



Clube Amigos da Rádio Evoluir

Impresso | Ano VII - Número 42 - Janeiro / Fevereiro 2020 - Jornal Bimestral da Rádio Evoluir - FEAk - Juiz de Fora

AGORA MAIS ECOLÓGICO

A próxima edição entrou no universo sustentável e será distribuída nas mídias sociais.

JORNAL CARE DIGITAL
care.radioevoluir.com
INSCREVA-SE! DIVULGUE!

clube Amigos da Rádio Evoluir

Rádio Evoluir: A emissora da Regeneração na internet

Flávia Pina

A Rádio Evoluir, um projeto da Fundação Espírita Allan Kardec (FEAK), entra no ar com a proposta de divulgar a Doutrina Espírita, levar mensagens de conforto e estimular o estudo, o crescimento espiritual e ético dos ouvintes.

A frente do trabalho estão o presidente da fundação Armando Falconi Filho, o vice-presidente Paulo Henrique Assis e o jornalista, professor Mestre em Comunicação Social, Gil Horta.

Segundo Falconi a ideia de fundar uma rádio para difundir a doutrina espírita já vem sendo trabalhada há algum tempo e ao assumir a presidência da casa no último dia 5 de junho, apresentou essa proposta no sentido de levar a mensagem espírita da FEAk ao maior número possível de pessoas. Falconi ressalta a necessidade dessa divulgação citando uma frase conhecida "Divulgar a doutrina espírita, é a maior caridade que podemos fazer, em favor do bem."

A rádio está instalada nas dependências da FEAk e será uma emissora Web, que poderá ser acessada através do endereço eletrônico www.radioevoluir.com, a partir do dia 29 de agosto de 2013, de qualquer lugar da Terra.

Os futuros colaboradores da Rádio Evoluir participaram de um treinamento intensivo e receberam orientações técnicas de profissionais da área, os quais já operam em emissoras de rádio web e possuem um extenso banco de dados musical. Para manter os custos da rádio, foi criado um grupo

chamado "Clube Amigos da Rádio Evoluir" (CARE), cuja renda gerada será destinada à aquisição de equipamentos, manutenção de servidores na internet, ampliação do número de canais e outras despesas inerentes às tarefas.

A adesão ao CARE poderá ser feita de forma trimestral, semestral ou anual, custando R\$60,00, R\$110,00 e R\$215,00 respectivamente,



com opções de pagamento na própria FEAk ou através de cartão de crédito.

Além disso, tanto pessoas físicas quanto jurídicas, poderão colaborar de forma esporádica através de depósitos, em uma conta bancária destinada exclusivamente para este fim, e cujas informações se encontram na página 4 desta edição.

Os participantes do CARE receberão, mensalmente, via Correios, um exemplar do jornal da Rádio Evoluir, acompanhado de um CD ou de um DVD,

ou de um livro espírita. De acordo com Falconi, a meta inicial é atingir a adesão de 1.000 participantes, com isso a rádio poderá ser mantida sem depender de recursos monetários da FEAk.

A rádio será inaugurada com o Canal 1, onde estarão disponibilizados 70% de conteúdo doutrinário e 30% de conteúdo musical.

Quando o CARE atingir a adesão de 2.000 participantes, será inaugurado o Canal 2, onde estará disponibilizado o inverso da programação anterior, ou seja 30% de conteúdo doutrinário e 70% de conteúdo musical.

Finalmente, quando atingir a adesão de 3.000 participantes será inaugurado o Canal 3, onde o ouvinte poderá acessar, a partir do banco de dados da rádio, todos os programas disponíveis.

O projeto, em seus primeiros meses, já conta com mais de 80 trabalhadores voluntários, os quais estão e continuarão trabalhando sem qualquer tipo de remuneração.

As pessoas interessadas em trabalhar neste projeto deverão enviar sua solicitação através do e-mail radioevoluir@gmail.com fornecendo, além dos seus dados pessoais, as suas aptidões, a sua disponibilidade de trabalho, dentre outras informações necessárias.

O espaço estará aberto também aos dirigentes espíritas de Juiz de Fora e região, que queiram participar diretamente na nossa programação, com a divulgação de suas agendas de palestras, eventos, etc.

NESTA EDIÇÃO

2 Editorial

3 Transição Planétaria

4 Esperar para que?

5 O que é mais fácil?

6 O Livro dos Espíritos

7 O novo ciclo

8/9 Um novo jornal

10 O sentimento da caridade

11 Talento e autoconhecimento

12/13 Evangelizadores do amor

14 Assertividade

15 Brindes do bimestre

16 Rádio Evoluir

Rádio Web Evoluir: Seis anos de atividades incentivando ouvir e navegar no melhor de dois mundos

EDITORIAL

Ano novo, novos hábitos?

A vida é feita de ciclos e, portanto, a cada 365 dias, muitos finalizamos um ciclo e iniciamos outro.

Nesse processo, avaliamos o que fizemos ou deixamos de fazer e refazemos uma série de propostas de mudanças de comportamento: a partir de amanhã não mais comerei doces, a partir de amanhã vou parar de fumar, a partir de amanhã não falarei mal dos outros, a partir de amanhã vou banir este ou aquele comportamento da minha vida e assim por diante.

Tais propostas são muito positivas, porém, trazem dois grandes desafios. O primeiro é que não tem como mudar da noite para o dia. Nossas mudanças exigem a substituição de um comportamento por outro (novo ou não). Dessa forma, precisamos encará-las como um processo e não como algo instantâneo, mágico. Em geral, para mudanças de hábitos mais arraigados, com maior abrangência de consequências em nossas vidas exigem-se processos mais demorados, onde precisamos empregar mais energia. O segundo desafio é que, em se considerando a situação da reflexão de ano novo, nossos ciclos são muito extensos, são muito grandes (365 dias).

Assim, se desejamos realmente mudanças, precisamos pensar em metas menores e ciclos mais reduzidos.

As metas menores são extremamente importantes, pois nos motivam para que possamos empreender novos esforços. Se uma meta está grande demais, precisamos dividi-la em partes menores. A cada pequena meta atingida, cuidemos de celebrar: Parabéns! Uma vitória a mais!

Quanto aos ciclos menores, basta que avaliemos os

resultados positivos obtidos pelos grupos de alcoólicos anônimos, onde o lema é "só por hoje", ou seja, a manutenção da sobriedade deve ser feita só por hoje. Amanhã será um novo ciclo e os votos serão novamente refeitos: "só por hoje". Também percebemos situação semelhante ao analisarmos as respostas de Santo Agostinho em O Livro dos Espíritos, ao ser questionado (na questão 919) sobre o meio prático mais eficaz para se melhorar nesta vida e resistir ao arrastamento do mal. A resposta traz uma máxima que não satisfaz Allan Kardec ("Conhece-te a ti mesmo"), gerando a questão 919a, cuja resposta é "Fazei o que eu fazia quando vivi na Terra: no fim de cada dia interrogava a minha consciência, passava em revista o que havia feito e me perguntava a mim mesmo se não tinha faltado ao cumprimento de algum dever, se ninguém teria tido motivo para se queixar de mim". Ciclos diários... Eis a solução.

Adicionalmente, valem estudos que relacionam que mudanças de comportamento motivadas unicamente por aspectos negativos como culpa, medo ou arrependimento, não são efetivas. O ideal é enraizarmos as mudanças no pensamento positivo, precisamos focar no bem-estar (físico ou espiritual) que aquela mudança irá nos proporcionar. Devemos, entretanto, ficar atentos, pois exageros são comuns nesse momento e a busca por um pretensão bem-estar acaba transformando autocontrole e disciplina em neurose e obsessão. Basta que avaliemos as pessoas que se exercitam compulsivamente, que se limitam a economizar dinheiro, tornando-se sovinas e tantos outros exemplos.

Assim, que possamos realmente tornar o nosso ano novo em um ano de novos hábitos (positivos, claro!).

Atividades da FEA

Palestras Públicas Doutrinárias Biblioteca/Livraria

Segunda-feira: 20h
Quinta-feira: 14:30h
Sábado: 19h

Reunião de Entes Queridos

1ª Terça-feira de cada mês - 18:30h
Para pessoas que passaram
pelo desencarne de
parentes e amigos

Atendimento Fraterno

Segunda e Terça-feira
14 às 16h
Quarta e Sexta-feira
19:30 às 21h
Sábado
17 às 19h

Assistência Maternal Anita Borela

Promoção e Assistência Social
a Gestantes e Crianças
Quarta-feira: 13:30h
Sábado: 08:15

Grupo de Valorização da Vida

2ª e 4ª Terças-feiras de cada mês : 18:30h
Para pessoas que querem
aprender a valorizar a vida ou
tenham pensamentos
de autodestruição.

SOS Precos

Diariamente de 8 as 24h
32 3236-1122
17h - 19h

Grupos de Estudos

Segunda-feira 14h - 19h
Terça-feira 09h - 14h
Quarta-feira 16:15h - 18:30h - 20h - 20:15h
Quinta-feira 09h
Sexta-feira 18:30h - 20:00h
Sábado 09h - 17:15h - 18h
Domingo 09h - 17:30h

Escola de Educação Espírita Infante-Juvenil

Segunda-feira: 20h
Sábado: 10:45 e 18:30h
Mocidade
Sexta-feira: 20h

Reunião de Saúde e Autoconhecimento

3ª Terça-feira de cada mês: 18:30h
Para pessoas que querem
ampliar seus conhecimentos
sobre saúde: física, emocional,
intelecto/mental e espiritual

EXPEDIENTE

CARE - Clube Amigos da Rádio Evoluir
FEAK - Fundação Espírita Allan Kardec
CNPJ - 21.178.298.0001-02
Reconhecida de Utilidade Pública
Municipal, Estadual e Federal.
Registro no Conselho Nacional
de Assistência Social - CNAS
Rua Itamar Soares de Oliveira, 200
Cascatinha - Juiz de Fora - MG
32 3236-1192

COORDENAÇÃO:
Armando Falconi Filho
Paulo Henrique de Assis

REDAÇÃO:
Ana Lúcia Silva Araújo
Andrea Stambassi
Ângela Maria Camargo
Ely Edison da Silva Matos
Fernando Emílio Ferraz Santos
Guaraci de Lima Silveira
Ricardo Baesso de Oliveira
Verônica Azevedo de Souza

EDIÇÃO:
Ana Lúcia Campos

DIAGRAMAÇÃO E DESIGN:
Rogério Moraes - Publimix

TIRAGEM:
20.000 exemplares

IMPRESSÃO:
Central Indústria Gráfica


Entenda a transição planetária, a revelação de Chico Xavier e o Apocalipse com poucos minutos de leitura.

TRANSIÇÃO FÁCIL



Luis Hu Rivas

Coleção Espiritismo Fácil

 **boanova**
editora

Esperar para quê?

Dentre os pensamentos espiritualistas, a crença de que “algo” sobrexiste à morte é uma realidade. Esse algo pode ser chamado de alma ou outro nome, mas existe. O entendimento, porém, de que essa alma possa voltar à carne é que é o nó dessa história. “Voltar para o corpo para uma nova vida?” dirão. Isso é impossível. Mas, para muitos não é impossível a ressurreição final. Questão de crença.

Todavia, os que professam o espiritismo ou qualquer outra doutrina reencarnacionista podem cometer um equívoco clamoroso. Refiro-me à procrastinação dos deveres e das finalidades reencarnatórias. Por que estamos aqui? Por que estamos reencarnados? Encontramos n'O Livro dos Espíritos a seguinte pergunta:

132. Qual é a finalidade da encarnação dos Espíritos?

— Deus a impõe com o fim de levá-los à perfeição: para uns, é uma expiação; para outros, uma missão. (...) A encarnação tem ainda outra finalidade, que é a de pôr o Espírito em condições de enfrentar a sua parte na obra da Criação.

Estamos tendo a oportunidade de, estando reencarnados, aproveitar o tesouro tempo para nos aprimorarmos no intelecto e estimularmos em nós o aperfeiçoamento moral. E de quebra, aprendermos a conviver em sociedade respeitando os direitos de cada um, no dever de sermos homens de bem.

Ainda comentando o equívoco clamoroso citado anteriormente, esse se desdobra ainda numa situação delicada: pensar que o tempo tem tempo sobrando. Para que, usando as palavras do Mestre, “nossa alma não seja tomada esta noite”, tenhamos por regra que o tempo não espera. Ele “passa” e não volta. Ele vai e não vem. O tempo é finito, mesmo na sua infinitude.

E o momento que podia ser aproveitado passa e não foi utilizado. Dentro de nosso comodismo consagrado evitamos, a todo custo, sair de nossa tão propalada zona de conforto. Ler? Estudar? Apreender mais coisas? Ajudar os outros? Tarefa assistencial? Para que, agora? Tem tempo para isso depois. O problema é que o “depois” já passou.

Em novembro de 1952, em Pedro Leopoldo, Chico



Xavier psicografou uma mensagem de Emmanuel comentando sobre algo semelhante.

“Não aguardéis novo corpo físico a fim de atenderdes à obra do vosso aperfeiçoamento espiritual. Há criaturas que, a pretexto de encontrarem o infinito no tempo, eternizam erros infundáveis, mergulhando-se na ociosidade mental que é sempre a detenção no purgatório reparador. Adaptemo-nos hoje aos padrões do Cristo, impondo à nossa alma os característicos do Divino Modelo e, amanhã, encontraremos mais elevado degrau nas experiências de acesso à comunhão com o Senhor.”

Assim, voltamos a perguntar: esperar para quê?

Fernando Emílio Ferraz Santos

Geni Moreira

Médica Especialista em
Gastroenterologia
pela FBG
CRM MG 54351



Av. Barão do Rio Branco, 2288 / 1802 - Centro
Edifício Solar do Progresso - 32 3217-6944
geni.moreira@hotmail.com

Óticas Kika

Óculos e lentes
perfeitas
para você

Apresente este cupom e ganhe 10% de desconto a vista



Dr. Edimar Pedrosa Gomes

Médico Pneumologista
CRM 34161

Av. Barão do Rio Branco - 2679 | 910
Juiz de Fora | Minas Gerais
Tel.: 3217.2414 | 8819.4886

O que é mais fácil?

“O que é mais fácil? Dizer: ‘Estão perdoados os teus pecados?’
Ou dizer: ‘Levanta-te e anda?’” Jesus (Mateus 9:5)

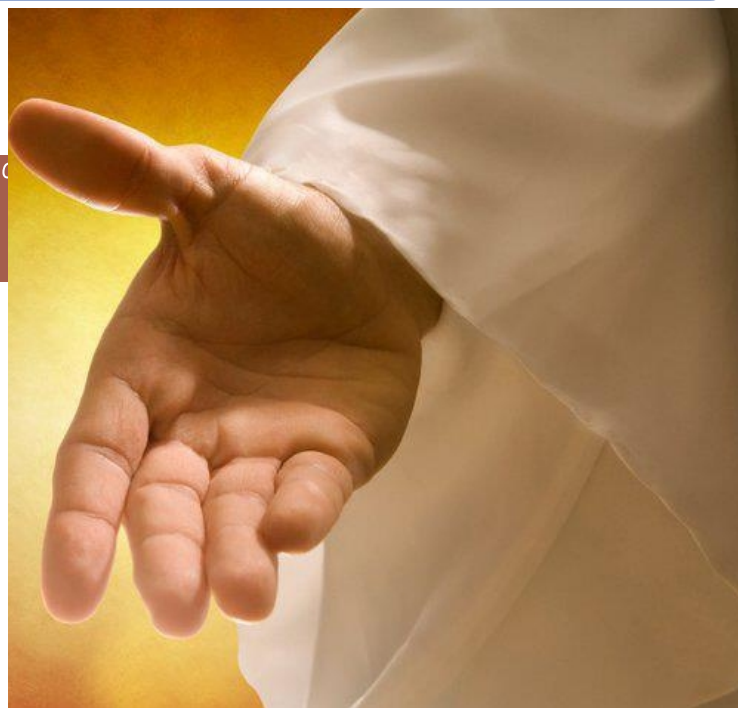
Diante do parálítico prestes a ser curado, Jesus é acusado de blasfêmia, por alguns escribas que estavam presentes à cena. Sua resposta, apresentada na citação acima, merece nossa reflexão.

É preciso entender o contexto. Os judeus não possuíam uma explicação lógica e plausível para as enfermidades que acometiam as pessoas. A crença corrente é que algum pecado – uma infração à Lei Divina – havia sido cometido pelo indivíduo e ele estava sendo punido por Deus. Se a pessoa já nascesse enferma, certamente isso se devia ao pecado de algum dos seus ancestrais. A ideia de um Deus punitivo sobreviveu entre os cristãos e existe até hoje no imaginário de alguns espíritas.

Bem, se a punição era divina, a cura, ou seja, a interrupção da punição, também deveria ser. Aqui entendemos o porquê de os Evangelhos insistirem nas descrições de variadas curas operadas por Jesus. Para curar, a pessoa deveria ter recebido essa autoridade de Deus ou ser o próprio Deus. Curar era visto, portanto, como um ato transcendente ou mesmo divino.

No entanto, entendemos que pelo mecanismo – natural – de causa e efeito, as enfermidades são resultados – naturais – de erros cometidos e assumidos perante a própria consciência. Assim, a consequência lógica é que as curas também são fenômenos naturais, como propõe o Espiritismo, no livro A Gênese de Allan Kardec no capítulo 15.

Ser “natural” não implica que seja “simples”. O



mecanismo da cura envolve a manipulação consciente e informada dos fluidos, o desejo de saúde e a receptividade por parte do paciente, o enquadramento da cura nos mapas do processo reencarnatório, entre vários fatores. Não é algo “fácil”. Por isso a profundidade da pergunta feita por Jesus: “O que é mais fácil?”

Em “estão perdoados os seus pecados”, Jesus usaria de sua autoridade moral e da crença do paciente, para informar à consciência mais profunda de que ela está livre da prisão a que se impôs. O perdão concedido exteriormente só funciona se disparar o autoperdão. Em “levanta-te e anda”, ele usaria da mesma autoridade para mostrar que a cura se dá, de dentro para fora, através da atitude e da ação positiva do paciente. O chamado é para o movimento, mais consciencial do que propriamente físico.

No decorrer da passagem, vemos que Jesus acaba se utilizando das duas opções. Explicita sua autoridade moral (não “concedida” por Deus, mas conquistada ao longo de sua evolução) e ordena ao parálítico que se levante. Para ele, as duas opções são igualmente “fáceis”. Para nós, que somos os pacientes, as duas ainda parecem igualmente difíceis.

Ely Edison Matos

**Vó Sinhá**

O melhor buffet de
grelhados, saladas,
tortas doces e
salgadas, com o
tradicional
lanche da tarde.

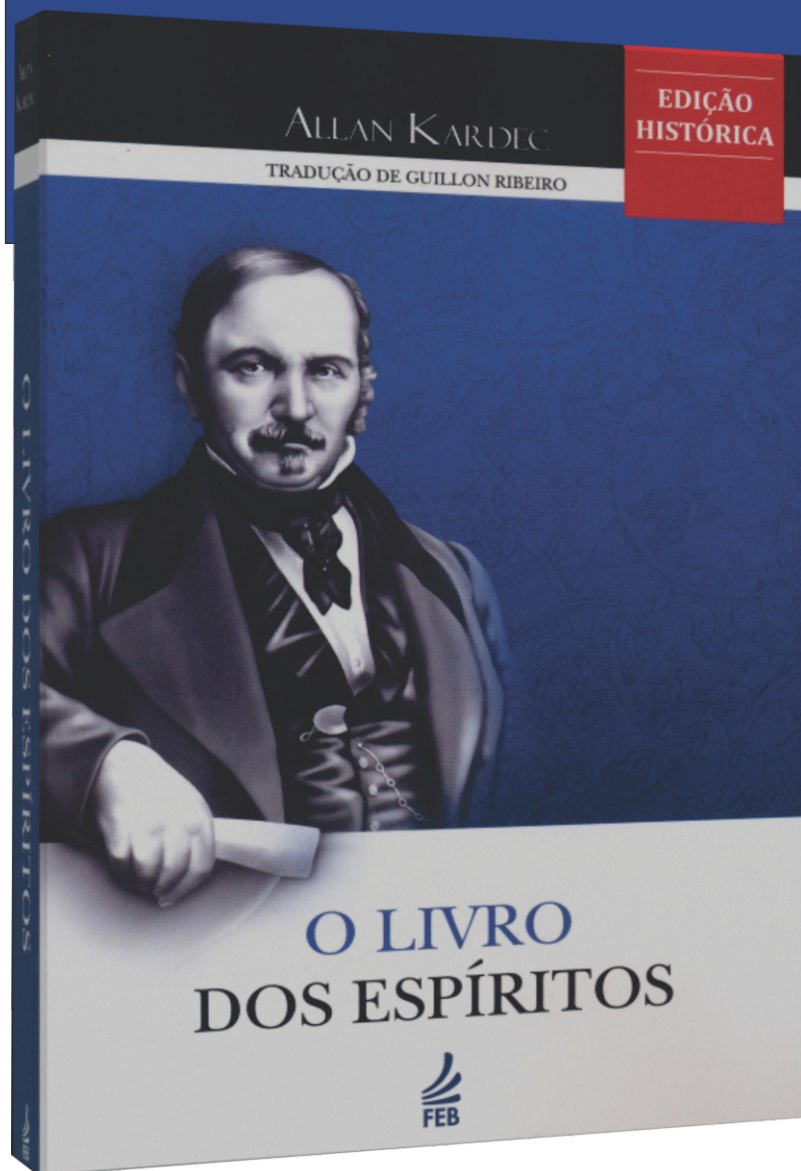
Rua Braz Bernardino, 98 - Centro
Independência Shopping 2º piso
Juiz de Fora - MG

**Alessandra de Castro**
FISIOTERAPIA E ACUPUNTURA
CREFITO: 4-76560F

ATENDIMENTO CLÍNICO E DOMICILIAR
(032)98876-1610

**Pastel
da Hora**

AV. GETÚLIO VARGAS, 758
3215-8462



O LIVRO DOS ESPÍRITOS

Das leis morais

Cap. XII - Da perfeição moral

CARACTERES DO HOMEM DE BEM – PARTE 2

seus iguais perante Deus; usa de sua autoridade para lhes erguer o moral e não para os esmagar com o seu orgulho.

É indulgente com as fraquezas dos outros porque sabe que ele mesmo tem necessidade de indulgência e se recorda destas palavras do Cristo: 'Que aquele que estiver sem pecado atire a primeira pedra'.

Não é vingativo: a exemplo de Jesus, perdoa as ofensas para não se lembrar senão dos benefícios, porque sabe que lhe será perdoado assim como tiver perdoado.

Respeita, enfim, nos seus semelhantes, todos os direitos decorrentes da lei natural, como desejaria que respeitassem os seus.”

Sabemos pelos bons Espíritos, que o poder e a riqueza têm sido falhas que repetimos em várias encarnações. A parábola do Rico e de Lázaro (Lc16:19 a 31) nos remete a um rico que se vestia de púrpura e linho e um pobre coberto de chagas, que ficava no portão se alimentando das sobras da mesa do senhor. Ao morrer, Lázaro é levado ao seio de Abraão e o rico, ao voltar à casa dos mortos, vê Lázaro nimbado de luz. Pede que o pobre fosse saciar sua sede, que testemunhasse para seus irmãos a continuidade da vida. Mas, seus pedidos foram negados, havia um abismo entre os dois e o pai Abraão disse que se os irmãos não ouviam a Moisés e aos profetas, não atenderiam ao mendigo.

Aprendemos que o poder e a riqueza são empréstimos ofertados a nós e que daremos contas dos talentos que nos foram confiados. Se já temos consciência que somos usufrutuários, que tudo é empréstimo, usemos com os subordinados o mesmo respeito e bondade que esperamos dos nossos iguais ou superiores.

Seremos considerados homens de bem se não julgarmos nossos irmãos, para não sermos julgados por eles. Sabemos que, como nós, muitos estão buscando a melhora.

A indulgência, o perdão são ferramentas que nos auxiliarão a cativar, a ver o outro como irmão, como aprendiz que também está dando passos para a prática da lei de Deus.

Angela M. Camargo

Atendimento Fraterno

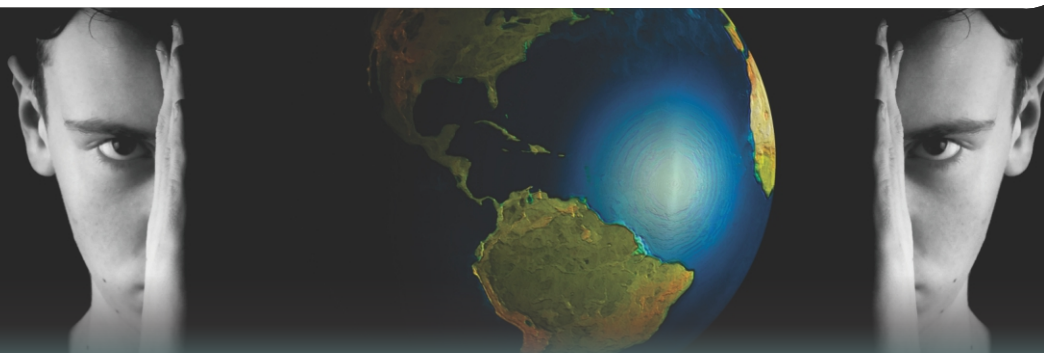
*Sempre uma conversa amiga
à luz da Doutrina Espírita*

Segunda e Terça-feira
14 às 16horas

Quarta e Sexta-feira
19h30m às 21horas

Sábado
17h às 19horas

O NOVO CICLO



“Merece considerarmos que somos herdeiros dos próprios atos. Em cada encarnação, adicionamos conquistas ou prejuízos à nossa contabilidade evolutiva”. Essas palavras de Divaldo Franco em seu livro *Elucidações Espíritas*, nos convidam a reflexões sobre como estamos vivendo nossos dias aqui na Terra, como encarnados. Muitos não se importam com o que falam ou fazem e transformam seus momentos em gozos muitas vezes insanos e pelos quais sofrerão sérias consequências.

Estamos informados de que o Planeta mudará de ciclo. Isto deve ser recebido por nós como uma proposta de ajustes diários ao que já identificamos como erro ou persistência nele. Há os que erram sem saber e os que o fazem sabendo. Não faz muito tempo que o filme “O Céu Pode Esperar” fez sucesso entre muitos. Será mesmo que podemos postergar as conquistas espirituais necessárias para continuarmos

com Jesus?

Desde muito, somos informados sobre o Espírito e a Matéria, sobre Deus e a Evolução. Os espíritas, por excelência, sabem por intermédio dos Espíritos Superiores que tudo tem um tempo. A evolução caminha nesse tempo exigindo conquistas individuais para avançar ao novo ciclo. Assim, tudo se encadeia no Universo como nos diz a questão 540 de O Livro dos Espíritos. Alguns filósofos pregam “a vida boa”. Ela se caracteriza, segundo eles, por boa comida, boa roupa, bons passeios, saúde e divertimentos.

N ã o s e n e g a a necessidade do lazer e da vida tranquila nos quesitos acima. Contudo, sua busca somente e constante pode se caracterizar em acomodações perigosas nos campos escuros da mente. Carl Gustav Jung trabalhou o reino das sombras do inconsciente. Lá, tudo é obscuro onde o bem e o mal se confundem,

confundindo a consciência que necessita luz para encontrar a verdade.

O ciclo seguinte do Planeta pode se desenhar como um campo de adequações espirituais para a visualização do que é a vida em sua plenitude. Vivemos num acanhado mundo de ilusões que os Hindus chamam de Maya. A Doutrina Espírita, em bom tempo, nos convida a refletirmos enquanto estudamos seus postulados. O Evangelho de Jesus nos mostra os rumos a seguir. A criança espiritual caracterizada pelo arquétipo infantil, ínsito em cada um, necessita ser evangelizada para que ela nos permita crescer.

Ver, contemplar, olhar para melhor entender. Eis os fundamentos daquele que deseja os horizontes além. Fora disso, os ciclos seguem seus cursos e o pária espiritual permanece à procura de quimeras, estagnado e infeliz.

Guaraci de Lima Silveira

SOS PRECES

(32)3236-1122



Jornal CARE - agora

A Ecologia é a parte da Biologia que estuda as relações dos seres vivos entre si e desses com o meio ambiente. Esse termo foi usado pela primeira vez em 1866 por Ernest Haeckel e vem da junção de duas palavras gregas: Oikos, que significa casa, e logos, que quer dizer estudo. Dessa forma, Ecologia significa o “estudo da casa” ou o “estudo do habitat dos seres vivos”. Podemos considerar algo como ecológico quando gere benefícios para si e para os que estão a sua volta, ou seja, que pertençam ao seu habitat.

Durante toda a existência do Jornal CARE que começou em agosto de 2013, a partir do trabalho de um grupo de voluntários da FEAK (Fundação Espírita Allan Kardec) orientados pela direção espiritual da instituição, vemos que sempre foi espiritualmente ecológico, ou seja, sempre trouxe benefícios para si, seja cumprindo o seu

papel no processo de divulgação da Doutrina e de sustentabilidade, com a inestimável ajuda dos seus anunciantes e mantenedores, quanto para todos os que dele puderam desfrutar de seus artigos. Artigos preparados pelas mentes e mãos de diversos trabalhadores do movimento espírita de nossa instituição, de nossa cidade e região, bem como outros semeados pelo Brasil e até mesmo fora dele.

Avaliando seu périplo, podemos constatar que o Jornal CARE veio em um processo constante de evolução:

CARE 01 (Agosto de 2013) - com apenas quatro páginas, quase sem imagens, onde somente a primeira e a última eram coloridas.

CARE 02 (Outubro de 2013) - com oito páginas e já totalmente colorido.

CARE 03 ao 06 (Novembro de 2013 a Fevereiro de 2014) - com 12 páginas.

CARE 07 (Março/Abril de 2014) - com 16 páginas.



ainda mais ecológico

CARE 13 (Março/Abril de 2015) - uma nova diagramação do jornal.

CARE 14 ao 39 (Maio/Junho de 2015 a Julho/Agosto de 2019) - a cada edição, novos conteúdos, novos articulistas.

CARE 40 (Setembro/Octubre de 2019) - criada a seção escrita por jovens articulistas de até 17 anos.

CARE 42 (Janeiro/Fevereiro de 2020) - o último CARE nesse primeiro ciclo.

Quantos frutos, quantos benefícios espirituais em toda essa caminhada, quanto consolo as suas quase 700 páginas de textos com conteúdo espírita puderam levar aos 115 países que tiveram acesso.

Mas, havia um ponto em que o jornal CARE precisava ainda evoluir: ele não era fisicamente ecológico. Ao longo de toda a sua evolução, foram 42 edições com uma tiragem de 20.000 exemplares por edição. Considerando as variações do número de

páginas, foram, até o momento, 12.420.000 páginas impressas e diversas árvores tiveram que contribuir nesse processo.

Pensando nisso, a próxima edição do CARE será física e espiritualmente ecológica.

Sem qualquer página impressa.

CARE Digital, seja bem-vindo! Que você possa fazer brilhar a sua luz e que nós, possamos saber utilizar o seu conteúdo para nos auxiliar a fazer com que a nossa luz também brilhe!

Acesse as edições anteriores do CARE a partir do site da Rádio Evoluir (www.radioevoluir.com - seção Jornal CARE).

Para receber as novas edições do CARE Digital, por e-mail ou pelo WhatsApp, acesse a página:

care.radioevoluir.com e inscreva-se.

*Armando Falconi Filho
Paulo Henrique de Assis*

JORNAL CARE DIGITAL
care.radioevoluir.com
INSCREVA-SE! DIVULGUE!



Assertividade



O termo assertividade pode ser entendido como um conjunto de atitudes que conduz o indivíduo a se expressar com clareza, amorosidade, objetividade, respeito com o outro e consigo.

Nosso comportamento revela o que estamos pensando e sentindo e, ao assumirmos uma postura assertiva, estamos proporcionando leveza e saúde mental. As atitudes assertivas têm eficácia na resolução de conflitos e proporcionam qualidade de vida.

Alkindar de Oliveira, no livro Fome de quê? esclarece que as pessoas assertivas têm facilidade em dizer não, sabem ouvir, mais elogiam do que criticam, não evitam conflitos, se eles forem necessários, e sabem administrá-los. Suas falas são firmes e respeitadas.

Ser assertivo difere de ser agressivo ou passivo. Passivo caracteriza o indivíduo que se

omite, se fecha e se inibe diante da necessidade de falar algo que possa aborrecer o outro. Nesse momento, ele se anula, se desrespeita. Entretanto, tratar o outro com agressões também caracteriza desrespeito.

Para a Benfeitora Espiritual Joanna de Ângelis, o comportamento assertivo se mostra ao ter opinião e defendê-la, ao enfrentar críticas, manter-se com naturalidade ao fazer pedidos ou recusá-los, ao estabelecer conversação sem imposições e ao estar receptivo para mudanças. Num extremo, o indivíduo passivo tudo faz para não opinar, porque teme desagradar, não entendendo que cada um é portador de sua própria forma de ser e que a concordância absoluta nem sempre é possível.

Outros, contrariamente, assumem uma postura agressiva e hostil a todos que pensam de maneira diferente, inspirando animosidade e desprezo aos outros. (Livro: Diretrizes para o êxito)

Então, qual seria a atitude mais adequada diante das adversidades do cotidiano? Cultivar a delicadeza e a cordialidade é um excelente caminho, lembrando de sermos leais e sinceros, primeiro conosco.

Em Mateus 5:37, o Mestre Jesus nos orienta: "Mas seja o vosso falar: sim, sim; não, não". Sua lição indica a necessidade de atender ao outro, buscando o bem-estar aos que nos cercam. Porém, nos recomenda evitar que esse amparo possa criar perturbações para o caminho alheio. O sim pode ser agradável, mas o não, sem asperezas, é construtivo em muitas situações.

Allan Kardec, na questão 132 de O Livro dos Espíritos, lembra que o objetivo da encarnação é a evolução. A postura assertiva é um meio para trilhar este caminho. Treinar esta habilidade é possível e desejável, visto que a reencarnação, enquanto bênção divina, é oportunidade de ajustamento necessário com aqueles que convivemos no processo de evolução.

Andrea Stambassi

Rua Vitorino Braga, 767
Vitorino Braga - Juiz de Fora
32 2102-0182 - fax 32 2102-0183

Jane Ferreira e Castro
CONTADORA

Rua Halfeld, 828/1002 - Centro - Juiz de Fora - MG
Tel.: (32) 3215-0698 // E-mail: jane@janeferreira.com.br

REVENDEDOR AUTORIZADO

Rua Bráz Bernardino, 149 - Centro
(32) 3231-0581
Juiz de Fora - MG

Talento e autoconhecimento

Segundo nos informa o apóstolo Mateus (25:14-30), certa vez um homem, partindo em viagem para outro país, chamou três servos a quem entregou um número determinado de talentos. O leitor amigo, alguma vez parou para pensar no nível pessoal, qual o significado desta parábola? Façamos um paralelo com o Senhor da Vida que nos criou e distribuiu, a cada um de nós, os talentos necessários à nossa vida na Terra. Todos, sem exceção, recebemos essa dádiva. E fez mais ainda: colocou-nos no lugar certo para que pudéssemos desenvolver esses talentos.

Observando a história da humanidade, vemos que saímos das grutas para sociedades mais organizadas, com suas leis, classes sociais, estruturas de produção, religião, noção de estado. Assim, vemos surgirem os inventos nas mais diferentes áreas das atividades humanas. Uns criam máquinas, outros criam inteligência artificial. Alguns cuidam de plantas e outros pintam quadros, e assim por diante.

Então, vemos que há uma diversidade de talentos que podemos desenvolver para o nosso próprio bem e para o bem daqueles que se encontram ao nosso redor.

Mas, além disso, temos talentos que nos foram dados e que têm relação com a nossa evolução no nível dos sentimentos e das emoções. Somos seres espirituais. Necessário pensar quem somos e não somente no que temos em termos

materiais. Para tanto, é preciso um mergulho profundo em nós mesmos para a intrigante viagem do autoconhecimento. Quem somos de verdade? Do que gostamos? O que pensamos? Quanto tempo dedicamos no aperfeiçoamento de nossas qualidades? Quais são as nossas deficiências? O que podemos fazer no dia a dia para multiplicar os talentos recebidos?

Cada dia representa uma nova oportunidade para fazermos ou refazermos as ações que resultarão no bem, no amor e na paz. O caminho é longo, mas a vida passa rápido. É fundamental aproveitarmos o tempo.

Na parábola citada, quando o Senhor voltou, premiou os que multiplicaram os talentos, porém, aquele que enterrou o talento, nada recebeu porque nada fez. Se acovardou, nada de bom fez da dádiva recebida. Podia se propor realizações em favor de si mesmo e dos outros. Desperdiçou o tempo e o recurso.

E nós, quais talentos estamos desenvolvendo? O objetivo de nossa reencarnação é o progresso do espírito, é a conquista do amor pleno, mas isso depende de nossa dedicação e vontade. Essas coisas não acontecem de uma só vez. O caminho se faz ao caminhar, levando na bagagem de nossos talentos os princípios do amor que Jesus anunciou.

Ana Lúcia Silva Araújo

CALIXTO
eletrô
hidráulica

Padrão
CEMIG

VISA
MasterCard
CALISA
American Express

TELE-ENTREGA
(32)-3215 6896 / 3217-6710

Av. Rio Branco, 460
Manoel Honório - Juiz de Fora - MG

TIVOLI
Joias by **EMILAS**

Gal. Bruno Barbosa, 32
Gal. Epaminondas Braga, 2

EMPÓRIO NATURAL

temos uma variedade de Grãos, Farináceos, Cereais e Ervas Medicinais

32 3237-9124
Av. Gov. Valadares, 412
Manoel Honório

32 3225-4614
Rua Martins Barbosa, 114
Benfica

Evangelizadores do Amor

“É possível a renovação do mundo em que habitamos, (...) sem darmos à criança de hoje o embasamento evangélico? (...) Ajudar a criança, amparando-lhe o desenvolvimento, sob a luz do Cristo, é cooperar na construção da reforma santificante da Humanidade, na direção do mundo redimido de amanhã.” Com essas palavras do Benfeitor Emmanuel, que se encontram no livro *Encontros no Tempo* (psicografia de Francisco Cândido Xavier), verificamos a grandiosidade da tarefa de evangelização espírita e o compromisso dos evangelizadores na propagação do Evangelho.

O propósito do Espírito reencarnar é ser educado para evoluir e é na infância “que se lhe pode reformar os caracteres e reprimir os maus pendores”, conforme nos descreve Allan Kardec, na questão 385 de *O Livro dos Espíritos*.

O compromisso com as novas gerações é prepará-las para enfrentar os momentos felizes e os menos felizes da vida, sedimentando o Evangelho do Cristo Jesus. Daí a importância incontestável da Escola de Evangelização e a responsabilidade daqueles que, carinhosamente, abraçam essa tarefa nas instituições espíritas.

Essa atividade representa um arado incessante, requisitando sempre semeadores com o objetivo de aproximar a mensagem do Mestre dos

pequenos corações reencarnados. É fácil trabalhar na atualidade com os pequenos tão inteligentes e espertos? Não, não é. Há desafios a vencer na prática e transmissão dos valores cristãos? Sim, muitos. Mas, na condição de obreiros, chamados por Jesus para servir na sua seara, só alcançaremos o objetivo com tolerância, humildade, compreensão, paciência e perseverança. E isso vale para todos os momentos da vida, para todas as tarefas realizadas dentro e fora da instituição espírita.

Reencarnam na Terra, diariamente, Espíritos que se comprometeram no seu planejamento reencarnatório com a atividade da educação espírita infantil. Esses estão não só habilitados para desempenhar essa tarefa como também estão sendo assessorados por Espíritos gabaritados neste mister. Por isso, a confiança de que estão amparados pelo Plano Espiritual para o exercício da tarefa e que se dedicam a ela porque foram preparados são a motivação que impulsiona os indivíduos a vencerem obstáculos e despontarem na seara espírita como os evangelizadores do amor.

Evangelizadores espíritas, parabéns pelo trabalho! Que a nossa equipe aumente a cada dia, orientando as crianças pela palavra e pelo exemplo, superando desafios com testemunhos de amor e fé!

Verônica Azevedo



PORQUE ESCOLHI EVANGELIZAR

Evangelizo desde os 16 anos de idade. Já se passaram 22 anos, quando escolhi colaborar com Jesus nessa tarefa sublime de evangelizar a criança, o adolescente. Acredito no poder transformador da educação e evangelizar é trabalhar com Cristo Jesus, na educação do Espírito através dos seus ensinamentos.

Ellen de Paula Moreira Abreu

Quando recebi o convite para ser evangelizadora, senti-me despreparada e com pouca experiência na doutrina para ensinar a base e a vivência do conhecimento espírita. No entanto, tive uma luz: se estou iniciando o aprendizado no espiritismo, essa é a melhor forma de me evangelizar, ou seja, vou precisar estudar para compartilhar com as crianças. Assim, além de ser uma evangelizadora apaixonada pela ação, eu também sou uma evangelizanda!

Michelle Amaral Fontes Toledo

Para mim é uma oportunidade de trabalho na Seara do Cristo, mesmo com todos os meus defeitos e dívidas acumuladas durante toda a minha jornada. É a oportunidade de semear os ensinamentos de Jesus nos corações dos meus irmãos e aprender igualmente com eles. É a maneira em que posso honrar os esforços do Cristo, que trabalha incessantemente para servir a obra eterna de amor e sabedoria do Pai para com a Humanidade.

Phâmela Verônica de Souza Fávero

A maternidade sempre foi muito forte em mim. Amo ser mãe e amo conviver com crianças. Elas são as maiores bênçãos da vida. Foi por isso que quis ser evangelizadora. E me surpreendi ainda mais, pois elas nos ensinam mais do que ensinamos!

Elaine Kaheler Reis Carneiro

Escolhi essa tarefa pois gosto de crianças e por considerar a evangelização infantil de suma importância para a formação de base do ser. Acredito que ensinando desde pequeno certos valores, evitaremos certos problemas futuros, construindo uma sociedade melhor.

Nathalie Loures Thebas Pires e Silva

O sentimento de caridade



Allan Kardec se utilizou muitas vezes do termo caridade, dando a ele uma conotação muito mais profunda do que habitualmente se faz, ao relacioná-lo à bondade, à tolerância nas relações humanas e ao esquecimento das ofensas (O Livro dos Espíritos, item 886). Em artigo denominado Uma reconciliação pelo Espiritismo, publicado na Revista Espírita, setembro de 1862, Allan Kardec colocou que a caridade resume todos os nobres impulsos da alma para com o próximo, apresentando-a como um continuum, que varia desde a simples esmola até o amor aos inimigos, que é o supra-sumo da caridade.

Observamos que Allan Kardec apresenta a caridade como um espectro, que varia conforme o mérito da ação, que se relaciona, obviamente, com a dificuldade em praticá-la. Em um extremo do espectro, Allan Kardec coloca a simples esmola (que também é uma forma de caridade, embora de menor valor, porque, geralmente, custa-nos menos esforço: damos o que nos sobra). No outro extremo, Kardec coloca o amor aos inimigos, que considera o supra-sumo da caridade, pois exige do envolvido uma grande dose de abnegação.

E, nesse texto, Allan Kardec se vale da expressão sentimento de caridade, apresentada por ele em algumas passagens de O Evangelho segundo o Espiritismo (cap. 17, itens 2 e 3 e cap. 28, item 5) e em O Livro dos Espíritos, itens 717 e 918. No comentário ao item 717, quando examinando a ação antissocial de indivíduos que açambarcam os bens da Terra, com prejuízo daqueles a quem falta o necessário, nosso codificador escreve que é o sentimento de caridade que leva os homens a se prestarem mútuo apoio. No item 918, por sua vez, Allan Kardec, dissertando sobre as qualidades do verdadeiro homem de bem, escreve que

possuído do sentimento de caridade e de amor ao próximo, faz o bem pelo bem, sem contar com qualquer retribuição, e sacrifica seus interesses à justiça.

O que podemos entender por sentimento de caridade? Sentimento é, na realidade, a percepção psíquica de uma experiência vivida. Assim, talvez, Allan Kardec se refira à vivência íntima do comportamento de ajuda, à interiorização da ação exterior e que dá significado profundo ao ato. Muitos de nós temos automatizado a ação caritativa, fazendo-a mecanicamente, sem enriquecê-la de um sentimento do belo, do nobre, do generoso. Sabemos que toda ação que beneficia alguém é meritória e credita o beneficiador, porque reduz o sofrimento alheio. Todavia, entendemos que só o comportamento de ajuda que se acompanha do sentimento de caridade representa crescimento espiritual real, ou seja, que ilumina de dentro para fora aquele que o pratica.

Sob esse aspecto, o sentimento de caridade pode ser entendido como a boa vontade permanente, o desejo incessante de ser útil, um estado íntimo de encantamento ante a possibilidade de efetivação do comportamento de ajuda, o estado de graça ante a experiência do bom e do útil.

Allan Kardec conclui o artigo afirmando que um dos resultados do Espiritismo bem compreendido é desenvolver o sentimento de caridade e que quando todos nós estivermos imbuídos desse belo e nobre sentimento, viveremos em permanente harmonia com o nosso próximo e que se dois indivíduos podem viver em boa harmonia, o maior número também o pode. E, então, serão tão felizes quanto é possível sê-lo na Terra.

Ricardo Baesso de Oliveira



Marianne Angélica Reimer

Psicologia Clínica

(32) 98836-4890



Saudável Sabor Fit

ALIMENTOS SAUDÁVEIS

Sem Açúcar - Sem Glúten - Low Carb
(Salgados e Doces)

f /saudavelsaborfit @saudavelsaborfit (32)98841-2778



ONLINE



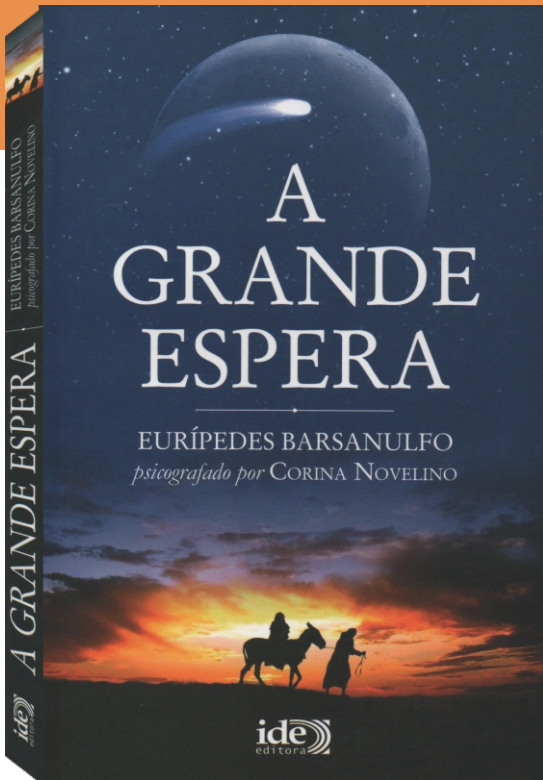
Transmita ao vivo seus eventos, reuniões, cursos, congressos, utilizando o estúdio móvel da Lupavideo, ligue para nós. Transmissões via internet ou satélite em FULLHD.

(32) **3234-6116**

WWW.LUPAVIDEO.COM.BR

PIONEIRA EM HDTV EM JUIZ DE FORA

BRINDES DO BIMESTRE



BRINDE DO MÊS: JANEIRO

Livro: **A Grande Espera**

Eurípedes Barsanulfo (Espírito) - Psicografado por Cora Novelino

Livro que narra momentos históricos dos essênios e do Cristianismo do Século I. Em estilo singelo e claro, vazado em termos didáticos, facilmente assimilável por todas as idades, essa obra, único romance do venerável Eurípedes Barsanulfo, psicografado pela abnegada irmã Corina Novelino, descortina uma intrigante página da passagem do Nosso Excelso Mestre pelo planeta.



BRINDE DO MÊS: FEVEREIRO

Livro: **TRANSIÇÃO FÁCIL**

Autor: Luis Hu Rivas

O que é a transição planetária? Qual é o futuro da Terra? Em 2050, inicia-se o mundo de regeneração? Chegarão seres de outros planetas? O estudo e o mapeamento da revelação de Chico Xavier, as profecias de Daniel e o Apocalipse de João Evangelista podem responder a essas perguntas.



Panorama
Revista Panorama

Vencedora do Prêmio Excelência e Qualidade Brasil

2013 - 2014
2016 - 2018

TRÊS PRESIDENTES
UMA MISSÃO DE VIDA

Albino Vasconcelos, Presidente da ICEP (Associação Comercial de Juiz de Fora);
Armando Falconi, fundador da Foz (Fundação Espírito Alan Kardec);
Ricardo Peres, fundador - presidente da UBC (União Brasileira para a Genética)

LAVANDERIA
Higilav
Higienização

ROUPAS EM GERAL
QUALQUER TIPO DE TAPETE
COBERTORES, EDREDONS

Lavamos estofados no local
Buscamos
Entregamos **3234-1522**

NOSSO FOCO É PARA QUE SUA EMPRESA
GANHE TEMPO, QUALIDADE DE SERVIÇOS E
VARIEDADE DE OPÇÕES NA ESCOLHA DOS TRABALHOS.

COM UM CUSTO
DE INVESTIMENTO
TÃO PEQUENO E
SURPREENDENTE,
QUE CABERÁ NO
SEU ORÇAMENTO

BRANDING FOTOGRAFIA IMPRESSO DIGITAL

publimix
WWW.PUBLIMIX.NET.BR
3212-7110

TRANSIÇÃO PLANETÁRIA

SEMINÁRIO DE JANEIRO DE 2020 NA FEAK

Quartas-feiras - dias: 8, 15, 22 e 29 - das 20 às 21h30min

FACILITADOR:

Armando Falconi

O estudo e o mapeamento da revelação de Chico Xavier, das profecias de Daniel e o Apocalipse de João Evangelista. Vamos entender a transição planetária na visão da Doutrina Espírita.

Quer saber mais?

Participe e traga um amigo!



Olá! Meu nome é Márcia do Nascimento Almeida, sou trabalhadora ativa da FEAK e na Web Rádio Evoluir apresento o programa Conduta Espírita, baseado no livro de mesmo nome do autor espiritual André Luiz.

Convido você, seus familiares e amigos a acompanharem a programação semanal desse abençoado canal de comunicação que divulga conhecimentos à luz da Doutrina Espírita. Abraço fraterno.

Radio Evoluir - A Emissora da Regeneração na Internet

Ouçá a 1ª Web Rádio Espírita de Juiz de Fora - Fale conosco: radioevoluir@feak.org