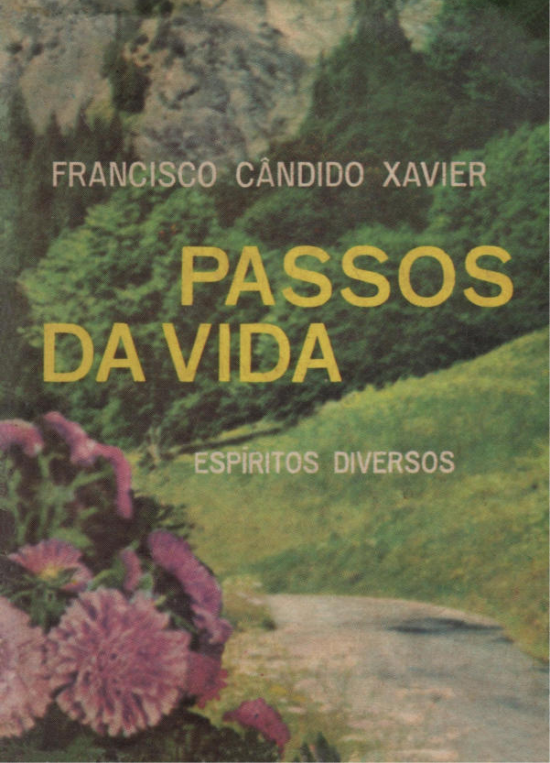


The background of the book cover is a painting. The upper portion shows a dark, rocky cliff face. Below the cliff is a dense, green forest. In the lower right, a body of water is visible, reflecting the light. In the lower left corner, there is a cluster of purple flowers, possibly chrysanthemums, with green leaves. The overall style is that of a classic oil painting.

FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER

# PASSOS DA VIDA

ESPÍRITOS DIVERSOS

## PASSOS DA VIDA

Onde a orientação para os caminhos da existência? como transformar o raciocínio em consolação e a dor em alegria, na química do pensamento? de que modo atravessar com êxito as provas regenerativas que o mundo nos impõe? qual a função dos problemas que nos desafiam na romagem terrestre?

Ideado e organizado por Emmanuel, o instrutor espiritual que se fez credor de nosso reconhecimento constante, este livro enfeixando páginas confortadoras e sábias de vários benfeitores domiciliados na Vida Maior, responde às perguntas que todos formulamos diante do cotidiano. Lê-lo, por isso mesmo, será envolver os nossos passos no dia-a-dia em tesouros de esperança e bênçãos de luz.

Francisco Cândido  
Xavier

# PASSOS DA VIDA

Espíritos Diversos

EDIÇÃO CEC  
COMUNHÃO ESPÍRITA CRISTÃ  
Rua Prof. Eurípedes Barsanulfo, 185  
UBERABA — MG

1.ª Edição — 1969

10.000 exemplares

2.ª Edição — 1969

5.000 exemplares

CAPA DE JO

Francisco Cândido  
Xavier

# PASSOS DA VIDA

Espíritos Diversos

EDIÇÃO CEC  
COMUNHÃO ESPÍRITA CRISTÃ  
Rua Prof. Eurípedes Barsanulfo, 185  
UBERABA — MG

# ÍNDICE

|                                                          | PÁGS. |
|----------------------------------------------------------|-------|
| Passos da Vida, <i>Emmanuel</i>                          | 7     |
| 1 — A Vida e Nós, <i>Emmanuel</i>                        | 13    |
| 2 — Cada Dia, <i>Emmanuel</i> ....                       | 17    |
| 3 — Amor, <i>Emmanuel</i> .....                          | 22    |
| 4 — Preceitos de Paz, <i>André Luiz</i>                  | 28    |
| 5 — Experimenta, <i>Emmanuel</i> ....                    | 33    |
| 6 — Tesouros da Alma, <i>Emmanuel</i>                    | 40    |
| 7 — O Mal e o Remédio, <i>Onofre</i>                     | 44    |
| 8 — Programa de Paz, <i>André Luiz</i>                   | 47    |
| 9 — Disciplina e Vida, <i>Emmanuel</i>                   | 52    |
| 10 — Tempo e Reencarnação, <i>Emmanuel</i> .....         | 56    |
| 11 — Bilhete da Regra <i>Aurea, André Luiz</i> .....     | 61    |
| 12 — Dez Sugestões, <i>André Luiz</i>                    | 66    |
| 13 — Amigos e Inimigos, <i>Emmanuel</i>                  | 70    |
| 14 — Autodesobsessão, <i>André Luiz</i>                  | 75    |
| 15 — A Felicidade, <i>Emmanuel</i> ..                    | 78    |
| 16 — Preceitos de Paz e Alegria, <i>André Luiz</i> ..... | 83    |
| 17 — Saúde e Equilíbrio, <i>André Luiz</i> .....         | 88    |
| 18 — O que Mais Sofremos, <i>Albino Teixeira</i> .....   | 91    |



|                                                        | PÁGS. |
|--------------------------------------------------------|-------|
| 19 — Não Tanto... <i>Emmanuel</i> ..                   | 95    |
| 20 — Se Todos Perdoassem, <i>Emmanuel</i> .....        | 102   |
| 21 — Para Libertar-nos, <i>Emmanuel</i>                | 108   |
| 22 — E os Outros?, <i>Emmanuel</i> ..                  | 111   |
| 23 — Teu Clima, <i>Emmanuel</i> ....                   | 116   |
| 24 — Em Ação Evangélica, <i>Emmanuel</i> .....         | 120   |
| 25 — Se Procuras a Paz, <i>Emmanuel</i>                | 124   |
| 26 — A Prece do Esforço Próprio, <i>Emmanuel</i> ..... | 128   |
| 27 — Ainda Hoje, <i>Meimei</i> .....                   | 132   |
| 28 — Pontos Mortos, <i>Scheilla</i> ....               | 136   |
| 29 — Bens e Males, <i>Scheilla</i> ....                | 142   |
| 30 — Defendamo-nos, <i>Emmanuel</i> ..                 | 146   |
| 31 — Sombra, <i>Emmanuel</i> .....                     | 151   |
| 32 — A Bênção Divina, <i>Emmanuel</i>                  | 157   |
| 33 — Pelos Outros, <i>Emmanuel</i> ....                | 160   |
| 34 — Quem Soubesse, <i>Emmanuel</i> ..                 | 164   |
| 35 — Questões de Pureza, <i>Emmanuel</i> .....         | 169   |
| 36 — Aprendamos a Dividir, <i>Emmanuel</i> .....       | 174   |
| 37 — Se Formos Justos, <i>Emmanuel</i>                 | 178   |
| 38 — Se as Letras Bastassem, <i>Emmanuel</i> .....     | 182   |
| 39 — Tudo Certo, <i>Scheilla</i> .....                 | 187   |
| 40 — Oração Nossa, <i>Emmanuel</i>                     | 190   |

## PASSOS DA VIDA

*Efetivamente, a vida na Terra assemelha-se à longa série de veículos, avançando pelas estradas do tempo.*

*Por fora, nas estâncias do mundo externo, as paisagens se caracterizam por toques sempre novos de progresso e beleza.*

*Máquinas vencendo distâncias, invenções criando facilidades, técnicas incentivando a produção.*

*Cada cidade parece um comboio resfolegante, desti-*

lando calor, atividade, avanço, movimento e cada lar é um vagão constrangido a obedecer os impulsos da frente. Por dentro, porém, na intimidade doméstica, as lutas morais são quase as mesmas de séculos passados.

Os homens, viajores da evolução, se comunicam de pólo a pólo, mas encontram extremada dificuldade para se harmonizarem uns com os outros; construíram-se parques de diversões, onde milhares de pessoas se acotovelam, entusiásticas e distraídas, no entanto, a solidão tornou-se enfermidade moral nos centros mais cultos.

A peregrinação continua, enfeitada nas aparências, mas atormentada, no fundo...

As angústias e os enigmas da afeição e do ódio, o racismo, o espírito belicista, as desilusões de toda espécie, as moléstias mentais de etiologia obscura, a obsessão, o suicídio sem atenuantes plausíveis, o abôrto delituoso, a criminalidade, o lenocínio, o tédio, os fenômenos da crueldade, a insegurança, a insatisfação, a irresponsabilidade, as tragédias passionais, o abuso de entorpecentes e as lágrimas da separação e da morte são flagelos de sem-

pre que solapam a vida no cerne...

Para aliviar semelhante carga de provas, a Doutrina Espírita revive hoje os ensinamentos de Jesus que, devidamente aplicados, descortinarão novos horizontes para as criaturas humanas, garantindo-lhes a marcha sem acidentes.

Daí, leitor amigo, a razão de havermos organizado este livro despretensioso, a que denominamos "Passos da

Vida", destinado a observações e reflexões, em torno de nossa romagem na Terra.

Cada pequeno capítulo — uma jornada simples. <sup>(1)</sup>

Cada trecho — um passo convidando à paz e à renovação.

Oferecendo-te, assim, este singelo epítome de avisos, lembranças, solicitações e pensamentos, agradecemos a atenção com que te situarás conosco nestas páginas,

---

(1) A disposição dos trechos de cada capítulo deste livro foi efetuada pelo Espírito de Emmanuel, organizador do presente volume. — Nota do *Médium*.



— na condição de vivos da Terra e vivos da Espiritualidade, — a fim de estudarmos juntos os nossos problemas, ao mesmo tempo que rogamos ao Senhor nos ilumine e nos abençoe, em nossa viagem para o Mundo Maior.

EMMANUEL

Uberaba, 31 de Março de 1969.  
1969 — Ano Allan Kardec.

## A VIDA E NÓS

Criando as criaturas para a glória da vida, na condição de espíritos eternos, destinados a lhe herdarem as qualidades divinas, o Criador criou:

Um reino — o Universo.

Uma organização comunitária — os mundos da vastidão cósmica.

Um lar — a Natureza.

Uma família — a Humanidade universal.



Um ambiente — a paz.  
Um envoltório — a matéria.

Um sistema de controle — a afinidade com a gravitação.

Uma religião — o amor.

Uma lei — a justiça.

Um tribunal — a consciência.

Uma doutrina de compensação — a cada um por suas obras.

Uma riqueza igual para todos — o tempo.

Uma força — o bem.

Um princípio — a liberdade.

Um direito — o apoio ao dever cumprido.

Uma regra para o dever — a disciplina.

Um regime para as criaturas — o equilíbrio.

Uma ordem — o progresso.

Uma tabela de responsabilidade — o conhecimento em vários graus.

Um metro — a lógica.

Um código de trânsito espiritual — a fraternidade com o respeito mútuo.

Uma escola — a reencarnação.

Um processo de aprendizagem — a experiência.

Uma instituição crediária — o serviço ao próximo.

Um instrumento para  
cada criatura — o trabalho.

Uma oficina — o burlamento.

Um objetivo — a perfeição.

•

À face de semelhantes realidades todos os atritos, conflitos, provações, aflições, dificuldades e embaraços são criações nossas na Criação de Deus e que, tão-só na escola das vidas sucessivas com criteriosa aplicação dos tesouros do tempo, conseguiremos nós extinguir.

EMMANUEL

## CADA DIA

Cada manhã na Terra é uma página em branco de que dispões no livro da vida, para fazer os melhores exercícios e testemunhos de elevação e bondade.

•

Não olvides que cada pessoa a cruzar-te o passo, na trilha das horas, é uma oportunidade de construção espiritual.

•

Seja qual seja o motivo para desafeto, cultiva compreensão e amizade, observando que todo favor que possas prestar a benefício de alguém é uma chave que fabricas para a solução de teus problemas futuros.

•

Por mais claras as razões que justifiquem êsse ou aquêlê comentário infeliz, procura encaixar uma frase edificante no círculo das palavras rudes que estejam sendo pronunciadas.

•

Por muito que um companheiro te haja ofendido,

não lhe negues tolerância e abençoa-o com as tuas preces e gestos de auxílio, na convicção de que estás, com isso, levantando dispositivos de proteção a ti mesmo.

•

Na atividade em que te encontres, fazes mais que o dever, porquanto o serviço extra, espontâneo e sem recompensa, em tôda situação, será sempre a tua mais alta pregação de virtude.

•

Repousa quando necessário, mas não transformes descanso em ócio vazio.

•



Começa de casa a execução dos conselhos salutarres que ofereces ao próximo, aprendendo que é impossível ajudar a Humanidade quando não saibamos entender e amparar algumas poucas pessoas, entre os limites da parentela.

•

Alia ação e oração, sustentando a felicidade dos outros, como queremos que Deus nos concretize a própria felicidade.

•

Quando o dia termine, agradece ao Senhor a ventura de haver engastado mais

uma pérola do tempo em teu colar de realizações, e, cerrando os olhos para o justo refazimento, guarda por teu maior prêmio a consciência tranqüila, com a invariável disposição de viver, cada dia, reconhecendo que tudo na vida depende inteiramente de Deus, mas na certeza de que o trabalho em tuas mãos depende unicamente de ti.

EMMANUEL



## AMOR

Quando o Sol brilha na imensidade cósmica, não traça exigência para reger as próprias doações; derrama-se em luz e fôrça para a sustentação da Natureza.

Quando a chuva se precipita da atmosfera, não escolhe, para beneficiar, os tratos de terra mais habilitados à produção; consome-se

quanto pode, a fim de ajudar a gleba indistintamente.

Quando a rosa se desabotoa na paisagem, não quer saber quantos espinhos se lhe cravam na haste; espalha perfume e beleza, atenta às finalidades para as quais se vê nascida.

Quando a semente é largada ao solo, não perde tempo a considerar se é pequenina em excesso ou se é indigna de trabalhar porque se encontra na lama; entre-

ga-se, confiantemente, aos processos da vida que a transformam na planta endereçada à proteção e ao socorro do homem.

•

Aprende com os elementos que te cercam a desdobrar, desinteressadamente, os recursos com que a Divina Providência te brindou.

Não perguntes quem te merece a bondade e nem alegues impedimentos para fugir ao teu destino de serviço e de amor.

•

Em auxílio ao próximo, dá o que és e do que tens, sem condição e sem medida.

O Universo é a Casa da Vida Eterna sempre mais bela e mais forte pelo enriquecimento constante.

Observa que todo ser, por mais ínfimo, surge no mundo, desenvolve-se, cresce, desgasta a forma em que se exprime e, antes de seguir à frente, em busca de mais progresso, deixa sempre a Criação acrescida de algo mais. A criatura consciente, no entanto, pelo conhecimento racional de que dispõe acêrca do bem e do mal, é

intimada a cooperar, em todo tempo e em qualquer parte, na construção do bem de todos.

•

Analisa, assim, o que fazes, porque, desejos ou não desejos, estás implantando algo de ti mesmo na Obra Divina.

A Obra Divina, porém, é o Amor que não comporta falhas.

Em razão disso, vale-te das possibilidades em mão para fazer todo o bem que possas, de vez que, por todo erro que venhamos a perpetrar contra as leis do Amor,

voltaremos por determinação misericordiosa de Deus, — o Amor Supremo — à circunstância, à posição e às dimensões do erro cometido, a fim de aprendermos a corrigir, reconstruir, refazer e reajustar.

EMMANUEL



## PRECEITOS DE PAZ

Agora é o seu mais belo momento para realizar o bem.

Ontem passou e amanhã está por vir.

•

Qualquer encontro é uma grande oportunidade.

Pense nas sementes minúsculas de que a floresta nasceu.

•

Não deixe de falar, mas aprenda a ouvir.

Quem sabe escutar pacientemente, encontra pistas notáveis para o êxito no serviço que abraçou.

•

Fuja de cultivar conversações menos dignas.

O interlocutor terá vindo buscar o seu respeito a Deus e à vida, a fim de equilibrar-se.

•

Não dê tempo a lamentações.

Meia hora de trabalho,  
no auxílio ao próximo, muitas  
vêzes consegue alterar pro-  
fundamente os nossos des-  
tinos.



Não mostre rosto triste.  
Muita gente precisa de  
sua alegria para levar ale-  
gria aos outros.



Não menospreze quem  
bate à porta, conquanto nem  
sempre esteja você disponível.  
Em muitas ocasiões,  
aquêles que aparentemente in-

comoda é o portador de gran-  
de auxílio.



A ninguém considere  
inútil ou fraco.

Um palácio, comumente,  
é construção enorme; no en-  
tanto, nem sempre oferece  
agasalho ou acesso, sem a  
colaboração de uma chave.



Não persista em obsti-  
nações, reações ou discussões  
desnecessárias.

Em muitos casos, um  
simples prego, atacando uma

roda, pode retardar a viagem num carro perfeito.

•

Auxilie a tódas as criaturas que lhe partilhem o clima individual.

Ainda mesmo na doença mais grave ou na penúria mais avançada, você pode prestar um grande serviço ao próximo: você pode sorrir.

ANDRÉ LUIZ

## EXPERIMENTA

Em todos os males que nos assoberbam a vida, apliquemos as indicações curativas do Evangelho.

•

*Conflitos e queixas à frente do próximo:*

— Amemo-nos uns aos outros, qual o Divino Mestre nos amou.

•



*Desinteligências em casa:*

— Lembremo-nos de que se não procuramos compreender e nem amparar os que nos partilham o círculo doméstico, estaremos negando a própria fé.

*Provocações e insultos:*

— Exoremos a Divina Misericórdia para quantos nos perseguem ou injuriam.

*Incompreensões no campo da convivência:*

— Com quem nos exija a jornada de mil passos, caminhemos mais dois mil.

*Calúnias e sarcasmos:*

— O Senhor recomenda se perdoe cada ofensa setenta vezes sete.

*Provas e contratempos:*

— Orar sempre e trabalhar sem desânimo, na edificação do bem de todos.

*Perturbações íntimas:*

— Onde colocamos os nossos interesses, aí se nos vincula o coração.

•

*Ocasões de críticas e reproches:*

— Com a medida que julgamos os outros, seremos julgados também nós.

•

*Reivindicações e reclamações:*

— Busquemos o Reino de Deus e sua justiça e tudo

mais de que necessitemos ser-nos-á acrescentado.

•

*Adversários ferrenhos ou implacáveis:*

— Amemos os nossos inimigos, observando que lições nos trazem êles, a fim de que possamos aproveitá-las, porque, se amamos tão-sòmente os que nos amam, que haverá nisso demais?

•

*Arrastamentos e paixões:*

— Vigiemos a nós mesmos para que não venhamos a resvalar para as margens da senda que nos cabe trilhar.



*Anseio de orientação e conselho:*

— Tudo o que quisermos que os outros nos façam, façamos nós igualmente a eles.

Provavelmente, na arena das inquietações e tribulações terrestres, terás tentado as mais diversas receitas, traçadas por autoridades humanas, à busca de equilíbrio e paz, segurança e felicidade,

sem atingir os resultados a que aspiras... Entretanto, não esmoreças. Uma fórmula existe que jamais falha, na garantia de nosso próprio bem: experimenta Jesus.

EMMANUEL



## TESOUROS DA ALMA

Ensinaste paciência, amparando inúmeros ouvintes, no entanto, se em teus dias de provação tombaste na sombra da inconformidade e da rebeldia, debalde te reportaste aos lauréis da serenidade e da tolerância, em se tratando de ti.

Destacaste o valor das dificuldades, nas trilhas do

munho, induzindo muita gente à aceitação dos próprios deveres, todavia, se, à frente dos obstáculos que te obscureceram a senda, entraste em amargura e desesperação, não te valeram as teorias espostadas, em matéria de paz e compreensão.

Hipotecaste afeto aos seres queridos, propiciando-lhes alegrias e bênçãos, mas se nos dias de separação e mudança, caíste em desânimo e revolta, o amor autêntico ainda não te habita os domínios do ser.



Exaltaste a fé, sustentando legiões de companheiros da Humanidade, entretanto, se, em teu próprio tempo de aflição, te desnorteaste nos cipoais da desorientação e da dúvida, o estado de confiança na Divina Providência te haverá sido mero ensaio, à longa distância da sublime realização.

•

Ensina e ajuda sempre, a benefício dos semelhantes, porquanto instruir e reconfortar constituem preciosos investimentos na Contabilidade do Universo, garantindo-te altos rendimentos na estrada a percorrer.

Certifica-te, porém, de que se as vicissitudes da Terra te furtam os valores do espírito e ainda te vês sem calma nas tribulações; sem entendimento na angústia; sem ternura pelos entes amados, quando chega a hora de crise em tuas construções afetivas; e sem apoio íntimo, nos momentos de aflição, isso é sinal de que ainda não reténs contigo semelhantes talentos, de vez que, em verdade, só possuímos os tesouros da alma que foram tremendamente sacudidos pelos sofrimentos da vida e ficaram em nós no tempo do coração.

*Emmanuel*

EMMANUEL

## O MAL E O REMÉDIO

Ignorância: instrução e trabalho.

Penúria: trabalho e assistência.

Tristeza: consolação e trabalho.

Angústia: trabalho e paciência.

Tédio: abnegação e trabalho.

Ofensa: trabalho e esquecimento.

Calúnia: perdão e trabalho.

Obstáculo: trabalho e diligência.

Tentação: prece e trabalho.

Discórdia: trabalho e paz.

Abuso: corrigenda e trabalho.

Fracasso: trabalho e confiança.

Agressividade: gentileza e trabalho.

Cansaço: trabalho e renovação.

Perturbação: calma e trabalho.

Desequilíbrio: trabalho e disciplina.

Desânimo: otimismo e trabalho.

•

Em tôda dificuldade, que se expresse como sendo o *mal*, o *remédio* será sempre a atitude certa com apoio no serviço.

A Terra é a nossa grande escola.

O amor é o sol que a sustenta e ilumina, com a bênção da educação, mas o grande ensino para a solução de todos os problemas será sempre *trabalhar*.

ONOFRE

## PROGRAMA DE PAZ

Cumprir o próprio dever.

Ninguém tranqüiliza ninguém, sem trazer a consciência tranqüila.

•

Usar boas palavras e bons modos.

Qualquer viajante da estrada sabe afastar-se do pé de laranja azêda.

•



Desconhecer ofensas.

A vida não constrange  
criatura alguma a passar re-  
cibo numa serpente para  
atormentar-se com ela.



Auxiliar indistintamen-  
te.

Se a fonte escolhesse os  
elementos a que prestar be-  
nefício, decerto que a Terra  
seria, francamente, um pla-  
nêta inabitável.



Não censurar.

A crítica nos traça a  
obrigação de fazer melhor do

que aquêles que nós repro-  
vamos.



Abençoar sempre.

Qualquer trato de solo  
agradece o adubo que se lhe  
dê.



Jamais vingar-se.

Pessoa alguma consegue  
ajudar a um doente, fazen-  
do-se mais doente ainda.



Amar os inimigos.

A obra-prima de escultu-  
ra nasce no sonho do artista



que a concebe, mas não dispensa o concurso do buril que lhe dá forma.

•

Não se lastimar por fracasso do caminho.

O Sol, em cada hemisfério do mundo, começa a trabalhar de novo, diâriamente.

•

Saber cooperar, a fim de receber cooperação.

O próprio Cristo não consegue sôzinho realizar a obra de redenção da Huma-

nidade e, em iniciando o seu apostolado na Terra, procurou doze companheiros que lhe serviram de base à divina missão.

ANDRÉ LUIZ

## DISCIPLINA E VIDA

Observa a disciplina nos fundamentos da natureza.

•

Necessitas da fonte para assegurar a abundância do celeiro, mas se lhe impedes o curso natural, sem dar-lhe reprêsa inteligente, nada farás com ela senão charcos destruidores.

•

Precisas do fogo por agente básico de sustentação da existência, no entanto, sem barragem que lhe garanta limite, nada obterás dêle senão cinzas.

•

Não prescindes do alfabeto para grafar o livro indispensável à instrução, todavia, se não colocas cada letra e cada palavra na estrutura da frase, nada granjearás senão esforço inútil.

•

Desfrutas o apoio da energia elétrica, no parque de vantagens da civilização,

qual se possuísses centenas de braços mágicos, para acionar-te os serviços, entretanto, se não atendes a cada implemento de instalação no lugar próprio, nada conseguirás senão o perigo da força descontrolada, ameaçando a ti mesmo.

•

Assim, na experiência comum.

Analisa a tua posição e função e faz o melhor que possas.

•

Cada peça do mundo é chamada à ação do conjunto em situação adequada.

Todos sabemos que, por suas qualidades e possibilidades polimórficas, a inteligência humana não é literalmente comparável aos elementos simples da natureza, mas com os nossos enunciados queremos tão-somente dizer que se o homem pode e deve servir de múltiplos modos a benefício dos outros, é imperioso compreender que sem disciplina nos encargos que a vida lhe atribui e sem lealdade ante os compromissos que assume, será sempre um obreiro de êxito improvável e de eficiência impossível.

EMMANUEL

## TEMPO E REENCARNAÇÃO

Considera a tua ação e o modo pelo qual a exerces, a fim de que a paz te abençoe a vida.

Surpreendeste o amigo de quem tiveste mágoa por algum desentendimento... Reflete na carreira dos dias e esquece o conflito que te perturba.

Entretanto, faz algo mais. Envolve-o nas melhores vibrações do sorriso fraterno para que o vejas tranqüilo.

Guardaste a obrigação de saldar essa ou aquela dívida... Pensa na velocidade das horas e dentro das possibilidades de que disponhas, procura resgatá-la.

Não te circunscreva, porém, a isso. Oferece ao credor a tua mensagem de gratidão e alegria por te haver esperado.



Conservas a intenção de auxiliar alguém ou de levar a alguém o testemunho de tua confiança e carinho... Medita na rapidez dos minutos e não atrases a manifestação afetiva, que te nasce do íntimo.

Vai, todavia, mais além. Ajuda a pessoa a quem beneficia para que se convença de que assim procedes, por verdadeira fraternidade, sem a menor idéia de recompensa.

Encontraste o adversário que te criou inúmeros

contratempos, hoje faminto de amizade e compreensão... Observa a brevidade do tempo e não lhe negues a mão de companheiro.

Realiza, entretanto, algo mais. Dá-lhe a bênção da palavra generosa, por certidão viva de teu respeito.

Em tudo o que seja tarefas a realizar, opiniões a emitir, providências a compor e questões a resolver, recorre ao amor para que o amor te inspire e age sem delongas na demonstração da tua capacidade de compreen-

der e servir porque, em verdade, os minutos da reencarnação se escoam, vertiginosos, e realmente não sabes, quanto ao tempo que a reencarnação te reserva, se estás vendo e ouvindo essa ou aquela pessoa e fazendo isso ou aquilo, pela última vez.

EMMANUEL

## BILHETE DA REGRA ÁUREA

Justo que você peça a felicidade.

Rogue, porém, ao Senhor, igualmente, a necessária compreensão para aproveitá-la, semeando felicidade em seu caminho.

•

Cultive o contentamento de dar.

Não azede, entretanto,  
os seus benefícios com a exi-  
gência de gratidão.

•

Estime a sua indepen-  
dência.

Respeite, todavia, a li-  
berdade dos semelhantes.

•

Fale como julgue me-  
lhor.

Ouça, porém, com aprê-  
ço a palavra do próximo,  
qualquer que ela seja.

•

Considere os seus triun-  
fos.

Não desmereça, contu-  
do, as conquistas alheias.

•

Reconforte os irmãos  
em prova.

Compartilhe, no entan-  
to, igualmente, a alegria da-  
queles que se vejam em con-  
dições mais favoráveis que  
as nossas.

•

Colabore na construção  
do bem.

Mas não crie dificuldades na obra a realizar.



Perdoe aos adversários.

Desculpe, todavia, aos amigos quando aparentemente lhe firam o coração.



Exalte o bem.

Entretanto, não destaque o mal.



Sofra as lutas naturais do caminho a percorrer.

Ofereça, porém, o seu melhor sorriso, por raio de

sol da sua fé, para que a sombra passageira de sua inquietação não aumente a intranquilidade dos outros.



Aconselha a Regra Áurea: "faça ao próximo aquilo que você deseja lhe seja feito".

Isso, no fundo, quer igualmente dizer que se você deseja auxílio eficiente, tanto quanto possível, dê auxílio completo aos outros sem desajudar a ninguém.

ANDRÉ LUIZ



## DEZ SUGESTÕES

Dez sugestões para meditar, antes da crítica:

I — Colocar-nos no lugar da pessoa acusada, pesquisando no íntimo quais seriam as nossas reações nas mesmas circunstâncias.

II — Perguntar a nós mesmos o que já fizemos, em favor da criatura em dificuldade para que ela não descesse de nível.

III — Reconhecer o grau de responsabilidade que nos compete no assunto em pauta.

IV — Observar o *lado bom* do irmão ou da irmã em lide, a fim de concluir se não temos mais razões para agradecer e louvar do que para aborrecer ou reprovar.

V — Recorrer à memória e lembrar, com sinceridade, se já conseguimos vencer qualquer grande crise moral da existência, sem o auxílio de alguém.

VI — Verificar, em sã consciência, se temos efetivamente certeza da falta pe-

la qual são apontados o companheiro ou a companheira, em torno de quem somos convidados a emitir opinião.

VII — Deduzir, pelo estudo de nós próprios, se possuímos suficientes recursos para corrigir sem ofender.

VIII — Examinar até que ponto a criatura acusada terá agido exclusivamente por si ou sob contrôle e domínio de obsessores, sejam êles encarnados ou desencarnados, com interêsse na perturbação do ambiente em que vivemos.

IX — Refletir na maneira pela qual estimamos ser

tratados por nossos amigos quando entramos em êrro.

X — Orar pelos nossos irmãos menos felizes e por nós mesmos, antes de criticar-lhes quaisquer manifestações.

ANDRÉ LUIZ

## AMIGOS E INIMIGOS

O amigo é uma bênção.

O inimigo, entretanto, é também um auxílio, se nos dispomos a aproveitá-lo.

•

O companheiro enxerga os nossos acertos, estimulando-nos na construção do melhor de que sejamos capazes.

O adversário identifica os nossos erros, impelindo-

-nos a suprimir a parte menos desejável de nossa vida.

•

O amigo se rejubila conosco, diante de pequeninos trechos de tarefa executada.

O inimigo nos aponta a extensão da obra que nos compete realizar.

•

O companheiro nos dá força.

O adversário nos mede a resistência.

•



Quem nos estima, frequentemente categoriza nossos sonhos por serviços feitos, tão-só para induzir-nos a trabalhar.

Quem nos hostiliza, porém, não nos nega valor, porquanto não nos ignora e sim nos combate, reconhecendo-nos a presença em ação.

Na fase deficitária de evolução que ainda nos caracteriza, precisamos do amigo que nos encoraja e do inimigo que nos observa. Sem o companheiro, estaremos sem apoio e, sem o ad-

versário, ser-nos-á indispensável enorme elevação para não tombar em desequilíbrio. Isso porque o amigo traz a cooperação e o inimigo forma o teste.

Qualquer servidor de consciência tranqüila se regozija com o amparo do companheiro, mas deve igualmente honrar-se com a crítica do adversário que o ajuda na solução dos problemas de reajuste.

Jesus foi peremptório em nos recomendando:



“Amai os vossos inimigos”.  
Saibamos agradecer a quem  
nos corrige as falhas, guar-  
dando-nos o passo em cami-  
nho melhor.

EMMANUEL

## AUTODESOBSESSÃO

Se você já pode domi-  
nar a intemperança men-  
tal...

Se esquece os próprios  
constrangimentos, a fim de  
cultivar o prazer de servir...

Se sabe escutar o co-  
mentário infeliz, sem passá-  
-lo adiante...

Se vence a indisposição  
contra o estudo e continua,  
tanto quanto possível em  
contato com a leitura cons-  
trutiva...

Se olvida mágoas sinceramente, mantendo um espírito compreensivo e cordial, à frente dos ofensores...

Se você se aceita como é, com as dificuldades e conflitos que tem, trabalhando alegremente com tudo aquilo que não pode modificar...

Se persevera na execução dos seus propósitos enobrecedores, apesar de tudo o que se faça ou fale contra você...

Se compreende que os outros têm o direito de experimentar o tipo de felicidade a que se inclinam, como nos acontece...

Se crê e pratica o princípio de que somente auxiliando o próximo, é que seremos auxiliados...

Se é capaz de sofrer e lutar na seara do bem, sem trazer o coração amargoso e intolerante...

Então, você estará dando passos largos para libertar-se da sombra, entrando, em definitivo, no trabalho da autodesobsessão.

ANDRÉ LUIZ

## A FELICIDADE

Não está no dinheiro, porquanto, a cada passo, surpreendemos irmãos nossos, investidos na posse do ouro, a se confessarem desorientados e infelizes; importa reconhecer, porém, que o dinheiro criteriosamente administrado, transfigura-se em poderosa alavanca do trabalho e da beneficência, resgatando lares e corações para a Vida Superior.



Não está na inteligência, visto que vemos, em toda parte, gênios transviados, utilizando fulgurações do pensamento em apoio das trevas; urge anotar, no entanto, que a inteligência aplicada na sustentação do bem de todos será sempre uma fonte de luz.



Não está na autoridade humana, de vez que habitualmente abraçamos criaturas, altamente revestidas de poder terrestre, carregando o peito esmagado de angústia; é necessário observar, todavia, que a influência pessoal



em auxílio à comunidade é base de segurança e fator de harmonia.

•

Não está nos títulos acadêmicos, porque, em muitas ocasiões, encontramos numerosos amigos laureados com importantes certificados de competência, portando con flitos íntimos que os situam nos mais escuros distritos do sofrimento e da aflição; não será, contudo, razoável ignorar que um diploma universitário, colocado no amparo ao próximo, é uma lavoura preciosa de alegrias e bênçãos.

•

Não está no que possuis e sim no que dás e, ainda assim, não tanto no que dás como no modo como dás.

•

Não está no que sonhas e sim no que fazes e, sobretudo, na maneira como fazes.

•

Felicidade, na essência, é a nossa integração com o Cristo de Deus, quando nos rendemos a Ele para que nos use como somos e no que temos, a benefício dos semelhantes. Isso porque todo



bem que venhamos a fazer  
é investimento em nosso fa-  
vor, na Contabilidade Divina.  
Em suma, felicidade colhida  
nasce e cresce da felicidade  
que se semeia, ou melhor, à  
medida que ajudamos aos ou-  
tros, por intermédio dos ou-  
tros, o Céu nos ajudará.

EMMANUEL

## PRECEITOS DE PAZ E ALEGRIA

Considerar quem surge,  
seja quem seja, por pessoa  
a quem devemos acatamento  
e serviço.

Para caminhar, a cabeça  
mais sábia não prescinde dos  
pés.

•

Nada julgar através de  
aparências.

Cada um de nós traz  
uma região indevassável nos

recessos do espírito, onde unicamente a Sabedoria de Deus pode, com segurança, conhecer os nossos intentos e avaliar o porquê das nossas decisões.

•

Respeitar os alheios pontos de vista.

É da Divina Lei que toda criatura tenha o seu lugar ao sol.

•

Evitar reações negativas.

Os outros esperam de nós a simpatia e a bondade

que aguardamos de todos eles.

•

Construir o nosso caminho particular para ir ao encontro dos semelhantes, a fim de ajudá-los de alguma forma.

Somos compreensivelmente gratos ao carinho espontâneo e discreto de alguém que se disponha a entender-nos e auxiliar-nos.

•

Abster-se de cultivar ou causar qualquer ressentimento.

Reflitamos na lição silenciosa do Céu, rechaçando pacientemente, cada manhã, a influência da sombra.



Aproveitar o benefício do sofrimento.

Para conseguir a firmeza do aço e a formosura da porcelana, é impossível dispensar o concurso do fogo.



Perdoar sem condições.

Em matéria de fraquezas, nenhum de nós pode

medir a própria resistência, entendendo-se que Deus nos confere ampla liberdade na experiência, infundindo-nos, ao mesmo tempo, a luz da tolerância, como princípio inalienável, em nosso processo de auto-aperfeiçoamento e educação.

ANDRÉ LUIZ

## SAÚDE E EQUILÍBRIO

Para garantir saúde e equilíbrio, prometa a você mesmo:

I — Colocar-se sob os desígnios de Deus, cada dia, através da oração e sustentar a consciência tranqüila, preservando-se contra idéias de culpa.

II — Dar o melhor de si mesmo no que esteja fazendo.

III — Manter coração e mente, atitude e palavra, atos e modos na inspiração constante do bem.

IV — Servir, desinteressadamente, aos semelhantes, quanto esteja ao alcance de suas forças.

V — Regozijar-se com a felicidade do próximo.

VI — Esquecer conversações e opiniões de caráter negativo que haja lido ou escutado.

VII — Acrescentar pelo menos um pouco mais de alegria e esperança em toda pessoa com quem estiver em contato.



VIII — Admirar as qualidades nobres daqueles com quem conviva, estimulando-os a desenvolvê-las.

IX — Olvidar motivos de queixa, sejam quais sejam.

X — Viver trabalhando e estudando, agindo e construindo, de tal modo, no próprio burilamento e na própria corrigenda, que não se veja capaz de encontrar as falhas prováveis e os erros possíveis dos outros.

ANDRÉ LUIZ

## O QUE MAIS SOFREMO

O que mais sofremos no mundo —

Não é a dificuldade. É o desânimo em superá-la.

•

Não é a provação. É o desespero diante do sofrimento.

•

Não é a doença. É o  
pavor de recebê-la.

•

Não é o parente infeliz.  
É a mágoa de tê-lo na equi-  
pe familiar.

•

Não é o fracasso. É a  
teimosia de não reconhecer  
os próprios erros.

•

Não é a ingratidão. É  
a incapacidade de amar sem  
egoísmo.

•

Não é a própria peque-  
nez. É a revolta contra a  
superioridade dos outros.

•

Não é a injúria. É o  
orgulho ferido.

•

Não é a tentação. É a  
volúpia de experimentar-lhe  
os alvitres.

•

Não é a velhice do cor-  
po. É a paixão pelas apa-  
rências.

•

Como é fácil de perceber, na solução de qualquer problema, o pior problema é a carga de aflição que criamos, desenvolvemos e sustentamos contra nós.

ALBINO TEIXEIRA

## NÃO TANTO...

Indubitavelmente, o Espiritismo é doutrina de libertação e de paz; no entanto, não nos podemos escorar nisso para justificar a rebelião e a irresponsabilidade onde estejam.

A propósito de semelhante afirmativa, alinharemos algumas legendas, junto das quais, em nome do Espiritismo, muitos enganos se cometem, quando não sejam lastimáveis abusos:

TERRA — Referimo-nos, vêzes e vêzes, ao Planeta por estância de provas: todavia, não tanto que não lhe reconheçamos a função de escola bendita em que nos preparamos para as Esferas Superiores.

•

CORPO — Figuramos habitualmente o corpo material como sendo armadura de carne, encarcerando a alma: contudo, não tanto que não lhe observemos a condição de instrumento precioso, no aperfeiçoamento do espírito.

•

FAMÍLIA — Menciona-mos, em muitas circunstâncias, a consangüinidade, no plano físico, por sistema de ligações regenerativas ou expiatórias, mas não tanto que não saibamos agradecer as bênçãos do amor e os tesouros do lar, na luz da reencarnação.

•

SEXO — Compreendemos que a individualidade humana é livre para presidir as suas próprias manifestações de afetividade: todavia, não tanto que se prevaleça disso para escarnecer os sentimentos alheios e retalhar



corações, depois de escravi-  
zâ-los à confiança.

•

**DINHEIRO** — Quase  
sempre nos reportamos à for-  
tuna terrestre como sendo  
um perigo moral para os que  
a desfrutam, porém, não tan-  
to que não vejamos nela po-  
derosa alavanca do progresso  
e do bem.

•

**TÍTULO** — Interpreta-  
mos, de modo geral, as titu-  
lações terrenas por acesso  
arriscado à influência e ao  
poder, mas não tanto que

não as aceitemos por man-  
datos da Vida Maior, ofere-  
cendo aos seus portadores  
valioso ensejo de construir  
novas estradas de educação e  
aprimoramento, concórdia e  
apoio fraterno, em benefício  
da Humanidade.

•

**CONVENÇÕES** — Cos-  
tumamos categorizar os pre-  
conceitos do mundo social  
por amarras de sombra, obs-  
tando os mais altos vãos de  
nossos mais altos ideais: to-  
davia não tanto que não  
lhes admitamos o papel de  
diques compreensíveis con-

tra o extravasamento das paixões animalizadas que caracterizam a maioria de nós outros, os espíritos em aprendizado e evolução, nos diversos planos da Terra.

•

#### INDEPENDÊNCIA —

Entendemos a liberdade por direito natural da criatura consciente de viver a sua própria vida, mas não tanto que se apóie nisso para tumultuar ou prejudicar a vida dos outros.

•

Doutrina Espírita é Jesus que retorna ao cami-

nho dos homens, e, diante de Jesus, direito sem dever e emancipação sem responsabilidade são vias descendentes para o mergulho nas trevas.

EMMANUEL

•

## SE TODOS PERDOASSEM

Imaginemos, por um minuto, que mundo maravilhoso seria a Terra, se todos perdoassem!...

Se todos perdoassem, a ventura celeste começaria de casa, onde todo companheiro de equipe doméstica perceberia que a experiência na reencarnação é diferente

para cada um e, por isso mesmo, teria suficiente disposição para agir em apoio dos associados da edificação em família, a fim de que venham a encontrar o tipo de felicidade pessoal e correta a que se dirigem.

Se todos perdoassem, cada grupo na comunidade terrestre alcançaria o máximo de eficiência na produção do bem comum, porquanto, em tôda parte, existiria entendimento bastante para que a inveja e o despeito, o azedume e a crítica



destrutiva fôsem banidos  
para sempre do convívio  
social.

•

Se todos perdoassem, o  
espírito de competição, no  
progresso das ciências e na  
efetivação dos negócios, su-  
biria constantemente de ní-  
vel moral, suscitando as  
mais belas emprêsas de apri-  
moramento do mundo, por-  
que o golpe e a vingança  
desapareceriam do intercâm-  
bio entre pessoas e institui-  
ções, com o respeito mú-  
tuo revestindo de lealdade os  
menores impulsos à concor-  
rência, que se fixaria exclu-

sivamente no bem com es-  
quecimento do mal.

•

Se todos perdoassem, a  
guerra seria automaticamen-  
te abolida no Planêta, de  
vez que o ódio seria erradi-  
cado das nações, com a soli-  
darietà traçando aos mais  
fortes a obrigação do socor-  
ro aos mais fracos, não  
mais se verificando a corri-  
da de armamentos e sim a  
emulação incessante à fra-  
ternidade entre os povos.

•



Se todos perdoassem, a saúde humana atingiria prodígios de equilíbrio e longevidade, porquanto a compreensão recíproca extinguiria o ressentimento e o ciúme, que deixariam, por fim, de assegurar, entre as criaturas, terreno propício à obsessão e à loucura, à enfermidade e à morte.

Se todos perdoarmos, reformaremos a vida na Terra, apagando de todos os idiomas a palavra "ressentimento", para convivermos, uns com os outros, acreditando

realmente que somos irmãos diante de Deus.

Quando todos aprendermos a perdoar, o amor entoará hosanas, de pólo a pólo da Terra, e então o Reino de Deus fulgirá em nós e junto de nós para sempre.

EMMANUEL

## PARA LIBERTAR-NOS

A preguiça conserva a cabeça desocupada e as mãos ociosas.

A cabeça desocupada e as mãos ociosas encontram a desordem.

A desordem cai no tempo sem disciplina.

O tempo sem disciplina vai para a invigilância.

A invigilância patrocina a conversação sem proveito.

A conversação sem proveito entretece as sombras da cegueira de espírito.

A cegueira de espírito promove o desequilíbrio.

O desequilíbrio atrai o orgulho.

O orgulho alimenta a vaidade.

A vaidade agrava a preguiça.

•

Como é fácil de perceber, a preguiça é suscetível de desencadear todos os males, qual a treva que é capaz de induzir a todos os erros.

•

Compreendamos, assim, que obsessão, loucura, pessimismo, delinquência ou enfermidade podem aparecer por autênticas fecundações da ociosidade, intoxicando a mente e arruinando a vida.

E reconheçamos, de igual modo, que o primeiro passo para libertar-nos da inércia será sempre: trabalhar.

EMMANUEL

## E OS OUTROS?

Quando te dirijas ao Senhor, implorando o auxílio de que te julgas em necessidade premente, pensa nos outros, naqueles outros que te seguem a marcha, suspirando pelas migalhas das sobras que desperdiças.

•

Rogas tranqüilidade e reconforto para os entes amados que te povoam o reino doméstico.

Natural assim faças.  
No entanto, imagina os padecimentos daqueles que vagueiam sem teto.

•

Aguardas a supressão imediata dos males que te fustigam o corpo, amparado pelos melhores recursos da medicina.

Justo assim te orientes. Contudo, pondera o suplício dos que agonizam sem assistência e esperam a própria morte, sem a bênção de um leito.

•

Suplicas proteção e segurança para os filhos que-

ridos, acobertados por teu afeto, a fim de que vençam galhardamente as dificuldades do mundo.

Compreensível que assim procedas. Recordas, porém, o martírio daqueles outros pais e mães que dariam a vida para arrancarem os filhos do coração ao chavascal da penúria.

•

Queres aumentar os salários e rendimentos que te felicitam os dias, para a realização de teus ideais.

Razoável assim te guies. Entretanto, medita na aflição dos que jazem afundados



em pauperismo, para os quais algumas poucas moedas de tuas mãos generosas constituem assunto de base da fé em Deus, entre vibrações de alegria e preces de gratidão.

•

Pretendes aumentar conhecimentos e títulos que te consolidem autoridade e influência, solicitando, para isso, condição e tempo, de conformidade com os teus desejos.

Cabível assim te comportes. Todavia, lembra-te dos companheiros absolutamente desarmados de oportunidade e cultura, para quem

uma frase de simpatia ou de socorro da tua parte é uma luz no caminho.

•

O Céu te concede mais recursos para que auxilies o próximo que tem menos.

Pede a Providência Divina aquilo que te falta, suprimindo, quanto possível, aquilo que falte aos outros.

•

A vida te ajuda para que ajudes.

Deus te dá para que dê.

EMMANUEL

## TEU CLIMA

Queiras ou não, onde estiveres, dás e recebes, conforme as leis do espírito.

Sentimentos inspiram idéias.

Idéias suscitam palavras.

Palavras estabelecem ações.

Ações criam destinos.

Tudo o que fazes é plan-tação, atraindo resultados.

Daí, a importância das reações que provoques e das impressões que distribuas.

Cada qual de nós carrega o clima espiritual que lhe é próprio.



Considera, assim, a necessidade do otimismo e da paz, no campo íntimo, para que irradies, a benefício dos outros e, conseqüentemente de ti mesmo, a tranqüilidade e a alegria de viver.

Não te encorajarias a receber criaturas irmãs sobre montes de lixo, nem lhes servirias a mesa com êsse ou aquêlo bolo recheado de espinhos. Por que acolhê-las, entre lamentações e choques,

para, em seguida, te afastares delas, deixando-as machucadas e espavoridas do ponto de vista espiritual?

Processam-se, sob tuas sugestões conscientes ou inconscientes, esperanças e desencantos, levantamentos e quedas, restaurações e depressões.

Praticarás a beneficência, não só com a dádiva materializada em tuas mãos, mas principalmente com o amparo invisível de tua influência para que o bem se faça.

Tua presença — teu clima.

Teu clima — tua mensagem.

Se te propões a estudar o problema, da parte dos outros para contigo, examina a questão, partindo de ti para com os outros, e verificarás que do contato de cada pessoa algo te fica, nos caminhos do tempo, a induzir-te para os prejuízos e sombras de ontem ou impelindo-te a aproveitar as possibilidades de hoje, a fim de que a luz do amanhã te encontre melhor.

EMMANUEL



## EM AÇÃO EVANGÉLICA

Caso o livro repousasse indefinidamente na prateleira, o esforço do escritor teria sido inútil.

Se todo carro estivesse tão-sòmente destinado a enfeitar residências, a indústria automobilística desceria à estaca zero.

Quando o título acadêmico estiver arquivado, sem atividade que corresponda às habilitações que êle oferta, o educandário terá funcionado em vão para o detentor.

Se a terra deve ser livre para criar tôda espécie de erva daninha que lhe reponha do seio, tôdas as técnicas da agricultura se ergueriam em vão.

Nenhuma comunidade levanta navios unicamente para dar espetáculos de gran-



deza, e sim para valorizar a navegação e engrandecê-la nos perigos do mar; outros-sim, não assalaria bombeiros e nem lhes administra instrução para que êles apenas anotem a presença ou os estragos do fogo, mas sim para que extingam as fôrças desencadeadas do incêndio, às vêzes, com risco das próprias vidas.

•

Assim também nós, em ação evangélica.

O Senhor não nos chamou para exercer o papel de censores de Sua Obra. Se lhe aceitaste o convite para

colaborar na seara de amor e luz do Reino de Deus, recorda que fomos engajados, com a permissão dêle, nas fileiras do bem, para compreender e abençoar, trabalhar e servir.

EMMANUEL

## SE PROCURAS A PAZ

Olvida as desilusões e as mágoas que porventura te assaltem a mente, para que te fixes na certeza de que a vida encerra os gérmenes da renovação incessante, em si própria, facultando-nos a conquista da verdadeira felicidade.

Olvida o lado menos feliz dos companheiros de traba-

lho e de ideal, a fim de que lhes enxergues tão-sòmente as qualidades enobrecidas e as possibilidades de elevação.

Olvida as injúrias recebidas, entesourando as bênçãos que te rodeiam.

Olvida o azedume e a incompreensão dos adversários e esmera-te a conservar os amigos e irmãos que te apóiam as tarefas do dia-a-dia.

Olvida os assuntos que provoquem a mentalização dos erros e tragédias da Humanidade e rende culto permanente aos feitos edificantes e heróicos em que os homens hajam exaltado a sua natureza divina.

•

Olvida os fracassos que já te assediaram a existência e escora-te nas esperanças e realizações com que te diriges para o futuro.

•

Olvida as reminiscências amargas e mantém na me-

mória os acontecimentos felizes que se te erigiram na estrada, alguma vez, por motivos de euforia e plenitude espiritual.

•

Olvida as dificuldades que te entravam a marcha e consagra-te ao serviço que já possas criar ou fazer na seara do amor ao próximo.

•

Se procuras a paz, olvida todo mal e dedica-te ao bem, porquanto sòmente o bem te descerrará caminho para as bênçãos da Luz.

EMMANUEL

## A PRECE DO ESFÔRÇO PRÓPRIO

É da Lei do Senhor que  
a prece do esforço próprio  
obtenha resposta imediata  
da vida.

•

Educa a argila e a ar-  
gila dar-te-á o vaso.

Guarda o vaso contra o  
lôdo e o vaso ser-te-á pres-  
timoso servidor.

•

Trabalha a madeira bru-  
ta e a madeira selvagem as-  
segurar-te-á o asilo domés-  
tico.

Mantém a higiene em  
tua casa e a casa abençoar-  
te-á a existência.

•

Ara o solo e terás a  
sementeira.

Auxilia a plantação e  
receberás o privilégio da co-  
lheita.

•

Vale-te da fonte com  
respeito e recolherás a água  
pura.

Cultiva a limpeza do lí-  
quido precioso e a água



conferir-te-á equilíbrio e saúde.



Agimos com o desejo.

Reage a vida com a realização.



Não há caridade sem gentileza.

Não há fé sem boa vontade.

Não há esperança sem paciência.

Não há paz sem trabalho digno.

Usemos a chave do esforço próprio no bem de todos e o bem verdadeiro conduzir-

-nos-á para a vitória que nos propomos atingir.



O Criador responde à criatura, através das próprias criaturas, até que a criatura lhe possa, um dia, refletir a Glória Sublime.

Articulemos incessantemente a oração do serviço ao próximo, pela ação constante no auxílio aos outros, e estaremos marchando para a felicidade indestrutível da comunhão com Deus.

EMMANUEL

## AINDA HOJE

Irritavas-te, ainda hoje, no justo momento da caridade.

E pensavas contigo mesmo: “valerá suportar a bília do companheiro encolerizado, desculpar o insulto da ignorância, sofrer sem revolta os golpes da violência e ajudar aos que me incomodam na via pública?”

Refletias a extensão do mal e confiavas-te ao desespero.

Entretanto, não se pode julgar o campo pelo talo de erva, nem avaliar espiritualmente a multidão pelo movimento da praça.

•

O amigo que te oferece o semblante áspero guarda provavelmente um espinho de aflição a espicaçar-lhe o peito, a pessoa que te injuria talvez padeça lastimável cegueira, a mão que te fere expõe o próprio desequilíbrio e êsses rostos ulcerados que te pedem consôlo trazem também consigo um coração suspirando por Deus.

Deixa que a bondade se  
externe por ti, estendendo a  
fonte da esperança e a melo-  
dia da bênção.

Silencia a palavra can-  
dente e apaga todo impulso  
de crueldade.



Ergue ainda hoje os que  
caíram.

Amanhã, é provável ne-  
cessites escudar-te naqueles  
que levantas.



Reflitamos no Eterno  
Amigo que passou na Terra,

compreendendo e servindo,  
sem descrever do amor, embora  
sòzinho nos supremos teste-  
munhos da própria fé.

Ampara, alivia, ilumina  
e socorre sempre.

Todo auxílio na obra do  
bem é uma prece silenciosa.  
E, tôda vez que auxilias, o  
anjo da caridade está perto,  
orando também por ti.

MEIMEI

## PONTOS MORTOS

Se a presença de alguém te constrange a sofrer penosa impressão de mágoa, recorda que, nas vibrações desequilibradas a te impelirem para a inquietude, jaz um "ponto morto" do sentimento, reclamando-te boa vontade para que se lhe extinga a perigosa existência.



Se a ofensa recebida foi impensadamente guardada

por ti nas entranhas da alma, compelindo-te à lembranças aflitivas, não olvides de que aí fizeste um "ponto morto", exigindo-te reajuste.



Se a aversão te vence a tranqüilidade, ante a voz de um companheiro que se te apresenta menos simpático, aí surpreendes um "ponto morto" do passado, esperando por teu esforço na plantação da simpatia.



Se encontras no trabalho um associado de tarefa,



de cuja cooperação desejarias prescindir, à face do mal-estar que te impõe, aí possuis um "ponto morto" do caminho que precisas superar com a diligência no bem.

•

Se alguém te penetrou a família, em condições que te atormentam, suscitando-te pensamentos de animosidade, é que a bagagem de circunstâncias que trazes de passadas reencarnações aí te oferece um "ponto morto", solicitando-te suprimi-lo com aplicações de tolerância, em auxílio a ti mesmo.

•

Se em teu círculo de fé surge um irmão de ideal com quem te desarmonizas, tentando-te, às vezes, a abandonar os mais preciosos deveres para com os Desígnios Superiores que te presidem a tarefa, convence-te de que aí formaste um "ponto morto", que é preciso afastar, em teus exercícios de fidelidade aos compromissos assumidos.

•

Ninguém, na Terra, permanece imune contra semelhantes núcleos de provação.

Todos trazemos do pretérito "pontos mortos" que

é indispensável banir da estrada, a fim de marcharmos ao encontro do futuro, na posição de almas livres, para a abençoada missão que nos é reservada.

Amarguras, pesares, dissabores, desencantos são regiões traumatizadas de nossa alma que nos compete sanar, usando os antissépticos da bondade e do perdão, do sacrifício e da renúncia.



Estejamos vigilantes contra os "pontos mortos" do coração, preservando a saúde moral, como nos apressa-

mos a defender o equilíbrio do corpo físico.

Rendamo-nos à serenidade e à paciência, no serviço infatigável do bem com o Cristo de Deus, porque o Mestre da Ressurreição é igualmente o Grande Médico da Vida Eterna, capaz de libertar-nos do jugo tiranizante da morte.

SCHEILLA

## BENS E MALES

Quase sempre, na Terra, muitos bens são caminhos a muitos males e muitos males são caminhos a muitos bens.

Por isso, muitas vezes, quem vive bem à frente dos preceitos humanos, pode estar mal ante as Leis Divinas.

A dor, sendo um mal, é sempre um bem, se sabemos bem sofrê-la, enquanto que o prazer, sendo um bem,

é sempre um mal se mal sabemos fruí-lo.

Em razão disso, há muitas situações, nas quais o bem de hoje é o mal de amanhã, ao passo que o mal de agora é o bem que virá depois.

Muita gente persegue o bem, fugindo ao bem verdadeiro e encontra o mal com que não contava e muita gente se desespera, a fim de desvencilhar-se do mal que não consegue entender e acaba encontrando o bem por surpresa divina.



Há quem se ria no gôzo dos bens do mundo para chorar nos males do espírito e há quem geme nos males da Terra para colhêr os bens da Esfera Superior.

Não procures unicamente estar bem, porquanto no bem apenas nosso talvez se ache oculto o mal que flagela os outros por nossa causa e o mal que flagela os outros por nossa causa é mal vivo em nós mesmos, a roubar-nos o bem que furtamos do próximo.

•

Se desejas entesourar na estrada o bem dos mensagei-

ros do bem, atende, antes de tudo, ao bem dos semelhantes, sem cogitar do bem que se te faça posse exclusiva.

Recordemos o Cristo que, aparentemente escravo ao mal do mundo, era o Senhor do Bem, a dominar, soberano, acima das circunstâncias terrestres, e, tentando seguir-Lhe o passo, aceitemos com valor, no mal da própria cruz, o roteiro do bem para a Grande Vida.

SCHEILLA



## DEFENDAMO-NOS

Ante as fôrças da sombra que, porventura, te ameaçam o coração, acalma-te e espera...

Se a serpente da inveja te envenena a alegria, recorda que a criatura invejada, muita vez, carrega consigo dolorosas chagas de angústia sob o manto enganoso das aparências.

Se o dragão do ciúme te espreita os passos, não olvides que todos os nossos afetos pertencem a Deus, Nosso Pai, que no-los empresta, a fim de que, através do desenvolvimento e da renúncia, venhamos a adquirir o verdadeiro amor para a eternidade.

Se a gralha do orgulho te grita mentiras ao pensamento, impelindo-te à evidência indébita, entre aqueles que te rodeiam, não te esqueças de que o tempo tudo renovará, preservando-te única-

mente os valores imarcescíveis do espírito.

•

Se o leão invisível da cólera te absorve a emotividade, obscurecendo-te o raciocínio, certifica-te de que um minuto de desespero pode arrojarte a muitos séculos de criminalidade e loucura.

•

Se as larvas da preguiça te invadem a cabeça e te imobilizam as mãos, convence-te de que um dia de inércia no bem é ganho indiscutível para

o mal que nos cerca e que responderemos, em todo tempo, na Contabilidade Celeste pelo descaso das horas perdidas.

•

A cada instante, a mudança nos espia a existência, através de mil modos.

Guardemo-nos no serviço incessante do amor puro e simples, compreendendo que tão-só construindo a felicidade para os outros é que alcançaremos a nossa felicidade. E, buscando acender a luz divina em nós mesmos é que nos retiraremos, em definitivo, do largo desfi-

ladeiro da ilusão e do desencanto, da culpa e do resgate, do desequilíbrio e da morte.

EMMANUEL

## SOMBRA

Não é o ouro que avilta.  
É a sombra do egoísmo  
em forma de avareza.

•

Não é a propriedade  
que encarcera.  
É a sombra do egoísmo  
em forma de ambição.

•

Não é o poder que perturba.

É a sombra do egoísmo  
em forma de tirania.



Não é a ciência que  
resseca as fontes do senti-  
mento.

É a sombra do egoísmo  
em forma de vaidade.



Não é a afeição que  
degrada.

É a sombra do egoísmo  
em forma de cativeiro.



Não é a força que de-  
sequilibra.

É a sombra do egoísmo  
em forma de violência.



Não é a autoridade que  
envilece.

É a sombra do egoísmo  
em forma de opressão.



Não é o ponto de vista  
que isola.

É a sombra do egoísmo  
em forma de intolerância.



Não é o descanso que  
prejudica.



É a sombra do egoísmo  
em forma de ociosidade.

•

Não é a despesa que ar-  
ruína.

É a sombra do egoísmo  
em forma de excesso.

•

Lícita é a lei do uso,  
em tôdas as províncias da  
vida, mas, em tôdas as pro-  
víncias da vida, a lei do uso  
pede simplicidade e ponde-  
ração.

•

A árvore que produz mi-  
lhares de frutos absorve da  
gleba tão-sòmente o indispen-  
sável à própria existência.

O rio, que fecunda o  
solo, transpondo léguas e lé-  
guas para atingir o oceano,  
satisfaz-se com a faixa de  
terra em que se lhe demarca  
o leito preciso.

•

Na sustentação da pró-  
pria felicidade, aprendamos  
a tomar do mundo apenas  
o necessário à paz da cons-  
ciência tranqüila, no cumpri-  
mento exato do dever que as  
circunstâncias nos assinalam,  
porque, se o amor desinteres-

sado é a luz de Deus a envolver-nos, em tôda parte, o egoísmo, seja onde fôr, é a sombra de nosso espírito envidado, enquistando-nos alma e sonho na carapaça do "eu".

EMMANUEL

## A BÊNÇÃO DIVINA

O pão é a bênção da sementeira.

O progresso é a bênção do trabalho.

A ordem é a bênção da disciplina.

O conhecimento é a bênção do estudo.

A realização nobre é a bênção do esforço digno.

A cooperação é a bênção do entendimento.

A experiência é a bênção do trabalho.

A simpatia é a bênção da gentileza.

O discernimento é a bênção do raciocínio.

A coragem é a bênção da confiança.

O respeito conquistado é a bênção do dever bem cumprido.

A oração é a bênção da fé.

A caridade é a bênção do Amor Divino.

Pelas bênçãos mais nobres da Terra, Deus, em Sua Infinita Bondade, protege o

homem, mas pela caridade, que é a bênção do Divino Amor, o homem eleva-se para Deus.

EMMANUEL

## PELOS OUTROS

Não vaciles no serviço integral a benefício dos outros, para que o egoísmo te não circunscreva a existência ao cárcere das trevas.

Sòmente através dos outros, construirás a escada que te erguerá o espírito à celeste ascensão.

Imagina-te sòzinho num continente de ouro plenamen-

te isolado no templo da perfeita sabedoria...

Tôda a fortuna e tôda a ciência resultariam em rematada inutilidade nas tuas mãos, de vez que o deserto dourado e o tesouro da cultura com o frio da solidão te fariam desvairar.

Lembra-te do Divino Mestre e ajuda sempre em louvor do bem de todos.

Quanto mais se agigante o perigo, em tôrno daqueles que te partilham a marcha, mais vivo apêlo o Céu te formula para que te guardes



fiel ao amor no dom de servir.

•

Pensa.

O delinqüente de agora pode ser o herói de amanhã e a criança largada ao desequilíbrio ainda hoje, se amparada por teus braços, talvez se converta na luz e na bênção de um povo inteiro.

•

Jamais te presumas superior aos que te rogam apoio e não te suponhas cansado de auxiliar.

Não olvides que a Bondade Divina nunca desespe-

rou de nossas fraquezas e de nossas necessidades e, se nos encaminha à dor e à lição é que ainda nos achamos em perigo de vida espiritual.

E a fim de que não nos escasseie a precisa disposição nos deveres da fraternidade, recordemos, sobretudo, que o Cristo de Deus, não obstante Governador Espiritual do Mundo, certo dia, à frente da cruz, não desdenhou valorizar Barrabás, o malfeitor confesso, aceitando substituí-lo para, em lugar dêle, padecer e morrer.

EMMANUEL

## QUEM SOUBESSE

Quem soubesse quão venenoso é o conteúdo de fel atisnar o cálice da aversão, decerto compreenderia que todo golpe da crueldade não é senão desafio à nossa capacidade de entendimento.

Quem soubesse da trama de sombra que freme, perturbadora, em tórno da palavra infeliz que profere

na crítica à vida alheia, preferiria amargar no silêncio as feridas da mágoa, esperando que o tempo lhes ofereça a necessária medicação.

Quem soubesse da quantidade de crimes, oriundos da revolta e da queixa, escolheria suportar toda espécie de sofrimento, antes que reclamar consideração e justiça, em seu próprio favor.

Quem soubesse da multidão de males que a vin-

gança provoca, esqueceria sem custo os braseiros de dor que a calúnia lhe arremessa à existência.

•

Tenhamos em mente que o ódio é o grande fornecedor das prisões e de que a cólera é responsável por grande parte das doenças que infelicitam a Humanidade e guarda o coração na grande paciência, se te propões conservar em ti mesmo o tesouro da paz e a bênção da segurança.

•

Ainda mesmo que alguém te ameace com o gládio da morte, desculpa e segue adiante, porque as vítimas ajustadas aos trilhos do Bem Eterno elevam-se de nível, ao passo que os ofensores, ainda quando se mostrem como sendo os aparentemente mais dignos, descem aos precipícios do tempo para o acerto reparador.

•

De qualquer modo, se a ofensa te procura, cala e perdoa sempre, porque se o Mestre nos exortou ao amor pelos inimigos, também nos

advertiu que a mão erguida  
à delinquência da espada,  
agora, hoje ou amanhã, atra-  
vés da espada se ferirá.

EMMANUEL

## QUESTÕES DE PUREZA

A pretexto de seres bom, não desampares aquêle que o mundo categoriza por mau, de vez que amanhã, esclarecidas as nossas contas, na Justiça Divina, é possível que as nossas virtudes venham a desejar.



A pretexto de seres humilde, não te distancies da-



quele que a Terra classifica por orgulhoso, porquanto, um dia, é provável que a nossa singeleza exterior, ao sol da Verdade Eterna, se reduza à vaidade e ilusão.

•

A pretexto de seres paciente, não menosprezes aquêlê que muitos acreditam impulsivo e violento, porque, na esfera da realidade sem mescla, bastas vêzes, a nossa suposta serenidade não passa de ociosidade da mente e do coração.

•

A pretexto de seres caridoso, não fujas daquele que a sociedade define como sendo ingrato e insensível, entendendo-se que, em muitas ocasiões, ante a luz meridiana do conhecimento superior, a nossa pretensa superioridade é simples tirania do sentimento.

•

Recorda que a semente limpa em que se te baseia o prato de cada dia procede do chão escuro.

•

Há, na Terra, muita veste alva que, na essência, se tinge com o suor e com o sangue de irmãos sacrificados por duras exigências e há muita roupa andrajosa e aparentemente enlameada, ocultando corações sublimes e heróicos, de cuja abnegação se derrama resplendente brilho solar.

•

Aprendamos com Jesus a socorrer os pântanos da estrada e, decerto, do lôdo que nos mereça compreensão e devotamento, surgir-nos-á o lírio sublime do reconhe-

cimento e do amor que, em se levantando das trevas do charco para a glória da Altura, nos indicará ao espírito deslumbrado o excelso caminho da própria ressurreição.

EMMANUEL

## APRENDAMOS A DIVIDIR

Aprendamos a dividir a própria felicidade para que a felicidade dos outros se multiplique.

•

Observemos a natureza.

O Sol divide com a Terra os seus raios de amor e a Terra lhe entesoura a energia, em favor do progresso das criaturas.

A fonte divide as águas auxiliando a vegetação que, mais tarde, a protege.

A árvore divide os frutos com os homens e os homens lhe estendem a espécie, através do espaço e do tempo.

As flôres dividem o próprio néctar com as abelhas e as abelhas lhes garantem abençoada fecundação.

•

Tuas horas e tuas forças, conhecimentos e recursos, quaisquer que sejam, são concessões do Todo-Compasivo em tuas mãos, que podes

repartir com o próximo, a benefício de ti mesmo.

•

Auxiliar alguém é fazer o investimento da verdadeira alegria e toda alegria no exercício do bem é dom de vida e luz que nos aproxima de Deus.

•

Aprendamos a dividir os depósitos do Senhor, enquanto é hoje, a fim de que o Amparo Divino mais intensamente nos envolva, enriquecendo-nos o espírito pa-

ra que venhamos a receber com os outros e pelos outros a nossa perfeita felicidade amanhã.

EMMANUEL



## SE FORMOS JUSTOS

Deixa que a justiça te  
clareie a visão para que o  
egoísmo te não imponha a  
loucura e a cegueira.

Se formos justos, não  
nos inclinaremos à censura  
e à reprovação, ante os er-  
ros dos semelhantes, por-  
quanto, conheceremos, de  
sobra, nossas próprias fra-  
quezas.

Se formos justos, esque-  
ceremos a queixa e a recla-  
mação, porque, notaremos, ao  
nosso lado, aquêles que cami-  
nham no mundo, suportando  
fardos mais agressivos e  
mais pesados que o nosso.

Se formos justos, não  
exigiremos dos outros de-  
monstrações prematuras de  
bondade e compreensão, de  
vez que sabemos quanto nos  
custa o próprio equilíbrio no  
escabroso acesso às conqui-  
tas morais.

Se formos justos, não nos confinaremos ao círculo doméstico, cristalizando-nos nas vantagens particulares, porquanto aprenderemos que as dores do vizinho são iguais às nossas, cultivando, por isso, a fraternidade que nos quinhoará de alegrias e bênçãos.

•

Sejamos justos e entenderemos a riqueza dos bens que o Senhor nos empresta, sabendo enxergar a indigência e o infortúnio que nos pedem simpatia e socorro.

Sejamos justos e perceberemos, enfim, que o traba-

lho infatigável no bem comum é a única fórmula de paz, suscetível de garantir-nos a felicidade e a segurança, porque os cultivadores da justiça, pelo serviço incessante a todos, conhecem o supremo valor do tempo, convertendo o presente na gloriosa preparação do futuro.

EMMANUEL

## SE AS LETRAS BASTASSEM

Se as letras bastassem, não teríamos as nações superalfabetizadas da Terra patrocinando o ódio e a destruição em conflitos de morte.

Se as letras bastassem, não contemplaríamos a religião detida no culto externo e a ciência tanta vez convertida em arma de extermí-

nio, nas mãos da inteligência destrambelhada.

Se as letras bastassem, não identificaríamos o suicídio por enfermidade moral, alastrando-se, de preferência, entre as classes privilegiadas pela cultura do cérebro.

Se as letras bastassem, decerto, não seríamos defrontados, na atualidade, pela indústria crescente do aborto delituoso nos lares que a instrução e o reconforto assina-

lam, em muitas ocasiões, com o beneplácito de muitas autoridades humanas.

•

Não vale ensinar tão-somente a técnica do fazer.

Necessário, antes de tudo, saber fazer para o bem de todos.

•

Repletar-se-ão as arcas de um povo com o ouro fácil da economia de absorção indireta, todavia, se êsse povo ignora como utilizar a riqueza na exaltação da grande fraternidade que rege a vida,

nessa mesma grandeza de que se orgulha encontrará os agentes letais da miséria e do desespero.

•

Adornar-se-á o homem com títulos respeitáveis, no campo das profissões, entretanto, se não busca movimentá-los no auxílio aos outros, nessa mesma vantagem particular surpreenderá o caminho descendente para a ruína.

•

Impossível dispensar a escola que ilustra o raciocí-



nio, mas, antepondo-se a ela, é indispensável se erga no mundo a orientação que apura o sentimento.

Antes de conhecer, é forçoso compreender, a fim de que o passo da criatura não se desvie do rumo certo.

É por isso, sem dúvida, que Jesus, embora anjo entre os anjos e sábio dos sábios, preferiu manifestar-se entre os homens como sendo o Divino Mestre do coração.

EMMANUEL

## TUDO CERTO

Não se diga sem orientação nas tarefas do bem.

Movimentando providências inúmeras, as Leis da Vida nos situam a todos, em cada instante, na linha certa para a edificação do Reino de Deus.

É assim que você permanece com exatidão:

no dia certo;  
no caminho certo;  
no lugar certo;

no momento certo;  
no compromisso certo;  
no trabalho certo;  
na experiência certa;  
na posição certa;  
na circunstância certa;  
com a pessoa certa;  
com os recursos certos.



No que respeita à Sabedoria Divina, tudo está certo para que venhamos a realizar o melhor, amando e perdando, aprendendo e servindo.

A ação, porém, é nossa.

Dêsse modo, sentir errado, pensar errado, decidir errado ou fazer errado constituem problemas que correm por nossa conta.

SCHEILLA

## ORAÇÃO NOSSA

Senhor, ensina-nos:  
 a orar sem esquecer o  
 trabalho;  
 a dar sem olhar a quem;  
 a servir sem perguntar  
 até quando;  
 a sofrer sem magoar  
 seja a quem fôr;  
 a progredir sem perder  
 a simplicidade;  
 a semear o bem sem  
 pensar nos resultados;  
 a desculpar sem con-  
 dições;

a marchar para a frente  
 sem contar os obstáculos;  
 a ver sem malícia;  
 a escutar sem corrom-  
 per os assuntos;  
 a falar sem ferir;  
 a compreender o próxi-  
 mo sem exigir entendimento;  
 a respeitar os semelhan-  
 tes, sem reclamar consi-  
 deração;  
 a dar o melhor de nós,  
 além da execução do próprio  
 dever, sem cobrar taxas de  
 reconhecimento.

Senhor, fortalece em  
 nós a paciência para as difi-  
 culdades dos outros, assim  
 como precisamos da paciên-

cia dos outros para com as  
nossas dificuldades.

Ajuda-nos para que a  
ninguém façamos aquilo que  
não desejamos para nós.

Auxilia-nos, sobretudo,  
a reconhecer que a nossa fe-  
licidade mais alta será, inva-  
riavelmente, aquela de cum-  
prir-te os desígnios onde e  
como queiras, hoje, agora e  
sempre.

EMMANUEL

## NO PORTAL DA LUZ

Dez dias do médium Xa-  
vier, na formosa praia de  
Atafona, Estado do Rio, e  
Emmanuel aproveitou-os para  
escrever êste livro de bôlso,  
dedicado a todos aquêles que  
se iniciam na Doutrina Espí-  
rita, buscando compreensão e  
vivência no Evangelho de  
Jesus.

Dali, daquele cenário su-  
blime da natureza, em que  
o sorriso das crianças e a  
generosidade das almas boas  
se misturam com a serenida-  
de do céu e a beleza do  
mar, Emmanuel, — o ben-  
feitor espiritual que tanto  
amamos, — se dirige a todos  
os que se aproximam do Espi-  
ritismo Cristão, descerrando-  
lhes as portas do conheci-  
mento superior, a fim de que  
se enriqueçam, cada vez mais,  
de alegria e de luz na seara  
do bem.





CEC