autor de inúmeros livros de cultura, tradutor de várias línguas, membro de diversas Academias e Sociedades Culturais. Mais tarde, adotou o pseudônimo de Allan Kardec na codificação da doutrina espírita.

03-1938 – É fundado o Centro Espírita "Allan Kardec", em Campinas/SP.

03-2004 – É fundado na cidade de Niterói pelo confrade Saulo de Tarso F. Netto o Correio Espírita. 1º jornal espírita a circular em todo o Estado do Rio de Janeiro.

05-1949 – É assinado o "Pacto Áureo", composto de 18 itens regulamentando as atividades das entidades espíritas brasileiras.

09-1861 – Por ordem do arcebispo da diocese de Barcelona, Espanha, foram queimados em praça pública mais de 300 livros e brochuras, entre os quais muitas obras espíritas, notadamente as de Allan Kardec. O episódio, de triste memória, foi denominado "Auto de Fé de Barcelona".

10-1942 – É fundado no Rio de Janeiro o Hospital de Clínicas "Allan Kardec".

## **Corpo Mental**

*Corpo mental*- por revestir todas as camadas do inconsciente, representaria o envoltório da mente ou espírito propriamente dito. Com isso, seria zona possuidora, em grau elevado, de todas as características funcionais do superconsciente e zona divisória entre o mundo espiritual e material. Bem claro que para essa zona vibratória atingir a matéria ainda existiriam camadas adaptatórias, campos vibracionais específicos [...] descritos como sendo o psicossoma e o duplo etérico.

## **Corrente Mental**

[...] Temos também as correntes de elétrons mentais, por toda a parte formando cargas que aderem ao campo magnético dos indivíduos, ou que vagueiam entre eles a maneira de campos elétricos que acabam atraídos por aqueles que, excessivamente carregados, se lhes afeiçoem à natureza.

[...] toda compreensão de agentes mentais através da atenção, gera em nossa alma estados indutivos pelos quais atraímos cargas de pensamentos em sintonia com os nossos.

## **Corrente mental construtiva**

Quanto mais enobrecida a consciência, mais se lhe configurará a riqueza de imaginação e poder mental, surgindo portanto mais complexo o cabedal de suas cargas magnéticas ou correntes mentais, a vibrarem ao redor de si mesmo e a exigirem mais ampla quota de atividade construtiva no serviço em que lhe plasmem vocação e aptidão.

## **Corrente mental destrutiva**

[ As correntes mentais destrutivas são geradas por] [...] estados de tensão, devidos a *núcleos de força na psicofera pessoal* [...]

Acumulando e m si mesma as forças autogeradas em processo de profundo desequilíbrio , a alma exterioriza forças mentais desajustadas e destrutivas, pelas quais atrai forças do mesmo teor, caindo freqüentemente em cegueira obsessiva, da qual muitas vezes se afasta, desorientada, pela porta indesejável do remorso após converter-se em intérprete de inqualificáveis delitos..

## **Corrente mental humana**

No homem a corrente mental assume feição mais elevada e complexa.

No cérebro humano, gabinete da alma erguida a estágios mais nobres na senda evolutiva, ela não exprime tão-só à maneira de impulso necessário a sustentação dos circuitos orgânicos, com base na nutrição e reprodução. É pensamento contínuo, fluxo energético incessante, revestido de poder criador inimaginável.

## **Corrente mental subhumana**

Nos reinos inferiores da Natureza, a corrente mental restringe-se a impulsos de sustentação nos seres de constituição primária, a começar dos minerais preponderando nos vegetais e avançando pelo domínio dos animais de formação mais simples, para se evidenciar mais complexa nos animais superiores que já conquistaram bases mais amplas à produção do pensamento contínuo.

## Nossa Senhora Aparecida

12-10



### Oração a Nossa Senhora

Ó incomparável Senhora da Conceição Aparecida, Mãe de Deus, Rainha dos Anjos, Advogada dos Pecadores, Refúgio e Consolação dos Aflitos, livrai-nos de tudo o que possa ofender-vos e a vosso Santíssimo Filho, meu Redentor e Querido Jesus Cristo. Virgem bendita dê proteção a mim e a minha família das doenças, da fome, assalto, raios e outros perigos que possam nos atingir. Soberana Senhora dirige-nos em todos os negócios Espirituais e Temporais. Livrai-nos das tentações do demônio para que trilhando o caminho da virtude, pelos merecimentos de vossa puríssima Virgindade e o preciosíssimo sangue de vosso Filho, vos possamos ver, amar, e gozar da eterna glória, por todos os séculos.  
Amém!

## São Francisco de Assis

04-10



### Oração a São Francisco de Assis

Senhor, fazei-me instrumento de vossa paz.  
Onde houver ódio, que eu leve o amor;  
Onde houver ofensa, que eu leve o perdão;  
Onde houver discórdia, que eu leve a união;  
Onde houver dúvida, que eu leve a fé;  
Onde houver erro, que eu leve a verdade;  
Onde houver desespero, que eu leve a esperança;  
Onde houver tristeza, que eu leve a alegria;  
Onde houver trevas, que eu leve a luz.  
Ó Mestre, Fazei que eu procure mais  
Consolar, que ser consolado;  
compreender, que ser compreendido;  
amar, que ser amado.  
Pois, é dando que se recebe,  
é perdoando que se é perdoado,  
e é morrendo que se vive para a vida eterna.

## Ponto de vista sobre Exú no GESCJ

O verdadeiro exu é uma entidade guardiã empenhada em uma missão maior, por isso não faz mal a ninguém. Seu objetivo é auxiliar as pessoas com fé e respeito. Alguns exus foram, quando reencarnados, pessoas importantes, como políticos, médicos, advogados, industriais, mas também trabalhadores, pessoas comuns, padres, escravos, saltimbancos que cometeram alguma falha e escolheram ou foram escolhidos para assumir essa roupagem espiritual com o fim de redirem seus erros pretéritos. Outros são espíritos mais evoluídos que optaram por orientar os seus médiuns. Em seus trabalhos de magia, o exu corta demandas, desfaz trabalhos malignos, feitiços e magia negra, efetuados por espíritos sem evolução. Ajudam a limpar ambientes, retirando os obsessores e os encaminhando para à luz ou para que possam cumprir suas penas no astral inferior.

Uma verdadeira casa de caridade é sempre reconhecida pela gratuidade dos serviços prestados a quem procura ajuda em um terreiro de Umbanda.

Alguns espíritos, que usam indevidamente o nome de exu, procuram realizar trabalhos de magia dirigida contra os encarnados. Na realidade, quem está agindo é um espírito atrasado. É justamente contra as influências maléficas, o pensamento doentio desses feiticeiros improvisados, que entra em ação o verdadeiro exu, atraindo os obsessores ainda ignorantes e procurando trazê-los para suas falanges que trabalham visando à própria evolução.

O chamado exu pagão é tido como aquele sem luz, sem conhecimento e pouca evolução, ainda não pronto para o despertar à caridade. É o mesmo que kiumba.

Já o exu batizado é uma alma já sensibilizada pelo bem que já evoluiu e trabalha para o próximo, dentro do reino da Quimbanda, por ser uma força ajustável ao meio podendo intervir como um policial que penetra nos reinos da marginalidade para fins de resgate e limpeza. Não se deve, entretanto, confundir um verdadeiro exu com espíritos zombeteiros, mistificadores, obsessores ou perturbadores, que recebem ou deveriam receber a denominação de kiumbas e que, não raro, mistificam e iludem os presentes, se passando por guias.

Para evitar essa confusão, não se concede aos chamados exus pagãos a denominação de exu, classificando-os apenas como kiumbas. E reserva-se para os ditos exus batizados e coroados a denominação de exu.

Os exus mais evoluídos são chamados de exus coroados.

# História da Dona Márcia

15-10

No ano de 1756, nasce no território hoje chamado de Espanha uma linda menina chamada Márcia, filha de um Lorde Francês com uma cigana.

Esta linda menina de cabelos dourados era diferente de seu povo e por isso sofreu discriminação por parte dos chefes ciganos, que devido a situação formada foi obrigada a deixar seu povo, pois os chefes ciganos a tinham como uma ameaça por ela ser diferente e ser filha de um Lorde, então resolveram expulsá-la da tribo.

A linda menina de cabelos dourados não tinha para onde ir, mas como era obrigada a abandonar seu povo fez um juramento que um dia retornaria mais rica, e assim os chefes ciganos a aceitariam de volta e foi o que a menina fez.

Márcia sem ter para onde ir caminhou para a vida passando inúmeras dificuldades, ficando inclusive muito doente e que com muita força e fé, foi se superando e foi obrigada a tornar-se Meretriz.

Márcia de uma beleza encantadora atraía inúmeros homens que vendo-a, ficavam vislumbrados com aquela beleza e que um deles até mesmo lhe ofereceu um castelo como presente de casamento e foi recusado por ela, pois tinha um desejo que era retornar para o seu povo e que não demorou muito para acontecer, pois ao conquistar uma fortuna, Márcia retorna para suas origens e ao retornar foi recebida de braços abertos pelo seu povo, pois com exceção de seus chefes ela sempre foi tratada pelo seu povo com muito amor e muita ternura.

Os chefes ciganos sabendo da riqueza que Márcia havia conquistado e, gananciosos que eram imediatamente a aceitaram de volta achando que ela iria dar-lhes toda sua fortuna, porém, Márcia cheia de amor ao Pai e ao próximo pegou sua fortuna e fraternalmente dividiu-a com seu povo, contrariando assim seus chefes ciganos e cumprindo a promessa que havia feito quando deixou o seu povo e dito que um dia ficaria muito rica e retornaria para eles.

Dona Márcia que a luz do Pai a ilumine cada vez mais e que a Senhora possa estar sempre unida a nós, nos orientando e nos guiando na caminhada que leva ao Pai.

## Mensagem

O Verdadeiro Sorriso não é o que sai dos lábios  
e sim o que vem dos olhos

Dona Marcia



# Para Refletir

Feliz aniversário(Por Vanessa Castro)

Um momento especial de renovação para sua alma e seu espírito, porque Deus, na sua infinita sabedoria, deu à natureza, a capacidade de desabrochar a cada nova estação e a nós capacidade de recomeçar a cada ano.

Desejo a você, um ano cheio de amor e de alegrias.

Afinal fazer aniversário é ter a chance de fazer novos amigos, ajudar mais pessoas, aprender e ensinar novas lições, vivenciar outras dores e suportar velhos problemas.

Sorrir novos motivos e chorar outros, porque, amar o próximo é dar mais amparo, rezar mais preces e agradecer mais vezes.

Fazer Aniversário é amadurecer um pouco mais e olhar a vida como uma dádiva de Deus.

É ser grato, reconhecido, forte, destemido.

É ser rima, é ser verso, é ver Deus no universo;

Parabéns a você nesse dia tão grandioso

#####

A principal necessidade de nossas vidas é alguém que nos obrigue a fazer o que podemos fazer. Eis a tarefa do amigo.

#####

Pode ser que um dia deixemos de nos falar...

Mas, enquanto houver amizade,  
Faremos as pazes de novo.

Pode ser que um dia o tempo passe...

Mas, se a amizade permanecer,  
Um de outro se há-de lembrar.

Pode ser que um dia nos afastemos...

Mas, se formos amigos de verdade,  
A amizade nos reaproximará.

Pode ser que um dia não mais existamos...

Mas, se ainda sobrar amizade,  
Nasceremos de novo, um para o outro.

Pode ser que um dia tudo acabe...

Mas, com a amizade construiremos tudo novamente,  
Cada vez de forma diferente.  
Sendo único e inesquecível cada momento  
Que juntos viveremos e nos lembraremos para sempre.

#####

Há duas formas para viver a sua vida:

Uma é acreditar que não existe milagre.  
A outra é acreditar que todas as coisas são um milagre.

#####

Cada pessoa que passa em nossa vida, passa sozinha, é porque cada pessoa é única e nenhuma substitui a outra! Cada pessoa que passa em nossa vida passa sozinha e não nos deixa só porque deixa um pouco de si e leva um pouquinho de nós. Essa é a mais bela responsabilidade da vida e a prova de que as pessoas não se encontram por acaso

#####



Durante a nossa vida:

Conhecemos pessoas que vem e que ficam,  
Outras que, vem e passam.  
Existem aquelas que,  
Vem, ficam e depois de algum tempo se vão.  
Mas existem aquelas que vem e se vão com uma enorme vontade de ficar..

#####

Mesmo que as pessoas mudem e suas vidas se reorganizem, os amigos devem ser amigos para sempre, mesmo que não tenham nada em comum, somente compartilhar as mesmas recordações

#####

#### 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 defeitos sanados com o tempo,  
era o melhor que havia em você?  
Quanto mentiras você condenava,  
quanto você teve que cometer ?  
Quanto canções que você não cantava,  
hoje assobia pra sobreviver ...  
Quanto segredos que você guardava,  
hoje são bobos ninguém quer saber ...  
Quanto pessoas que você amava,  
hoje acredita que amam você?

#####

Costumamos dizer que amigos de verdade são os que estão ao seu lado em momentos difíceis...Mas não!

Amigos verdadeiros são os que suportam a tua felicidade!  
Porque em um momento difícil qualquer um se aproxima de você.  
Mas o seu inimigo jamais suportaria a sua felicidade!!

#### Soneto do amigo

Enfim, depois de tanto erro passado  
Tantas retaliações, tanto perigo  
Eis que ressurgue noutro o velho amigo  
Nunca perdido, sempre reencontrado.

É bom sentá-lo novamente ao lado  
Com olhos que contêm o olhar antigo  
Sempre comigo um pouco atribulado  
E como sempre singular comigo.

Um bicho igual a mim, simples e humano  
Sabendo se mover e comover  
E a disfarçar com o meu próprio engano.

O amigo: um ser que a vida não explica  
Que só se vai ao ver outro nascer  
E o espelho de minha alma multiplica...



# Horóscopo Outubro de 2013

## Áries

**AMOR:** A relação a dois viverá fases instáveis, cuidado para não impor a sua vontade, procurando acatar também as suas exigências.

**TRABALHO:** Você se sentirá a vítima de um destino malvado quando, na realidade, se tiver confiança no trabalho que está fazendo, alcançará resultados inesperados.

**SAÚDE:** Massagens regenerantes o ajudarão a tonificar todo o organismo, inclusive o esqueleto. Se você sente suas pernas pesadas, consulte um bom herbanário

## Touro

**AMOR:** Os relacionamentos de casal viverão momentos de tensão nos primeiros dias do mês, devidos principalmente a uma excessiva obstinação nas próprias convicções.

**TRABALHO:** Intransigência, excessiva sensibilidade e improvisação, serão os seus limites mais evidentes no trabalho na primeira metade do mês. Em seguida melhorará.

**SAÚDE:** Forma fantástica e energias que devem ser desfrutadas ao máximo. Deixe que seu corpo se regenere ao ar livre; pratique esportes para aumentar o tônus muscular.

## Gêmeos

**AMOR:** Para os solteiros se preannuncia uma fase cheia de novos encontros. As relações a dois serão sacudidas por bruscos atritos que se resolverão com o diálogo.

**TRABALHO:** Você terá grande ocasiões de obter sucesso profissional e, se está à procura de uma nova ocupação, terá modo de encontrar uma emprego estável.

**SAÚDE:** Será o momento ideal para seguir um tratamento depurante à base de produtos naturais. A segunda metade do mês será propícia para submeter-se a tratamentos estéticos.

## Câncer

**AMOR:** Você deverá se empenhar em manter as promessas feitas e principalmente em manter uma grande sinceridade com relação ao companheiro, porque, caso contrário, você poderia se arriscar a comprometer a história.

**TRABALHO:** A grande capacidade de colocar-se em comunicação com os outros com disponibilidade será uma aliada celeste muito importante e profícua nos negócios.

**SAÚDE:** As estrelas indicam um período de fraqueza geral, ainda que mais de um ponto de vista psíquico que físico. O humor não estará certamente dos melhores

## Leão

**AMOR:** Os Astros aconselham agir com prudência, respeitando as exigências do parceiro, e procurando mudar atitude e ser mais disponível.

**TRABALHO:** Se você ainda está à procura de uma ocupação, terá perspectivas positivas por volta da metade do mês, mas encontrará somente trabalhos ocasionais ou temporários.

**SAÚDE:** Sua forma não será mal, ainda que não muito vistosa; tenha ainda um pouco mais de paciência e você vai voltar a estar em forma. Você poderá sentir também alguma leve dor de cabeça.

## Virgem

**AMOR:** Os mais jovens começarão uma nova história afetiva que lhes dará a oportunidade de viver momentos de felicidade, harmonia, bem-estar psicofísico e alegria.

**TRABALHO:** No trabalho tudo vai de vela em popa. Você está criativo e cheio de iniciativas. É o mês certo para concretizar as suas idéias tornando-as projetos de sucesso.

**SAÚDE:** Você sentirá o fígado um pouco pesado: evite os pratos muito elaborados e as bebidas frizantes. Fugir das tentações culinárias só pode rezoziá-lo.

## Libra

**AMOR:** A segunda metade do mês será favorável para o amor. Paixão e entusiasmo surgirão no seu coração; todavia, poderá demonstrar um espírito um pouco ansioso.

**TRABALHO:** Alguns negócios vão acontecer segundo as melhores expectativas. Uma proposta sedutora fará subir às estrelas a sua imagem social e o seu prestígio.

**SAÚDE:** O fluxo de energias estará lento. Procure favorecê-lo adotando um estilo de vida que proteja-o de esforços e tensões e permita ser indulgente no relax.

## Escorpião

**AMOR:** As estrelas lhe garantem um ótimo período. Se vive a dois, receberá importantes confirmações. Se está à procura do amor, terá notáveis possibilidades.

**TRABALHO:** Novas idéias, verve e dinamismo animarão o âmbito profissional. Você terá de recorrer à sua natural diplomacia para resolver uma situação complexa.

**SAÚDE:** Você poderia sofrer de algum problema de pressão alta: é urgente fazer um controle imediato. Controle também o nervosismo que poderia causar distúrbio no estômago.

## Sagitário

**AMOR:** Após um início cambaleante, o mês mudará de rumo. Tudo se tomará mais simples e harmonioso, românticas noites a dois, agradáveis os novos encontros.

**TRABALHO:** Você se encontrará muito bem no âmbito profissional e terá grandes probabilidades de sucesso, não apenas graças aos seus méritos, mas também com a ajuda dos outros.

**SAÚDE:** Relaxe e livre-se das tensões de todos os dias. Siga livremente as suas inclinações dando espaço à criatividade e verá que tirará disso muitos benefícios.

## Capricórnio

**AMOR:** Você terá a impressão de ter encontrado a pessoa certa, mas terá de refletir muito atentamente antes de dar passos importantes muito arriscados.

**TRABALHO:** Você poderia passar por alguma dificuldade econômica que o constringirá a rever algum projeto seu. A partir do fim do mês, porém, as coisas retomarão à normalidade.

**SAÚDE:** A forma poderá estar irregular: Evite dramatizar por causa de uma pequena queda de energia. Você poderia sofrer de vertigens ou de distúrbios de locomoção.

## Aquário

**AMOR:** Você terá uma visão das coisas muito pessoal e limitada e isso levará a discutir muito acaloradamente com seu par. Atenuo o nervosismo.

**TRABALHO:** Você terá pequenos aborrecimentos que poderiam causar algum contratempo organizacional ou equívoco nos contatos, mas passarão até a metade do mês.

**SAÚDE:** Energia decididamente escassa: passe longe das competições esportivas que colocaria a olho nu as suas fragilidades e evite os ambientes pouco saudáveis.

## Peixes

**AMOR:** A primeira parte do mês será favorável para o setor afetivo. Você poderá, de fato, contar com fáceis e numerosas ocasiões para fazer encontros interessantes.

**TRABALHO:** Será um mês de consolidação das posições econômicas e profissionais até agora adquiridas. Você poderia receber reconhecimentos de superiores aos quais aspirava.

**SAÚDE:** As pessoas mais maduras poderiam sofrer problemáticas nos ossos e de tipo respiratório, especialmente em torno da metade do mês, mas serão leves.

## O Pedreiro

Um velho pedreiro que construía casas estava pronto para se aposentar.

Ele informou o chefe, do seu desejo de se aposentar e passar mais tempo com sua família.

Ele ainda disse que sentiria falta do salário, mas realmente queria se aposentar.

A empresa não seria muito afetada pela saída do pedreiro, mas o chefe estava triste em ver um bom funcionário partindo e ele pediu ao pedreiro para trabalhar em mais um projeto, como um favor.

O pedreiro não gostou mas acabou concordando. Foi fácil ver que ele não tava entusiasmado com a idéia.

Assim ele prosseguiu fazendo um trabalho de segunda qualidade e usando materiais inadequados.

Quando o pedreiro acabou, o chefe veio fazer a inspeção da casa construída.

Depois de inspecioná-la, deu a chave da casa ao pedreiro e disse: - "Esta é a sua casa. Ela é o meu presente para você".

O pedreiro ficou muito surpreendido. Que pena! Se ele soubesse que estava construindo sua própria casa, teria feito tudo diferente....

O mesmo acontece conosco...

Nós construímos nossa vida, um dia de cada vez e muitas vezes fazendo menos que o melhor possível na sua construção.

Tu és o pedreiro.

Todo dia martelas pregos, ajustas tabuas e constróis paredes.

Alguém já disse que: "A vida e um projeto que você mesmo constrói".

Tuas atitudes e escolhas de hoje estão construindo a "casa" em que vai morar amanhã.

Portanto construa com sabedoria!

## Aniversariantes de Outubro

- 01- Carlos Orêncio Alves
- 01- Eliane Alcântara
- 02- Caroline Ramalho N.
- 02- Marcos Aurelio de Almeida
- 02- Paulo Cesar da Silva
- 03- Daciana Guedes da Chagas
- 03- Railda de Jesus Novais
- 04- Joel Luiz Figueiredo
- 04- Nathalino Pereira S. Filho
- 05- Adélia Bispo dos Santos
- 05- Juliana de Souza Alves
- 05- Lyro Ribeiro de Assis Filho
- 06- Mara Lília Barbosa Castro
- 06- Sílvia Machado dos Santos
- 07 SIMONE DA SILVA PIRES
- 07 FLÁVIA LEANDRA K. NUNES
- 08- Ana Maria Elachkar
- 08- Vanessa Costa Augusto
- 08- Wilson Batista de Oliveira
- 09- Luanna Abreu Pereira
- 09- Mônica Abreu
- 10- Eliane Bastos Salomão
- 10- Otávio Franklin Rebouças
- 11- Luciana Lima de Menezes
- 12- Elenice Pereira da Cruz C.
- 12- Ivana de Sá Moreira
- 12- Lidiane Ferreira de Moura
- 12- Rosimeri Peçanha da Silva
- 12- Sonia Maria Gil da Silva
- 14- Camila Ramos da Silva
- 14- Cláudia Alves B.
- 14- Marcela dos Santos Marins
- 14- Thays Guimarães Pantaleão
- 15- Lucia Monteiro
- 15- Lucila Monteiro
- 15- Marlene Godoy da Conceição
- 17- Gleide Lopes da Silva
- 17- Luiz Cláudio Clementino
- 20 JOSÉ ROBERTO FERREIRA JR
- 20- Regina Célia Santos M
- 21 PETRUCIO MALAFAIA VICENTE
- 22- Fabíola Nascimento C.
- 22- Orlandino Silva Maia
- 22 VINICIUS PEREIRA C.MADUREIRA
- 23- Francisca S. Mota
- 23- Manoel Ricardo C. Correa
- 24 SIRLEIDE ROSANA SILVA TEIXEIRA
- 24- Conceição de Oliveira C.
- 24- Juley de Souza Araujo R.
- 25- Flavia Barbosa de Souza
- 26- Alexandre Ricardo de A.
- 26- Thiago Moraes da Silva
- 28- Abiner de Sá Rangel Pinto
- 28- Cássia B. de Freitas Pinto
- 28- Elida Favario da Fonseca
- 28- Luiz Henrique Caetano



## Santos do Mês de Outubro

- 1- Santa Terezinha do Menino Jesus
  - 2- Santos Anjos da Guarda
  - 3- Beato André de Soveral
  - 4- São Francisco de Assis
  - 5- São Benedito
  - 6- São Bruno
  - 7- Nossa Senhora do Rosário
  - 8- Santa Pelágia
  - 9- São Dionísio
  - 10- São Cerbônio
  - 11- São Felipe
  - 12- Nossa Senhora da Conceição Aparecida
  - 13- São Teófilo de Antioquia
  - 14- São Calixto I
  - 15- Santa Tereza de Jesus
  - 16- Santa Edwírges
  - 17- Santo Inácio de Antioquia
  - 18- São Lucas, Evangelista
  - 19- São João de Brébeuf e São Isaac Jogues
  - 20- Santa Maria Bertília
  - 21- Santo Hilarião de Gaza
  - 22- São Leotádio
  - 23- São João de Capistrano
  - 24- Santo Antônio Maria Claret
  - 25- Beato Antônio de Sant'Ana Galvão
  - 26- Santos Luciano e Marciano
  - 27- São Evaristo
  - 28- São Simão e São Judas, Apóstolos
  - 29- São Narcísio de Jerusalém
  - 30- Santos Cláudio, Lupércio e Vitório
- Santo Afonso Rodrigues

### Doações

Aceitamos todos os tipos de doações, alimentos, roupas, descartáveis em geral para doações em espécie utilize:

Banco Bradesco  
AG: 2807-0  
CC: 3206-9

**Grupo Espírita Sagrado Coração de Jesus**

**Equipe BIG**

Presidente: Vanessa Castro  
 Editor: Diogo Bitencourt  
 Matérias:

Camille Paço  
 Marcella Cristina  
 Mara Lilia  
 Sr Zé

Vanessa Castro  
 Michele Silva  
 Edésio Oliveira

**Campanha de Rua**

Aceitamos todos os tipos de doações para campanha de rua, colchonetes, roupas, cobertores, café, açúcar, arroz, feijão, copos, garfinhos, quentinhas, garrafinhas descartáveis, garrafa de refrescos.

**Site do GESCJ**

Visite nosso Site:  
[www.gescj.com.br](http://www.gescj.com.br)

**Livraria GESCJ**

O estudo das obras de Allan Kardec, é fundamental para o correto conhecimento da Doutrina Espírita.  
 Para conhecer o Espiritismo leiam os livros.

O Livro dos Espíritos  
 O Livro dos Médiuns  
 O Evangelho Segundo o Espiritismo  
 O Céu e o Inferno  
 A Gênese  
 Obras Póstumas

**Oferece-se**

**Ótica Reis**  
 PREÇO - QUALIDADE - VARIEDADE  
 Óculos para longe e perto, Contatos  
 Exame na hora.  
 LENTES DE CONTATO  
 DESCONTOS ESPECIAIS - COBRIMOS TODOS OS ORÇAMENTOS  
 Rua Visconde de Albuquerque, 410 - Centro - Niterói - RJ - Tel: 2622-1987  
 Próximo à Praça São João

**Oferece-se**

**Neide Costureira**  
 Consertos em geral  
 em domicilio  
 Tels: (21) 2824-7924  
 (21) 2607-2798

Serviços Gerais  
 Serviços Domésticos  
 em Geral  
 Marli Pacheco da Silva  
 Tel: 3712-4731

**premium**  
 Serviços Especializados  
 Marcelo Carneiro  
 Diretor  
 marcelo@servicospremium.com.br  
 Rua da Assembleia, 15/15A - 4º andar - Centro - RJ  
 Tel/Fax: (21) 2532-3000 - www.servicospremium.com.br

**ACADEMIA ZEUS**  
 Salas Climatizadas  
 Ginástica Localizada  
 Jump  
 Musculação  
 Ergometria  
 Spinning  
 Lutas  
 9976-6181  
 (Vivo Fixo)  
 Av. José Maria Júnior, Lt. 21 - Trindade - São Gonçalo - RJ

Sandra Helena  
 - Drenagem Linfática -  
 - Massagem -  
 Tel: 3119-0054  
 81122327

**FLÓRIDA Lanches**  
 2611-6969  
 Rua Gastão Rusch, 2 - Icaraí - Niterói - RJ  
 (Esquina c/ Domingues de Sá)

Transporte Escolar  
 Santa Rosa,  
 Icaraí,  
 Centro  
 Tel 8764-1879 Junior

Maria das Graças Gomes  
 \* Cozinheira profissional  
 \* Faxina  
 \* Serviços gerais  
 \* Já trabalhei em creche  
 Tel: 98535937

Só o amor vence todo o mal e nunca se deixa vencer.  
 Que as lágrimas nos visitem os olhos, mas que a amargura não nos vença.  
 Quem acompanha Jesus, jamais perde a esperança.  
 Autor desconhecido.

## *Nas Caminhadas do Zé*

*Em minhas caminhadas em mundos distantes  
muitos céus eu ví, em minhas reflexões brilhos  
de estrelas eu contemplei, mas nenhuma delas  
não tanto quanto o brilho da estrela inigualável  
que é você, Marcia.*

*O céu ficará mais brilhante com a sua volta*

*zé*  
*10 10 13 = 33*

