



A LANTERNA

INFORMATIVO - CENTRO ESPÍRITA NOSSA SENHORA DE NAZARÉ

censn.org.br

[/centroespiritanossasenhora nazare](https://www.facebook.com/centroespiritanossasenhora nazare)

Ano V | Edição 21 - Bimestre NOVEMBRO/DEZEMBRO 2019



QUANTO SOMOS?

página 8



MENSAGENS

Chico Xavier

página 5



**FOME
ARMAZENAMENTO
SAÚDE
EDUCAÇÃO FÍSICA**

coluna

Mens Sana in Corpore Sano

página 5



**CRISTO
ESTÁ NO
LEME.
E NÓS?**

doutrina

página 6



**PROJETO
A FAVOR DA
VIDA**

página 4



QUEM É O VERDADEIRO

SER?

PALESTRA COM Roberto Matarazzo

26 OUTUBRO - 20h

15 anos CENSN

palestras

página 7



Sahelanthropus tchadensis

página 3

ASSIM CAMINHOU A HUMANIDADE

EDITORIAL

“Retornamos!...” Simples assim de falar, todavia, quantos sonhos incontidos por recomeçá-lo. Foi interrompido na Edição-20 (Ano IV, bimestre Nov-Dez 2.015) por julgarmos das dificuldades financeiras: soterrar-nos-iam ante os compromissos assumidos. Ledo engano, recuo súbito e despropositado, verificamos. Lamentamo- -lo apenas até agora, não mais.

Então: ei-lo! Orgulhamo-nos - sentido bastante positivo - do “A LANTERNA” por ser, acima doutros predicados, mais um veículo informacional ao Movimento Espírita local, regional, nacional, e internacional. Intencionamos postá-lo via Net.

Seu modelo político? Sempre fazer ressaltar os aspectos benéficos de quaisquer eventos, buscando assim contribuir para boa expansão da Doutrina Espírita, por nós tão amada, indubitavelmente.

Há tempos arregaçamos as mangas e, após reuniões preparatórias com nossos Editor-Chefe, Gráfica, e Carta-Convite aos antigos e novos Redatores - outros serão convidados a contribuir com suas ideias -, marchamos rumo à frente e ao alto. Começamos com 1.000 exemplares gratuitamente distribuídos aos CE. Espíritas. Ler-nos-ão de TORONTO/CANADÁ até pequena cidade japonesa.

Lema do CENSN? “A EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO”, tarefa iniciada a partir dos seus próprios Dirigentes.

O momento é este, o espaço é aqui, e o trabalho é nossa oportunidade. Há muitíssimo a fazer. Podemos e devemos. Basta da milenar inércia! Prossigamos juntos, idealistas, juntos, na construção da obra do Bem.

Irmãos em JESUS-CRISTO! Boa leitura.

JOEL FERNANDES
Presidente do Centro Espírita
Nossa Senhora de Nazaré

Diretor
Joel Fernandes

Tiragem: 1.000 Exemplares



ATIVIDADES SEMANAIS

CENTRO ESPÍRITA NOSSA SENHORA DE NAZARÉ

SEGUNDA-FEIRA

- 18:30/19:25: Gp. AGOSTIN: CURAS ESPIRITUAIS [TRATAMENTOS (privativo)]
- 19:30/21:00: GRUPOS:
 - Gp. BENTO [LM + SÉRIE ANDRÉ LUIZ (privativos)];
 - Gp. EURÍPEDES (público);
 - Gp. ESTUDO DO EVANGELHO SEGUNDO O ESPIRITISMO [GEESE (público)]
- 19:30/21:00: CURSO ESDE-11 (privativo)

TERÇA-FEIRA

- 09:00/11:00: Gp. AGOSTIN: CURAS ESPIRITUAIS [ENTREVISTAS (privativo)]
- 16:00/16:30: PALESTRA EVANGÉLICA + PASSE + ÁGUA FLUIDIFICADA (pública)
- 19:15/21:30: Gp. BENEDITA ATENDIMENTO ESPIRITUAL (privativo)

QUARTA-FEIRA

- 06:15/07:00: Gp. AGOSTIN: CURAS ESPIRITUAIS [TRATAMENTOS (privativo)]
- 19:15/21:30: Grupos: 1- CELSO (ATENDIMENTO ESPIRITUAL AOS PSICOPATAS, SOCIOPATAS, E DEFICIENTES MENTAIS); 2-FÁBIO (DADQF) (privativo)
- 20:00/20:45: PALESTRA EVANGÉLICA [PASSE + ÁGUA FLUÍDA (pública)]

QUINTA-FEIRA

- 09:00/11:00: Gp. AGOSTIN: CURAS ESPIRITUAIS [ENTREVISTAS (privativo)]
- 17:35/18:05: PROGRAMA RADIOFÔNICO “À LUZ DO ESPIRITISMO” (105.9 - Rádio de ITUPEVA)
- 18:30/19:15: Gp. AGOSTIN: DIAGNÓSTICOS ESPIRITUAIS (privativo)
- 19:30/21:00: CURSO ESDE-10 [3º Ano (privativo)]

SEXTA-FEIRA

- 18:00/18:45: Gp. EUSÉBIO: ESTUDO D’“O LIVRO DOS ESPÍRITOS” (público)
- 18:45/19:25: Gp. AGOSTIN: CURAS ESPIRITUAIS [ENTREVISTAS (privativas)]
- 19:30/21:30: CURSO DE MÉDIUNS [CM-4 (privativo)]
- 19:30/21:30: Gp. ANSELMO [ATENDIMENTO ESPIRITUAL (privativo)]

SÁBADO

- 12:00/13:45: Gp. MOZART
- 14:00/14:30: ESTUDO ESPÍRITA [COM OS PAIS (público)]
- 14:00/14:45: EVANGELIZAÇÃO INFANTIL (público)
- 15:00/15:40: EVANGELHO SEGUNDO O ESPIRITISMO [COM AS GESTANTES (público)]
- 16:00/18:00: CURSO DE MÉDIUNS [CM-5/2º Ano (privativo)]
- 17:30/18:15: Gp. AGOSTIN: CURAS ESPIRITUAIS [TRATAMENTOS (privativo)]
- 18:15/18:30: Gp. TIAGO: TRATAMENTOS ESPIRITUAIS À DISTÂNCIA [DADQF/INFANTIL e JUVENIL (público)]
- 20:00/21:00: PALESTRA MENSAL [último sábado (pública)]

DOMINGO

- 15:00/17:00: Cine “PIPOCA” [público (último domingo)]
- 16:30/18:30: REUNIÃO ADMINISTRATIVA [privativa (3º domingo)]
- 18:50/19:35: GRUPO DE ESTUDO DA BÍBLIA [GEB (público)]
- 19:40/19:55: Gp. AGOSTIN [TRATAMENTOS À DISTÂNCIA (privativo)]
- 20:00/20:30: Gp. JAYME [VIBRAÇÕES e TRATAMENTOS À DISTÂNCIA (privativo)]

EDITORA CENSN - ATENDIMENTO AO PÚBLICO 13h às 18h

PALESTRAS MENSAIS

DATA HORA	EXPOSITOR	TEMA
30/11 20h	VICENTE GALCERÓN	ECOLOGIA É PARA TODOS!
14/12 20h	JOSÉ VECCHI	O ISLAM E O ESPIRITISMO

A LANTERNA

Ano V | Edição 21 - NOVEMBRO/DEZEMBRO 2019

A LANTERNA é um periódico bimestral de distribuição interna e gratuita, produzido pelo Centro Espírita Nossa Senhora de Nazaré - As informações contidas neste periódico são de inteira responsabilidade de seus autores e não expressam, necessariamente, a opinião desta Casa.

Projeto Gráfico

CasaGalo
Propaganda e Marketin

f/CasaGalo
11 98140.4516

COLABORARAM CONOSCO NESTA EDIÇÃO:

Joel Fernandes | Marise Ceban | Roberto Colagrande
Katia Penteado | Valdete Zorate | Ivan Franzolim



C. E. Nossa Senhora de Nazaré

O CENSN
FUNCIONA
DIARIAMENTE,
NUNCA FECHA!

censn.org.br
censn@terra.com.br
11 98433-5742 e 11 98203-5670
/centroespiritanoossasenhorenazare
Rua Claudina Z. Betelli, 96
Portal Santa Fé - Itupeva
São Paulo/Brasil



ciência | Antropologia

E conhecereis a verdade, e a verdade vos libertará (João 8:32)

Tudo começou há 7 milhões de anos, com o surgimento dos primeiros macacos bípedes. O primeiro bípede é conhecido como *Sahelanthropus tchadensis* e foi encontrado em 2002 no deserto do Chade. A bipedia é o traço característico da nossa linhagem, a dos hominínios. No início, a bipedia era facultativa, mas há cerca de 2,5 milhões de anos ela passou a ser estritamente terrestre. Esse fenômeno coincide com o surgimento do gênero *Homo* no registro fóssil. Datam também dessa época outras características bastante humanas, como cérebros maiores do que aqueles dos grandes símios e a fabricação das primeiras ferramentas de pedra. Até 2 milhões de anos atrás toda a evolução de nossa linhagem se restringiu à África.

Mas há 1,8 milhão de anos um de nossos ancestrais mais famosos, o *Homo erectus*, já podia ser encontrado no Cáucaso, como atestam os cinco crânios dessa idade exumados nos anos 2000 na jazida de Dmanisi, na República da Geórgia. A capacidade craniana desses indivíduos varia entre 650 e 750 cm³. Por volta de 1,5 milhão de anos atrás esse nosso ancestral, que surgiu na África, já podia também ser visto nas paisagens europeias e asiáticas, às vezes com cérebros que atingiam 900 cm³.

Se a primeira indústria de pedras lascadas – chamada de Olduvaiense – era caracterizada apenas por lascas simples, sem retoques, por volta de 1,7 milhão de anos atrás surgiu a indústria lítica Acheulense, com as primeiras ferramentas idealizadas mentalmente, com sinais de preconceção. Coincidentemente, essas

■ Texto publicado em 12 de junho de 2019 no Jornal Hora do Povo. Teresina-Piauí.

primeiras ferramentas planejadas só surgem no registro fóssil com o desenvolvimento do cérebro acima de 900cm³.

Por volta de 600 mil anos surgiu o *Homo heidelbergensis*, os primeiros cabeçudos. Esses hominínios já apresentavam uma capacidade craniana muito próxima à nossa, cerca de 1200 cm³. Na Europa esses hominínios deram origem ao *Homo neanderthalensis* – os neandertais – com capacidade craniana de cerca de 1450 cm³.

Na África os *heidelbergensis* deram origem à nossa espécie, *Homo sapiens*, há cerca de 200 mil anos, com capacidade craniana de cerca de 1.350 cm³. Mas foi só 50 mil anos atrás que nós nos espalhamos por todo o planeta, encontrando várias espécies ainda arcaicas pelo caminho. Essa expansão foi rápida. Há 45 mil anos o homem moderno já estava na Austrália e há 14 mil anos, na América. Em alguns casos trocamos genes com essas espécies arcaicas, como, por exemplo, com os neandertais.

Entre 70 e 50 mil anos atrás ocorreu uma mudança no cérebro do *Homo sapiens* que levou à uma explosão de sua criatividade, incluindo a tecnológica. Esse episódio é denominado a Explosão Criativa do Paleolítico Superior. Foi a partir de então que começamos a produzir e manipular símbolos. Passamos a atribuir significado a quase tudo em nossa volta, incluindo uma significação para a própria vida. Surgiram as primeiras manifestações artísticas, tais como a escultura e a pintura parietal. Tanto a primeira quanto a segunda têm, de saída, forte viés xamanístico, indicando, portanto, que o sentimento de religiosidade também fez parte do pacote.

Isso pode fazer parecer que somos especiais. Entretanto, quase fomos pro saco por volta de 70 mil anos atrás. A explosão de um super vulcão na Indonésia provocou um inverno nuclear de cerca de 5 anos por todo o planeta. Poucos de nós sobrevivemos a essa hecatombe. Nossa espécie foi reduzida a meros 10 mil indivíduos, população essa similar à dos chimpanzés atuais, considerados em perigo de extinção.



Walter Neves Professor sênior do IEA da USP, fundador dos Cientistas Engajados – Foto: Daniel Teixeira – Estádio

Também estamos longe de ser o resultado de um design inteligente. Basta ver uma mulher parindo que isso fica muito claro. É um dos preços que tivemos que pagar pela fixação da bipedia em nossa linhagem. O canal do parto se estreitou e para minorar a situação, mas não para resolvê-la totalmente, nossas crias começaram a nascer com cérebros muito pequenos e imaturos e se tornaram extremamente dependentes de cuidado parental por um longo período, muito maior do que em qualquer outro macaco.

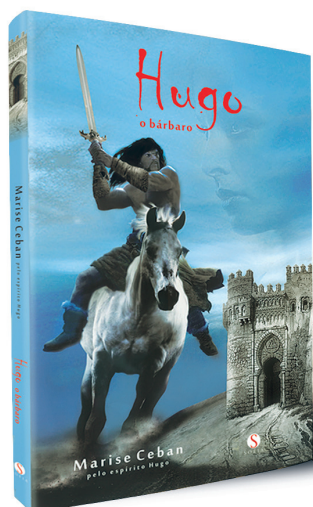
E assim caminhou a humanidade. É essa a narrativa que tem que ser ensinada nas escolas se, de fato, formos um Estado laico.

Texto de **Walter Neves** (Professor Sênior do Instituto de Estudos Avançados da USP) e **Victor de Oliveira** (aluno do Instituto de Matemática e Estatística da USP)

HUGO O BÁRBARO

A FORTE PERSONALIDADE DE HUGO

■ Joel Fernandes (Pres. do CENSN)



Vocês experimentarão a montanha-russa das paixões, em si, antes de se enternecerem com **"HUGO, O BÁRBARO"**. Desejo-lhes uma leitura profícua deste segundo lançamento da Editora **SOFIA**.



Contato com a Editora através dos telefones: 11 98433-5742 / 11 98203-5670

Sim, conheci-o em 2.002, ocasião na qual travamos contato, para jamais me esquecer de sua evidente impressão magnética. Impressionei-me com dois aspectos de sua audaz personalidade: o sofrimento acerbo e a determinação incontida. Percebi ainda que um e somente um pensamento dominava-lhe a vontade: o de fazer a vingança pelas próprias mãos.

O ódio era-lhe dominante. Lidei com um vulcão em plena erupção. HUGO era a imagem espelhada da execração, do rancor, da aversão, da repugnância, ... Senti-me diante de um guerreiro, mas, igualmente, dum coração humano. Quanta dor!... Apiei-me dele ao mesmo tempo em que intuí o quanto viríamos a ser mais do que amigos: irmãos!

CLUBE DO LIVRO ESPÍRITA



Nov/19

"Uma vida marcadamente apostolar, como a de Eurípedes Barsanulfo, merece ser evocada nas suas linhas soberbas, em que o Missionário se impõe de maneira fulgurante. Do Prefácio da Autora.

Dez/19

DIVERSOS
TÍTULOS

No mês de Dezembro, disponibilizaremos no CLUBE DO LIVRO diversos Títulos de Obras Espíritas para a sua escolha pessoal ou presentear alguém especial.



Cadastre-se através do nosso site www.censn.org.br



PROJETO
A FAVOR DA
VIDA

PARTICIPE DAS NOSSAS ATIVIDADES

Evangelho para as Gestantes

Entrelaçamento entre Mãe e Bebê
através da Música

Bazar para apoio ao Projeto
A FAVOR DA VIDA

Todos os Sábados às 15 horas



CENSN

11 98203.5670

R. Claudina Z. Betelli, 96
Portal Sta. Fé - Itupeva/SP

FOME - ARMAZENAMENTO SAÚDE - EDUCAÇÃO FÍSICA



coluna | Mens Sana in Corpore Sano

Alegremente, estamos reativando o periódico "A LANTERNA" e, com ele, nossas reflexões sobre as saúde do corpo e da alma (ou da mente, como dizia DECIMUS IUNUS IUVENALIS – JUVENAL – no Séc. I A.C.).

Percebemos, no decorrer da história humana, ser essa uma necessidade: buscar a saúde que, segundo a Organização Mundial de Saúde (sediada na Suíça, órgão oficial da saúde humana e vinculada à ONU), consiste em nosso bem estar físico, mental, e social. Não obstante, temos cometido através dos tempos verdadeiras atrocidades com relação ao nossos cuidados corporais:

Na pré-história ➔ excessos em relação à alimentação, pois a incerteza com relação ao "dia de amanhã" (desconhecia se teria caça ou não), gerava exageros assim que o alimento se apresentava (Julia Rodrigues – Unicamp - Nutrição, Biologia e Química), fatos observados nos animais, como por exemplo, nos ursos.

Atualmente não vivemos mais em cavernas, contudo pouco mudamos desde lá até aqui, visto continuarmos inaptados à falta de alimentos, significando que nossos corpos ainda conservam a informação da necessidade do armazenamento, quando há comida disponível em grande quantidade. Ao ingeri-la, acaba por acumular energia sobrando sob a forma de gordura em diferentes regiões corporais.

Tal feito foi compensado pela atividade física na própria caça, como, por exemplos: na África, na tribo dos watusis, exímios saltadores; e no México, na tribo

ROBERTO COLAGRANDE

Médium; Professor de Educação Física; atua na Infância e Juventude.

dos tarahumaras, dotados de resistência impressionante.

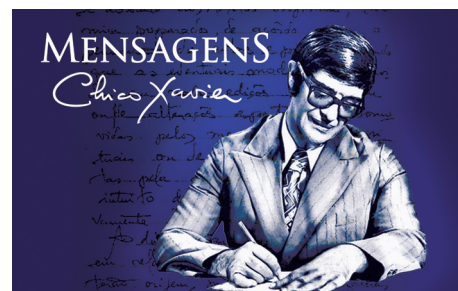
Mas com o passar do tempo o homem entendeu que esse estado de saúde seria vantajoso de outra forma: utilizando-o no treinamento de guerreiros, já que saiu de uma "suposta animalidade para uma civilização", digamos. E nesse contexto os egípcios, os gregos e os romanos se destacaram mais.

Entretanto o mais peculiar mesmo é que os chineses e hindus indicavam os exercícios físicos como tratamento e medidas higiênicas ou medicinais através das massagens.

Fora isso, a educação física ficou abandonada na Idade Média, onde apenas se realizavam os jogos sangrentos como as justas, por exemplo. Só a partir do Renascimento que iniciou-se na Itália um movimento de educação física moderna, onde se criaram escolas de ginástica e editaram-se livros também, até culminar nos dias de hoje.

Mostramos assim, rapidamente, que a atividade física tem uma importância muito grande no mundo de hoje, não só como beleza física, mas como modo natural e equilibrado de vida.

A nossa grande questão que queremos retomar a partir da próxima edição é: Mas o que é a saúde do corpo sem a saúde da alma? Essa questão, conforme já mencionamos em edições anteriores, ganha um sentido bem mais amplo com a seguinte afirmação ➔ não existe saúde do corpo sem saúde na alma, pois não existe alma sem corpo, porém existe corpo sem alma.



RECEITA ESPÍRITA

PENSAMENTO SOMBRIO?

Alguns instantes de prece.

IRRITAÇÃO?

Silêncio de meia hora pelo menos.

TRISTEZA?

Ampliação voluntária da quota de trabalho habitual.

IMPULSO À CRÍTICA DESTRUTIVA?

Observemos as nossas próprias fraquezas.

DESEJO DE CENSURAR O PRÓXIMO?

Um olhar para dentro de nós mesmos.

SOLIDÃO?

Auxiliar a alguém que, em relação a nós, talvez se encontre mais sozinho.

TÉDIO?

Visita a um hospital para que se possa medir as próprias vantagens.

OFENSA?

Perdoar e servir mais amplamente.

RESENTIMENTO?

Olvido de todo mal.

FRACASSO?

Voltar às boas obras e começar outra vez.

Espírito: **Albino Teixeira**
(Mensagem psicografada por Francisco Cândido Xavier; livro "Caminho Espírita")





doutrina

Como cristãos, temos Cristo como modelo. Como espíritas, o modelo crístico está claramente definido em todos os livros da Codificação e na Revista Espírita. Apenas para citar dois exemplos, na Introdução de O Livro dos Espíritos, no item VIII, Kardec afirma que “o Espiritismo não encerra uma moral diferente daquela de Jesus” e, na questão 625, recebe “Vede Jesus” como resposta à interrogação: “Qual o tipo mais perfeito que Deus ofereceu ao homem, para lhe servir de guia e modelo?”

E como em nossos exemplos, Jesus, de verdade, está no leme. Mas essas frases-feitas (clichês) merecem mais atenção do que usualmente lhes damos ao repeti-las automaticamente. Afirmar “alguém está no leme”, é o mesmo que dizer “está no comando”, e é possível que o receptor da mensagem tenha a impressão daquele “alguém” poder resolver tudo, ser “o salvador”.

Katia Penteado

Jornalista, Expositora, Coord. de gr. de estudo em CE e atuou na USE-SP

Jesus está no leme porque nos mostra o caminho para nossa evolução. Ele mesmo teria assumido essa posição, segundo João, ao dizer, em 14,6: “Sou o caminho, a verdade e a vida. Ninguém vem ao Pai senão por mim”. Nessa declaração, ele colocou outra informação fundamental: a de “ninguém vem ao Pai senão por mim”, confirmando sua superioridade moral e comprovando sua condição espiritual elevada, pois já está próximo a Deus.

Como espírito da primeira ordem (ver Escala Espírita, LE/100-112), Jesus está no leme e, assim, estimula-nos a liderarmos nossas vidas. No Sermão do Monte, a recomendação explícita é para buscarmos primeiramente o Reino de Deus, que tudo mais nos será acrescentado (Mt 6,24), ou seja, que ajamos em benefício de nossa evolução para também nos tornarmos lemes para outras pessoas, mostrando o ca-

CRISTO ESTÁ NO LEME. E NÓS?

minho, exemplificando, contribuindo para se aperfeiçoarem.

Jesus está no leme, mas cada um de nós tem as rédeas da própria evolução. Tenhamos a certeza do amparo espiritual dos benfeitores auxiliares de Jesus, mas façamos a nossa parte, invistamos efetivamente em nosso desenvolvimento moral, contribuindo para a construção de um mundo que pode ser melhor desde já. Uma das possibilidades é mudarmos nossa disposição moral, passando a comentar apenas o bem e a acreditar na verdade: os bons são maioria!

O bem, a moral, a caridade, o amor, a fraternidade, a tolerância, assim como todas as virtudes, dependem de atitudes, de ações efetivas, de atividades e movimentos.

O convite é claro e o momento é agora! Confiemos e avancemos juntos, buscando o bem no outro e na sociedade onde estamos inseridos!



filosofia

A Filosofia é um modo de pensar, é uma atitude do pensamento que busca uma postura do entendimento diante do espanto que o mundo lhe causa; a Filosofia portanto é, de imediato, algo que o homem faz, algo que o homem tem feito, e algo que o homem necessariamente fará, sob pena de deixar de ser homem: pensar.

Todavia esse “pensar” não é um simples pensar, mas um pensar a partir de dados coerentes e lógicos que darão origens

a conceitos claros e precisos sobre tudo quanto existe; não obstante, isso somente poderá ocorrer a partir do momento em que o sujeito do conhecimento – o sujeito pensante, ou cognoscente, ou o espírito – passar a entender a necessidade do que significa esse “pensar”.

Exatamente por isso a Filosofia não é um conjunto de conhecimentos prontos nem tampouco um sistema fechado – acabado em si mesmo – pelo intelecto; porém é, antes de tudo o mais, uma prática de vida que procura pensar o fenômeno além da sua pura aparência, isto é, buscar a sua essência, qual seja: “em que consiste este ‘isto’ que existe?”. Consequentemente a Filosofia pode se voltar para qualquer fato constituído por ela como tema, tendo assim a oportunidade de pensá-lo: a Ciência, seus valores, seus métodos, e seus mitos; a Religião, seus valores e seus fundamentos; a Arte; a Ética; o Homem; pode pensar o

próprio pensar; e pode se repensar, o que, aliás, é sua perene atividade-tarefa.

Diante disso a Filosofia é um movimento intelectual irreverente porque, partindo do fático, pensa-o, critica-o, e coloca-o em dúvida, fazendo-lhe perguntas inoportunas; contudo abre a porta das possibilidades e faz-nos entrever outros mundos e outros modos de se compreender a natureza considerada como totalidade existente – material-física e imaterial-metafísica, vivente ou não.

Por conseguinte, muito diferentemente do que se diz sobre o pensamento filosófico que, por sua própria natureza constitutiva necessariamente está no mundo e dele não pode se ausentar: “A Filosofia é fácil, ela está dentro de nós, é o que pensamos¹”.

Joel Fernandes (Filósofo, Pres. do CENSN)

¹O texto é do Autor e a frase é do Espírito ANDRÉ, filósofo e Mentor da médium MARISE CEBAN, Dir.º do CENSN.



palestra

Marise Ceban
Médium escritora e Dir.^a do CENSN

ARTHUR CONAN DOYLE | Vida e Obra

Palestra Mensal realizada em 28 Set 19

A médium-escritora MARISE CEBAN, autora de 5 livros psicografados - proferiu-nos, em 28 Set 19, interessante narração biográfica sobre o denodado palestrante espírita internacional, ARTHUR IGNATIUS CONAN DOYLE, baseada no livro "A Nova Revelação", cuja leitura recomendamos.

VIRTUDES

Boa noite, queridos e amados irmãos, companheiros espíritas.

Parabenizo, em primeiro lugar, a Casa por trazer um tema tão explicativo, demonstrativo do valor de virtudes que há muito estão sendo esquecidas.

CONAN DOYLE deve ficar na lembrança de cada um de vocês, principalmente como disse nossa irmã expositora, pela sua moralidade, algo tão raro nos dias de hoje.

Pensem neste momento em quantas pessoas conhecem, possuídas de conceitos profundos e tão moralizados quanto este homem teve. Certamente, se conseguirem juntar alguns, serão bem poucos, pois, atualmente, diante de qualquer dificuldade, deixamos de lado a verdade, escondemo-nos atrás de embustes, falsidades, para conseguirmos o que almejamos ou necessitamos na ocasião.

No Espiritismo temos nomes - poucos, é verdade -, que se salientam e nos demonstram esses valores necessitados em vários momentos, jamais os deixaram de lado por terem sido ensinados por JESUS CRISTO, nosso amado mestre.

Nós os trazemos no fundo de nossas consciências, porém com grande dificuldade conseguimos permitir que venham à tona, pois nossos interesses particulares e necessidades momentâneas não permitem que nos mostremos como deveríamos ser.

Buscamos as facilidades; é mais fácil dizer que não somos espíritas, que somos de outra religião, ou partido político, quando muitas vezes não pertencemos a nenhum, posto buscarmos uma vantagem qualquer.

Hoje este homem nos mostrou o quão importante é, para a humanidade, sermos honestos, convictos mesmo das nossas opiniões, quando as sabemos ser verdadeiras.

Quantos problemas evitaríamos se adotássemos esse tipo de conduta? É necessário primeiro nos convençamos disso ser um sinal de evolução espiritual; e pobres de nós, pois ainda vemos as prioridades das necessidades ou das particularidades que temos dos anseios em sermos reconhecidos, seguindo falsos ideais.

Bem colocado por nossa irmã, vemos líderes, pessoas seguidas por muitos motivos - podemos dizer até mesmo indecentes -, pois nada têm a ver com a sinceridade, o crescimento, e a moralidade.

Estamos vivendo tempos difíceis, cruciais, onde o erro se tornou a prioridade máxima. Está em toda parte, é primazia, ninguém se preocupa com seu irmão; o importante é que eu me dê bem, não importando os meios para que tal aconteça; piso em cima de todo aquele que estiver em meu caminho. Perguntemo-nos: foi o que DEUS nos deixou como ensinamentos? Na época aprazada, JESUS veio para tentar corrigir, trazendo ensinamentos mais acessíveis, esta humanidade tacanha; porém, nem assim... Continuamos ainda na pré-história dos valores.

Cabe à nós, queridos irmãos, pelo conhecimento já adquirido, julgarmos mais pelos exemplos, que pelas palavras, quem é o verdadeiro homem de bem, virtudes importantíssimas a serem buscadas em todo momento.

A reforma íntima não deve ser deixada de lado em nenhum instante de nossas vidas. Temos exemplos inúmeros na história da humanidade, contudo não queremos segui-los. É muito mais cômodo e fácil seguir pelo caminho tortuoso dos interesses materiais.

Que cada um de vocês ao cruzar a porta do CENSN, saindo e voltando às suas casas, conduzam no fundo de seus corações e mentes, o aqui ouvido e, em momento algum, esqueçam-se dos ensinamentos preciosos trazidos por este irmão, também escolhido por DEUS para ajudar em nosso crescimento moral.

Façamos nossa análise profunda e tomemos consciência de ser isso o esperado, por DEUS, de nós. Deixemos de lado o comodismo e sigamos o exemplo do biografado.

Que a paz de JESUS esteja com todos e que seus retornos transcorram em segurança.

EUSÉBIO (Espírito Diretor Geral do CENSN)
(CENSN, 28 Set 19, Palestra Mensal,
"ARTHUR CONAN DOYLE - Vida e Obra",
Médium psicofônica: TANIA MÜLLER)



palestra

Roberto Watanabe
Presidente da FEESP

QUE(M) É O VERDADEIRO "SER"?

Palestra Mensal realizada em 26 Out 19

Abordando aspectos do pensamento filosófico, nosso Expositor e amigo - hoje exercendo a Presidência da FEESP - trouxe-nos, ao longo de 2.600 anos da historiografia filosófica, desde a Grécia socrática-platônica-aristotélica, transitando por Tomás de Aquino, a celeberrima questão sobre o ser, o ente, e a essência, ou seja: quê(m) ser dá o ser ao ser-ente? Após motivar a assembleia, recordou-nos o Uno platônico, invocou Heidegger (1.889-1.976), e finalizou mostrando-nos a concordância de ambos sobre sua inefável adjetivação por transcender os limites da linguagem humana: apenas em DEUS encontramos o verdadeiro Ser, porquanto "Ele" se confunde com a Essência, visto DEUS ser um ser-de-razão, logo, imaterial, e criador.

ESSE TAL DO DNA...

coluna | Biologia para todos

No último século grandes descobertas impactaram profundamente as pesquisas sobre os seres vivos. Iniciaremos nossos artigos com uma referência primordial: a descoberta do DNA (ácido desoxirribonucleico), e ainda bem que há esse “apelido” para nos facilitar sua nomenclatura. Então, o que é, afinal, esse tal de DNA?

Vamos localizá-lo! Todos os seres vivos são constituídos por células, exceção feita ao vírus, semelhantes ao “cristal”; possui uma cápsula de proteína e um tipo de ácido nucleico (relativo ao núcleo da célula): DNA, e alguns raros, possuem ambos. Por não possuírem metabolismo próprio, não há antibióticos a impedi-los de atuar. Daí a importância das pesquisas de vacinas contra as infecções virais: gripes (de vários tipos), sarampo, dengue, febre amarela, poliomielite, etc., vírus estes, invasores das células e que, obrigatoriamente, parasitam-nas. Portanto, todo metabolismo delas trabalhará para o vírus.

Todas as células possuem membra-

Valdete Zorate
Prof.ª de Biologia e Palestrante Espírita

nas, citoplasmas com diversas estruturas para funcionamento (digestão, respiração, excreção, ...), e núcleos, onde estão os cromossomos, estruturas compostas pelo DNA e muitas proteínas (histonas) que regulam o funcionamento dos genes no modo “liga/desliga”.

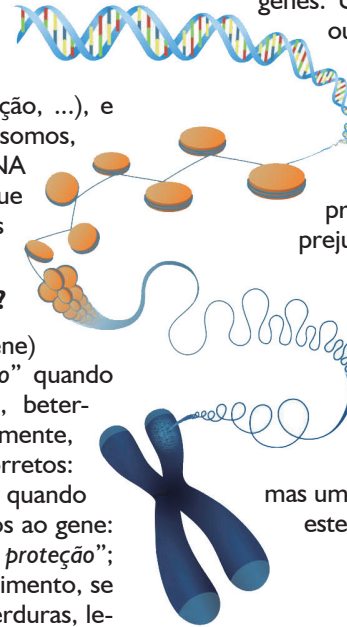
Qual a importância do DNA?

Em nossa pele, o DNA (gene) para o bronzeamento é “ligado” quando comemos cenouras, abóboras, beterraba, mamão e, simultaneamente, tomamos Sol nos horários corretos: até às 10h e depois das 15h; quando cortamos a cutícula, informamos ao gene: “produza mais cutícula, tirem a proteção”; quando a criança está em crescimento, se comer corretamente (frutas, verduras, legumes, carnes, etc.) comandará o gene das células, nas extremidades dos ossos, para multiplicar seus elementos e aumentar a massa óssea. Em tudo quanto fazemos, comemos, agimos e - ousou escrever -

pensamos, “ligamos ou desligamos” nossos genes. Um período de tristeza ou estresse prolongado “desligará” alguns genes que produzem os neurotransmissores do prazer e “ligará” outros genes que produzirão substâncias prejudiciais ao organismo.

Esse conceito “liga/desliga”, abordado aqui, inclusive com elementos dos fatores nutricionais, constitui a Epigenética, a qual não é uma mutação, mas uma expressão gênica. Mas este será o assunto do nosso próximo artigo.

Até lá!



*Nosso objetivo foi traduzir informações técnicas em texto compreensível ao leitor.

Referências: LIPTON, B. H. A Biologia da Crença. Ciência e Espiritualidade na mesma sintonia: o poder da consciência sobre a matéria e os milagres. São Paulo: Butterfly, 2.007. | PEREIRA, L. D. V. Sequenciaram o Genoma Humano. e agora? São Paulo: Moderna, 2.001. | Disponível: <http://arquivo.ufv.br/dbg/genetica/cap1.htm>. Acesso em 27/09/2019.



ciência | Demografia

Ivan Franzolim
Escritor e Pesquisador Espírita

O desejo de saber quantas pessoas participam de um mesmo empreendimento, compartilham de um mesmo ideal, é muito antigo. Na história do Espiritismo temos o próprio Kardec, em 1.869, buscando dados dos adeptos da nova doutrina na França e no mundo. Estimou 600 mil espíritas na França, correspondentes a 2% da população - o mesmo percentual de espíritas brasileiros (4.100.000), calculado pelo Censo 2.010 - IBGE. Curioso, não?

Kardec foi mais longe e estimou o gênero com 70% de homens, e a instrução com 54% entre, instrução cuidada, superior, e sábios, oficiais. Atualmente a maioria dos espíritas são do sexo feminino (58,9%) e com o maior nível de escolaridade entre todas as religiões: 35,4% com algum Superior Completo, segundo o IBGE.

No momento presente o Movimento Espírita Brasileiro (MEB) conta com os dados da Pesquisa para Espíritas, feita anualmente, com abrangência nacional. Seus resultados devem ser utilizados como indicadores para auxiliar a gestão das instituições espíritas.

Saber que muitos espíritas desconhecem parte da história do Espiritismo, que outros interpretam equivocadamente sobre a presença dos órgãos físicos no perispírito, que outros têm dúvidas sobre a alma dos animais, pode ajudar a direcionar ações de informação e esclarecimento.

Do mesmo modo, outras atitudes podem ser tomadas para usar ou emprestar as instalações do Centro Espírita em mais dias e horários durante as semanas, afim de melhorar os serviços prestados com avaliações mais baixas, como:

Biblioteca, Livraria, Bazar, e Assistência Social.

Entre agosto e outubro de 2.020, o IBGE vai iniciar, no Brasil, o Censo Demográfico de 2.020. Em cada dez domicílios um destes será escolhido para responder sobre a sua religião. Todos os espíritas, bem como os simpatizantes que não seguem outra religião, devem se declarar como ESPÍRITAS.

No passado, muitas pessoas evitaram essa declaração, preferindo algo mais genérico ou indefinido, dando a impressão de representar um grupo maior do que o apurado.

Há espíritas que não consideram o Espiritismo como uma religião, mas como ciência e filosofia com consequências morais. Na hora de responder à pergunta do recenseador, a resposta deverá ser ESPÍRITA, para podermos apurar, com mais precisão, o número dos seus adeptos.

Fazer pesquisa na Casa Espírita ajudará bastante na sua administração e no relacionamento com seus Trabalhadores, frequentadores, e assistidos. Poder-se-á apurar, por exemplo: a evolução quantitativa das pessoas nos serviços e atendimentos oferecidos; a satisfação dos voluntários nas atividades que executam; as sugestões e críticas dos frequentadores; a viabilidade de iniciar uma nova atividade; e muito mais possibilidades. Leve esta ideia para sua Instituição analisar, poderá ser-lhe de grande ajuda.