

# Brasília Espírita

www.atualpa.org.br | brasiliaespirita@atualpa.org.br

Jornal do Grêmio Espírita Atualpa Barbosa Lima

ANO 52 - Nº 258 / Janeiro e Fevereiro 2026

Página 3 – Opinião

## Inteligência Espiritual

**Vladimir Tomczyk apresenta uma análise que integra ciência, filosofia e Espiritismo para compreender o sentido da vida, o papel da consciência e o amadurecimento espiritual do ser humano. A Doutrina Explica... mais um artigo do concurso realizado em 2023.**

Página 2 – Opinião

- Reflexões sobre os desafios atuais da humanidade à luz da Doutrina Espírita, destacando a importância da fé raciocinada, da liberdade de consciência e do compromisso moral com o bem.

Página 4 – Evangelho

- Artigo doutrinário que convida à confiança em Deus e à vivência do Evangelho como caminho de equilíbrio interior, crescimento moral e transformação pessoal.
- Lançada mais uma edição do Concurso A Doutrina Explica – veja o regulamento.

Página 5 – Entrevista

- Entrevista especial com Fábio Zózimo: trajetória de vida, vivência espírita, inclusão e acessibilidade, com destaque para a importância da comunicação fraterna e da Libras nas Casas Espíritas.

Página 6 – Reflexões

- A Palavra que Caminha nos traz uma reflexão sobre o "ide e pregai" (Marcos, 16:15) e suas aplicações nas diversas áreas da Casa Espírita.
- Veja a primeira chamada para o Encontro de Trabalhadores e Freqüentadores do Atualpa 2026.

Página 7 – Movimento Espírita

- Notícias do Movimento Espírita: os 142 anos da Federação Espírita Brasileira, eventos, educação espiritual, evangelização e iniciativas que fortalecem a união e a difusão do Espiritismo.





EDITORIAL

Nesta edição do *Brasília Espírita*, o leitor é convidado a refletir sobre a presença viva da Doutrina Espírita no mundo contemporâneo e sobre sua capacidade permanente de dialogar com os desafios humanos, sociais e espirituais do nosso tempo. As matérias reunidas revelam um fio condutor comum: o esforço contínuo de compreender o ser humano como espírito imortal, em processo de evolução, chamado à responsabilidade moral, ao autoconhecimento e ao exercício do amor ao próximo.

Os artigos doutrinários e de opinião

aprofundam temas atuais à luz do pensamento espírita, demonstrando que a fé raciocinada permanece como um dos maiores legados do Espiritismo. Ciência, filosofia e espiritualidade se apresentam como campos complementares, que, longe de se anularem, ampliam a compreensão da vida, do sofrimento e das possibilidades de transformação interior.

As entrevistas e reportagens destacam experiências marcadas pelo serviço, pela inclusão, pela acessibilidade e pela superação, reafirmando que o Espiritismo se concretiza na prática cotidiana, nas rela-

ções humanas e no compromisso com o bem. A vivência espírita não se limita ao discurso, mas se expressa no acolhimento, na escuta atenta, na palavra fraterna e na ação responsável.

Ao longo das páginas, evidencia-se também a relevância da palavra como instrumento essencial no movimento espírita. Ela educa na evangelização da infância, da juventude e dos adultos; esclarece e aprofunda nos estudos doutrinários; sensibiliza e eleva na arte espírita; acolhe e dignifica na assistência e promoção social; informa e orienta na comunicação social, nos pe-

ríodicos, nas redes sociais e nos ambientes digitais; consola no atendimento fraterno; disciplina e harmoniza na atividade mediúnica; e orienta, com ética e discernimento, a gestão das instituições espíritas.

Que esta edição inspire reflexões, fortaleça convicções e estimule atitudes coerentes com os princípios do Evangelho à luz da Doutrina Espírita. Que a palavra aqui impressa não seja apenas lida, mas sentida, refletida e vivida, contribuindo para a construção de consciências mais lúcidas, fraternas e comprometidas com a transformação moral da humanidade.

Alquimia da alma

Ricardo Honório\*



Aprendemos com a Filosofia Espírita que o objetivo primordial da vida é o permanente aperfeiçoamento do Ser; que, tendo sido criado simples e ignorante, carece de informação e experiência para o aprimoramento intelectual e moral; e que o progresso se dá mediante processo palingênico (reencarnação), pelo qual o indivíduo, enquanto espírito encarnado, precisa trabalhar de forma consciente e objetiva as suas necessidades evolutivas.

Apesar da inquestionável e elucidativa proposta espírita, faz-se mister a percepção de que nenhuma doutrina carrega em si todas as possibilidades de orientação para os seus adeptos, devendo o indivíduo atentar para o caráter universal do processo de construção do conhecimento, que deve ser perseguido sem preconceitos ou dogmas. Nesse sentido, Kardec nos adverte:

Todas as Escrituras encerram grandes verdades sob o véu da alegoria e, por se terem apegado à letra, é que os comentadores se transviaram. Faltou-lhes a chave para lhes compreenderem o verdadeiro sentido. Essa chave está nas descobertas da Ciência e nas leis do mundo invisível, que o Espiritismo vem revelar. Daqui em diante, com o auxílio desses novos conhecimentos, o que era obscuro se tornará claro e inteligível. (Kardec, 1997, p. 311).

Assim, podemos inferir que o Espiritismo, apesar de elucidativo em sua mensagem, compreende apenas mais um tijolo na infindável construção do saber humano. Não obstante, como herdeiros do labor kardequiano, compete-nos a tarefa de contribuir com a manutenção da mensagem espírita conforme revelada pelos Espíritos, livrando-a do religiosismo atávico que trazemos, inconscientemen-

te, dos estágios que remontam às origens do pensamento humano. É imprescindível que atentemos para o gorjear dos falsos profetas da atualidade, a fim de evitar que ela se perca no emaranhado dos subjetivismos que, normalmente, acabam por engendrar religiões positivas e institucionalizadas.

Os verdadeiros espíritas, instruídos e conscientes, devem primar pelo compromisso de manter a Doutrina no rumo que fora revelado pelos Espíritos da codificação. Logo, é dever moral trabalharmos pela elucidação mental (própria e de outrem), permitindo-se o livre acesso às várias fontes de conhecimento e de crença, como exercício da autonomia e do livre-arbítrio que caracterizam a nossa realidade existencial. A plena liberdade de escolha é condição *sine qua non* para o aperfeiçoamento moral e o crescimento intelectual do Ser.

Que veja quem tem olhos de ver

No curso do processo evolutivo, é chegado o momento de a humanidade ser agraciada com inúmeras revelações e descobertas de grande significado para o Espírito. E como numa verdadeira invasão organizada, “os Espíritos do Senhor, que são as virtudes dos Céus, qual imenso exército que se movimenta ao receber as ordens do seu comando, espalham-se por toda a superfície da Terra e, semelhantes a estrelas cadentes, vêm iluminar os caminhos e abrir os olhos aos cegos” (Kardec, 1996, Prefácio).

Dentre esses avatares, um se dedica a analisar em profundidade o âmago da problemática evolutiva do Espírito, qual seja a psique ou a alma humana. Carl Gustav Jung não se deu por satisfeito com as ideias de Sigmund Freud, dentre outros, e avançou no *mare ignotum* do incon-

na terapêutica da alma, principalmente quando associada às terapias espíritas.

Kardec estava certo quando disse que a chave que abre o portal da consciência “está nas descobertas da Ciência e nas leis do mundo invisível [...]” (Kardec, 1997, p. 311). Nesse sentido, Jung, sem preconceito intelectual e desapegado dos louros acadêmicos, associou a construção do **Magnum Opus** alquímico ao processo de individuação, que corresponde à constituição do homem integral, conforme proposto por Joanna de Ângelis nas obras que compõem a chamada “Série Psicológica”, psicografada por Divaldo Franco.

Associando a linguagem dos alquimistas ao processo de conscientização do indivíduo, Jung relaciona as fases do trabalho alquímico (**nigredo**, **albedo**, **rubedo** e **citrinidade**) com o caminho que o indivíduo deve seguir para atingir o autoconhecimento e o perfeito equilíbrio entre o consciente e o inconsciente, imprescindíveis à individuação.

Por analogia, o início do processo evolutivo do Espírito corresponde à primeira fase do trabalho alquímico (**nigredo**); momento em que os elementos psíquicos estão submetidos aos impulsos instintivos, sob a égide da ignorância que predomina. Os choques provenientes da desorganização intelecto-moral no campo intrapsíquico forçam os indivíduos a buscarem, inconscientemente, um mínimo de ordem para que se faça luz na vida sem sentido.

A misericórdia divina envia, então, os primeiros emissários da Luz, iniciando a segunda fase do trabalho alquímico das almas em processo de autotransformação (**albedo**). Esta fase é representada pela luz das mensagens proféticas, delineando o caminho a ser seguido ao longo dos futuros séculos e milênios.

Porém, delinear o caminho é apenas parte do processo. Cada indivíduo deve caminhar, construir atalhos para chegar ao objetivo. Inicia-se aqui a terceira fase: **rubedo**. Nesta fase o indivíduo é convidado a viver a jornada do herói, quando será testado ao extremo; verterá sangue,

suor e lágrimas a fim de que se purifique de toda impureza que possa comprometer sua transformação e a consecução do **Magnum Opus**.

Vencida esta fase, a psique ou a alma se encontra consigo mesma. Entretanto, detentora que é agora do autoconhecimento, percebe que na Natureza tudo é vida, movimento e trabalho constante. Conforme nos ensinou Jesus, “Meu Pai trabalha até agora, e eu trabalho também” (Jo 5:17). Ou seja, o trabalho alquímico da psique é uma infindável espiral ascendente. Tudo começa na forma mineral da Pedra Filosofal e segue o fluxo do Universo com vistas à Pedra Angelical (Edinger, 2020).

Do exposto, podemos inferir que a humanidade terrestre viveu a fase de **nigredo** até a chegada dos Profetas, quando as primeiras luzes foram acesas para facilitar a trajetória individual e coletiva. O auge da segunda fase (**albedo**) se deu com a presença física do Cristo. O Seu retorno ao mundo espiritual iniciou a **rubedo** (terceira fase), mergulhando a humanidade na etapa decisiva de sua purificação relativa, com vistas à autotransformação de nossas almas.

Por fim, considerando que os tormentos por que passa a humanidade **indicam** que os tempos preditos são chegados, lancemos mão de todos os recursos disponíveis, a fim de concluirmos com êxito a espiral em que nos encontramos. Porque, “daqui em diante, com o auxílio desses novos conhecimentos, o que era obscuro se tornará [cada vez mais] claro e inteligível” (Kardec, op. cit.).

Referências

- EDINGER, E. *Ego e Arquétipo*. 2. ed. São Paulo: Cultrix, 2020.
- KARDEC, A. *O Evangelho Segundo o Espiritismo*. 112. ed. Brasília: FEB, 1996.
- \_\_\_\_\_. *Obras Póstumas*. 6. ed. Araras: IDE, 1997.

\*Fundador do Grupo Espírita Peixotinho

\*Palestrante espírita, Brasília - DF

1973-2026 JBE

EXPEDIENTE

Registro no Cartório do 2º Ofício de Registro Civil do Distrito Federal. Bimestral.

Publicado pelo Grêmio Espírita Atualpa Barbosa Lima

Endereço: SGAS Quadra 610, Bl. D Brasília-DF CEP 70200-700

Telefone: (61) 3443-2000

E-mail: brasiliaespirita@atualpa.org.br

CNPJ: 00.116.301/0001-85

Editoração: André Ribeiro Ferreira

Jornalista responsável: Sionei Ricardo Leão – Mtb 95/MS

Projeto Gráfico: Cristina de Oliveira Cardoso

Revisão: Soraia Ofugi

Revisão Doutrinária: Paulo de Tarso Pereira Viana, Paulo de Tarso Lyra, Cesar Pereira Viana e Solange Vaz dos Santos.

Colaboradores desta edição: Ricardo Honório, Vladimir Tomczyk, Reginaldo Ferrante, Fábio Zózimo, Rogério Amaral, equipe de Comunicação FEB e FEDF.

Permitida a divulgação, na íntegra ou em parte desde que citada a fonte.

Disponível em [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br)

DIRETORIA	ATIVIDADES ASSISTENCIAIS E PROMOCIONAIS
<b>Presidência:</b> Paulo de Tarso Pereira Viana <b>Vice-Presidência:</b> Solange Vaz dos Santos <b>Secretaria:</b> Elizabete Vasconcelos de Souza Karina Amorim Sampaio Costa <b>Tesouraria:</b> Cesar Pereira Viana Carlos Antônio Rodrigues Sobrinho	<b>Oficina de Costura:</b> Segundas-feira às 14h <b>Bazar Beneficente Irmã Virgínia:</b> Domingo às 10h <b>Gabinete Odontológico:</b> 2º e 3º Sábado às 8h30 <b>Gabinete de Psicologia:</b> Domingo às 10h <b>Gabinete Médico e Farmácia:</b> Domingo às 10h <b>Albergue Noturno:</b> 01 de fevereiro a 20 de dezembro <b>Campanha Auta de Souza:</b> Domingo às 10h <b>Distribuição de Alimentos:</b> Domingo às 10h <b>Assistência Jurídica:</b> Domingo das 10h às 12h
DEPARTAMENTOS	ATIVIDADES DOUTRINÁRIAS
<b>Atendimento Espiritual:</b> Mara Elizabeth Miranda <b>Atividade Mediúnica:</b> Marcus Vinícius Araújo <b>Estudo Doutrinário:</b> Carla Vieira Gonçalves Abreu <b>Infância e Juventude:</b> Ana Márcia dos Reis Lyra Ganda <b>Comunicação Social:</b> André Ribeiro Ferreira <b>Assistência e Promoção Social Espírita:</b> Gláucia Fátima Lopes Ramos Pedro <b>Arte e Cultura Espírita:</b> Lucimar Vieira Gomes Constância	<b>Reunião Pública e Passe:</b> 2ª e 5ª: 19h45   Domingo: 8h45 <b>Evangelização da Infância:</b> Domingo às 8h50 <b>Evangelização da Juventude:</b> Domingo às 10h30 <b>Estudo Sistematizado da Doutrina Espírita:</b> Sábado às 17h <b>Reunião de Irradiação:</b> Quartas-feiras às 19h30 <b>Estudo Sistematizado da Mediunidade:</b> Sábado às 17h <b>Evangelho Redivivo:</b> Sábado às 17h <b>Culto do Evangelho no Lar:</b> Sextas-feiras em modo virtual às 19h e no último domingo do mês em modo presencial às 18h



## A DOUTRINA EXPLICA



No livro *Inteligência Espiritual*, Danah Zohar defende a ideia de que, além do Quociente de Inteligência – QI (que mensura a capacidade que uma pessoa tem de processar informações e resolver problemas, a partir de aspectos como pensamento e raciocínio) e do Quociente Emocional – QE (que mede a aptidão humana de identificar e controlar as suas emoções para bem administrar a sua vida), a atividade humana também pode ser medida por meio do Quociente Espiritual (*Spiritual Quotient* – QS). Segundo a autora, o QS está ligado à necessidade humana de ter propósitos e objetivos na vida, citando como exemplo a existência de crises que originam a necessidade de reinventar-nos, redefinir os nossos valores, responsabilidades e a Humanidade como um todo, pois as crises, em determinados momentos, nos obrigam a rever as nossas decisões e os nossos atos. Atualmente, as vidas das pessoas estão fragmentadas, muitas vidas destruídas; criamos problemas que muitas vezes não enxergamos as soluções. Precisamos usar a nossa inteligência espiritual para resolvê-los, entender-nos, entender os outros, saber quando a outra pessoa está triste e auxiliá-la da melhor forma possível.

“A inteligência espiritual não tem nada a ver com religião [...] não é o que eu creio, mas o que eu sou!”, de acordo com Danah. Significa o que precisamos para recapturar os nossos valores, o nosso senso do que eu penso. O QI refere-se ao que eu penso, o QE vincula-se ao que eu sinto e o QS refere-se ao que eu sou, de maneira séria e significativa; é a inteligência moral com a qual ouvimos a nossa consciência. Dentro de cada um de nós há uma voz que sabe o que fazer quando criamos paradigmas, mudamos pensamentos, temos novas ideias e apresentamos novas soluções para velhos problemas.

De acordo com psicólogos norte-americanos, 94% das pessoas agem por medo,

# Inteligência Espiritual

Vladimir Tomczyk\*



raiva ou autoafirmação. As crises nos reinventam, não nos deixam ficar acomodados. Quando sentimos medo de perder nosso emprego, da fome, insegurança social, ficamos bravos com a realidade que nos agride e respondemos com a autoafirmação de que vamos vencer a tudo, encarando a vida com exploração aberta, tornando-nos mais fortes e verdadeiros ao saber por que lutamos e nos sentimos animados com as oportunidades de superação; isso é inteligência espiritual medida pelo *Spiritual Quotient*.

Em sua explicação doutrinária espírita, o médium e palestrante Divaldo Franco assevera que o ser humano vem tentando interpretar o próprio ser humano; a mente humana vem buscando entender a razão do sofrimento da Humanidade, de onde veio, para onde vai, surgindo na Antiguidade a origem do pensamento divino para explicar, por meio das religiões, o que o nosso entendimento não alcança. A vida é uma realidade indestrutível apresentada numa variedade de manifestações ignotas. Vivemos em um Universo de energias que se manifestam em diversas modulações entendidas pela Ciência ou pela Religião. Tudo quanto existe são partículas, átomos que se unem para constituir a forma, mas depois que se desagregam transformam-se em energia novamente. A vida tem um sentido e a criatura humana tem uma origem e tudo se funda em Deus.

De acordo com Divaldo, o geneticista Francis Collins foi o responsável pelo mapeamento do DNA humano ao dirigir o Projeto Genoma Humano, que procurava entender o grande enigma da criatura humana, como Deus criou o Universo e elaborou a vida. Ao apresentar a decodificação do genoma humano, atestou que somos constituídos de 3 bilhões de letras referenciais e para cada letra atribuem-se quatro novas variações. Se fôssemos nos deter 1 segundo em cada análise, gastaríamos 31 anos e produziríamos 32 pavimentos de um edifício para guardarmos o material necessário para tentarmos entender a vida. Francis concluiu que uma força superior denominada consciência havia elaborado esse milagre e procurou resposta nas religiões para entender a fé e comprovar que a presença de Deus se encontra no genoma humano.

Em 2007, o geneticista Dean Hamer declarou que a fé em Deus está nos genes humanos (Livro *O gene de Deus*, Ed. Mercurio), demonstrando que a criatura humana possui o gene de Deus, o gene da espiritualidade e autotranscendência (gene sigla VMAT2). Em entrevista à Folha de São Paulo, Dean Hamer afirmou que não poderia precisar se Deus é uma

criação dos nossos genes ou se criou os nossos genes para que Ele pudesse ser reconhecido. O que poderia assegurar é que temos genes que facilitam que pensemos em Deus, que identifiquem a existência de Deus.

Na opinião de Divaldo Franco, ao se reunir em Zurique, na Suíça, com Danah Zohar, ela criou o QS por meio do sentimento e não pela crença, e embora não crendo em Deus, não pôde negar que existe uma realidade espiritual itinerante e transcendente. Divaldo assegura que a vida é única, há existências anteriores e a morte é uma mudança de estrutura. A consciência transcende a capacidade cognitiva e quando Allan Kardec, em sua inteligência singular, pergunta aos espíritos “Que é Deus?”, obteve a resposta objetiva e clara de que é a inteligência suprema, a causa primária de todas as coisas; bem como, também obteve posteriormente a resposta de que a lei de Deus está escrita na consciência, porquanto a matéria é destituída de espontaneidade e uma força interior a comanda, partindo da aglutinação de moléculas, minerais, vegetais, animais e humanos que partem na direção da grandiosidade do espírito imortal. Nós somos o resultado de um QI, QE e QS com predominância da natureza espiritual; ninguém morre, há somente uma mudança basilar das estruturas espirituais. O espírito Joanna de Ângelis sempre lhe orienta: “Alimenta-te do pão espírita” para poder mostrar que todos irão até Deus pelo mesmo caminho da reencarnação, caridade e amor ao próximo. Para o médium e escritor espírita Divaldo, o Espiritismo é o grande Quociente Espiritual em nossas vidas.

No livro *Nosso Lar*, Lísias, sua mãe Laura e André Luiz conversam sobre o alimento espiritual que está vinculado tanto à vida física quanto à vida espiritual. A senhora Laura informa que naquela colônia recebem grandes ensinamentos relativos à nutrição espiritual e que o amor é o alimento para o espírito minimamente evoluído, tendo a alimentação forte relação com o pensamento, enquanto reencarnados. A mãe de Lísias fala a André que Jesus, ao proferir o ensinamento evangélico “Amai-vos uns aos outros”, aconselhava a alimentar-nos da caridade espiritual no campo da fraternidade, alimento fundamental para a vida em si. O ser encarnado saberá que a conversação amiga, o gesto afetuoso, a bondade recíproca, a confiança mútua, a luz da compreensão, o interesse fraternal, a caridade e o amor ao próximo serão os grandes instrumentos da vida espiritual que resolverão todos os sofrimentos.

Caibar Schutel, em sua obra *Parábolas e Ensinamentos de Jesus*, afirma que “há o pão do Céu, o alimento para a alma que contribui para o engrandecimento moral e permanece para a vida eterna”. Ao citar o Evangelho de João VI, 22-27, nos dá conta de que Jesus, após multiplicar 5 pães e 2 peixes e alimentar 5 mil pessoas, noutro dia, após transpassar o Tiberíades e estar em Cafarnaum juntamente com a turba que o acompanhava, diz ser o Pão da Vida e que quem vai a Ele não terá fome e quem nele crê terá a vida eterna, pois quem come a sua carne e bebe o seu sangue permanece nele e Ele em nós. Portanto, verifica-se claramente a influência Espiritual Superior na vida física, seja pela direta ação de Deus ou do Cristo e seus mensageiros em sustentação às almas, como forma de suportar as provações, aflições e lacerações reencarnacionistas enquanto no vaso físico.

Pessoas com elevado senso espiritual atribuem mais sentido à existência, preservam a vida como forma permanente de adentrar à eternidade do espírito, sabem lidar melhor com as suas emoções e desenvolvem valores éticos e crenças que irão influenciar sua moral, seu comportamento e suas ações, permitindo integrar as emoções inter e intrapessoais e diminuindo a distância entre o Eu e o Outro, estimulando a prática do conhecimento, elevação pessoal e compreensão dos seus limites a partir de um regramento que lhes permite perseguir a autorreforma íntima e buscar o seu aperfeiçoamento por meio da prática da Doutrina Espírita e da leitura das obras básicas e acessórias, na convicção de que, quando se fizer mister, a Doutrina Explica, por se constituir de uma base filosófica, científica e doutrinária que nos conduz à construção de uma fé raciocinada. Na tarefa do Cristo existem corpos famintos e doentes, mas a iluminação do espírito entranhado no genoma da matéria é fundamental como fonte de fé e esperança, pois tudo se equilibra no amor de Deus.

## BIBLIOGRAFIA:

FRANCO, Divaldo Pereira. *Forgiveness and Reconciliation*, March 23rd, 2023, United Nations Headquarters, NY City, USA.

XAVIER, Francisco Cândido. *Nosso Lar*, pelo espírito André Luiz. Ed. FEB, Rio de Janeiro. Cap. XVIII – Amor, Alimento das Almas.

SCHUTEL, Caibar. *Parábolas e Ensinamentos de Jesus*. Ed. O Clarim, Matão, São Paulo. Pag. 422, O pão da Terra e o Pão do Céu.

KARDEC, Allan. *O Livro dos Espíritos*. Trad. Matheus Rodrigues de Camargo, São Paulo. Questão 1: Que é Deus? e 621: Onde está escrita a Lei de Deus?

\*Palestrante espírita – Brasília (DF)

**\*Artigo participante do Concurso A Doutrina Explica 2023, promovido pelo Jornal Brasília Espírita – [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br), com parceria com a Revista Eletrônica O Consolador – [www.oconsolador.com.br](http://www.oconsolador.com.br) e a Web Rádio Estação da Luz – [webradioestacaodaluz.com.br](http://webradioestacaodaluz.com.br)**



Apoie,  
Transforme,  
inspire.

Junte-se a nós e fortaleça nossa missão espiritual. O Grêmio Espírita Atualpa precisa de você. Contribua, seja um associado.

Use o QR code ao lado para conhecer as formas de contribuição



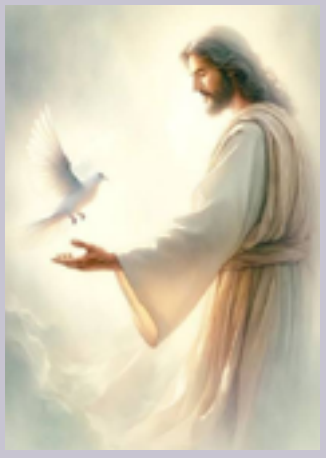


# Buscai primeiro o reino de Deus

Reginaldo Ferrante\*



**Mas, buscai primeiro o reino de Deus, e a sua justiça, e todas estas coisas vos serão acrescentadas.**  
(Matheus 6:33)



Hoje, gostaria de refletir com você sobre uma das mais belas e profundas lições que Jesus nos deixou, um convite à confiança que ecoa através dos séculos.

Mas o que significa, em essência, buscar este Reino? E por que o Mestre iniciou esse ensinamento com uma conjunção adversativa? Imagine-se nos tempos de Roma, como nosso conhecido Públio Cornélio Léntulo Sura, em meio à agitação de um mundo dominado pela força e pela matéria. O poder de César parecia infinito, e as preocupações com o pão de cada dia, com as vestes e com a segurança, consumiam os corações.

Foi nesse cenário que o Cristo nos convidou a olhar para os lírios do campo, que não tecem nem fiam, e para as aves do céu, que não semeiam nem colhem, mas que são, todos os dias, amparados pelo amor infinito do Pai. Buscar o Reino de Deus é, antes de tudo, uma mudança de olhar. É deixar de ver o mundo com os olhos da

escassez e do medo, que nos fazem crer que estamos sozinhos e que precisamos lutar incessantemente por migalhas, para passar a enxergá-lo com os olhos da fé, que nos revelam a abundância de um Pai que nos ama infinitamente.

Este Reino não é um lugar distante, mas um estado do ser. Um estado amplo que nos reconhece como corpo perecível e espírito imortal, em sintonia com o amor e a justiça divina que começa dentro de nós. Ao nos alinharmos com esse propósito maior, não nos tornamos servos passivos, mas sim “cocriadores” com Deus. A “submissão” à Sua vontade não é uma obediência cega, mas uma parceria consciente, onde emprestamos nossas mãos, mentes e corações para a construção do mundo como Ele idealizou: fraterno, dirigido pelo amor e pelo conhecimento de suas leis.

Assim como um filho que aprende o ofício do pai para trabalhar ao seu lado, nós aprendemos as leis do amor para atuarmos como agentes do bem. A história nos mostra, desde os tempos mais antigos, a opção de escolha que se apresenta à humanidade: seguir o plano divino de amor e colaboração, ou ceder ao plano “humanoide” do egoísmo, vaidade e da competição.

Quando nos afastamos do Pai, como na simbologia de Adão e Eva, tentamos construir nosso próprio reino, baseado em nossos recursos, e o resultado é sempre o sofrimento e a ansiedade. E como o próprio Pai disse à Adão: a morte será o destino desse projeto, pois ele está fundamentado apenas no que é perecível pela sua natureza.

Contudo, mesmo em nossos desvios (mais por ignorância do que pela determinação em fazer o mal, nos

ensinam os espíritos), o amor do Pai nunca nos abandona. Sua misericórdia é infinita e está sempre de braços abertos para nos acolher, como na parábola do Filho Pródigo. Ele nos conhece, sabe de nossas fraquezas bem como nossas potências e nos convida ao descanso em Seu colo. E ao trabalho ao seu lado.

Dirigir nossa vida, nossos pensamentos e atos a partir da decisão de nos entendermos como filhos muito amados do Pai e destinados a participar da construção do Seu reino de amor, estabelece um novo rumo e sentido a tudo que nos rodeia. Permite ver que todas as coisas que estão à nossa volta são instrumentos pedagógicos para o desenvolvimento de nossos conhecimentos e sentimentos. A oportunidade não é conquistá-las e amealhá-las, mas progredir em conhecimento e capacidades.

É nessa jornada então, que estarão todos os acréscimos dos quais falou Jesus. Muitos deles, aliás, que sequer pudemos imaginar no estado de evolução no qual estávamos. O ensinamento é simples. Vivê-lo, no entanto, não é fácil. Sim, porque aprender dói! E a dor é a manifestação tangível deste esforço bendito para ir além do que somos hoje, ao buscar a porta estreita como a opção mais intensa e mais curta para a nossa evolução.

Porém, não passamos por estes desafios sozinhos ou desamparados. Nesses momentos, onde as dificuldades parecem intransponíveis, que possamos nos lembrar da promessa do Mestre, que ressoa com a mesma doçura de quando foi proferida nos montes da Galileia: “Vinde a mim, todos os que estais cansados e sobrecarregados, e eu vos aliviarei. Tomai sobre vós o meu jugo e aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração; e achareis descanso para a vossa alma. Porque o meu jugo é suave, e o meu fardo é leve.” (Mt 11:28-30).

Confie, ame, trabalhe no bem e entregue suas preocupações a Deus, pois Ele, que cuida de toda a criação, por todo o sempre, te sustentará.

\*Escritor espírita, membro do NEPE Brasil - SP

## CONCURSO

# "A DOCTRINA EXPLICA" - Ciclo 2026 - [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br)

Inscrições e entrega  
dos trabalhos:

**até 30/06/2026**

Divulgação do  
resultado:

**até 30/10/2026**



## REGULAMENTO DO CONCURSO

### 1) QUEM PODE PARTICIPAR

O concurso está franqueado a todos os leitores do Jornal Brasília Espírita e da Revista Eletrônica O Consolador, aos frequentadores de outras instituições espíritas brasileiras, bem como aos frequentadores, colaboradores e trabalhadores do Grêmio Espírita Atualpa Barbosa Lima – GEABL.

### 2) O QUE É ACEITO

Texto dissertativo sobre temas ou fatos atuais, analisados sob o prisma da Doutrina Espírita, com apoio nas obras básicas e subsidiárias. A participação pode ser individual ou em grupo.

### 3) ROTEIRO PARA CONFEÇÃO DO TEXTO

I) Escolha de um artigo de jornal ou de revista de circulação regional ou nacional, que deverá servir de mote para discussão e pesquisa sob a ótica espírita;

II) definição do enfoque a ser dado ao tema, sugerindo possíveis temas correlatos, assim como autores e livros espíritas que possam subsidiar a pesquisa;

III) levantamento bibliográfico e leitura, por meio da seleção de livros ou obras básicas e subsidiárias da Doutrina;

IV) produzir texto dissertativo de, no máximo, 3 laudas ou até 5.600 (cinco mil e seiscentos) caracteres (com espaços), cuja letra deverá ser na fonte Arial, tamanho 12 e o espaçamento interlinear, de 1,5. O texto deverá conter referência clara ao artigo de jornal ou revista utilizado como ponto de

partida para o trabalho, com a identificação da fonte, do autor, da data da publicação ou edição e a página respectiva. –

Não serão aceitos trabalhos manuscritos - A redação deverá estar encimada pelo título selecionado e estruturada de forma a contemplar uma introdução, em que se apresenta o assunto identificado pela matéria jornalística e o ponto de vista proposto pelo grupo ou produtor individual. Em seguida, o desenvolvimento das ideias, ordenadas lógica e coerentemente, apoiadas nos ensinamentos da doutrina espírita. Por fim, a conclusão mediante a qual se confirma, pelos argumentos expostos no desenvolvimento, pela procedência ou não da matéria ventilada no artigo de apoio, corroborando o ponto de vista proposto e defendido pelo grupo ou produtor individual. Todas as citações e referências bibliográficas às obras básicas e subsidiárias deverão identificar o autor, o título da obra, a cidade em que foi publicada, a editora, o ano da publicação e a página da qual foi extraída;

V) o texto deverá ser enviado, preferencialmente em formato eletrônico, para o e-mail [brasiliaespirita@atualpa.org.br](mailto:brasiliaespirita@atualpa.org.br), ao editor do Jornal, com a identificação do grupo/autor (nome, e-mail e telefone/WhatsApp) e do título do trabalho.

### 4) AVALIAÇÃO DOS TRABALHOS ENVIADOS

Todos os trabalhos serão avaliados por uma Banca Examinadora, que levará em consideração os seguintes critérios:

- coerência das explicações com a Doutrina

Espírita;

- criatividade na escolha e na abordagem do tema proposto;

- clareza e objetividade na exposição das ideias;

- coerência lógica e concisão dos argumentos;

- relevância do tema proposto para entendimento da Doutrina Espírita;

- uso adequado das referências bibliográficas;

- emprego correto da norma culta da língua portuguesa.

### 5) PREMIAÇÃO DOS TRABALHOS

Não haverá prêmio em pecúnia. A maior recompensa é a Luz e o entendimento da vida, que são imensuráveis. Os méritos ("bônus-hora") conquistados ao iluminar outras almas são o verdadeiro bônus.

A retribuição oferecida pelos esforços realizados é pequena em termos materiais, mas representa parte valiosa da verdadeira recompensa espiritual. Os textos selecionados e recomendados pela Banca Examinadora serão publicados no Jornal Brasília Espírita e na Revista Eletrônica O Consolador.

### 6) PRAZO PARA A INSCRIÇÃO NO CONCURSO E ENVIO DOS TEXTOS

As inscrições e envio dos textos produzidos deverão ser feitos até o dia 30 de junho de 2026, mediante envio de arquivo eletrônico do texto elaborado, na forma prevista no ITEM 3, IV e V.

### 7) PROCEDIMENTO EM CASO DE DÚVIDAS

Para sanar quaisquer dúvidas relacionadas

à metodologia de pesquisa e ao conteúdo doutrinário, os interessados poderão solicitar auxílio aos instrutores do estudo sistematizado, estudo aprofundado da Doutrina Espírita, aos Evangelizadores da Juventude, aos Dirigentes de Reuniões Mediúnicas ou aos Diretores dos Departamentos de suas respectivas Casas Espíritas.

Quanto a dúvidas relativas às regras do concurso, os interessados poderão solicitar esclarecimentos à Coordenação do Concurso "A Doutrina Explica".

### INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES:

### COORDENAÇÃO DO CONCURSO "A DOCTRINA EXPLICA":

e-mail: [brasiliaespirita@atualpa.org.br](mailto:brasiliaespirita@atualpa.org.br)  
A participação no Concurso "A Doutrina Explica" implica plena aceitação da cessão de direitos sobre o texto produzido para o Grêmio Espírita Atualpa Barbosa Lima – Brasília (DF), que respeitará e informará os créditos de autoria e poderá realizar a publicação no Jornal Brasília Espírita, na página oficial do GEABL na internet, em mídias espíritas parceiras e em publicações e divulgações sobre o Concurso.

A BANCA EXAMINADORA JULGARÁ SITUAÇÕES OMISSAS NESTE REGULAMENTO E NÃO PODERÁ PARTICIPAR DA ELABORAÇÃO DE TEXTOS PARA O CONCURSO.





# Entrevista com Fábio Zózimo

Por André R. Ferreira

Nosso entrevistado de hoje é Fábio Henrique Zózimo da Costa é natural de Brasília (DF), formado em Filosofia, Letras Língua de Sinais Brasileira (LSB) - Português com segunda língua (PSL) - Licenciatura na UnB. É espírita desde 1996, atuando no movimento espírita há muitos anos. No Congresso Espírita, realizou declarações de poesias em parceria com Herlen Lima e Conceição Cavalcante. Foi voluntário nos diversos serviços [biblioteca, livraria, bazar etc.] do Grêmio Espírita Atualpa Barbosa Lima (GEABL).

## Como conheceu a Doutrina Espírita?

Conheci a Doutrina Espírita com a minha mãe, Maria Zózimo. Ela frequentava a Tenda Espírita São Jerônimo (Núcleo Bandeirante) e foi lá que eu encontrei pela primeira vez um exemplar do O Livro dos Espíritos (Allan Kardec).

## O que mais te atraiu e te encantou na Doutrina Espírita?

O que mais me encanta na Doutrina Espírita codificada por Allan Kardec é a luz que ela traz à mente e ao coração, harmonizando razão e fé de forma serena e esclarecedora. Ela nos convida a compreender a vida, a morte e a reencarnação com lucidez, mostrando que cada experiência é oportunidade de aprendizado e evolução.

Encanta-me, sobretudo, a moral cristã viva que permeia seus ensinamentos: a caridade, o amor ao próximo, o perdão e a tolerância não são conceitos abstratos, mas princípios a serem vividos no dia a dia, guiando nossas atitudes e iluminando nosso caminho. A Doutrina nos lembra que somos todos irmãos, conectados pelo espírito, e que a verdadeira grandeza está em servir, compreender e perdoar.

Ela oferece consolo diante das dores, esperança nas dificuldades e inspiração para o aprimoramento constante. Mais do que um conjunto de conhecimentos, o Espiritismo é um caminho de luz e transformação, capaz de transformar o indivíduo e, por consequência, a sociedade, conduzindo-nos com serenidade e amor à verdadeira fraternidade universal.

## Apresente-nos e conte-nos a sua história no Grêmio Espírita Atualpa.

A primeira vez que entrei no Grêmio Espírita Atualpa foi no final do século passado. Logo após, comecei a frequentar as reuniões públicas, a me envolver e trocar informações sobre as possibilidades de trabalho e estudos oferecidos pela instituição espírita. Naquela época havia um estudo que ocorria todos os sábados pela manhã e sempre que eu podia estava lá.

O tempo passou e um dia, depois do desencarne de grande parte da minha família, me vi sozinho neste planeta. O apartamento em que morei toda a minha vida foi vendido, a mobília foi doada, estava desempregado e não tinha para onde ir.

Se não houvesse o Grêmio Espírita Atualpa na minha existência atual, com toda certeza já teria experimentado o gosto do lixo, ou estaria internado em algum manicômio, ou encarcerado, ou já ausente do corpo físico.

Foi neste lugar, a universidade das almas peregrinas, que encontrei o Consolador Prometido por Jesus, as mãos estendidas em minha direção para o auxílio, os inesquecíveis abraços abrigos, os melhores conselhos, as melhores sugestões.

## Como e quando começou a sua atividade com Libras? O que é? Quais os benefícios?

Minha atividade com Libras teve início a partir do interesse em promover inclusão e acessibilidade, especialmente no atendimento a pessoas surdas em ambientes

educacionais e institucionais. O contato inicial ocorreu por meio das disciplinas de Libras oferecidas pela UnB ainda na minha primeira graduação.

As vivências práticas que a universidade me ofereceu nos projetos de extensão, despertaram a minha consciência sobre a importância da comunicação acessível e do respeito à diversidade linguística.

Libras é a Língua Brasileira de Sinais, reconhecida oficialmente como meio legal de comunicação e expressão da comunidade surda no Brasil. Possui estrutura gramatical própria, com regras específicas, sendo uma língua visoespacial que possibilita a interação, o aprendizado e a participação social das pessoas surdas.

A solução da questão social, diz Kardec, está toda no melhoramento moral dos indivíduos e das massas. Não é o Espiritismo que cria a renovação social, mas o amadurecimento da humanidade que fará disso uma necessidade, escreveu ele em “A Gênese” (cap. XVIII, item 25).

“A utilização de Libras nas palestras e nos estudos realizados nas Casas Espíritas configura-se como uma iniciativa essencial para a promoção da acessibilidade e da inclusão das pessoas surdas e surdocegas.”

## Qual a maior dificuldade que você encontrou nesta sua trajetória?

No decorrer da história da educação do surdo houve muito preconceito em relação à surdez que, com pesquisas de linguistas, educadores e com ajuda dos próprios surdos, desmistificaram teorias antes aplicadas a eles que não passavam de teorias preconceituosas.

Por conseguinte, a maior dificuldade ao longo da minha trajetória ainda é o de superar as limitações iniciais de conhecimento e a falta de acessibilidade em alguns

espaços, o que exige estudo contínuo, perseverança. Também torna-se desafiador sensibilizar pessoas e instituições sobre a importância da inclusão e da comunicação acessível. No entanto, essas dificuldades se transformam em aprendizado ininterrupto, fortalecimento pessoal e maior compromisso com os ensinamentos do Cristo, com o trabalho inclusivo e fraterno.

## Como você vê a utilização de Libras nas palestras e estudos nas Casas Espíritas, em geral, no momento atual?

No momento atual, a utilização de Libras nas palestras e nos estudos realizados nas Casas Espíritas configura-se como uma iniciativa essencial para a promoção da acessibilidade e da inclusão das pessoas surdas e surdocegas. Embora sua implementação ainda ocorra de forma gradual em muitas instituições, observa-se um avanço na conscientização quanto à importância de garantir o acesso pleno aos conteúdos doutrinários. A adoção de recursos de acessibilidade, como a interpretação em Libras, o diálogo para o consenso voltado para a criação e validação de um glossário terminológico com sinais-termo relacionados à Doutrina Espírita. Bem como a criação de um grupo de estudos (pontes fraternas) para a troca de conhecimentos, ideias, sugestões. Bem como a instalação de placas táteis em Braille e placas com sinais em Libras em todas as instituições espíritas.

Acredito que com estas iniciativas poderemos expressar o compromisso das Casas Espíritas com os princípios da fraternidade, da igualdade e da universalidade do ensino espírita, ampliando o alcance da mensagem do Evangelho e favorecendo a participação efetiva de todos os públicos.

## Quais são suas palavras finais para os nossos leitores?

A cidadania, em seu sentido contemporâneo, é o conjunto de direitos e deveres que cada indivíduo possui em relação à sociedade em que vive. É um conceito essencial para a organização da vida social, conquistado gradualmente ao longo da história.

Desse modo, a partir do século XVIII, especialmente com a eclosão da Revolução Francesa e os ideais de liberdade, igualdade e fraternidade, consolidou-se a noção de que cada cidadão tem direito ao respeito de seus pares, assim como é responsável por respeitar os direitos deles.

Entretanto, na realidade em que a humanidade se encontra, esse espírito de solidariedade nem sempre prevalece. A miséria, a violência e a indiferença pelo próximo, tão presentes nas notícias do dia a dia, revelam o afastamento entre a sociedade em que vivemos e aquela que aspiramos, segundo princípios humanistas ou religiosos.

O respeito à cidadania vai muito além de um conceito abstrato; é expressão concreta da conduta cristã. Não basta apenas exercer nossos direitos e cumprir deveres perante o Estado e a sociedade — embora isso seja importante. O espírita, consciente de que é um cidadão do Universo e que a caridade deve guiar sua vida, tem o dever de oferecer o melhor de si ao próximo. Somente assim, pelo esforço individual de cada um, poderemos construir uma sociedade futura em que todos vivamos verdadeiramente como irmãos.

## CARTA DE ANO NOVO

“Ano Novo é também renovação de nossa oportunidade de aprender, trabalhar e servir. O tempo, como paternal amigo, como que se reencarna no corpo do calendário, descerrando-nos horizontes mais claros para a necessária ascensão. Lembra-te de que o ano em retorno é novo dia a convocar-te para a execução de velhas promessas, que ainda não tiveste a coragem de cumprir. Se tens inimigo, faze das horas renascer-te o caminho da reconciliação. Se foste ofendido, perdoa, a fim de que o amor te clareie a estrada para frente. Se descansaste em demasia, volve ao arado de tuas obrigações e planta o bem com destemor para a colheita do porvir

Se a tristeza te requisita, esquece-a e procura a alegria serena da consciência feliz no dever bem cumprido. Novo Ano! Novo Dia! Sorri para os que te feriram e busca harmonia com aqueles que te não entenderam até agora. Recorda que há mais ignorância que maldade, em torno de teu destino. Não maldigas, nem condenes. Cultiva o bom ânimo com os que te visitam, dominados pelo frio do desencanto ou da indiferença. Não te esqueças de que Jesus jamais se desespera conosco e, como que oculto ao nosso lado, paciente e bondoso, repete-nos de hora em hora: — Ama e auxilia sempre...”

Pelo Espírito Emmanuel.

XAVIER, Francisco Cândido. Vida e Caminho. Espíritos Diversos. GEEM



# A Palavra que Caminha

Denise Prado de Alvarenga\*



Havia um silêncio antigo pairando sobre a colina da Galileia quando Jesus pronunciou palavras que atravessariam os séculos como luz que não se apaga:

**“Ide por todo o mundo e pregai o Evangelho a toda criatura.”** (Marcos, 16:15).

Não era apenas um chamado geográfico. Era, sobretudo, um convite espiritual. Um apelo à alma humana para ir além de si mesma, atravessar fronteiras interiores, sair das zonas de conforto do ego e levar a Palavra não apenas nos lábios, mas na vida vivida.

Desde então, a Palavra Divina tornou-se ponte entre o Céu e a Terra, entre a consciência humana e a lei eterna do amor. Palavra que consola, esclarece, adverte e desperta. Palavra que não se limita ao som ou à escrita, mas vibra no gesto, no olhar, na intenção silenciosa de quem escolhe amar.

Recordemos em Kardec: *“O verdadeiro espírita é reconhecido pela sua transformação moral e pelos esforços que faz para domar suas más inclinações”*

Eis a essência do **“ide e pregai”**: não um proselitismo exterior, mas uma irradiação interior. Pregamos melhor quando nos tornamos, nós mesmos, o Evangelho em movimento.

Joanna de Ângelis reforça: “A palavra é o espelho da alma; por ela se revela o mundo íntimo de quem a emite”.

Cada verbo, então, carrega a assinatura vibratória de nossos sentimentos. A palavra pode ser bálsamo ou lâmina, claridade ou neblina, ponte ou muro. Pode elevar ou ferir, libertar ou aprisionar.

A **Palavra Divina** encontra, na instituição espírita, seus múltiplos caminhos de expressão.

Na **evangelização da infância**, a palavra precisa ser ninho. Simples, afetuosa, colorida de esperança. É semente lançada em solo virgem, destinada a germinar em valores, confiança em Deus e amor ao próximo. E fica a indagação suave como prece: *Temos falado às crianças sobre Deus como Pai amoroso ou ainda como juiz severo?*

Na **juventude**, a palavra deve ser farol e diálogo. Não imposição, mas convite. Não dogma, mas descoberta. *Será que nossa palavra inspira liberdade responsável ou apenas obediência sem compreensão?*

Entre os **adultos**, a palavra se transforma em espelho e roteiro. Provoca o auto encontro, estimula a reforma íntima, sustenta nas provas. *Temos usado a palavra para consolar e esclarecer ou para reforçar culpa, medo e rigidez moral?*

Nos **estudos doutrinários**, a palavra é lâmpada que esclarece. Disciplina-se no método, aprofunda-se na lógica, mas não perde a ternura do Evangelho. *Falamos para vencer debates ou para construir compreensão fraterna?*

Na **arte espírita**, a palavra canta, pinta, dramatiza e emociona. Faz-se poesia, música e imagem. Toca regiões



da alma onde o raciocínio não alcança. *Nossa arte aproxima corações de Deus ou apenas exhibe talentos pessoais?*

Na **assistência e promoção social**, a palavra vira pão invisível. É acolhimento, orientação, dignidade devolvida. *Falamos aos assistidos como irmãos em caminhada ou como benfeitores em posição superior?*

Na **comunicação institucional**, a palavra ganha asas. Torna-se esclarecimento e consolo coletivo. *O que comunicamos reflete mais o Cristo ou a necessidade de visibilidade da instituição?*

Na **palestra pública**, a palavra deve ser ponte, não pedestal. *Falamos para servir ou para ser admirados?*

No **periódico espírita**, a palavra permanece. Vira memória viva da casa. *O que publicamos edifica espiritualmente ou apenas informa superficialmente?*

Nas **redes sociais e na internet**, a palavra viaja em segundos pelo mundo. *Se Jesus lesse nossas postagens, reconheceria nelas o eco do seu Evangelho?*

No **atendimento fraterno**, a palavra é remédio. Escuta antes de falar, acolhe antes de orientar. *Estamos realmente ouvindo o outro ou apenas esperando nossa vez de falar?*

Na **atividade mediúnica**, a palavra precisa nascer do silêncio interior. *Nossa conduta íntima sustenta a elevação das mensagens que transmitimos?*

Na **gestão da instituição espírita**, a palavra organiza, pacífica, direciona. *Nossas palavras constroem unidade ou alimentam divisões?*

Joanna de Ângelis adverte: “A palavra enobrece quando nasce do amor e compromete quando nasce do orgulho”. E Kardec nos lembra: “Fora da caridade não há salvação”

Logo, toda palavra que não carrega caridade perde o selo do Cristo.

E assim o **“ide e pregai”** continua ecoando, nos corredores simples dos centros espíritas, onde pregamos quando perdoamos, quando silenciemos, quando escolhemos a verdade, quando transformamos a dor em serviço...

**A Palavra Divina, afinal, não quer apenas ser dita. Quer ser vivida.**

\*Palestrante espírita, coordenadora do Núcleo de Estudo e Pesquisa do Evangelho (NEPE) Brasília (Texto elaborado com apoio de pesquisa NEPE Search e Inteligência Artificial (ChatGPT))

# Cantiga das palavras

Maria Dolores (Espírito)

Quando escutes na estrada, alma querida e boa,  
A palavra que fira,  
Recordando a pedrada que se atira  
Quando alguém se conturba e amaldiçoa,  
Coloca-te em lugar da pessoa acusada  
E, se na luz da fé que te inspira e sustém,  
Nada possas fazer, não digas nada,  
Nem censures ninguém.  
Pelos caminhos do cotidiano,  
Quem se afeiçoa à queixa renitente  
É igual a nós: um coração humano,  
Às vezes enganado, outras vezes doente!...  
Muita afeição que cai ou se arroja, de todo,  
No azedume infeliz,  
Não sabe que remexe uma fuma de lodo,  
Nem pondera o que diz...  
Injúria, humilhação, sarcasmo, treva  
Na comunicação verbal que te procura  
São canais de mais dor, quando a dor se subleva  
E cria delinquência, expiação, loucura!...  
Ante as palavras rudes ou sombrias,  
Considera, também, por outro lado,  
De quanta compreensão precisarias  
Se tivesses errado!...  
Palavras de ferir, palavras de humilhar,  
Mágoas de quem falhou, reclamações de alguém,  
Violência, agressão, amargura, pesar,  
Entrega tudo a Deus nas vibrações do bem!...  
Nunca leves adiante a sombra que te prova;  
Lembra a lição do Sol, sereno e superior,  
Que, abrindo cada dia em luz de vida nova,  
Tudo cobre de amor!...

Do livro Encontro de Paz, obra psicografada pelo médium Francisco Cândido Xavier. Nota: Ouça este poema na voz de Chico Xavier clicando aqui:



# Um minuto com a sabedoria de O Livro dos Espíritos

Rogério Amaral\*

**546. No tumulto do combate, o que acontece com os Espíritos dos que sucumbem? Continuam a interessar-se pela batalha, após a morte?**

*“Alguns continuam a interessar-se, outros se afastam.”*

Comentário de Kardec: Nos combates, ocorre a mesma coisa que se dá nos casos de morte violenta: no primeiro momento, o Espírito fica surpreendido e como que atordoado. Não acredita estar morto; parece-lhe ainda tomar parte na ação. Só pouco a pouco a realidade lhe aparece.

Legiões de ex-combatentes atordoados transitam no mundo espiritual ainda respirando a psicofera da guerra. Permanecem possuídos pelo fragor da batalha. Seus corpos físicos já se decompuseram, mas suas mentes ainda estão aprisionadas às estratégias bélicas, às hostilidades e ao ódio. Alguns se tornam obsessores de outros guerreiros; outros demoram-se nos sítios de combate até se adaptarem lentamente à nova condição; e outros tentam influenciar os generais e os políticos mandantes da guerra. Sofrem e expiam! Precisam decantar as cargas da violência

primitiva que lhes dominam temporariamente.

Alguns combatentes, que conseguiram preservar sua sanidade psíquica, desencarnam com um atordoamento transitório. Arrependem-se e não se interessam mais pela guerra. Buscam a paz interior, oram e logo são socorridos.

A guerra expõe o que há de pior na criatura. E não se experimenta a sua realidade bestial sem sérias consequências psíquicas, persistentes no mundo maior.

A misericórdia divina também alcança esses sofredores. Existem, no mundo espiritual, numerosas falanges de socorristas especializados no resgate de ex-combatentes. Muitos desses trabalhadores já passaram por essa situação e voltam hoje com o coração cheio de empatia, paciência redobrada e muita determinação no bem. É o bem crescendo e apagando a multidão de pecados.

Podemos ajudar a todas essas almas sofridas e a esses socorristas, orando e irradiando vibrações de perseverança no bem, fraternidade e esperança. Desejemo-lhes o despertar e a lembrança de afetos queridos. A maioria dos espíritos matriculados na nossa bendita escola planetária já experimentou os horrores da guerra em algum momento de sua trajetória espiritual; facilitando alguma empatia a esses necessitados, para fazer-lhes o que gostaria que lhes fosse feito.

Para construirmos a paz planetária, devemos lembrar que a guerra existe em diversas dimensões, inclusive nas dimensões interiores. O orgulho ainda é a causa primaz das guerras. Pacifiquemo-nos e pacifiquemos o mundo. Vençamos nossas lutas interiores e veremos um mundo de paz. O amor vencerá!

\*Palestrante espírita - DF



## NOTÍCIAS DA FEDERAÇÃO ESPÍRITA BRASILEIRA

JANEIRO DE 2026

### Federação Espírita Brasileira: 142 anos da Casa de Ismael



Francisco Raimundo Ewerton Quadros, Augusto Elias da Silva, Manuel Fernandes Figueira, João Francisco da Silveira Pinto, D. Maria Balbina da Conceição Baptista, D. Mathilde Elias da Silva, Luiz Mollica, D. Elvira P. da Mollica, José Agostinho Marques Porto, Francisco Antônio Xavier, Manuel Estevão de Amorim e Quadrio Leo. Esses foram os primeiros doze membros da então instituída Federação Espírita Brasileira, presentes na ata de fundação do dia 2 de janeiro de 1884.

O encontro foi celebrado em uma casa, assim como muitos centros espíritas. Famílias, amigos, confrades e congreiras reuniam-se para juntos estudarem as obras de Allan Kardec. Neste cenário foram de-

finidos os rumos da união e unificação entre os espíritas em nosso país. Enquanto no plano material homens e mulheres se dedicavam ao estudo, à prática e à divulgação do Espiritismo, Ismael seguia os inspirando para que este ideal se consolidasse.

A Casa de Ismael completa, em 2026, 142 anos de comprometimento com a difusão do Espiritismo no Brasil e no mundo.

“— Ismael — disse-lhe o Senhor —, concentraremos agora todos os nossos esforços a fim de que se unifiquem os meus discípulos encarnados, para a organização da obra impessoal e comum que iniciaste na Terra [...] Procurarás, entre todas as agremiações da Doutrina, aquela que possa reunir no seu seio todos os agrupamentos; colocarás aí a tua célula, a fim de que todas as mentalidades postas na direção dos trabalhos evangélicos estejam afinadas pelo diapasão da tua serenidade e do seu devotamento à minha seara.”<sup>1</sup>

<sup>1</sup> HUMBERTO DE CAMPOS (Espírito). *Brasil, Coração do Mundo, Pátria do Evangelho*. Psicografado por Francisco Cândido Xavier. Cap. 28, *A Federação Espírita Brasileira*. FEB Editora.

DEZEMBRO DE 2025

### Celebração de Natal na FEB, em Brasília (DF)

Dezembro é tempo de reflexão. Os dias que precedem o Natal nos evocam a presença do Cristo em nossas rotinas e o que gostaríamos de nos transformar para o próximo ano que se anuncia. Para celebrar, a Federação Espírita Brasileira convidou a todos para o Momento de Luz natalino, no Auditório da sede, em Brasília, no dia 24 de dezembro, às 17h.

A música nos sintoniza com a Espiritualidade maior, permitindo que possamos acessar as boas influências de nossos amigos espirituais. Na voz e violão, Maycom Leal nos conduzir a este caminho, harmonizando o ambiente para a palestra de Marta Antunes.

Assista novamente: <https://www.youtube.com/live/xngMBCns3iE>



### FEB Cinema: Emoções vividas no set de filmagem de Emmanuel

Nos dias 8 e 9 de dezembro, a FEB Cinema esteve presente nas gravações do longa-metragem que retrata as existências deste espírito.

A Instituição esteve no Rio de Janeiro acompanhando a quarta semana de gravações da cinebiografia, um projeto que se estenderá até o final deste mês, com direção de Wagner de Assis, produção da Cinética Filmes, em coprodução e distribuição com a Imagem Filmes e Universal Entertainment, estando a FEB Cinema em apoio de produção.

“Estão em cena atores e atrizes, produção, direção entregues diante da responsabilidade de levar esta história de lutas e amor às telas. Amor define todo este projeto, desde sua roteirização às atuações, ambientação. Veremos uma linda concretização de todo um trabalho dedicado e de qualidade”, enfatizou Mayara Paz, coordenadora de comunicação e cinema da FEB, presente aos bastidores.



Assista no Instagram da FEB a conversa com o ator Mouhamed Harfouch, uma das fases de Emmanuel no filme de Wagner de Assis: <https://www.instagram.com/p/DSF-ZDvCERZs>

Em breve, mais novidades.

Siga acompanhando o portal e redes sociais da FEB e da produtora Cinética e fique por dentro!

FEVEREIRO DE 2026

# Semear 2026

## O Cristo em mim Mente, corpo e coração

**Dia 07** Fevereiro **08h30 às 17h30** Horário **FEDF Sudoeste** Localização QMSW 5 LOTE 5

Inscrição: [inscreve.fedf.org.br/semear](https://inscreve.fedf.org.br/semear)

Você sabia que a educação do espírito é tão importante quanto a educação intelectual? Para construirmos um futuro de paz, precisamos cultivar valores de amor e fraternidade no coração das nossas crianças e jovens desde cedo.

O **Semear 2026** é um convite especial da Federação Espírita do DF para todas as famílias. Com o tema “O Cristo em mim: mente, corpo e coração”, vamos refletir sobre como podemos despertar o melhor que existe em nós e nos nossos filhos.

Este não é um evento apenas para evangelizadores e educadores, mas para toda a família que deseja compreender melhor o trabalho de evangelização espírita e caminhar junto conosco nessa jornada de luz.

Data: 07 de Fevereiro de 2026 (Sábado) Horário: 08h30 às 17h30

Local: Federação Espírita do Distrito Federal, no Setor Sudoeste QMSW 5 LOTE 5 - Cruzeiro / Sudoeste / Octogonal, Brasília (DF)

Inscreva-se: <https://inscreve.fedf.org.br/informa-es-do-evento-e-registro/semear-o-cristo-em-mim-mente-corpo-e-coracao>

Telefones: (61) 3344-8237 / (61) 99979-9696 / e-mail: [inscreve@fedf.org.br](mailto:inscreve@fedf.org.br)

MARÇO DE 2026

# Curso de PALESTRANTES Espíritas

De 1º de março a 31 de maio de 2026.  
13 encontros aos Domingos, das 8h30 às 12h30  
(dias 05/04 e 10/05/26 serão online, das 9h às 11h30).

Abordagem do curso:

- Atividades práticas de exposição oral;
- Exercícios de fixação;
- Fonoaudiologia;
- Postura corporal;
- Técnicas de elaboração de conteúdo;
- Roteiro;
- Pesquisa bibliográfica;
- Uso de mídias sociais.

**Inscrições Abertas**

Inscrições e informações:  
<https://palestrantes.fedf.org.br>



# Atualpa retoma e mantém atividades doutrinárias, assistenciais e educativas a partir de fevereiro e março de 2026

O Grêmio Espírita Atualpa Barbosa de Lima inicia o ano de 2026 com a retomada e a continuidade de suas atividades doutrinárias, educativas, assistenciais e de convivência fraterna, reafirmando seu compromisso com o estudo, a vivência e a prática da Doutrina Espírita.

No campo da **assistência e promoção social**, o **Departamento de Assistência e Promoção Social Espírita (DAPSE)** retoma suas atividades a partir do mês de **fevereiro**, com a reabertura do **Albergue**, voltado ao acolhimento fraterno de pessoas em situação de vulnerabilidade. Também retornam os **atendimentos médicos e odontológicos**, além do funcionamento regular do **serviço de farmácia assistencial**, que oferece apoio medicamentoso conforme critérios estabelecidos pela instituição. Ao longo do ano, o Atualpa dará continuidade às **campanhas solidárias de arrecadação de alimentos, produtos de higiene e limpeza e roupas**, mobilizando trabalhadores, frequentadores e a comunidade em geral em ações de solidariedade e amor ao próximo.

No âmbito do **Departamento de Estudos Doutrinários (DED)**, retornam em março os grupos de **Estudo Sistematizado da Doutrina Espírita**, com inscrições abertas para novos participantes. O estudo sistematizado proporciona uma compreensão progressiva dos princípios espíritas, favorecendo o amadurecimento espiritual e a aplicação prática dos ensinamentos no cotidiano. O DED também promove o **Evangelho Redivivo**, que retoma seus encontros no dia 7 de março, às 17h,

com foco no estudo dos ensinamentos de Jesus à luz da Doutrina Espírita.

O **Departamento da Infância e Juventude (DIJ)** retorna às atividades em 1º de março de 2026, mantendo seu trabalho de evangelização espírita junto a crianças e jovens, respeitando as diferentes faixas etárias. As **palestras públicas do Atualpa seguem ocorrendo normalmente**, inclusive durante o período de férias do DIJ.

Entre as atividades que ocorrem de forma **ininterrupta**, destaca-se o **Grupo de Estudo Boa Nova**, realizado aos domingos, das 10h30 às 12h, oferecendo um espaço permanente de estudo do Evangelho e reflexão coletiva.

O **Coral do Atualpa** mantém seus ensaios aos domingos, das 10h30 às 12h, com participação aberta aos interessados, fortalecendo a arte espírita como instrumento de elevação espiritual e integração fraterna.

O Atualpa também mantém em funcionamento sua **Biblioteca e Livraria**, oferecendo acesso a obras espíritas e literatura complementar, incentivando o hábito do estudo e da leitura. O **Atendimento Fraterno** é realizado de forma regular **antes e após cada palestra pública**, proporcionando escuta acolhedora, orientação espiritual e apoio aos frequentadores.

Com essa programação diversificada, o Grêmio Espírita Atualpa reafirma, em 2026, sua missão de acolher, educar, assistir e servir, oferecendo múltiplas oportunidades de crescimento espiritual e vivência da caridade cristã.

Espiritinhas

... NÃO ACHO JUSTO O QUE ELA ESTÁ PASSANDO!

MAS SE DEUS É JUSTO, TEMOS QUE ACREDITAR QUE TUDO QUE ACONTECE TEM UMA RAZÃO.

ISSO NÃO QUER DIZER QUE NÃO DEVEMOS AJUDÁ-LA, NÃO É?

363 - É JUSTO?

Wilton Pontes

## Palestras Públicas / Lives (2ª e 5ª às 19h45 e aos Domingos 8h45)

JANEIRO	01/01	QUI	Flávio Bastos	AS RESPOSTAS DO CÉU
	04/01	DOM	Maurício Curi	VIVER O BEM
	05/01	SEG	Adolfo Costa	EDUCAÇÃO PELO TRABALHO
	08/01	QUI	Fabiano Augusto	A EDUCAÇÃO MORAL
	11/01	DOM	Antônio Duarte	HÁ MUITAS MORADAS NA CASA DE MEU PAI
	12/01	SEG	Wagner Oliveira	VIVER COM SIMPLICIDADE
	15/01	QUI	Marcus Vinícius Braga	TRANSFORMAÇÃO INTERIOR
	18/01	DOM	Anderson Portugal	MEU REINO NÃO É DESTE MUNDO
	19/01	SEG	Jorge Augusto Pacheco	PENSAMENTO E REFORMA ÍNTIMA
	22/01	QUI	Roberto Versiani	MEDO E CORAGEM
	25/01	DOM	Cassius Vantuil	ESQUECIMENTO DO PASSADO
	26/01	SEG	Erika dias	VALOR DO SILÊNCIO NO RELACIONAMENTO HUMANO
	29/01	QUI	Wilson Abreu	ESPÍRITO DE VERDADE

PARTICIPE DO NOSSO CORAL!

RETORNO NO DIA 18 DE JANEIRO

ENSAIOS AOS DOMINGOS

10h30 às 12h

Para participar do coral, basta comparecer aos ensaios no salão do Grêmio Espírita Atualpa. Informações pelo e-mail: [dece@atualpa.org.br](mailto:dece@atualpa.org.br)

[f](#) [y](#) [i](#) [t](#)

[@gremioatualpa](#) | [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br)

Grêmio Espírita Atualpa Barbosa de Lima

SGAS 610 bloco D - Brasília - DF

Dij

Departamento da Infância e Juventude

aos domingos das 10h30 às 12h

no Bloco B, sala do DACE

Público alvo: Pais/responsáveis pelos jovens do DIJ, frequentadores interessados.

[f](#) [y](#) [i](#) [t](#)

[@gremioatualpa](#) | [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br)

Grêmio Espírita Atualpa Barbosa de Lima

SGAS 610 bloco D - Brasília - DF

GRUPO DE ESTUDO BOA NOVA

O estudo ocorre ininterruptamente

Evangelho Redivivo

Retorno 07 de março às 17h

[f](#) [y](#) [i](#) [t](#)

[@gremioatualpa](#) | [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br)

Grêmio Espírita Atualpa Barbosa de Lima

SGAS 610 bloco D - Brasília - DF

"Siga um raio de luz, para chegar à Jesus!"

Sejam bem-vindos à evangelização do Atualpa

A PARTIR DE MARÇO DE 2026

➔ INFANTIL aos domingos às 9h

➔ DE JOVENS aos domingos às 10h30

➔ PALESTRAS PÚBLICAS às segundas e quintas às 19h45 e aos domingos às 8h45

➔ ESTUDOS DOCTRINÁRIOS E DA MEDIUNIDADE aos sábados às 17h

[f](#) [y](#) [i](#) [t](#)

[@gremioatualpa](#) | [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br)

Grêmio Espírita Atualpa Barbosa de Lima

SGAS 610 bloco D - Brasília - DF

DED

Departamento de Estudos Doutrinários

Inscrições abertas

Retorno dia 07/03/26 às 17h

Estudo Sistematizado da Doutrina Espírita

Para novas inscrições: <https://atualpa.org.br/inscricaoDED>

[f](#) [y](#) [i](#) [t](#)

[@gremioatualpa](#) | [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br)

Grêmio Espírita Atualpa Barbosa de Lima

SGAS 610 bloco D - Brasília - DF

As palestras são presenciais no salão do Atualpa. Todas são transmitidas ao vivo pelo [www.atualpa.org.br](http://www.atualpa.org.br)