



# BIG

Ano : 14 nº 124  
São Gonçalo, Março de 2015

Boletim Informativo - GESCJ



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

8 de Março Dia Internacional da Mulher

**RESPEITO**  
É ISSO QUE ELAS DESEJAM.

**AMOR**  
É ISSO QUE ELAS QUEREM.

**ABRACO**  
É ISSO QUE ELAS PRECISAM.

**ACONCHIEGO**  
É ISSO QUE ELAS BUSCAM.

**RECONHECIMENTO**  
É ISSO QUE ELAS MERECEM.

Filhos Diferentes pag 2

Nas Caminhadas do Zé pag 7

Pais e Filhos visão espírita pag 9

História de Allan Kardec pag 5

## Nosso Pai

Quando acordamos para a razão, descobrimos os traços vivos da Bondade de Deus, por toda parte.

Seu imenso carinho para conosco está no Sol que nos aquece, dando sustento e alegria a todos os seres e a todas as coisas; nas nuvens que fazem a chuva para o contentamento da Natureza; nas águas dos rios e das fontes, que deslizam para o benefício das cidades, dos campos e dos rebanhos; no pão que nos alimenta; na doçura do vento que refresca; na bondade das árvores que nos estendem os galhos dadivosos, em forma de braços ricos de bênçãos; na flor que espalha perfume na atmosfera; na ternura e na segurança de nosso lar; na assistência dos nossos pais, dos nossos irmãos e dos nossos amigos que nos ajudam a vencer as dificuldades do mundo e da vida, e na providência silenciosa, que nos garante a conservação da saúde e da paz espiritual.

Muitos homens de ciência pretendem definir Deus para nós, mas, quando reparamos na proteção do Todo-Poderoso, dispensada aos nossos caminhos e aos nossos trabalhos na Terra, em todos os instantes da vida, somos obrigados a reconhecer que o mais belo nome que podemos dar ao Supremo Senhor é justamente aquele que Jesus nos ensinou em sua divina oração: "Nosso Pai".

\* \* \*

*Xavier, Francisco Cândido. Da obra: Pai Nosso.*

*Ditado pelo Espírito Meimei.*

*19ª edição. Rio de Janeiro, RJ: FEB, 1999.*



## Filhos Diferentes

Provavelmente, conhecê-lo-ás no mais íntimo da alma: os filhos diferentes. Conseguistes instruir os outros. Encaminhá-los para o bem com facilidade. Mas encontrastes aquele que não se afina com os teus ideais. É um filho que não se erige à altura do padrão doméstico a que te elevastes, ou uma filha que te desmente a esperança.

Quando te observes perante um filho diferente, não te permitas inclinar o coração ao desespero ou à amargura. Ora e pede luz para o entendimento.

O Senhor te fará reconhecer-te à frente do companheiro ou da companheira de outras existências terrestres, que o tempo ocultou e que a Lei te oferece de novo à presença para que a tua obra de amor seja devidamente complementada.

Auxilia-os sempre e, mesmo nos dias em que a saraivada de críticas humanas te assedie a cabeça, conchega-os mais brandamente ao regaço de teu espírito; sem que o verbo humano consiga expressar as sensações de teu amor ou de tua dor, ante um filho diferente, sabes, no ímo da alma, que ele significa o mais alto encontro marcado entre a tua presença e a bondade de Deus.

\* \* \*

*Xavier, Francisco Cândido. Da obra: Encontro Marcado.*

*Ditado pelo Espírito Emmanuel.*

*2ª edição. Rio de Janeiro, RJ: FEB.*

## As Frutas na Medicina Doméstica

Manga

Uso Medicinal

A manga é tida em grande conta na medicina doméstica.

Combate as bronquites mais rebeldes, tem propriedades antiescorbútcas, é depurativa do sangue, favorece a diurese.

Como expectorante, a manga, segundo o Dr. Mello Moraes, é eficaz contra as enfermidades das vias respiratórias, como catarrhos, tosse, bronquite, etc. Nesses casos usa-se preferivelmente em forma de xarope, com mel de abelhas.

O Dr. Eduardo Magalhães, do Rio de Janeiro, recomendava manga aos debilitados, anêmicos, dispépticos e aos que sofrem de bronquite.

“Para combater a acidez e outras enfermidades do estômago”. Diz o Dr. Teófilo L. Ochoa, “é bom comer manga de manhã em jejum. As crianças atacadas de tosse comprida devem comer ou beber o suco dessa fruta com mel de abelhas. Na Venezuela a manga é reputada na cura das afecções gastrointestinais, pois que a consideram como grande digestivo”.

Com o uso e abuso da manga, podem apontar-se casos de cura da tuberculose.

A resina que se forma sobre os galhos também exerce ação depurativa.

O suco que exsuda dos ramos é usado como antidiarréico.

As Folhas novas são tidas como antiasmáticas. Em decocção, dão um excelente peitoral, que se usa contra bronquite. Bebe-se com mel de abelhas.

Para curar inflamação das gengivas, enxagua-se a boca com o decocto das folhas.

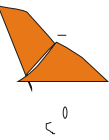
Com os brotos dos ramos se prepara um bom vermífugo.

Usa-se exteriormente o decocto das folhas, em fomentações ou fricções, contra qualquer tipo de contusão.

A amêndoa do caroço encerra propriedades vermífugas.

“A amêndoa adstringente e amarga”, diz o Dr. L. Beille, “é empregada no Brasil, como antelmínico. Do tronco da árvore exsuda uma goma-resina análoga ao bdélio, muito preconizada contra a sama”.

A casca do tronco é usada em decocção, contra afecções febris. Tomam-se duas xícaras por dia.



## MARÇO

- 18-1860 – É publicada a segunda e definitiva edição de “O Livro dos Espíritos”, devidamente reformulada por Allan Kardec.
- 22-1882 – É lançada a primeira edição em língua portuguesa de “A Gênese”. A obra trata dos milagres e predições, segundo o Espiritismo.
- 22-1870 – É inaugurado o monumento druídico no túmulo de Allan Kardec, no cemitério “Père-Lachaise”, em Paris. Têm pedras de granito puro, em posição vertical, sustentam uma quarta, tabular, levemente inclinada, formando um dólmen em cujo interior se encontra o busto em bronze do codificador do Espiritismo. O projeto foi desenhado por Sebillé e executado por Capellaro.
- 23-1857 - Nasce Gabriel Dellane
- 30-1940 – É inaugurada em São Paulo a Rádio Piratininga, sob a direção dos espíritas.
- 31-1848 – Em Hydesville, no Estado de Nova Iorque, as irmãs Kate e Margareth Fox recebem, por meio de pancadas concordantes com as letras do alfabeto e formando palavras e frases, mensagem do Espírito de um mascate assassinado naquele mesmo local.
- 31-1869 – Desencarna em Paris Allan Kardec, vitimado pelo rompimento de um aneurisma no coração.

Responsáveis pela matéria Vanessa Castro

## Espiritismo de A a Z

Francisco Cândido Xavier

O maior e mais prolífico médium psicógrafo do mundo em todas as épocas. Nasceu em Pedro Leopoldo cidade modesta de Minas Gerais em 2 de abril de 1910. Viveu desde 1959 em Uberaba, no mesmo estado completou o curso primário, apenas.

[...] Infância difícil foi caixeiro de armazém e modesto funcionário público se aposentou em 1958.

Desde os cinco anos de idade comunicava-se com os mortos, conversando com a própria mãe desencarnada.

Em 7 de maio de 1927 participa de sua primeira reunião espírita. Até 1931 recebe muitas poesias e mensagens, várias das quais publicou com seu próprio nome. Nesse ano, vê, pela primeira vez, o espírito de Emmanuel, seu inseparável mentor espiritual que o acompanhou até o fim de sua vida.

Em 1932, publica a FEB seu primeiro livro, o famoso *Parmanso de Além Túmulo*; hoje as obras que publicou vão a mais de 200. Várias delas estão traduzidas em castelhano, esperanto, francês, inglês e japonês. [...] (11, PT.3, Literatura espírita Mediúnica)

É sensitivo ou Médium, um homem que se abre em dimensões psíquicas fora do comum, capaz de percepções extrasensoriais ou extra-somáticas, e capaz também de atividades telecinéticas, de ação a distância, ou seja, de produzir efeitos materiais sem contato dos seus órgãos corporais. [...] é um homem psi, um novo tipo de homem que se está desenvolvendo em nosso tempo, mas que tem as mais profundas raízes históricas. [...] (179, cap. 2)

[...] Missionário dedicado pelo plano espiritual maior para dar continuidade à Revelação progressiva da Doutrina Espírita. (196, Trecho de Roustaing em “Brasil”).

[...] Chico foi um médium mecânico que pode, as vezes, pelo próprio processo utilizado pelos espíritos, atuar como médium semimecânico. (196 Evolução em dois mundos)

## História de Allan Kardec

Hippolyte Léon Denizard Rivail, ou simplesmente Allan Kardec, foi o codificador da Doutrina Espírita. Antes de conhecermos melhor a vida deste professor francês, mostraremos como foi seu primeiro contato com o mundo espiritual, que conseqüentemente serviu de marco inicial para o Espiritismo.

### *Kardec e os Espíritos*

Em 1855, Hippolyte Léon Denizard Rivail, professor francês de aritmética, pesquisador de astronomia e magnetismo, foi convidado por um amigo seu a ver de perto estas manifestações que ocorriam nos salões da capital francesa. Rivail era discípulo de Pestalozzi, chamado de pai da pedagogia moderna, e casado com Amélie Gabrielle Boudet. Nascido em 03 de outubro de 1804, na cidade de Lyon, já ouvira sobre o assunto das mesas girantes e não entendia bem o que estava acontecendo. Homem criterioso, Rivail não se deixava levar por modismos e como estudioso do magnetismo humano acreditava que todos os acontecidos poderiam estar ligados à ação das próprias pessoas envolvidas, e não de uma possível intervenção espiritual. O professor então participou de algumas sessões, e algo começou a intrigá-lo. Percebeu que muitas das respostas emitidas através daqueles objetos inanimados fugiam do conhecimento cultural e social dos que faziam parte do "espetáculo". Como os móveis, por si só, não poderiam mover-se, fatalmente havia algum tipo de inteligência invisível atuando sobre os mesmos, e respondendo aos questionamentos dos presentes.

Rivail presenciava a afirmação daqueles que se manifestavam, dizendo-se almas dos homens que viveram sobre a Terra. Foi então, que uma das mensagens foi dirigida ao professor. Um ser invisível disse-lhe ser um Espírito chamado Verdade e que ele, Rivail, tinha uma missão a desenvolver, que seria a codificação de uma nova doutrina.

Atento aos dizeres do Espírito, e depois de muitos questionamentos à entidade, pois não era homem de impressionar-se com elogios, resolveu aceitar a tarefa que lhe fora incumbida.

O Espírito de Verdade disse-lhe ser sim uma falange de Espíritos superiores que vinha até aos homens cumprir a promessa de Jesus, no Evangelho de João, capítulo XIV; versículos 15 a 26: "E eu rogarei ao Pai e ele vos dará outro Consolador, para que fique convosco para sempre; o Espírito de Verdade, que o mundo não pode receber, porque não o vê nem o conhece; mas vós o conhecereis, porque habita convosco e estará em vós... Mas, aquele Consolador, o Espírito Santo, que o Pai enviará em meu nome, esse vos ensinará todas as coisas, e vos fará lembrar de tudo quanto vos tenho dito".

Através dos Espíritos, Rivail descobriu que em uma de suas encarnações anteriores foi um sacerdote druida, de nome Allan Kardec.

Foi então que resolveu adotar este pseudônimo durante a codificação da nova doutrina, que viria a se chamar Doutrina Espírita ou Espiritismo. Kardec assim procedeu para que as pessoas, ao tomarem conhecimento dos novos ensinamentos espirituais, não os aceitassem por ser ele, um conhecido educador, quem estivesse divulgando. Mas sim, que todos os que tivessem contato com a boa nova a aceitassem pelo seu teor racional e sua metodologia objetiva, independente de quem a divulgasse ou a apoiasse.

### *A Codificação*

A partir daí foram 14 anos de organização da Doutrina Espírita. No início, para receber dos Espíritos as respostas sobre os objetivos de suas comunicações e os novos ensinamentos, Kardec utilizou um novo mecanismo, a chamada cesta-pião: um tipo de cesta que tinha em seu centro um lápis. Nas bordas das cestas, os médiuns, pessoas com capacidade de receber mais ostensivamente a influência dos Espíritos,

colocavam suas mãos, e através de movimentos involuntários, as frases-respostas iam se formando. Julie e Caroline Baudin, duas adolescentes de 14 e 16 anos respectivamente, foram as médiuns mais utilizadas por Kardec no início. Com o decorrer do tempo, a cesta-pião foi dando lugar à utilização das próprias mãos dos médiuns, fenômeno que ficou conhecido como psicografia. Todas as perguntas e respostas feitas por Kardec aos Espíritos eram revisadas e analisadas várias vezes, dentro do bom senso necessário para tal. As mesmas perguntas respondidas pelos Espíritos através das médiuns eram submetidas a outros médiuns, em várias partes da Europa e América. Assim, o codificador viajou por cerca de 20 cidades. Isso para que as colocações dos Espíritos tivessem a credibilidade necessária, pois estes médiuns não mantinham contato entre eles, somente com Kardec.

Este controle rígido de tudo o que vinha de informações do mundo espiritual ficou conhecido por "Controle Universal dos Espíritos". Disto, estabeleceu-se dentro da Doutrina Espírita que qualquer informação vinda do plano espiritual só terá validade para o Espiritismo se for constatada em vários lugares, através de diversos médiuns, que não mantenham contato entre si. Fora isso, toda comunicação espiritual será uma opinião particular do Espírito comunicante.

Com todo um esquema coerentemente montado, Allan Kardec preparou o lançamento das cinco Obras Básicas da Doutrina Espírita, a Codificação, tendo início em 1857 com o lançamento de "O Livro dos Espíritos". Estes livros contêm toda a teoria e prática da doutrina, os princípios básicos e as orientações dos Espíritos sobre o mundo espiritual e sua constante influência sobre o mundo material.

Durante a codificação, Kardec lançou um periódico mensal chamado "Revista Espírita", em 1858. Nele, comentava notícias, fenômenos mediúnicos e informava aos adeptos da nova doutrina o crescimento da mesma e sua divulgação. Servia várias vezes como fórum de debates doutrinários, entre partidários e contrários ao Espiritismo. A Revista Espírita foi a semente da imprensa doutrinária.

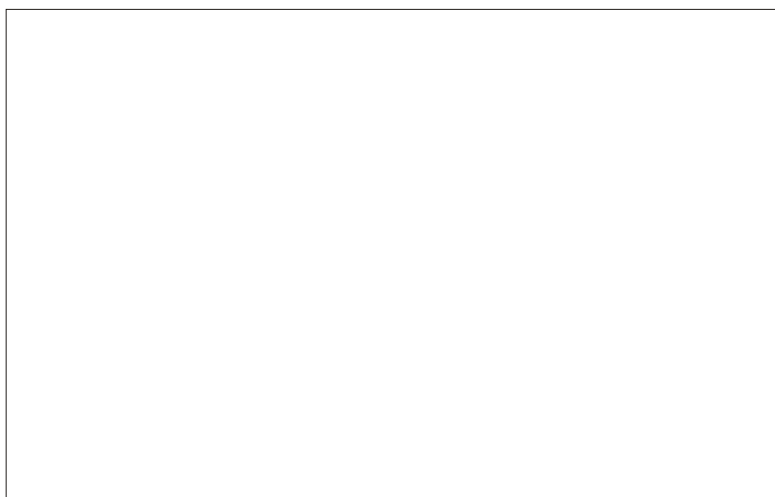
No mesmo ano, Kardec viria a fundar a Sociedade Parisiense de Estudos Espíritas. Constituída legalmente, a entidade passou a ser a sociedade central do Espiritismo, local de estudos e incentivadora da formação de novos grupos.

Allan Kardec desencarnou em 31 de março de 1869, aos 65 anos, vítima de um aneurisma. Sua persistência e estudo constantes foram essenciais para a elaboração do movimento espírita e organização dos ensinamentos do Espírito de Verdade.

Copyright by Grupo Espírita Apóstolo Paulo

Em singela comemoração no dia 28-02-2015 o GESCJ, completou 19 anos de existência.

Obrigado a todos pela presença.





# Meus Pensamentos e Minhas Caminhadas

Não Importa se está em cima, embaixo,  
atrás, na frente ou a lado.  
O que importa é que está.

Zé 04/03/2014

Irmãos, as noites são vazias, quando  
não se vê as estrelas e o brilho da lua a clariar  
a escuridão.

Os dias são vazios, quando não se deixa ver o sol  
a clariar a imensidão do universo, onde você pode  
caminhar e pular de estrelas a estrelas e contemplar  
a lua e dizer o quanto você é grande, quando  
se é puro de pensamentos.

“Queira”

Zé 11/02/2015



# Horóscopo Março de 2015

## Áries

**AMOR:** Favorecido por alguns aspectos astrais, você vai recuperar as energias necessárias para afrontar as problemáticas que ultimamente afligiram seu relacionamento a dois.

**TRABALHO:** Você terá de enfrentar despesas imprevistas e ter cuidado com os investimentos. Seja paciente ao fazer mudanças porque não é o momento mais propício.

**SAÚDE:** As suas obsessões com a linha poderiam fazer mal a você. Academia demais e muito exercício físico estão destruindo-lhe um pouco. Você precisa de muito repouso.

## Touro

**AMOR:** Este mês poderá tornar o relacionamento afetivo mais sólido, vencendo o seu instinto aventureiro e dedicando-se à construção de uma união duradoura.

**TRABALHO:** Período positivo para quem procura trabalho. Por volta do fim do mês, os fluxos astrais são muito positivos e as ocasiões de encontrar um trabalho duradouro aumentarão.

**SAÚDE:** Você começará o mês de forma não exatamente brilhante. Você se sentirá menos em forma que o normal. Siga uma dieta leve e beba chá de malva para curar as inflamações.

## Gêmeos

**AMOR:** Se você é solteiro, lhe trará muita sorte a parte final do mês, que lhe apresentará uma pessoa entusiasmante, que encherá você de vivacidade e luz.

**TRABALHO:** Uma profunda análise de todas as operações será exigida de você, evite confiar nas propostas interessantes demais que podem esconder armadilhas.

**SAÚDE:** Tenha certa cautela ao afrontar viagens e esportes, cuide da saúde com atenção e coma coisas saudáveis. Prováveis distúrbios: dor de cabeça, gripe e resfriado.

## Câncer

**AMOR:** Você vai superar os antigos rancores com o parceiro, voltarão a ser presentes as intimidades e as emoções comuns e você terá vontade de ir aos lugares que guardam suas lembranças.

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

**SAÚDE:** A forma estará em gradual melhoramento para alcançar o seu máximo no fim do mês. Não economize no plano esportivo, você obterá benefícios.

## Leão

**AMOR:** Os solteiros terão ótimas oportunidades para iniciar novos relacionamentos entre os dias 7 e 18; de fato, nesse período não faltarão novos e simpáticos contatos.

**TRABALHO:** Se você está meditando há tempo sobre iniciar uma atividade autônoma ou mudar simplesmente o local de trabalho, poderá ver realizadas as suas expectativas.

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

## Virgem

**AMOR:** Se você sentiu um pouco de amargura afetiva ou uma desavença ruim, terá modo de remediar e de qualquer modo encontrar um novo equilíbrio na união de vocês.

**TRABALHO:** Você deveria focalizar melhor a atenção nos resultados mais relevantes para tentar chegar ao que interessa, sem deixar-se distrair por objetivos fúteis.

**SAÚDE:** Possíveis mal-estares passageiros, luxação nos tornozelos e dificuldades digestivas. Para ter uma pele lisa e luminosa, aumente o consumo de água.

## Libra

**AMOR:** Ponha à parte as suas próprias exigências de estabilidade e aceite as incertezas momentâneas, assim poderá esclarecer atritos e encontrar alternativas ao conflito.

**TRABALHO:** É um mês brilhante para o trabalho. Você terá idéias claras sobre projetos que pretende realizar e sobre a confiabilidade das pessoas com as quais terá de colaborar.

**SAÚDE:** Você tenderá a exagerar com a alimentação e as comodidades, mas os resultados poderiam ser desagradáveis: aumento de peso e possibilidade de inflamação intestinal.

## Escorpião

**AMOR:** As estrelas parecem não olhar para o seu lado e você terá a tendência a ver tudo de forma negativa. Uma pessoa especial, porém, saberá fazê-lo reagir.

**TRABALHO:** Se você passou por problemáticas administrativas, conseguirá resolvê-las e poderá fazer uma revanche em relação a quem tentou danificar a sua imagem.

**SAÚDE:** Evite remorder sempre as mesmas coisas. Acalme-se, relaxe a mente, caso contrário você poderá ter uma dolorosa dor de cabeça. Controle também os dentes.

## Sagitário

**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:** Uma atitude negativa em relação a um projeto poderia impedir boas ocasiões de melhoramento. A relação com os colegas será difícil.

**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.

## Capricórnio

**AMOR:** Para os adultos prevê-se uma grande renovação, portanto, as dificuldades a serem superadas serão muitas e se exigirá deles uma maior solidez.

**TRABALHO:** Se você é profissional liberal, terá muita sorte na parte final do mês, quando chegarão notícias vantajosas do ponto de vista econômico.

**SAÚDE:** O setor da saúde é bem protegido pelos trânsitos celestes. Procure somente controlar a pressão sanguínea pois estará sujeito a oscilações nervosas.

## Aquário

**AMOR:** Você não terá paciência ao enfrentar algumas problemáticas de casal e arriscará interpretar mal algumas reações do seu par. Procure refletir mais.

**TRABALHO:** Ótima posição profissional, ainda que os reflexos possam não estar prontos. Melhor planejar atentamente os compromissos para evitar algum esquecimento.

**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.

## Peixes

**AMOR:** Em amor você adotou a tática certa, não tente mudar, mas melhorar as coisas já é perfeito; para os solteiros bom início o mês mas depois... Tempestade!

**TRABALHO:** Prevê-se um período estimulante no plano profissional. Projetos e colaborações profícuas permitirão realizar as suas ocultas aspirações.

**SAÚDE:** A forma física e a atenção pelo corpo deixarão um pouco a desejar. Você se sentirá cansado e nervoso. Por que você não se inscreve em um curso de yoga?



## Pais e Filhos (Visão Espirita)

*O estudo do Espiritismo demonstra que a Lei de causa e efeito promove a oportunidade de reajuste sempre que a harmonia entre espíritos é quebrada. Muitos pais e filhos estão ligados por fortes laços do passado.*

Você compreende seus pais? Não sei se algum outro vínculo afetivo exige tanta compreensão como em relação a nosso pai e mãe. Cada relação precisa de uma determinada qualidade obrigatória para a sua manutenção. Na relação conjugal é a tolerância, na relação entre irmãos o respeito, e por aí vai. Tudo pautado pelo amor, claro.

**Mas compreender os pais é algo que devemos fazer, mais cedo ou mais tarde.** Ter filhos ou não quase sempre é uma escolha, mas pai e mãe é compulsório. Se os escolhemos, foi antes de reencarnarmos, e sabe-se lá porque voltamos pra cá como filhos deles...

**Filhos não vêm com manual de instruções. Não se aprende na escola ou na faculdade como educar filhos. É tudo na prática.** Para quem recebe como filho um espírito amigo, parceiro de muitas vidas, o entendimento, a simpatia, os laços de amor facilitam a vida de todos. Mas isso não ocorre como um privilégio de uns poucos escolhidos. Isso ocorre por merecimento, por amadurecimento espiritual e objetivos nobres unindo pais e filhos.

No nosso estágio evolutivo, ainda é muito mais comum que recebamos como filhos antigos desafetos, velhos conhecidos com quem temos ajustes a fazer, companheiros de outras jornadas com quem contraímos dívidas, originadas de crimes e erros de toda espécie. A sabedoria infinita da Natureza faz

com que recebamos às vezes um adversário ferrenho sob o disfarce irreconhecível de um bebê frágil e delicado, inspirando cuidados e carinhos.

**A Lei de causa e efeito promove a oportunidade de reajuste sempre que a harmonia entre espíritos é quebrada.** Cada vez que a harmonia entre dois ou mais espíritos for interrompida, a **Lei de causa e efeito** reconduz os partícipes dessa desarmonia para uma nova chance, **para uma nova tentativa de fraternidade.** E a forma mais eficaz dessa fraternidade acontecer talvez seja a convivência no mesmo lar, os laços fortes que unem mãe, pai, filhos.

Não é fácil ser mãe. Não é fácil ser pai. Não é fácil ser filho. Mas não estamos neste planeta pra achar facilidades. Aqui aprendemos a ser fortes, aprendemos a ser disciplinados, aprendemos a controlar nossos pensamentos, aprendemos a amar. **Muitas mães e pais se cobram pelos erros que cometeram na criação de seus filhos. Mas essa cobrança, essa percepção do erro só vem com a experiência.** Quando os erros foram cometidos, pareciam acertos. A esmagadora maioria das mães e dos pais deu o melhor de si mesma para os filhos, fizeram o que estava ao seu alcance.

**É muito fácil perceber um erro depois que somos experimentados no assunto.** Mas quando ele acontece é só mais um fato, mais uma ocorrência, mais uma tentativa de acerto. É bom se cobrar. É sinal de maturidade, é demonstração de busca de aperfeiçoamento, de **reforma íntima**. Mas essa cobrança interna não precisa gerar sofrimento.

A única utilidade do sofrimento é alertar que houve um desvio da rota, que o caminho precisa ser corrigido.

Hoje se fala muito em crianças índigo. Busquei alguma coisa na literatura anos atrás, quando me deparei com o assunto, mas confesso que não formei opinião a respeito. Todos os autores se referem às crianças índigo como crianças especiais, que precisam de cuidados especiais. Não sei se é assim ou se não é assim. Mas se todos cuidassem de seus filhos como se fossem crianças índigo, ***se toda mãe e todo pai seguisse a orientação que se dá para lidar com as crianças índigo, todos os filhos seriam especiais.*** Filhos não vêm com manual de instruções. Mas ***as recomendações de como lidar e educar as crianças índigo deveriam ser seguidas em relação a toda e qualquer criança, índigo ou não.*** Seriam cometidos menos erros, haveria menos cobranças internas e aumentaria a compreensão dos filhos em relação aos pais.

- See more at:

<http://www.espiritoinmortal.com.br/tag/pais-e-filhos-uma-visao-visao-espirita/#sthash.4r022gh7.dpuf>



## Aniversariantes de Março

- 01 -Antônia Rejane da Silva
  - Carlos Diego da Silva
  - Domingas Martino da Silva
  - Edneia da Silva Gouveia
  - Gilson Rosa da Silva
  - Rosemary de Mello Guimarães
- 03- Ana Maria Nogueira
  - Eliana de Fátima
  - Elisabeth Gonçalves
  - Naide Oliveira de Souza
  - Solange Cardoso de Oliveira
- 04- Sandra Regina da Silveira
- 04- Isa de S. Lima Jorge
- 05- Claudia Regina
- 06- Suely Naíra Julião
- 07- Paulo Roberto Gomes
- 10- Gianne Batista F.da Costa
  - Jeiton Sodré
  - Marco Antônio B.Maximiliano
  - Sandra da Silva de Paula
- 11- Barbara Vieira da Silva
  - Camilla Brito da Costa
  - Dalva Augusta Bicalho
- 13- Fátima Maria Chaves
  - Kátia B.dos Santos
  - Laura Cristina de A.S.Dias
  - Marina Oteno Barbosa
- 14- Cleidana de S. Lopes
  - Juraci Marques
- 15- Antônio de Albuquerque
  - Arlanza Rosendo da Silva
  - Ilza Novais
  - Patrícia Neiva
- 16- José Rocha
  - Nadir José da Silva
- 19- José Henrique Alves
- 20- Luciana do Nascimento
- 21- Douglas da Silva Penna
  - Tharcio Moraes
- 22- Amarildo dos Santos Vianna
  - Célia Regina da Silveira
  - Janaina da Silva Mello
  - Wagner
- 23- Cássia Cristina da Cruz
- 24- Décio Tunhas Cardoso
- 25- Maria Isabel Coelho da Silva
  - Paulo Renato Ribeiro
- 26- Nélia dos Santos
- 27- Thiago Costa Oliveira
- 28- Ângela Maria Torres
  - Elio Ferreira Gomes
- 29- Maria do Céu Amorim

## Santos do Mês de Março

- 01 - São Albino
- 02 - Santa Inês de Praga
- 03 - Santa Camila
- 04 - São Lúcio
- 05 - Santo Adriano
- 06 - Santa Rosa de Viterbo
- 07 - Santa Felicidade
- 08 - São João de Deus
- 09 - Santa Francisca Romana
- 10 - São Domingos Sávio
- 11 - São Constantino
- 12 - São Gregório de Nissa
- 13 - Santa Patrícia
- 14 - Santa Matilde
- 15 - Santa Luísa de Marillac
- 16 - São João de Brébeuf
- 17 - São Patrício
- 18 - São Cirilo de Jerusalém
- 19 - São José
- 20 - Santa Cláudia e Santa Alexandra
- 21 - São Amadeu de Sabóia
- 22 - Santa Catarina de Gênova
- 23 - São Turíbio
- 24 - Santa Catarina da Suécia
- 25 - Anunciação do Senhor
- 26 - São Ludgero
- 27 - Santa Augusta
- 28 - Santa Gisela
- 29 - Santo Segundo
- 30 - São João Clímaco
- 31 - São Benedito

### 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  
Marceli Cristina  
Camila Carvalho  
Mara Lilia

Vanessa Castro  
Michele Silva  
Edésio Oliveira  
Sr. Zé

## ILHA 175

Comércio e Materiais de Construção Ltda.



Rua Jornalista Sardo Filho, 175 Ilha da Conceição - Niterói - RJ  
e-mail: ilha175@yahoo.com.br  
Tel.: (21)2629-1523 - FAX: 2629-1524  
NEXTEL: (21) 7838-1417  
ID 24\*53498

### 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.

### Oferece-se



**ÓTICA REIS**  
PREÇO - QUALIDADE - VARIEDADE  
Óculos para longe e perto, Contatos  
Exame na hora.  
LENTE DE CONTATO  
DESCONTOS ESPECIAIS - COBRIMOS TODOS OS ORÇAMENTOS  
Rua Visconde de Uruguayuá, 410 - Centro - Niterói - RJ - Tel: 2622-1987  
Próximo a Praça São João

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

### 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



Marcelo Carneiro  
Diretor  
marcelo@servicospremium.com.br  
**premium**  
Serviços Especializados  
Rua da Assembleia, 15/15A - 4º andar - Centro - RJ  
Tel/Fax: (21) 2532.3000 - [www.servicospremium.com.br](http://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 964526586 Junior

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

## Só Tecidos

Av. 18 do Forte, 216 - Centro São Gonçalo - RJ  
Tel: 2712-1083