

O ESSENCIAL

FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER-EMMANUEL

CAPÍTULO

“Amarás ao teu próximo
como a ti mesmo”

que Jesus tinha f
conselho. E um del
doutor da lei, que
mandamento da lei? Jesus lhe disse: Amarás ao Senho
de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todo
dimento, este é o maior e o primeiro mandamento. I
1. ... disse: como

Se caíste, levanta-te
e caminha.

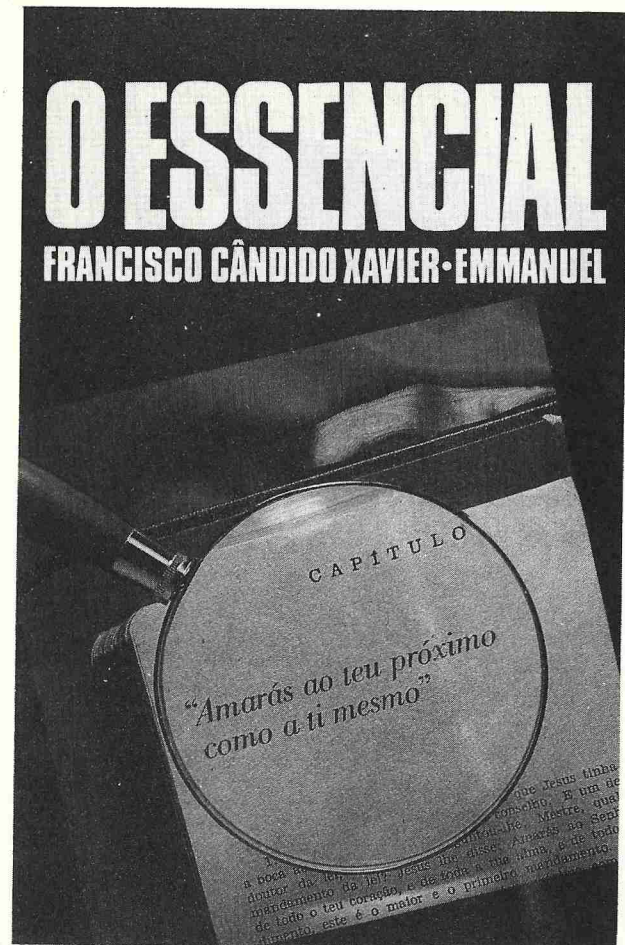
E lembra-te de que
Deus, em qualquer rea-
lização a que te afeições,
nunca te negará o ensejo
de começar outra vez.

Dados de Catalogação na Publicação (CIP) Internacional
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

E46e	Emmanuel (Espírito) O essencial/Emmanuel; psicografado por Francisco Cândido Xavier.- São Paulo: Cultura Espírita União, 1986.
	1. Amor 2. Espiritismo 3. Psicografia I. Xavier, Francisco Cândido, 1910 - II. Título.
	CDD - 133.9 - 133.93 - 248.4
86-1267	

Índices para catálogo sistemático:

1. Amor: Vida cristã 248.4
2. Espiritismo 133.9
3. Psicografia: Espiritismo 133.93
4. Reflexões psicografadas: Espiritismo 133.93





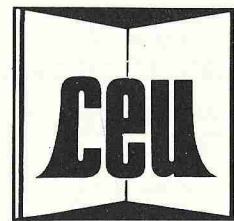
distribuição da sua
EDITORA FRATERNA ESPÍRITA LTDA.
Rua São Camilo, 22 ap. 304 - Penha
21070 - Rio de Janeiro - RJ
Tel. 230-5813
o livro espírita com amor

Direitos Autorais CEU© 1986

1.^a Edição: 20.000 exemplares

*Editora Cultura Espírita União
Rua dos Democráticos, 527
CEP 04305 - Vila Monte Alegre
Cx. Postal 1564 - Jabaquara - S. Paulo
C. G. C. 51.602.688/0001-10
Inscr. Estadual 110.182.264*

Impresso no Brasil



CULTURA ESPÍRITA UNIÃO

Revisão: Beatriz L. Peixoto Galves
Produção e Capa: João Santoro
Diagramação: Vivaldo da C. Borges
Foto da Capa: Dercílio

SUMÁRIO

Vem e auxilia	19
Amor em ação	23
De novo	24
Trabalhar sempre	25
O melhor	29
Dinheiro	30
Trabalha e conseguirás	33

Dor e prece	36
Não reprovos	37
Caridade da coragem	39
Buscando paz	44
O amigo infalível	45
As três escolhas	47
Atritros	51
Julgamentos	52
Riqueza e ação	53
Migalha e caridade	57
Ato de confiança	58
Sentenciados	61
Provas	65
Silêncio	

Crítica e trabalho	67
Medidas de amor	71
Essencial	72
Realidade e suposição	75
Ato de fé	80
Vencer	81
Sempre adiante	83
Ante o além	91
Silêncio e prece	92

PREFÁCIO

TODOS concordamos - afirmou um amigo, interpretando o pensamento de muitos circunstantes - em que não nos será lícito esquecer o valor dos grandes livros que asseguram a estabilidade da Civilização. Uma estrela pode retratar-se num poço de água límpida, à vista da imensa

distância que os separa, mas a Ciência, a Filosofia, a Religião e a História, de modo integral, não se enquadram num opúsculo..."

— 0 —

O companheiro fez longa pausa e acentuou:

"Os problemas da vivência, no relacionamento humano, porém, guardam com Jesus, o ápice da síntese, quando Ele, o próprio Divino Mestre, nos recomendou: - "Amai-vos uns aos outros tal qual eu vos amei". O Senhor demonstrou que nos é possível, em matéria de vida e amor, elevação e paz, obter a condensação de grandes ensinamentos para a edifica-

ção do nosso mundo íntimo, com o máximo de reflexões num mínimo de tempo..."

— 0 —

E prosseguiu:

— "Aqui mesmo na Terra, dispomos de muitas frações de minutos e até mesmo de horas, em múltiplos lugares. Gastamos, por vezes, vários pedaços de tempo, em salas de espera; na expectativa do encontro marcado com amigos que se vêm obrigados a retardar a própria chegada; nos longos trajetos de ônibus; nas filas de atendimento em repartições, cuja elasticidade dos serviços necessitamos; nas ocasiões de repouso corpóreo,

nas quais é indispensável se faça a reparação de determinado órgão do veículo físico que usufruímos ...”

— 0 —

E concluiu:

— “Por que não solicitar de um amigo espiritual um volume contendo frases curtas e idéias renovadoras, nas quais se nos faça possível meditar em torno de certas lições e diretrizes da vida e assimilá-las devidamente? Um livro simples e sem pretensões que seja para nós outros um repositório do essencial?”

— 0 —

Amigo leitor, dos enunciados a

que nos reportamos nasceu este livro que te colocamos nas mãos, respeitosamente. Um volume simples, de temas essenciais para atitudes essenciais.

Ao entregar-te, assim, o trabalho aqui configurado, rogamos a Jesus, o nosso Divino Mestre, nos inspire e nos abençoe.

EMMANUEL

Uberaba, 20 de março de 1986

VEM E AUXILIA

ACENDESTE
mais luz na inteligência e, por isso,
consegues observar, mais longe, o
campo das necessidades humanas.

— o —

Sabes onde se oculta a ignorância, suscitando a carência de luz e onde se alteia o brilho do conheci-

mento enobrecido que te faculta o reconhecimento da universalidade da vida, a prenunciar-te o júbilo da consciência cósmica.

— o —

Entretanto, não olvides estender a mão aos companheiros que renteiam contigo, chegando da retaguarda.

Muitos se marginalizaram nas trevas por desconhecerem o caminho que já podes trilhar.

— o —

Ontem, igualmente tateavas.
Hoje, conheces.

— o —

Reparte o pão da luz espiritual que amealhaste, a fim de que outros se nutram dele, de modo a buscarem, por eles próprios, a riqueza das instruções que usufruis.

— o —

Não reproves aqueles que ainda não dispõem da força precisa, a fim de acompanhar-te.

Ei-los que te aguardam as diretrizes.

— o —

Sabes que ninguém adquire a elevação espiritual por osmose.

Em razão disso, todos os irmãos que vacilam na estrada, entre a negação e o sofrimento, entre a dúvi-

da e o desânimo não te reclamam prodígios que lhes operem a renovação do mundo interior, de um momento para outro.

— o —

Todos eles, filhos de Deus, tanto quanto nós, são criaturas que se candidatam à escalada para a Vida Maior e, para isso, te rogam apenas o calor da simpatia e uma réstia de luz.

AMOR EM AÇÃO

Paciência, em verdade,
É o amor em ação.

Todo bem traz por si
Paciência na base.

A semente no solo
Aguarda tolerância.

A árvore pede amor
A fim de produzir.

Que a paciência em nós
Seja a calma em trabalho.

A grandeza do mundo
É a paciência de Deus.

DE NOVO

Sê caíste em serviço,
Levanta-te e caminha.

Por nada te envergonhes
Começar outra vez...

Nem te humilhe rogar
Auxílio a um companheiro.

Ainda moras na Terra,
Não no País dos Anjos.

Toma a charrua e lavra
O solo que te espera.

De novo, planta o bem;
Deus te protegerá.

TRABALHAR SEMPRE

NÃO te imobilizes, à beira da estrada, aguardando o ensejo de ser feliz.

— o —

O êxito real não é um fruto de ouro, na bandeja da gratuidade.

— o —

— o —

Adere ao trabalho e aprende a servir.

— o —

Seja qual seja o lugar em que estivermos, é preciso empregar as forças disponíveis da própria existência, no esforço máximo ante o dever a cumprir, para que nos entreguemos ao melhor que conseguimos fazer de nós mesmos.

— o —

A vitória em determinado setor, sem dúvida, surgir-te-á com o auxílio que os outros te ofereçam, mas somente perseverará contigo,

através do auxílio que te disponhas a oferecer aos outros.

— o —

Não te julgues inútil e nem te suponhas superior aos demais.

— o —

Recorda as múltiplas possibilidades que usufruis, no sentido de te desdobrares no amparo aos semelhantes e trabalha pelo prazer de agir, colaborando na segurança da vida comunitária.

— o —

Entre desejar e esperar, melhor é fazer e a senda única indicada a todos aqueles que realizam algo de

útil, a benefício do próximo, será sempre servir ampliando o trabalho e trabalhar sempre para melhor servir.

O MELHOR

Muitos sonhos nutriste
Que não se realizaram.

Pediste aos Céus a paz
E tiveste mais lutas.

Rogavas a abastança
E a carência te segue.

Achaste o Grande Amor
Em rude desencontro.

Seja qual for a prova,
Não chores. Agradece.

Não duvides da Lei,
Deus faz sempre o melhor.

DINHEIRO

Não digas que o dinheiro
É instrumento do mal.

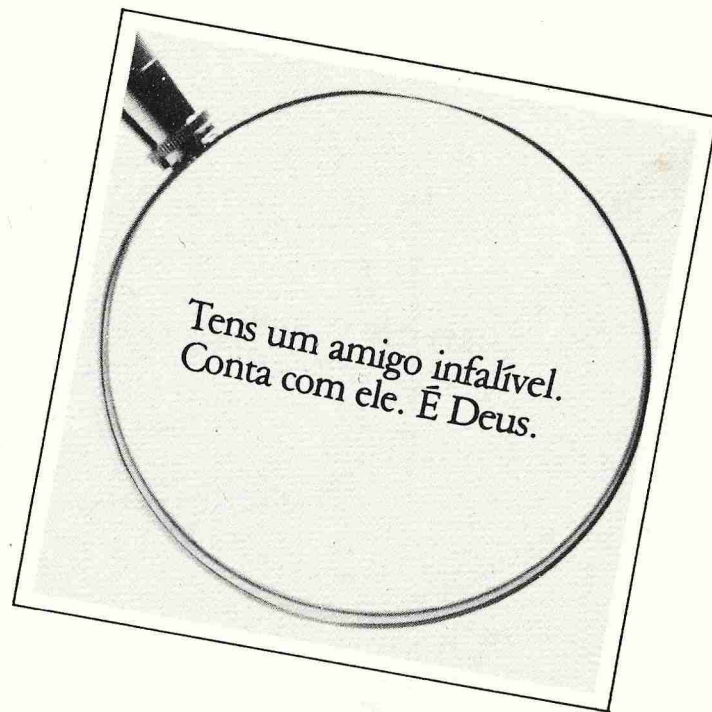
Tens nele o servidor
Que te cumpre a vontade.

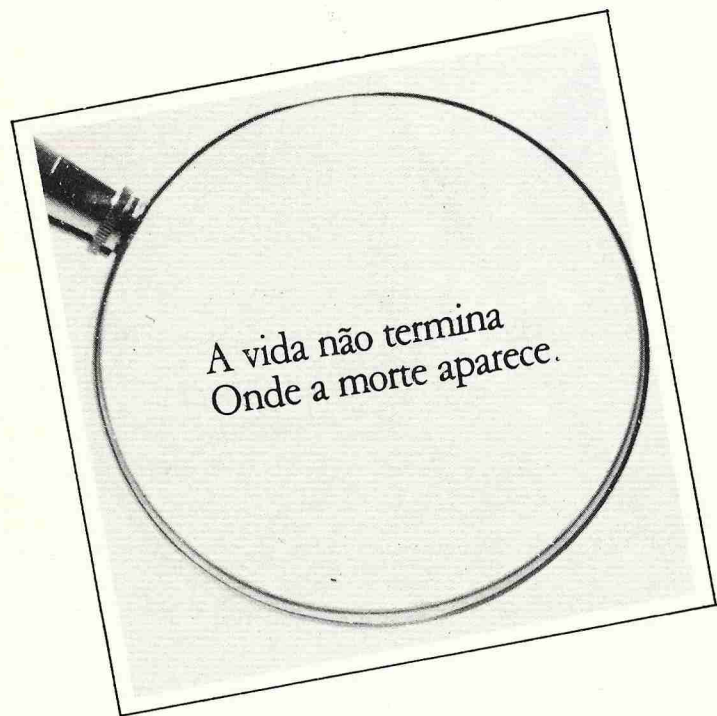
O dinheiro é suor
Convertido em cifrão.

Respeita-lhe a presença
E dá-lhe funções nobres.

A moeda no Bem
Faz prodígios de amor.

Dinheiro em bom caminho,
É socorro de Deus.





TRABALHA E CONSEGUIRÁS

NÃO te pertur-
bes nas horas de crise.

— o —

Se perdeste o emprego, trabalha
e conseguirás outro.

— o —

Se te surgem transformações no

ambiente profissional, trabalha e, para logo, conquistarás a precisa adaptação.

— o —

Se alterações negativas te aparecem no campo familiar, continua trabalhando e reconhecerás, em silêncio, que toda pessoa, com o tempo, se coloca naquilo que procura.

— o —

Se te vêes à frente da desvinculação inoportuna de uma criatura querida que se afasta do recanto doméstico, prossegue trabalhando e poderás auxiliá-la, devidamente, em qualquer episódio infeliz.

— o —

Se teus filhos, na maioridade, resolverem residir à distância de tua presença, não te aborreças, por isso; respeita-lhes a vontade e continua trabalhando, à espera do dia que lhes assinale a presença.

— o —

Não te confies à inquietação ou ao desespero.

Em qualquer circunstância, trabalha e espera por Deus, cujo infinito amor não te faltará.

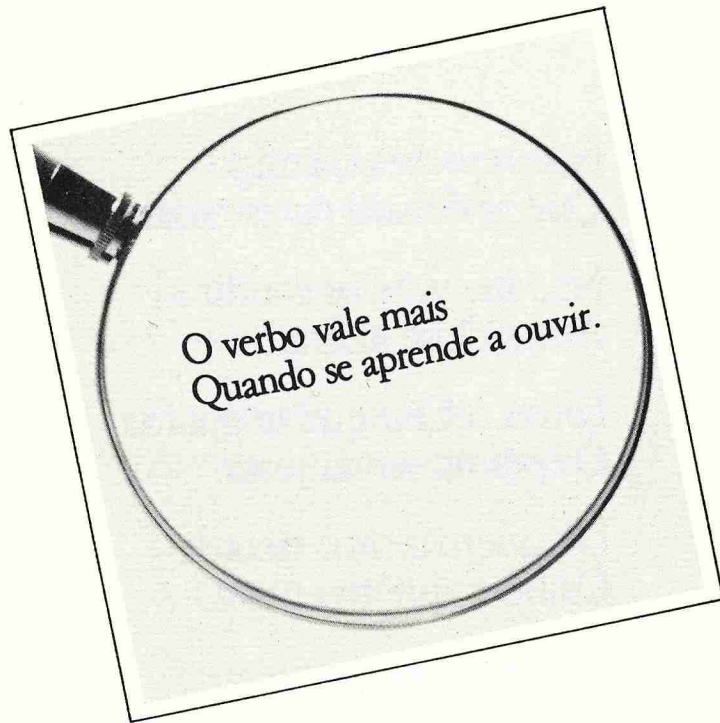
DOR E PRECE

Se a provação te busca,
Não te rebeles. Ora.
Talvez não obtenhas
O que rogues ao Céu.
Perceberás, porém,
A vida a transformar-se.
Brotar-te-á no ser
A luz do entendimento.
Ouvirás em ti mesmo
A voz da compreensão.
E notarás que dor
É uma bênção de Deus.

NÃO REPROVES

Não reproves o amigo
Que te deixou na estrada.
Não lhe viste os conflitos,
Antes de se afastar.
Louva o Céu que te guarda
Os pés na senda justa.
De quem se foi, recorda
Os bens que recebeste.
Agradece o caminho
Que o Senhor te assinala.
Da seara do amor
Que saiu voltará.

CARIDADE DA CORAGEM



UMA espécie de caridade de que poucos amigos se lembram: - a caridade da coragem.

— o —

Recorda os companheiros que adoeceram por falta de energia emocional, diante de confidências amargas; dos que enlouqueceram,

ouvindo denúncias lamentáveis, não vacilando em atingir a própria delinquência, ante o ressentimento de que se viram acometidos, ao recolherem anotações indébitas, em torno da vida familiar; dos irmãos outros que receando dificuldades e obstáculos da existência, se mergulharam nos alucinógenos sem necessidade; dos que se impressionaram em demasia com sintomas sem maior importância e caíram na rede das moléstias imaginárias que lhes devastam a mente; e daqueles que se confiaram à subversão, em matéria de trabalho, acompanhando impensadamente as atitudes destrutivas de colegas revoltados e infelizes.

— o —

Pensa naquelas criaturas que te aguardam a assistência e o carinho e que ainda não te podem dispensar a presença protetora, a fim de se consagrarem às obrigações que lhes dizem respeito.

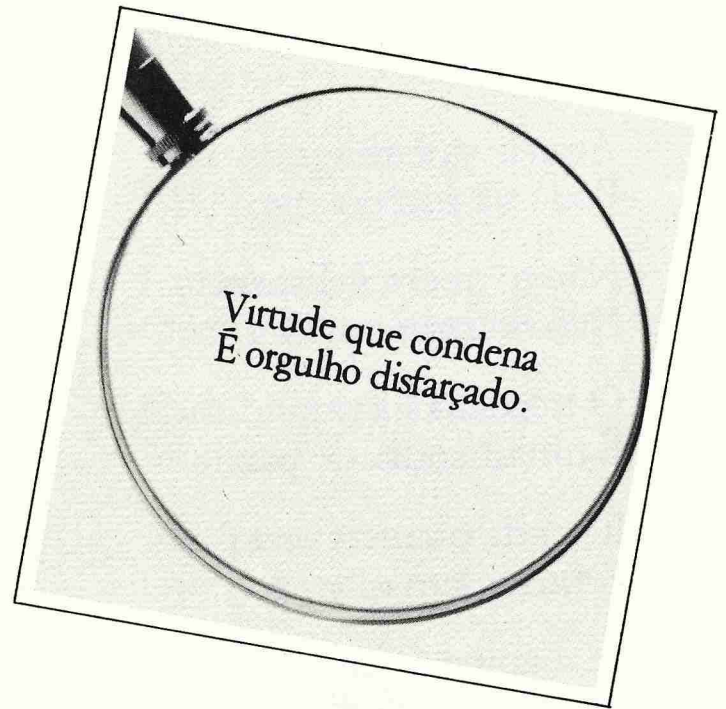
— o —

Reflete nas calamidades afetivas, provocadas pela fraqueza daqueles que desertam dos compromissos assumidos, arruinando o caminho de famílias inteiras.

— o —

Meditemos nos infortúnios a que nos referimos e pede ao Senhor te acrescente a capacidade de

resistir às tentações e ao medo, à omissão e ao desânimo, porque nós todos não prescindimos de equilíbrio para executar os encargos que abraçamos e é indispensável se reafirme, em cada um de nós, a força espiritual suficiente para agir com intrepidez, sem temeridade, e a disposição de cultivar a coragem de sermos fiéis à Lei de Deus.



BUSCANDO PAZ

Aquele que te agride
Pode ser um doente.

Não te queixes. Espera,
Não dramatizes. Ora.

O troco do silêncio
É uma bênção de paz.

Recorda quantas vezes
Ferimos sem querer.

Se o golpe é dos mais graves,
Entrega o assunto a Deus.

Para sanar o mal,
Bastar-se-á viver.

O AMIGO INFALÍVEL

Viste calamidades
Que jamais esperaste.

Cultivaste afeições
Que te armaram ciladas.

Carinho que plantaste
Produziu menosprezo.

Não permitas, porém,
Que a tristeza te arrase.

Trabalha, espera e serve.
Não desistas do bem.

Tens um amigo infalível.
Conta com ele. É Deus.



AS TRÊS ESCOLHAS

O discípulo apresentou-se ao orientador cristão e indagou:

— Instrutor, em sua opinião, qual é a lei que englobaria em si todas as Leis de Deus?

O interpelado respondeu:

— A Lei do Bem.

— Entretanto - acrescentou o

aprendiz — quem diz “lei” refere-se a clima de ação que todos devemos observar.

— Isto mesmo.

— Nesse caso, onde ficaria o livre-arbítrio?

O orientador meditou alguns momentos e considerou:

— O livre-arbítrio é concedido a todas as criaturas conscientes, porquanto, “a cada espírito será dado o que lhe cabe receber, conforme as próprias obras”. O Criador, porém, não é autor de violência. Por isso, até mesmo ante a Lei do Bem, a pessoa humana dispõe de três opções distintas. Poderemos segui-la, parar na senda evolutiva, de modo a não segui-la, ou afastarmo-nos

dela pelos despenhadeiros do mal.

— Instrutor amigo, esclareça, por obséquio, a que resultados nos levam as três escolhas referidas?

O mentor aclarou, com serenidade:

— Os que observam a Lei do Bem se encaminham para as Esferas Superiores; os que preferem descansar em caminho, por vezes se demoram muito tempo na inércia, retomando a marcha com muitas dificuldades para a readaptação às tarefas da jornada; e os que se distanciam voluntariamente, nos resvaladouros do desequilíbrio, muitas vezes, gastam séculos, presos nos princípios de causa e efeito, até que, um dia, deliberem

aceitar a própria renovação...
Compreendeu?

O aprendiz fez leve movimento
afirmativo e começou a pensar.

ATRITOS

Nos atritos do mundo,
Não te omitas. Aceita.

Que seria de nós,
Sem a prova que educa?

Pelo buril do artista,
Faz-se a pedra obra-prima.

A mente sem problemas
Repousaria inútil.

A luz do sofrimento
Vem de pranto e suor.

Se a provação te apura,
Rende graças a Deus.

JULGAMENTOS

Se alguém te surge em erro
Tranquiliza-te e cala.

Não sabes o princípio
Dos fatos que registras.

Quanta dor na criatura
Antes de haver caído!...

Se vês a falta alheia,
Usa a misericórdia.

Virtude que condena
É orgulho disfarçado.

Hoje, podes julgar...
Amanhã, ninguém sabe.

RIQUEZA E AÇÃO

TODAS as oportunidades de estudo e progresso, aprimoramento e educação, constituem talentos que o Senhor nos empresta, a fim de que possamos com ele colaborar na extensão da Obra Divina.

Em razão disso, a riqueza não é

somente o depósito bancário ou a bolsa repleta.

— o —

Riqueza é também a saúde que produz reconforto e o pensamento equilibrado a exprimir-se em bênçãos de segurança.

Riqueza é a mão que trabalha e a inteligência que raciocina.

Por isso mesmo, ninguém é tão pobre que não possa algo fazer na rota do bêm comum.

Assim considerada, a riqueza no mundo é qual o sangue no corpo.

— o —

Ergue-se a máquina fisiológica, em todo o seu conjunto soberbo de

peças, à base do líquido sanguíneo que circula, generoso e incessante.

Tudo nesse universo de células microscópicas é atividade infatigável, para que a vida se expresse divina e soberana.

— o —

A parada intempestiva ou o empobrecimento do sangue carregam a morte.

Em nossa condição de ricos do dinheiro ou da habilidade, de coragem ou esperança, equilíbrio ou conhecimento, é indispensável nos devotemos ao serviço da elevação e da felicidade de todos os que nos cercam, de vez que a preguiça, irmã gêmea da sovinice, é, em ver-

dade, a fonte da ignorância que
traz consigo, em tudo, as chagas da
penúria e os tormentos do mal.

MIGALHA E CARIDADE

Qualquer dádiva é grande
Nas mãos da caridade.

Um gesto de bondade
É chave de socorro.

Há florestas que nascem
De uma semente humilde.

Gotas de sedativo
Suprimem grandes dores.

Quem serve reconhece
O poder da migalha.

A simples vela acesa
Rechaça a escuridão.

ATO DE CONFIANÇA

Se problemas te cercam,
Não te perturbes. Ora.

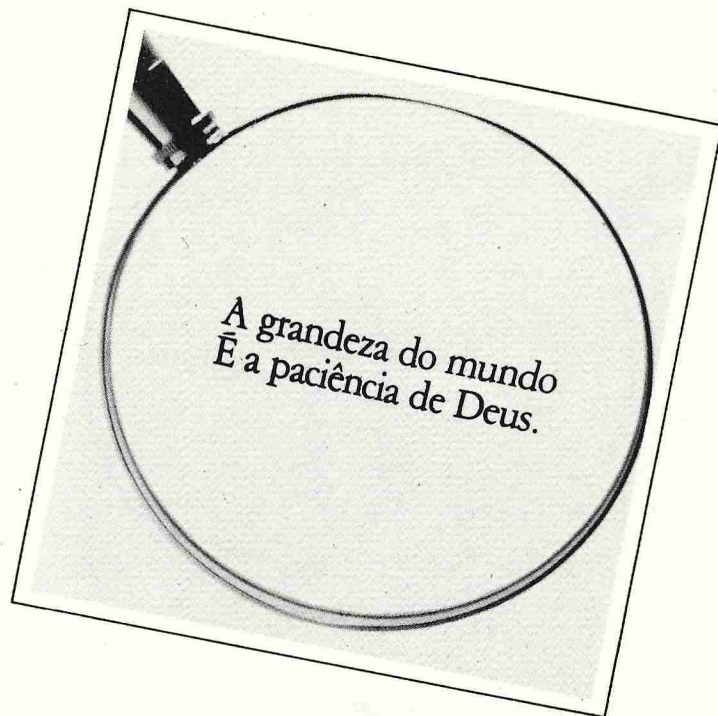
Muita dor que imaginas
Nunca aparecerá.

Arrima-te à esperança,
E segue para a frente.


Amargura mantida
É corrosivo lento.

Segue fazendo o bem
E o bem te trará tesouros.

Sobretudo, confia,
Deus te resguardará.



SENTENCIADOS



Não duvides da Lei,
Deus faz sempre o melhor.

OS irmãos reeducandos, refugiados nas penitenciárias, efetivamente não se encontram sozinhos.

Retidos em prisões sem grades, em quase todos os lugares da Terra, surpreendemos sentenciados diversos, dentre os quais salientamos:

os presidiários das tribulações longas e dolorosas;

os réus do remorso, que gemem sob o peso de culpas que ocultam inconfessadas, no imo da consciência;

os detentos da rebeldia, que nunca se satisfazem com os recursos que a vida lhes coloca nas mãos;

os prisioneiros do sofrimento nas trevas da inconformação, que se recusam a sair do labirinto de negação em que se escondem, fugindo à luz da consolação;

os irmãos que choram e, ao mesmo tempo, se encarceram em lamentações sem proveito, na teimosia e no desespero, repelindo a terapêutica do perdão e do trabalho

que se lhes faria estrada libertadora;

os encadeados da angústia que se levantam contra os espinhos das grandes provações, suscetíveis de reconduzí-los ao equilíbrio e à paz de que se reconhecem distantes;

— o —

Ainda mesmo perante os irmãos considerados delinquentes, abstém-te de condenar.

— o —

Todos nós, espíritos endividados ante as Leis de Deus, se abrimos o próprio íntimo, diante de companheiros que se empenham a conhecer-nos, ei-los a soletrarem

esta frase escrita com as nossas próprias lágrimas, no portal de entrada de nosso coração: “Compadece-te de mim”.

PROVAS

Aceita os instrumentos
Das provas que te apuram.

Toda renovação
Traz a dor onde surja.

Que seria da pedra
Sem toques de martelo?

Sem massacres do trigo,
Não teríamos pão.

Nos teus dias de crise,
Sofre com paciência.

Tolerância nas provas
É degrau para Deus.

SILÊNCIO

O verbo vale mais
Quando se aprende a ouvir.

Cultiva onde estiveres
A força do silêncio.

Contempla a natureza
A servir sem alarde.

Brilha o sol sem ruído,
Nasce a flor sem barulho.

A frase que constrói
Será sempre uma bênção.

Mas, escuta: o silêncio
Traz as vozes de Deus.

CRÍTICA E TRABALHO

O trabalho edificante, em andamento no Plano Físico, onde se reúnem milhões de criaturas diferentes, não se desenvolve sem crítica.

— o —

A pancadaria verbal sempre cerca os obreiros.

E explodem afirmações quais estas:

— “Porque tanta lentidão nos detalhes?”

— “É impossível que não estejam vendo as falhas que se mostram.”

— “Aquele cooperador é um desastre.”

— “Não se compreende tarefa assim tão importante em mãos tão incompetentes.”

— “Não consigo colaborar com gente tão despreparada!...”

— “Tudo cairá sobre a turma irresponsável.”

— “Estão todos errados...”

— “Aguardemos o fracasso total...”

— o —

Quando essas frases se te fizerem ouvir, não temas e prossegue trabalhando...

— o —

Imperfeições todos temos e teremos, até alcançarmos o Plano Divino.

Problemas evidenciam presença e colaboração.

Dificuldades trazem observação e observação gera segurança.

Deixa que a censura te vigie e prossegue adiante.

— o —

Apesar de nossos erros e acima de todas as nossas deficiências, a

construção do Bem não nos pertence. Pertence a Jesus que zelará por ela, em nome de Deus. E sabemos que o trabalho de Jesus não pode e nem deve parar.

MEDIDAS DE AMOR

Esperavas amigos
Na fé com que te nutres.

E chegaram de longe,
À busca de teus passos.

Entretanto, aprendeste
Que não são quem pensavas.

Esse é fraco e te aflige,
Outro te aumenta as provas.

Mas, quanto for possível,
Não afastes nenhum.

Com eles, Deus te mede
O tamanho do amor.

ESSENCIAIS

Lembra-te sempre disto:
Tens somente o que és.

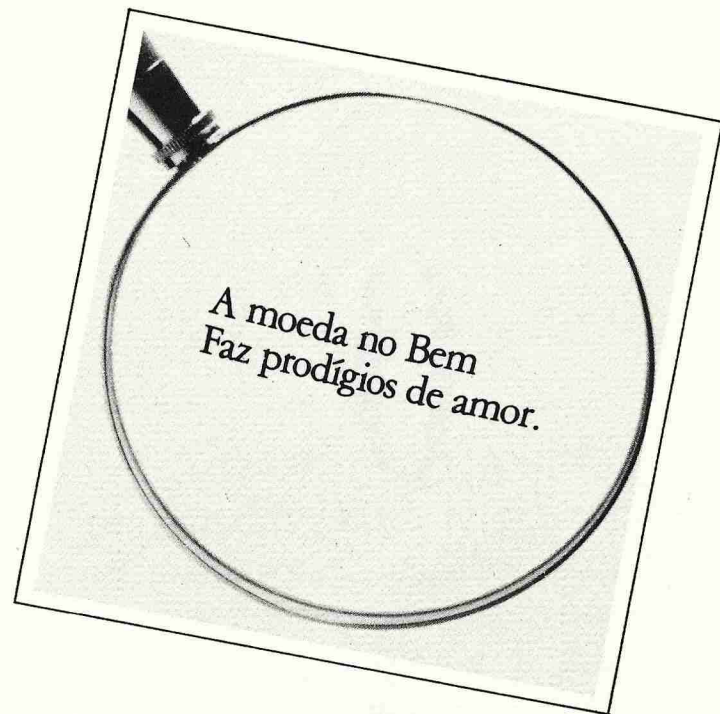
O que fazes de ti
É aquilo que possuis.

Corpo em que moras hoje
Sofre a lei do desgaste.

A posse que reténs
Passará a outras mãos.

Recorda: A evolução
Tudo alcança e renova.

Em derradeira instância,
Importará só Deus.



REALIDADE E SUPOSIÇÃO

QUANDO te sintas em dificuldade no relacionamento com os outros, observa que, muitas vezes, esses mesmos outros suportam problemas e percalços muito maiores do que os nossos.

— o —

Semelhante exercício te renova-

rá os pensamentos e a compaixão te surgirá no íntimo, obstando-te a queda em pessimismo e revolta.

— o —

Se possuísses um engenho capaz de radiografar os sentimentos alheios, reconhecerias, de pronto, o contraste entre a suposição e a realidade.

— o —

Aquele chefe, supostamente arbitrário, guarda consigo a mente esfogueada de inquietações pelo próprio serviço de que recibes os recursos que se te fazem necessários à vida.

— o —

Provavelmente o amigo que não te notou a presença carrega as próprias idéias e emoções concentradas num filhinho doente.

— o —

A senhora que tantos julgavam excessivamente enfeitada, assim se preparou diversos dias a fim de solicitar emprego a determinadas autoridades para o esposo recém-demitido da organização em que trabalhava.

— o —

O rapaz que passou, conduzindo o carro em alta velocidade, é portador de um cérebro enfermiço.

— o —

O artista que se negou a colaborar contigo na realização das boas obras em que te empenhas, estará sob o peso de terrível estafa.

— o —

A ninguém julguemos precipitadamente.

— o —

Procuremos o melhor de cada situação e de cada criatura, de modo a seguirmos para diante com o melhor a fazer, esquecendo o desnecessário.

— o —

Em muitos lances de marcha na

direção de Deus erramos, a fim de aprender com segurança, ou caímos, de modo a levantar-nos para conquistar o equilíbrio seguro.

— o —

Ninguém segue sem o apoio de alguém nos caminhos da vida.

Em vista disso, compadeçamo-nos dos outros para que os outros se compadeçam de nós.

ATO DE FÊ

Em todo instante
Confio em Deus.

No que faço
Penso em Deus.

Com quem vivo
Amo a Deus.

Por onde sigo,
Sigo com Deus.

No que acontece
Deus faz o melhor.

Tudo o que tenho
É bênção de Deus.

VENCER

Resguarda a consciência
Sempre limpa de culpas.

Ante as provas da vida,
Não esmoreças, nunca.

Se vieste a cair,
Ergue te e recomeça.

Cultiva no trabalho
A bênção de teu pão.

Lembra a regra da paz:
Ama e perdoa sempre.

Estende o bem a todos
E vencerás com Deus.

SEMPRE ADIANTE



QUANDO o fracasso apareça, tentando gelar-te a coragem, não esmoreças.

— o —

Usa a paciência e a fé em Deus, sabendo, porém, que semelhantes qualidades não são recursos estanques.

— o —

Recomeça o trabalho que te caracteriza as atividades, buscando novo caminho.

— o —

Se ainda não existe esse ou aquele esquema para tarefas novas, reinicia-te no relacionamento com os outros.

— o —

Sai de ti mesmo e procura a convivência com aqueles companheiros que, porventura, te possam auxiliar no cultivo de propósitos diferentes a que necessites talvez inclinar-te.

Faze-te alguém, à vista dos demais.

— o —

Alguém disponível.

— o —

Age, ainda que seja atendendo aos diálogos da via pública, sem o intuito de absorver o tempo alheio.

— o —

Ouve o que se fala e emite os apontamentos que consideres justos e humanos, no clima dos assuntos em foco, sem criticar a ninguém.

— o —

Se comentas as proações de al-

gum companheiro, a quem consi-
gas doar alguns minutos de espe-
rança e reconforto, fazê-lo com
amor sem exibição de benemerên-
cia.

— o —

A convite de amigos que te solici-
tem a atenção e o concurso, para a
execução de tarefas julgadas à con-
ta de inexpressivas e pequeninas,
aceita os encargos que te forem
conferidos, demonstrando grati-
dão e alegria, porquanto é provável
que aí encontres as tuas melhores
oportunidades de reerguimento
para a reconquista da paz de que
necessitas.

— o —

Ainda mesmo registrando la-
mentações de pessoas queridas
acerca de falhas e quedas, nas quais
possivelmente hajás incorrido em
dias passados, silencia e trabalha,
sem azedume e sem acusações para
pessoas quaisquer.

— o —

Não dramatizes problemas su-
perados, nem te detenhas a minu-
denciar obstáculos vencidos.

— o —

Não te concedas o luxo das re-
cordações vazias de construtividade
e segue adiante, à procura da tran-
quilidade que o novo engajamento
em serviços te propiciará.

— o —

Recorda que, nos caminhos evolutivos, as tribulações e as provas caem sobre nós todos, espíritos encarnados e desencarnados, em aperfeiçoamento.

Quando isso te ocorra, valoriza o tempo e age, desvencilhando-te de qualquer idéia pessimista que te estorve a alegria de viver.

— o —

Se caíste, levanta-te e caminha.

E lembra-te de que Deus, em qualquer realização a que te afeições, nunca te negará o ensejo de começar outra vez.



ANTE O ALÉM

A vida não termina
Onde a morte aparece.

Não transformes saudade
Em fel nos que se foram.

Eles seguem contigo,
Conquanto de outra forma.

Dá-lhes amor e paz,
Por muito que padeças.

Eles também te esperam
Procurando amparar-te.

Todos estamos juntos,
Na presença de Deus.

SILÊNCIO E PRECE

Se algo te aflige a vida,
Não desesperes. Pensa.

Olha a terra alagada
Prometendo a colheita.

Fita as nuvens imensas
Desfazendo-se em chuva.

Quanto mal de outro tempo
Fez-se a bênção de hoje?

Se alguma dor te fere,
Faze silêncio e ora.

Na sombra que te cerca,
Deus fará nova luz.

**Livros psicografados por Chico Xavier,
editado pela Cultura Espírita União.**

A VIDA CONTA	Maria Dolores
ALMA E VIDA	Maria Dolores
AMIGO	Emmanuel
CAMINHOS	Emmanuel
CAMINHOS DO AMOR	Maria Dolores
CONVIVÊNCIA	Emmanuel
CORREIO DO ALÉM	Espíritos diversos
ENDEREÇOS DA PAZ	André Luiz
FAMÍLIA	Espíritos diversos

HOJE	Emmanuel
JÓIA	Emmanuel
LINHA 200	Emmanuel
LIVRO DE RESPOSTAS	Emmanuel
MAIS VIDA	Espíritos diversos
MEDIUNIDADE E SINTONIA	Emmanuel
MOMENTOS DE ENCONTRO	C. Redondo - Rosangela
O ESSENCIAL	Emmanuel
PACIÊNCIA	Emmanuel
PALAVRAS DO CORAÇÃO	Meimei
PAZ	Emmanuel
PRAÇA DA AMIZADE	Espíritos diversos
PRONTO SOCORRO	Emmanuel
RUMOS DA VIDA	Espíritos diversos
TÃO FÁCIL	Espíritos diversos

Entre desejar e esperar, melhor é fazer, e a senda única indicada a todos aqueles que realizam algo de útil, a benefício do próximo, será sempre servir ampliando o trabalho e trabalhar sempre para melhor servir.



Impresso por
W. Roth & Cia. Ltda.

