

# LUZ MAIOR

Uma publicação da



**Samadhi®** - Livraria e Espaço Alternativo

**Rua Diogo Freire, 275    Telefone (11) 5073-0495**

[www.samadhi.com.br](http://www.samadhi.com.br)

[livrariasamadhi@terra.com.br](mailto:livrariasamadhi@terra.com.br)

São Paulo, 05 de fevereiro de 2014

Ano X - Número 56

**Distribuição Gratuita**

## **DIA DA NÃO VIOLÊNCIA**

A ONU criou o **Dia da Não Violência** - 30 de janeiro - em homenagem a Mahatma Gandhi. Esse grande homem tem em seu nome algo que mostra a sua sabedoria. Mahatma significa *A Grande Alma*, em Sânscrito (Língua da Índia considerada extinta). Como sempre é bom falar sobre a não violência e sobre a paz, vamos mostrar algumas frases de Gandhi:

*A não violência nunca deve ser usada como um escudo para a covardia. É uma arma para os bravos.*

*A minha preocupação não está em ser coerente com as minhas afirmações anteriores sobre determinado problema, mas em ser coerente com a verdade.*

*Aquele que não é capaz de governar a si mesmo, não será capaz de governar os outros.*

*A prisão não são as grades, e a liberdade não é a rua; existem homens presos na rua e livres na prisão. É uma questão de consciência.*

*A grandeza de uma nação pode ser julgada pelo modo que seus animais são tratados.*

*As religiões são caminhos diferentes convergindo para o mesmo ponto. Que importância faz se seguimos por caminhos diferentes, desde que alcancemos o mesmo objetivo?*

*Aprendi através da experiência amarga a suprema lição: controlar minha ira e torná-la como o calor que é convertido em energia. Nossa ira controlada pode ser convertida numa força capaz de mover o mundo.*

*Um homem não pode fazer o certo numa área da vida, enquanto está ocupado em fazer o errado em outra. A vida é um todo indivisível.*

*Cada dia a natureza produz o suficiente para nossa carência. Se cada um tomasse o que lhe fosse necessário, não haveria pobreza no mundo e ninguém morreria de fome.*

*O amor nunca faz reclamações; dá sempre. O amor tolera; jamais se irrita e nunca exerce vingança.*

*Aqueles que têm um grande autocontrole, ou que estão totalmente absortos no trabalho, falam pouco. Palavra e ação juntas não andam bem. Repare na natureza: trabalha continuamente, mas em silêncio.*

*A lei de ouro do comportamento é a tolerância mútua, já que nunca pensaremos todos da mesma maneira, já que nunca veremos senão uma parte da verdade e sob ângulos diversos.*

*Há riqueza bastante no mundo para as necessidades do homem, mas não para a sua ambição.*

*Creio na verdade fundamental de todas as grandes religiões do mundo. Creio que são todas concedidas por Deus e creio que eram necessárias para os povos a quem essas religiões foram reveladas. E creio que se pudéssemos todos ler as escrituras das diferentes religiões, sob o ponto de vista de seus respectivos seguidores, haveríamos de descobrir que, no fundo, são todas a mesma coisa e sempre úteis umas às outras.*

*A não violência e a covardia não combinam. Posso imaginar um homem armado até os dentes que no fundo é um covarde. A posse de armas insinua um elemento de medo, se não mesmo de covardia. Mas a verdadeira não violência é uma impossibilidade sem a posse de um destemor inflexível.*

*Paz na Terra!*

*A Lei da Mente é implacável.  
O que você pensa, você cria;  
O que você sente, você atrai;  
O que você acredita, torna-se realidade.  
Buda*

### **Nesta Edição:**

REEDUCAÇÃO DO ESPÍRITO	2
ESQUECIMENTO DE VIDAS PASSADAS	3
ORAÇÕES E APELOS	4
BRADOS DE PAZ	5
CONSELHOS DE UM CARDIOLOGISTA	6
PALESTRAS E CURSOS: Agenda	7
MENSAGENS	8

### **Pontos especiais de interesse:**

- *A Grande Instrutora* ..... 4
- *Ser Bom* ..... 6
- *Nossos Profissionais* ..... 7

# A Reeducação do Espírito

Sempre que possível, transcrevemos aqui as orientações que os amigos espirituais nos trazem com muito amor.

Em nosso encerramento, em 2013, um desses amigos nos falou bastante sobre nossa responsabilidade em relação aos espíritos que estão reencarnando.

Muito se tem falado de crianças índigo, crianças cristal, espíritos evoluídos que estão nascendo para impulsionar o progresso da Terra. Nesse momento de transição, também sabemos que grande quantidade de espíritos resistentes à transformação está sendo preparada para habitar outro orbe, mais compatível com seu estágio evolutivo.

No entanto, se espíritos evoluídos estão assumindo a vida física para nos auxiliar, um número muito maior de espíritos comprometidos diante da evolução também está encarnando, como última chance de progredir e evitar o exílio planetário. Não temos informações sobre números, mas basta olharmos para a realidade da nossa Terra para sabermos que há um Gandhi, uma Madre Tereza, um Dalai Lama, para milhões de fanáticos, tiranos, agressivos, prontos para brigar ou guerrear a qualquer momento, gerando miséria pela ambição desmedida.

Nosso amigo espiritual chegou quase a suplicar que déssemos mais atenção à educação das crianças e dos jovens. Falou muito na inversão de valores, na omissão dos pais que, em busca das conquistas materiais, relegam a educação dos filhos a segundo plano. Buscam desesperadamente dar aos filhos conforto material, roupas da moda, eletrônicos modernos, mas negligenciam o diálogo, o estabelecer limites. São permissivos demais, omissos demais e, quando o filho faz escolhas perigosas como drogas, vandalismo, promiscuidade, aí a culpa é da escola, da sociedade, do governo.

O orientador encarceou a necessidade de os pais realmente se responsabilizarem pela educação dos filhos. Dizer não quando necessário, com firmeza, não vai traumatizar ninguém. Ser firme e coerente na educação, porém, é tarefa árdua e muitos não estão dispostos a assumir.

Segundo ele, negar a esses espíritos em processo de reeducação a orientação firme e segura é, no mínimo, falta de caridade. Se nos lembrarmos de que muitos deles são nossos afetos ou desafetos passados, com quem temos compromisso cármico, deixá-los sem orientação é fracassar junto com eles.

Os espíritos que necessitam essa reeducação trazem traços negativos de caráter, vícios de comporta-

mento, rebeldia, e não vão se recuperar sozinhos. Se não fizermos a nossa parte, estaremos seriamente comprometidos com o resultado negativo dessa encarnação.

Educar não é só dar a melhor escola e garantir que a criança tenha, depois de adulto, condições de competir no mercado de trabalho. Claro que a formação intelectual é importante, mas deve andar lado a lado com a formação moral, a firmeza de caráter.

O aspecto religioso também não pode ser negligenciado. Não importa qual o caminho escolhido, mas a formação religiosa é de suma importância para a evolução espiritual. - Ensinem seus filhos a rezar, disse ele, ensinem as bases do Evangelho, o amor ao próximo, o perdão, a tolerância, o respeito às diferenças e ao livre arbítrio de cada um, a benevolência, a compaixão. Orientem boas leituras (todas as religiões têm livros que podem dar aos jovens conceitos valorosos).

Mesmo os espíritos que estão renascendo com missão de auxílio não podem crescer sem orientação. O mais rico tecido só se tornará uma bela vestimenta nas mãos de hábeis costureiras. Mesmo que a matéria prima seja boa, a educação é necessária. O fato de serem espíritos mais evoluídos não os torna imunes às tentações e apelos da vida física. Bem orientados, poderão fazer grandes obras. Sem orientação, correm até mesmo o risco de fracassarem e não realizarem o plano divino de sua encarnação.

Recentemente, vi uma cena que me deu a dimensão clara de como a sociedade moderna está abrindo mão da formação dos jovens.

Em um restaurante, uma família sentou-se na mesa ao lado da minha. Enquanto eu e minha família aproveitávamos o momento para conversar, enriquecendo nossa convivência, a família ao lado (pai, mãe, dois meninos de aparentemente dez e doze anos) sentou-se cada um com seu "tablet" e mergulharam isoladamente nas realidades virtuais. Não trocaram uma só palavra, quase nem olhavam para o que estavam comendo. Quando terminaram, levantaram-se ainda "conectados" e foram saindo, cada um em seu mundo particular.

Muitos lares já estão assim. Cada um com seu computador, seus amigos virtuais, seu quarto, sua televisão. O compartilhar perdeu totalmente o espaço. Quando alguma coisa mais séria acontece, as pessoas se surpreendem, descobrem o quanto não se conheciam, o quanto ignoravam o que seus filhos andavam fazendo.

É necessário acordar, enquanto é tempo. Fortaleçam os laços familiares, valorizem o diálogo e a convivência, não tenham vergonha de sustentar seus valores, não tenham medo de parecer conservadores.

As equipes espirituais contam conosco para que esses espíritos tenham chance de sucesso, sejam eles os missionários ou aqueles que se encontram em franca recuperação. A família ainda é o núcleo mais propício para que a evolução se consolide.

Maria Lúcia Sene Araújo

**FICHA TÉCNICA** - Colaboraram nesta Edição:

Todos os Integrantes do Grupo Fraterno Amor e Luz  
Leitores e Amigos da Samádhi

**Responsáveis pela edição de Luz Maior:**

Maria Lúcia Sene Araújo e toda a equipe da Samádhi

Diogo Freire, 275 Jardim da Saúde Tel.: 5073-0495

[www.samadhi.com.br](http://www.samadhi.com.br)

## ESQUECIMENTO DAS VIDAS PASSADAS

Um dos grandes "vilões" da teoria da reencarnação é o esquecimento. Muita gente pergunta "se esse negócio existe, por que não me lembro de nadinha das vidas passadas?" ou "Como vou pagar um karma se eu não me lembro do que fiz?"

Ora, basta analisar a natureza humana pra saber que o esquecimento das vidas passadas é mais do que justificável: é essencial. Muitos rezam todo dia o pai nosso. Mas quantos perdoam de verdade as ofensas? Durante UMA vida fazemos muitas besteiras das quais nos arrependemos. Imagine isso multiplicado por várias vidas! Outro detalhe: o mente (não o cérebro, já que usamos muito pouco da capacidade dele) não "processaria" adequadamente a existência de múltiplas realidades/personalidades coexistindo (quem já teve um "dejà vu" sabe que é quase uma pane na mente, tudo fica em câmera lenta, você fica desorientado...). Seria inviável e pouco prático, e a natureza em suas obras é evidentemente prática, embora não simplória.

Segundo Emmanuel (mentor de Chico Xavier), a sede da memória fica no corpo astral. Lá temos o registro de todas as vidas, todas as experiências, e como o corpo astral fica sobreposto ao corpo físico, ele equivale na psicologia ao inconsciente (ID), um manancial de informações inacessível normalmente ao consciente (daí que vêm as técnicas de regressão, etc). Mas mesmo assim há limitações ao quanto se pode acessar. Um outro espírito que saiba como fazê-lo pode ver suas vidas como quem vê um filme (e isso me lembra o modo como o cérebro armazena suas informações, como num holograma, mas isso é assunto pra outro post), mas a pessoa desencarnada não fica automaticamente com lembranças de todas as vidas, pois ainda está sob efeito da última encarnação. É preciso um trabalho de "despersonalização" para pessoa assimilar as outras vidas, coisa que aqui na Terra muitos já o fazem, e assim descobrem até aqui mesmo fragmentos de outras vidas. Quando reencarnamos, o acesso às informações do corpo astral é magneticamente limitado e, se tal informação não pode ir para o consciente, não irá nem com hipnose ou reza brava. Isso é essencial para missão aqui, porque muitas vezes essas missões são de reconciliação ou harmonização, como chamam do "lado de lá" e isso se faz com aqueles que você odiou ou prejudicou em vidas passadas.

É possível que os pais recebam um filho com um "gênio ruim". Vão olhar para o alto e dizer "Deus, fomos excelentes pais! Que fizemos pra merecer isso?!" - quando a resposta está no fato de que um dos dois (ou os dois) foi responsável pelo que esse garoto é hoje, OU até mesmo responsável pela pessoa que ensinou/levou esse espírito a ser o que ele é hoje. Se formos ver o Karma pelo Taoísmo, se você for responsável por causar uma desarmonia, ela vai interferir no sistema de tal forma que as ondas de choque desarmônicas vão acabar chegando a você muito maiores, como uma bola de neve descendo pela montanha.

Perguntarão: "Mas, como vou ser amigo, pai ou filho de uma pessoa que odiei (ou que me odeia) em vidas passadas? Como vou transformar isso em amor?" Pelo condicionamento na carne. O ser humano é como um microcomputador com a "casca" de um rádio de válvu-

la. Uma mente com potencial enorme (talvez até ilimitado, embora não saibamos disso), mas limitada por uma veste biológica não muito diferente da de um macaco (o DNA dos dois é apenas 1,5% diferente). Para que? Para ser influenciado pelos instintos, se apaixonar, se apegar, criar laços familiares, sentir fome e dores no físico (e assim aprender a não fazer certas coisas, como um rato num laboratório).

O "amor à primeira vista" é resultado de vivências passadas, afinidades espirituais, acentuadas pelo instinto de conservação da espécie. Essas pessoas podem se juntar para dar apoio na missão uma da outra, para orientar, e também para resolver certas "pendências", harmonizar-se. Uma união que começa como apoio, sem dívidas, mas que acaba tragicamente, terá de ser refeita em outra vida, até que não haja mágoas. Os dois vão se apaixonar, porque lá no íntimo, no "coração", vai haver uma ressonância da vibração de um no outro. A lembrança e o sentimento dos bons momentos juntos voltarão à tona (sem que percebam isso no consciente, obviamente), mas, se certos hábitos do passado voltarem, sentimentos negativos também aflorarão (inconscientemente, também) e pode começar tudo de novo. É justamente essa desarmonia que deve ser combatida, não com fingimento de que está tudo OK, não com tolerância de um lado apenas, mas com UNIDADE, com diálogo, como AMOR de ambas as partes. Um lado cede, o outro cede também, os dois lados se respeitam, mas também contribuem para melhorar o que acham errado um no outro (não com acusações, mas com "toques", pois somente a própria pessoa - com o aflorar da consciência e maturidade - é que pode mudar o próprio jeito, pois de outra forma será fingimento ou condicionamento).

Então, estamos "condicionados" a ser uma individualidade, em prol da missão de restaurar o equilíbrio que nós mesmos afetamos. Mas ainda perguntarão: "Digamos que minha missão não seja com alguém específico que me odeie, digamos que seja construir casas para uma comunidade que mandei destruir na 2ª guerra. Não seria mais fácil que eu me lembrasse pelo menos disso para eu construir logo essas casas?" Não. Não há mérito algum nesse tipo de "bondade" dirigida. Do ponto de vista terreno e materialista seria ótimo, mas não pra quem pensa em termos de milênios de evolução do espírito, pois que seria uma solução imediatista, e não haveria aprendizado real. É como alguém que ficou devendo ao banco por causa do vício da bebida, se mata de trabalhar pra pagar as dívidas, mas continua um viciado, pronto para se endividar novamente.

Ficaremos pra sempre reencarnando nesse corpo quase símio? Não. Existem muitas outras "moradas na casa do Pai", de acordo com o tipo de aprendizado necessário para o espírito. O planeta Terra é lindo como infraestrutura, mas é um Carandiru, em termos de população (não é preciso ser um grande observador para notar isso). Oráculo mesmo já não precisa reencarnar aqui (apenas se ela quiser), e ela mencionou que não é tão difícil assim tirar esse "passaporte". Basta deixar de se comportar como um elemento perigoso aos seus semelhantes para sair da prisão (e se você está aqui... bem, não foi por "erro de Deus").

[http://www.legiaodafaternidade.org.br/vidas\\_passadas.htm](http://www.legiaodafaternidade.org.br/vidas_passadas.htm)

## *Agradecendo pelo Lar*

Jesus, aqui estou diante de Vós,  
com minh'alma em prece,  
para agradecer pela morada que me abriga,  
pelo pão que me alimenta e  
pelo agasalho que me aquece.

Por Vosso amor, Senhor,  
que esta morada esteja sempre aberta  
a todos que possam precisar do calor de  
uma amizade sincera para seus espíritos  
e de alimento para suas matérias.

Iluminai meu espírito,  
para que eu nunca me afaste de Vós.  
Que eu não permita que o egoísmo  
venha a dominar meu coração,  
afastando-me de meus companheiros de  
jornada.

Que pelas palavras e exemplos, eu  
possa levar sempre os Vossos ensinamentos  
a quem comigo divide a passagem na Terra.  
Concedei-me a inteligência de nunca me  
afastar da humildade, do respeito para  
com todas as criaturas e da compaixão  
pelos que sofrem.

Senhor, mesmo quando  
meu coração não esteja sorrindo,  
que minhas palavras e atitudes possam  
levar um sorriso à face de meu semelhante.

Só assim, Pai, poderei agradecer  
verdadeiramente tudo que me destes.

Marina C. Cruz  
[www.gotasdeamoreluz.com.br](http://www.gotasdeamoreluz.com.br)

## *Oração para os Momentos de Desânimo*

Sentir a presença de Deus nos anima e conforta.

Senhor, abro o meu coração e peço que a Tua  
presença me levante neste momento tão  
difícil que estou vivendo.

Desânimo, dúvida e fraqueza  
tomam conta do meu coração.  
Tire de mim todo o sentimento  
de fracasso e de solidão.

Erga a minha vida com todo o Teu  
poder e amor.

Não me deixe ser vencido(a) pelo desânimo.

Só o Senhor pode me ajudar e libertar  
de todos os inimigos e fantasmas da alma.  
Senhor, receba a Tua força em meu coração e o  
Teu divino Espírito Santo  
para limpar e preencher toda a minha vida.

Não ficarei prostrado(a), mas me levantarei  
para vencer e cumprir todo o Teu propósito.

Amém.

[www.gotasdeamoreluz.com.br](http://www.gotasdeamoreluz.com.br)

## *Prece da Criança Que Ainda Não Nasceu*

Mãe querida!...

Sustenta-me agora para que eu te sustente de-  
pois.

Não me expulses, nem me desprezes.

Venho ao encontro de tuas esperanças.

Junto de ti, estou na condição de anseio de teu  
anseio e de alma de tua alma.

Hoje, sou apenas flor, sonho, pensamento...

Amanhã, serei a tua própria realização.

Resguarda-me com amor para que a confiança  
não me abandone. Protege-me contra o desequilí-  
brio.

Cultiva as ideias positivas do bem para que  
não me falte segurança contra o mal.

Guarda-me no colo, em nome de Deus,  
para que a luz da fé em Deus se mantenha  
acesa dentro de mim.

Tenho tanta necessidade de ti, quanto a semente  
precisa da terra para germinar e viver.

Dá-me a tua bondade e dar-te-ei a mim mesmo.  
De ti depende que eu possa estar amanhã, entre  
os homens, a fim de cooperar  
na construção do Mundo Melhor.

*Emmanuel*

## *Comando Para a Presença EU SOU*

**Invocação** - Em nome da Presença de Deus "EU  
SOU" em mim, e pela autoridade da Chama Trina que  
brilha em meu coração, coloco-me à disposição, cora-  
ção, cabeça, mãos e pés, todo o meu ser, como instru-  
mento para a manifestação da Vontade Divina! Amado  
EU SOU O QUE EU SOU, ouça meu apelo:

1 - Presença EU SOU, Luz Superior,  
Presença EU SOU, Guia-me Agora!

**Refrão:** Meu Plano é Luz, Brilho-Esplendor,  
"EU SOU", o Caminho da Vitória!

2 - "EU SOU" Tua Luz, Poder e Amor,  
Entrego-me a Ti, "EU SOU" em Glória! (refrão)

3 - Raios Azuis, Abram o Caminho,  
Raios da Presença divina "EU SOU"! (refrão)

4 - Luz Perfeita e Cristalina.  
Tome o Comando Nesta Hora! (refrão)

**Coda:** Amada Presença de Deus, Mostra-me o Cami-  
nho, Amada Presença de Deus, Ilumina, Ilumina, Ilumi-  
na.

**Selamento** - Que a Poderosa Presença EU SOU em  
mim, sele toda energia agora magnetizada, para que  
seja utilizada de acordo com a vontade de Deus e so-  
mente a vontade de Deus. Assim seja, em nome do  
Pai, da Mãe, do Filho e do Espírito Santo. Amém.

Comando de luz do site: [www.eusouluz.com.br](http://www.eusouluz.com.br)

## Brados de Paz

Tendo a proposta de ser um caminho que religa o homem a Deus, a religião impõe sobre si mesma a responsabilidade de ensinar aos homens o amor ao próximo, o perdão e a prática da caridade, inclusive a imaterial. Cabe então admitir pelos preceitos lógicos mais simplórios, que a religião não deve se tornar a patrocinadora de polêmicas que dividam os homens. Pois sua função é estabelecer que, a partir da paz individual, a humanidade alcance o significado da vida voltada para a evolução do espírito.

E, sendo assim, acredite-se ou não em reencarnação, todas as religiões admitem que a Terra é habitada por espíritos encarnados, mesmo que, ao invés de espíritos, sejam chamados de almas. Caso contrário, não estariam revelando a existência da vida além da matéria. A figura divina presente em cada religião se torna, então, o ícone de convergência de valores, na direção do qual cada indivíduo realiza suas escolhas místico-religiosas, conforme o caminho que ache mais adequado. E Deus não impõe tais escolhas, tendo em vista Seu criterioso respeito ao livre-arbítrio de seus filhos.

E a partir desse princípio básico e definitivo de respeito ao livre-arbítrio, os mentores e líderes religiosos precisam adotar posições sensatas quanto à difusão de suas doutrinas. Pois a coerência exige que o exemplo pacífico seja dado por cada religião, que não deve ser transformada numa fortaleza contra as demais, onde homens pregam suas crenças através de críticas a terceiros que não compartilham com suas opiniões, em verdadeiros brados de guerra.

Vejam os que a história da Terra demonstra. Mui-

## O Vencedor e o Perdedor

Um vencedor é sempre parte da resposta.  
Um perdedor é sempre parte do problema.

Um vencedor possui sempre um programa.  
Um perdedor possui sempre uma desculpa.

Um vencedor diz "Deixe-me ajudá-lo".  
Um perdedor diz "Não é minha Obrigação".

Um vencedor vislumbra uma resposta para cada problema.

Um perdedor vê todos os problemas, sem resposta.

Um vencedor diz "Pode ser difícil, mas não impossível".

Um perdedor diz "pode ser possível, mas é difícil".

Um vencedor entende que sem Deus não poderá encontrar-se com o melhor, para a sua Vida.

Um perdedor crê que pode viver sempre baseado em seus Recursos próprios e seu orgulho pessoal.

[www.mundodasmensagens.com](http://www.mundodasmensagens.com)

tos países, em crise política, tentaram resolver seus problemas internos jogando a culpa de seus infortúnios no exterior, ou em credos religiosos e mesmo em raças. Essa forma de desviar a atenção dos problemas domésticos, tornando-os submissos a questões aparentemente mais graves geradas por outras fontes, provocou inúmeras guerras, inclusive mundiais. E tal fato acontece até mesmo com os homens, que procuram encobrir suas deficiências e imperfeições acusando e agredindo terceiros, sem que, no entanto, vençam o ego e ajustem-se perante o óbvio de uma realidade que não desejam ver.

Isso se aplica também às religiões, que muitas vezes lançam seus seguidores contra as outras religiões, ao declarar uma guerra branca, espectro de grandes cruzadas. Ao invés disso, deveriam se preocupar em aprimorar seus meios de trabalho, conduzindo seus seguidores à tranquilidade e à paz com a própria consciência, pois é disso que todos precisam. Porque ridicularizar, acusar as outras crenças e gerar animosidades é caminhar no sentido contrário de Deus, e não na direção Dele.

As religiões, por conseguinte, devem se destacar pelas virtudes que apresentam em seus livros, bem como pela capacidade prática de orientar para o bem e de pacificar os homens que as seguem. Pois a humanidade já sofreu e sofre bastante com as micro e macro guerras que assolam a sua história. Está na hora de os líderes religiosos se unirem pelo bem comum do planeta, promovendo a fraternidade dos homens e das crenças, através de brados de paz.

**Mestre Kuthumi (12 de maio de 2004)**

[www.divinapresenca.com.br](http://www.divinapresenca.com.br)

*Cada um de nós é um espírito indestrutível, porque é criado da própria essência divina e eterna, mas variando conforme a idade sideral. Houve um tempo, ou momento, há séculos, milênios, milhões, bilhões ou trilhões de anos do calendário convencional terrícola, em que começamos a existir como "indivíduos diferenciados" no seio da Criação. Assim, existem, simultaneamente, no Universo, tantos espíritos novos e infantis, como antigos e adultos, mas cuja graduação ou gabarito espiritual depende exatamente do tempo em que eles principiaram a ter noção de existir. Em todos os instantes da Vida, nascem, surgem ou se iniciam novas consciências, isto é, novos espíritos individualizam-se no Universo e adquirem a noção particular de existir, embora continuem vinculados sempre à fonte criadora Divina.*

**Ramatis**

## COZINHAS & ARMÁRIOS

Atenção: Não usamos madeira aglomerada (MDP) - Tudo sob medida

**direto da fábrica**

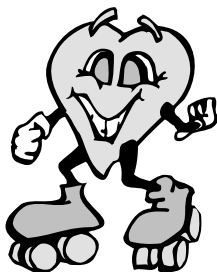
"ZERO" RECLAMAÇÕES  
CONSULTE O PROCON

**40 ANOS**

**FORMIBRIL**  
Design

Tel.: 2577-4877 / 2275-7362  
Av. Jabaquara, 277 - V. Mariana - S. Paulo  
[formibril@formibril.com.br](mailto:formibril@formibril.com.br)  
[www.formibril.com.br](http://www.formibril.com.br)

## CONSELHOS DE UM CARDIOLOGISTA



Quando publiquei estes conselhos em meu site, recebi uma enxurrada de e-mails, até mesmo do exterior, dizendo que isto lhes serviu de alerta. São eles:

1. Não cuide de seu trabalho antes de tudo. As necessidades pessoais e familiares são prioritárias.
2. Não trabalhe aos sábados o dia inteiro e, de maneira nenhuma, trabalhe aos domingos.
3. Não permaneça no escritório à noite e não leve trabalho para casa e/ou trabalhe até tarde.
4. Ao invés de dizer *sim* a tudo que lhe solicitarem, aprenda a dizer *não*.
5. Não procure fazer parte de todas as comissões, comitês, diretorias, conselhos e nem aceite todos os convites para conferências, seminários, encontros, reuniões, simpósios etc.
6. Se dê ao luxo de um café da manhã ou de uma refeição tranquila. Não aproveite o horário das refeições para negócios ou reuniões importantes.
7. Pratique esportes. Faça ginástica, natação, caminhe, pesque, jogue bola ou tênis.
8. Tire férias sempre que puder, você precisa disso. Lembre-se que você não é de ferro.
9. Não centralize todo o trabalho em você, não é preciso controlar e examinar tudo para ver se está dando certo. Aprenda a delegar.
10. Se sentir que está perdendo o ritmo, o fôlego, e pintar aquela dor de estômago, não tome logo remédios, estimulantes, energéticos e antiácidos. Procure um médico.
11. Não tome calmantes e sedativos de todos os tipos para dormir. Apesar de eles agirem rápido e serem baratos, o uso contínuo faz mal à saúde.
12. Por último, o mais importante: permita-se ter momentos de oração, meditação, audição de uma boa música e reflexão sobre sua vida. Isto não é só para crédulos e tolos sensíveis; faz bem à vida e à saúde.

### IMPORTANTE: OS ATAQUES DE CORAÇÃO

Uma nota importante sobre os ataques cardíacos. Há outros sintomas de ataques cardíacos, além da dor no braço esquerdo. Há também, como sintomas vulgares, uma dor intensa no queixo, assim como náuseas e suores abundantes. Pode-se não sentir nunca uma primeira dor no peito, durante um ataque cardíaco. Sessenta por cento das pessoas que tiveram um ataque cardíaco enquanto dormiam não se levantaram. Mas a dor no peito pode acordá-lo de um sono profundo.

Se assim for, dissolva imediatamente duas Aspirinas na boca e engula-as com um bocadinho de água. Ligue para Emergência (192, 193 ou 190) e diga "ataque cardíaco" e que tomou duas Aspirinas. Sente-se numa cadeira ou sofá e force uma tosse, sim, forçar a tosse, pois ela fará o coração pegar no tranco; tussa de dois em dois segundos, até chegar o socorro. NÃO SE DEITE !

Dr. Ernesto Artur - Cardiologista

## Ser Bom

Ser bom é olhar as coisas e as pessoas com os "olhos do amor".

As grandes dificuldades não significam castigos ou punições, mas caminhos preparatórios para se alcançar dentro em breve um bem maior.

A criatura bondosa domina a arte da sinceridade, pois, acima de tudo, é fiel consigo mesma. Por ter desenvolvido uma natureza benevolente, tem aspecto jovial e sociável. Demonstra carinho pelas crianças, aprecia a fauna e a flora, enfim gosta das coisas da Natureza.

Em sua relação com os outros, é uma boa ouvinte, sempre disposta quando pode ser útil, solidária e cordial.

Há uma diferença entre bondade e desatenção às necessidades pessoais. Ser bom não é ter uma vida associada à autonegação ou autonegligência. Nem mesmo ajustar-se obsessivamente às exigências e necessidades dos outros.

Acima de tudo, o bondoso conhece e defende os próprios direitos, ou seja, sabe cuidar de si mesmo.

Entretanto, cuidar de si não quer dizer *eu antes de tudo*, mas com certeza significa *eu também*. A expressão "cuidar de si" não deriva do egoísmo ou do orgulho, mas traduz o dever de amar a criatura que temos responsabilidade de amparar - nós mesmos.

A incapacidade de dizer "não posso", "não concordo", "não sei", "não quero" acarreta ao ser humano a perda de controle da própria vida. Isso, no entanto, não significa que deva dizer "não" a tudo, mas ter o direito de responder com franqueza quando lhe perguntam se gosta ou não de alguma coisa; em outras palavras, deixar o outro saber como ele sente e pensa.

Declarar de forma positiva e direta seus valores e propósitos é preservar sua dignidade e autorrespeito.

Se uma pessoa não for capaz de pronunciar essa simples palavra "não" quando bem quiser, permitirá que outras pessoas a explorem sem parar, afastando-a daquilo que realmente pode e quer fazer.

Muitos de nós ficamos envolvidos numa generosidade compulsiva - atos de bondade motivados por sentimentos de culpa, obrigação, pena e de suposta superioridade moral.

Ser bom é ter compaixão - um ato de elevada compreensão, em que reina a fidelidade consigo mesmo, o autorrespeito, o perdão e a bondade - promovendo a dignidade alheia.

Hammed

# Agenda da Samádhi®

## CURSOS DE REIKI

Associação Brasileira de REIKI

**Mestres: Drs. Claudete França e Thales França**

<b>Nível I</b>	<b>Dia 08 / 02</b> (sábado das 9 às 20 h) <b>Dia 18 / 05</b> (domingo das 9 às 21 h)
<b>Nível II</b>	<b>Dia 07 / 02</b> (sexta-feira das 10 às 20 h) <b>Dia 17 / 05</b> (sábado das 10 às 20 h)
<b>Nível III</b>	<b>Dia 09 / 02</b> (domingo das 10 às 20 h) <b>Dia 16 / 05</b> (sexta-feira das 10 às 20 h)

## **Profissionais da Samádhi**

Marcar hora pelo telefone 5073-0495

**Cârlos Àbib:** Terapeuta Holístico. Harmonização dos Chakras, Calatonia, Massagem (terapêutica e quick), Bioenergética, Reflexologia, Quelação, Aconselhamento Metafísico.

**Nilza Moro da Costa:** Reiki, Massagem Terapêutica, Estética, Cromoterapia, Cursos de Massagem Sueca.

**Djanira Dias da Silva Gama:** Massagem terapêutica (shiatsu, reflexologia).

**Dra. Juliana Delpoio de Araújo:** Fisioterapeuta pós-graduada. Fisioterapia, RPG, RMA, Shiatsu, Drenagem Linfática. Tel.: 9-9521-4173

**Patrícia Isabel Rossi:** Psicoterapia para crianças e adultos (abordagem Junguiana), Cromoterapia, Florais de Bach.

**Maria Lúcia Sene Araújo:** Proprietária da Samádhi, dirige o Grupo Fraternal Amor e Luz. Cursos: Orientação Mediúnica e Autodefesa Psíquica.

**Cida Giannella:** Aulas de Tai-Chi Chuan.

**Maria Luísa Martins de Toledo:** Leitura de Tarô Egípcio. Autoconhecimento, orientação de vida.

**Márcia Fernandes Garbui:** Aulas de Hatha-Yoga.

**Magaly Juarez Abib:** Terapeuta: Florais de Bach.

### **Atividades Constantes na Samádhi:**

ॐ **HATHA YOGA**

**Márcia Garbui**

Terças e Quintas

Das 9:30 às 10:30

Das 19:00 às 20:00

☯ **TAI-CHI CHUAN**

**Cida Giannella**

Terças: 15:00

Quintas: 17:00

Aulas de 1:30 h

## CURSOS DIVERSOS

**AUTODEFESA PSÍQUICA** *Maria Lúcia Sene Araújo*

*“Livre-se de influências negativas, melhore o ambiente à sua volta e permaneça em equilíbrio”.*

**Programa:** Influência e sintonia; identificando e lidando com os processos de influência; repelindo energias intrusas; trocas energéticas nos relacionamentos; perdas energéticas significativas; acionando a própria luz; técnicas de reequilíbrio pessoal; limpeza de ambientes. Apostilado. Duração 12 horas. Próxima data:

Dias 15 e 16 de fevereiro - das 10 às 17 horas

**CROMOTERAPIA BÁSICA** *Moriel Sophia*

**PARTE I - TEORIA:** 1 - CROMOTERAPIA: Conceitos e como surgiu; 2 - Análise do Espectro Eletromagnético e a importância do Espectro Visível (Cores) na Cromoterapia; 3 - Contraindicações; 4 - Cores Complementares e suas aplicações; 5 - Aura Humana; 6 - Chakras.

**PARTE II - CORES:** 1 - As qualidades das CORES; 2 - Aplicações e influências junto à “Aura” e aos Chakras; 3 - Índice simplificado de doenças; 4 - Desenvolvimento da Técnica de Diagnóstico. Apostila e Certificado.

Dias 08 e 09 de março - das 9 às 17 horas

**MASSAGEM SUECA** *Nilza Moro da Costa*

- Histórico da massagem. Básico de Anatomia (ossos, músculos e nervos principais)
- Efeitos no corpo, pele, circulação, metabolismo
- Tipos de manobras utilizadas na massagem
- Reflexologia nos pés e mãos
- Técnicas de massagem por regiões do corpo
- Como iniciar, conduzir e terminar uma massagem. Conselhos, qualidades e posturas do massagista. Apostila, certificado, estágio - Duração: 4 meses

INÍCIO: Dia 10 de março - às 14:30 horas

**TÉCNICAS EM CROMOTERAPIA** *Moriel Sophia*

**PARTE I :** 1 - O CORPO HUMANO: Funcionamento dos aparelhos e órgãos; 2 - Topologia e fisiologia dos órgãos; 3 - Trajetos de aplicação na Cromoterapia.

**PARTE II :** Parte prática, para uma correta aplicação e para uma melhor resposta na CROMOTERAPIA. O uso de aparelho especialmente definido para tais tratamentos. Desenvolvimento da coordenação motora.

Turmas em formação - deixe seu nome

## Libraria Samádhi

*O Livro Certo para você.*

*O presente inesquecível.*

CDs, DVDs, Incensos, Anjos, Gravuras  
Velas, Artigos Esotéricos, Aromatizadores

## A Fantástica Sabedoria Indígena

Seremos conhecidos para sempre pelas pegadas que deixamos.

*Provérbio Dakota*

Não ande atrás de mim, talvez eu não saiba liderar. Não ande na minha frente, talvez eu não queira segui-lo. Ande ao meu lado, para podermos caminhar juntos.

*Provérbio Ute*

No dia do seu nascimento, você chorou e o mundo se alegrou. Viva sua vida de modo que, no dia da sua morte, o mundo chore e você se alegre.

*Provérbio Cherokee*

Quando nós mostramos o nosso respeito por outros seres vivos, eles respondem com respeito por nós.

*Provérbio Arapaho*

O que é vida? É a luz de um vaga-lume na noite; é o sopro de um búfalo no inverno; é a pequena sombra que corre pela grama e se perde com pôr do sol.

*Provérbio Blackfoot*

Quando compreendermos profundamente a verdade dos nossos corações, saberemos louvar, amar e agradecer ao Grande Espírito.

*Provérbio Sioux*

Não basta falar sobre a paz, é preciso pensar, sentir, agir e viver em paz.

*Provérbio Shenandoah*

Trace o seu caminho, sinta satisfação em saber que o final do arco-íris que você tem procurado pode ser encontrado no dedão do pé em seu sapato, após perceber quem nós somos e o que nós temos.

*Chefe John "Eagle Spirit"*

Quanto mais esperto o homem se julga, mais precisa de proteção divina para defender-se de si mesmo.

*Provérbio Seneca*

Somente após a última árvore ser cortada; somente após o último rio ser envenenado; somente após o último peixe ser pescado; somente então o homem descobrirá que dinheiro não pode ser comido.

*Provérbio Cree*

Aprenda como deter o julgamento; aprenda a escutar; entre em contato com seu próprio eu interior; olhe para a vida com alegria e jamais chore por algo que não pode chorar por você.

*Cheewa James - Modoc*

Que meus inimigos sejam fortes e bravos para que eu não sinta remorsos ao derrotá-los.

*Provérbio Sioux - Clã dos Lobos*

Os índios nos deixaram um enorme legado de sabedoria. Um legado que tem por base a vivência com pureza e simplicidade, além de um senso incomum de justiça, com organização social e respeito pelo ser humano, pelos animais e pela natureza.

## Um Homem Inteligente Falando das Mulheres

O desrespeito à natureza tem afetado a sobrevivência de vários seres e entre os mais ameaçados está a fêmea da espécie humana. Tenho apenas um exemplar em casa, que mantenho com muito zelo e dedicação, mas na verdade acredito que é ela quem me mantém. Portanto, por uma questão de autosobrevivência, lanço a campanha "Salvem as Mulheres".

Tomem aqui os meus poucos conhecimentos em fisiologia da feminilidade a fim de que preservemos os raros e preciosos exemplares que ainda restam:

**Habitat:** Mulher não pode ser mantida em cativeiro. Se for engaiolada, fugirá ou morrerá por dentro. Não há corrente que as prenda e as que se submetem à jaula perdem o seu DNA. Você jamais terá a posse de uma mulher, o que vai prendê-la a você é uma linha frágil que deve ser reforçada diariamente.

**Alimentação correta:** Ninguém vive de vento. Mulher vive de carinho. Dê-lhe em abundância. É coisa de homem, sim, e se ela não receber de você vai pegar de outro. Beijos matinais e um "eu te amo" no café da manhã as mantém viçosas e perfumadas durante todo o dia. Um abraço diário é como a água para as samambaias. Não a deixe desidratar. Pelo menos uma vez por mês é necessário, senão obrigatório, servir um prato especial.

**Flores:** Também fazem parte de seu cardápio. Mulher que não recebe flores murcha rapidamente e adquire traços masculinos como rispidez e brutalidade.

**Respeite a natureza:** Você não suporta TPM? Case-se com um homem. Mulheres menstruam, choram por nada, gostam de falar do próprio dia, discutir a relação... Se quiser viver com uma mulher, prepare-se para isso.

**Não tolha a sua vaidade:** É da mulher hidratar mechas, pintar unhas, passar batom, gastar o dia no salão de beleza, colecionar brincos, comprar sapatos, ficar horas escolhendo roupas no shopping.

**Cérebro feminino não é um mito:** Por insegurança, a maioria dos homens prefere não acreditar na existência do cérebro feminino. Por isso, procuram aquelas que fingem não possuí-lo (e algumas realmente o aposentaram!). Então, aguente mais essa: Mulher sem cérebro não é mulher, mas um mero objeto de decoração. Se você se cansou de colecionar bibelôs, tente relacionar-se com uma mulher. Algumas vão lhe mostrar que têm mais massa cinzenta do que você. Não fuja dessas, aprenda com elas e cresça. E não se preocupe, ao contrário do que ocorre com os homens, a inteligência não funciona como repelente para as mulheres.

**Não faça sombra sobre ela:** Se você quiser ser um grande homem tenha uma mulher ao seu lado, nunca atrás. Assim, quando ela brilhar, você vai pegar um bronzeado. Porém, se ela estiver atrás, você vai levar um pé-no-traseiro.

**Aceite:** Mulheres também têm luz própria e não dependem de nós para brilhar. O homem sábio alimenta os potenciais da parceira e os utiliza para motivar os próprios. Ele sabe que, preservando e cultivando a mulher, ele estará salvando a si mesmo.

E meu amigo, se você acha que mulher é caro demais, vire gay. Só tem mulher quem pode!

*Drauzio Varella*



Na Web!

Arquivo  
PDF

JORNAL "LUZ MAIOR"

www.samadhi.com.br

GRUPO FRATERO  
AMOR E LUZ

4ª feira 14:30 ou 19:30

Cromoterapia - Palestra  
Passes - Entrada Franca