LUZ MAIOR

Uma publicação da

Samádhi® - Livraria e Espaço Alternativo

Rua Diogo Freire, 275 Tel.: (11) 5073-0495 / 5073-7205

www.samadhi.com.br livrariasamadhi@terra.com.br

São Paulo, 21 de setembro de 2015 Ano XII - Número 62 **Distribuição Gratuita**

A RESISTÊNCIA DO VELHO E AS MUDANÇAS

Shiva *é um dos deuses da trindade hinduísta. Chamado de Transformador, participa da trindade com Brahma, "o Criador", e Vishnu, "o Preservador". Na tradição hindu, Shiva é o destruidor, que destrói para construir algo novo, motivo pelo qual muitos o chamam de "renovador". O tridente de Shiva é o "trishula". Com essa arma ele destrói a ignorância nos seres humanos. No Cristianismo, a Trindade é formada pelo Pai (o Criador), o Filho (o que sustenta) e o Espírito Santo (o que transforma).*

Se analisarmos outras tradições religiosas, veremos que sempre há referências à evolução através de crises, momentos de total renovação. Para que as mudanças aconteçam, os padrões anteriores precisam ser substituídos por novos valores, mais avançados do que os anteriores. Cada vez que um avatar encarna, traz uma nova maneira de ver a vida. Foi assim com Moisés, que nos trouxe os dez mandamentos. Foi assim com Jesus, que, entre tantos ensinamentos, substituiu a Lei Mosaica do "olho por olho" pelo Amor e o Perdão. E ficaríamos aqui horas citando grandes transformadores que conduziram a humanidade a uma nova ordem, renovando os valores.

No entanto, a grande dificuldade encontrada nos períodos de renovação é a resistência à mudança. Os velhos conceitos e hábitos são tão arraigados que transformá-los é tarefa hercúlea.

Jesus, para impulsionar a divulgação da nova ordem, iluminou seus apóstolos com a descida do Espírito Santo. Essa Luz abriu as consciências daqueles homens para que compreendessem a mensagem do Evangelho. Podemos dizer que em cada um deles o homem velho foi destruído para surgir homem novo.

Dois mil anos se passaram desde o advento de Cristo. Grande parte da humanidade ainda resiste com seu "homem velho", impedindo as mudanças necessárias. Amor e Perdão ainda são virtudes pouco praticadas em nosso mundo. Os preconceitos permanecem, o ódio reina nas disputas acirradas em todos os campos: pelo poder, por território, por descobertas científicas, por raças, por crenças, etc.

A humanidade precisa passar por mudanças urgentemente. O velho será destruído, se não pela compreensão e a aceitação, pela dor e o sofrimento que resultam das escolhas equivocadas.

Diz o ditado: "Quem semeia vento, colhe tempestade". Estamos semeando egoísmo, ódio, intolerância, pessimismo, revolta, destruição. O que colheremos?

Precisamos desenvolver compaixão, amor, disciplina mental, fraternidade e abrir mão das resistências. Só assim substituiremos o velho e um novo mundo de Amor e Paz poderá surgir.

Maria Lúcia Sene Araújo

Buda não era budista...
Jesus não era cristão...
Maomé não era muçulmano...
Eles eram Mestres que ensinavam Amor.
O Amor era a Sua religião!

Nesta Edição:

A RESPOSTA DO BEM	2
SAUDADES DOS QUE SE FORAM	3
ORAÇÕES E APELOS	4
TUDO ACONTECE PELO MELHOR	5
VITAMINA D	6
PALESTRAS E CURSOS: Agenda	7
MENSAGENS	8

Pontos especiais de interesse:

- A Lenda do Colar 5
- Nossos Profissionais 7
- Feira de Artesanato 8

A Resposta do Bem

Trabalho na seara espírita há muitos anos. No exercício da mediunidade percebo que a cada dia aprendo mais e descubro o quanto ainda preciso crescer.

Passei por várias etapas nessa jornada de evolução. Nos primeiros tempos, bastante desequilibrada, a única preocupação era como lidar com as sensações a que me sentia exposta, como não ser uma "esponja" nos ambientes carregados. Precisei educar a mediunidade, estudar os fenômenos, amadurecer no estudo do Evangelho e da doutrina de Allan Kardec.

Num segundo momento, alguns anos depois, muitos livros lidos, muitos trabalhos realizados, entrei na fase "agora sei o suficiente". Ledo engano! Passada a euforia da vaidade, do ego inflado, comecei a perceber que tudo era relativo, que não havia "verdades imutáveis", que estava longe de ser considerada "evoluída".

Como é difícil mudar, sair das certezas teóricas e encarar a realidade na prática. Lidando com intrincados processos de perturbação espiritual, nos trabalhos de desobsessão, percebi que estava nadando na superfície, enxergando apenas a pontinha do iceberg.

Entrei então no terceiro momento. Senti-me impotente, incapaz de lidar com os casos mais complexos, despreparada e ignorante. Havia muito mais coisas nas regiões afastadas da luz do que eu seria capaz de pensar. Deixei-me conduzir pelo medo, pela dúvida, e quase desisti do serviço fraterno. Essa fase foi muito difícil, pois o verdadeiro inimigo ainda era o meu ego. Continuava repetindo: Eu não vou dar conta, eu não sei realmente com o que estou lidando, eu não me sinto preparada para tudo isso - eu, eu, eu.....

Nesse período, orei e pedi muito para que uma luz se fizesse e o trabalho continuasse. Como diz o Evangelho, "Pedi e obtereis". Durante os trabalhos, espíritos socorristas amorosos começaram a trazer mensagens e orientações. Falavam pouco, esclareciam algo que ficara pendente, eram concisos e objetivos. As palavras eram gotas de luz clareando o caminho. Entendi que a primeira providência era sair do ego. Era necessário compreender o papel do médium como colaborador e aprendiz. Senti que esperavam de mim boa vontade, espírito de cooperação e humildade. A cada trabalho, uma nova ideia, sugerindo um campo de estudo. Estudar sempre. Empenhar-se na reforma íntima. Ah, esse reforma íntima! Tão falada, tão pedida, tão pouco compreendida!

Hoje estou no momento confiança. Abri mão do controle, parei de achar que estou no comando. Aceitei finalmente Deus. Antes, eu pensava que acreditava em Deus. Hoje não *penso* - *Sei* que acredito e confio em Deus. Por mais difícil que a situação se apresente, fico serena. Faço o que sei, da melhor maneira que posso. Entendi que se Deus me traz o serviço e confia em mim, quem sou eu para duvidar? Saí da vaidade intelectual e me abri para receber instruções. E, acima de tudo, confio totalmente na Sabedoria Divina.

Revendo os conceitos do Evangelho, entendi melhor as propostas de Jesus. A única força capaz de transformar, elevar, curar, é o Amor. Não há necessidade de um discurso doutrinário cheio de palavras estudadas. Estou aprendendo a falar com o coração, vibrar amor, respeito, tolerância.

Os amigos espirituais pediram para abolir os termos *obsessor* e *desobsessão*. Substituímos por *companheiros de evolução* e *esclarecimento espiritual*. Somos orientados a ser claros, objetivos, despertando naqueles que chegam para o diálogo a consciência da própria situação. Em nenhum momento devemos perder a calma ou nos intimidarmos com ameaças. Quando não soubermos o que dizer, silenciamos e oramos. O poder da prece sincera em favor daqueles que necessitam é impressionante. Lembramos de Jesus que disse "Pai, perdoa-os, eles não sabem o que fazem".

Recentemente, recebemos preciosa lição. Um grupo de trabalho que se esquece do "orai e vigiai", abre brechas para que forças contrárias organizem um ataque, visando dispersar os trabalhadores. É comum que espíritos afastados da consciência do bem vejam os grupos de trabalhadores como inimigos, como pessoas que querem interferir em suas atividades, prejudicando-os. Quando isso acontece, temos casos complexos de perturbação, pois fios energéticos são ligados aos membros do grupo, potencializando as fraquezas de cada um (preguiça, maledicência, pensamento negativo, revolta, vaidade, prepotência, arrogância, etc.).

Além de identificarmos essas fraquezas e procurarmos reeducá-las, os mentores nos ensinaram a usar esses fios energéticos para um trabalho de liberação.

Aprendemos a vibrar amor do fundo de nosso coração, pois aqueles que nos veem como inimigos perceberão que não estamos contra eles, mas a favor deles.

Vibrando amor e orando, pedimos a Deus que uma luz percorra esses fios energéticos a partir de nós até chegar naqueles que os emitiram ou no local de onde eles partiram, levando esse amor. Unidos na mesma oração, todos do grupo visualizam essa luz transmutando essa energia e levando aos emissores consciência, transformação e bálsamo para seu sofrimento.

Aprendemos também que muitos que hoje tentam nos impedir de exercer a atividade mediúnica foram por nós prejudicados de alguma forma em existências anteriores. Junto com a emissão de amor, pedimos perdão por qualquer coisa que tenhamos feito, mesmo que não nos lembremos disso hoje. Emitimos luz azul para limpar, verde para curar e violeta para transmutar. Essa vibração desfaz as ligações mal intencionadas, e ao mesmo tempo socorre aqueles que se encontram ainda distanciados do amor.

É a resposta do Bem, apagando a ilusão do mal.

Maria Lúcia Sene Araújo

FICHA TÉCNICA

Responsáveis pela edição de Luz Maior:

Maria Lúcia Sene Araújo e toda a Equipe da Samádhi
Integrantes do Grupo Fraterno Amor e Luz
Diogo Freire, 275 Jardim da Saúde Tel.: 5073-0495
www.samadhi.com.br

Saudades dos que se foram

Aos familiares e amigos que ficam:

Lágrimas de saudade não prejudicam quem parte. O que prejudica, dificulta o desligamento, perturba o espírito que parte é revolta, blasfêmia contra Deus.

Evitar roupas escuras, ambientes taciturnos, pois estes comportamentos somente geram medo e maior dor aos envolvidos. Não é a cor da roupa que revela sofrimento, respeito ou ajuda e sim, oração sincera.

Velas e flores são exteriorizações de sentimentos, Não fazem mal, mas não ajudam o desencarnado. O que ajuda são orações, o amor sincero, bons pensamentos, fé e certeza da continuidade da vida.

Como cada Ser tem um período de adaptação e um nível de evolução e compreensão do novo estado, convém esperar um tempo após o desencarne, para doar e se desfazer dos pertences pessoais daquele que partiu. Em casos explícitos de pessoas desprendidas da matéria, espiritualizadas, este tempo não é necessário, sendo, muitas vezes, a vontade expressa daquele que se foi.

TODOS OS ESPÍRITOS SÃO AUXILIADOS. NENHUM FILHO DE DEUS FICA DESAMPARADO. Mesmo os que tiveram uma vida encarnada desregrada, desde que sinceramente busquem auxílio.

VISITA AO TÚMULO: A visita apenas expressa que lembramos do amado ausente. Mas não é o lugar, objetos, flores e velas que realmente importam. O que importa é a intenção, a lembrança sincera, o amor e a oração. Túmulos suntuosos não importam e não fazem diferença para quem parte.

ORAÇÃO SINCERA AQUIETA A ALMA E ELEVA O PADRÃO VIBRATÓRIO. CRIA UM ESTADO INTIMO DE SERENIDADE FACILITANDO O DESPRENDIMENTO E A ENTRADA TRANQUILA NO MUNDO ESPIRITUAL.

A VIDA CONTINUA SEMPRE!

NOSSOS AMADOS NÃO ESTÃO MORTOS. APENAS AUSENTES TEMPORARIAMENTE.

O Verdadeiro amor independe da presença. Por isso é eterno e une todas as pessoas que o partilham.

APRENDAMOS A VIVER. PARA APRENDER A MORRER. TEMOS UM CORPO FÍSICO PARA NOSSA CAMINHADA DE APRENDIZADO NA TERRA. MAS SOMOS MAIS QUE UM COMPACTO DE CARNE. SOMOS ESPÍRITOS ETERNOS, QUE VIVEM PARA SEMPRE!

"NA CASA DE MEU PAI TEM MUITAS MORADAS"

Jesus Cristo

(desconheço o autor)

Viva na alegria, no amor,
mesmo entre os que odeiam.
Viva na alegria, na saúde,
mesmo entre os angustiados.
Viva na alegria, na paz,
mesmo entre os atormentados.
Olhe para dentro de você, fique calmo.
Livre-se do medo e do apego,
conheça a doce alegria do caminho.

Buda

Para Vencer o Mal

"Não te deixes vencer pelo mal, mas vence o mal com o bem" Paulo (Romanos, 12:21)

Muita gente, quando não se mostra positivamente inclinada à vingança perante o mal que recebe, demonstra atitudes de hostilidade indireta, como seja o favor adiado, o fel da reprovação de permeio com o mel do elogio, o deliberado esquecimento quando se trate da honra ao mérito ou a diminuição do entusiasmo na prestação de serviço em favor da pessoa menos simpática...

Entretanto, para vencer o mal não basta essa "meia bondade", peculiar a quantos se devotam à desculpa cortês sem adesão do campo íntimo... Todas as nossas manifestações que acusem essa ou aquela percentagem de mal, são sempre plantações do mal, gerando insucesso e desgosto contra nós mesmos.

O Evangelho é claro na fórmula apresentada para a extinção do flagelo. Para que estejamos libertos da baba sinistra do antigo dragão que trava o progresso da Humanidade, é indispensável guardemos paciência contra as suas investidas, procurando esquecê-lo, perdoá-lo e fazer-lhe o bem tanto quanto nos seja possível, porque o bem puro é a única força capaz de desarmar-lhe as garras inconscientes.

Não nos esqueçamos de que, para anular a sombra noturna, não basta arremeter os punhos cerrados contra o domínio da noite: É preciso acender uma luz.

Do Livro "Palavras de Vida Eterna"
Francisco Cândido Xavier - Pelo espírito Emmanuel

_A_M_I_Z_A_D_E_

O vosso amigo é a resposta às vossas necessidades.

Ele é o campo que cultivais com amor e colheis com gratidão. E é o vosso apoio e o vosso abrigo. Pois ides até ele com fome e procurai-o para terdes paz.

Quando o vosso amigo fala livremente, vós não receais o "não", nem retendes o "não".

E quando ele está calado o vosso coração não deixa de ouvir o coração dele; pois na amizade, todos os pensamentos, todos os desejos, todas as esperanças nascem e são partilhadas sem palavras, com alegria.

Quando vos separais de um amigo não fiqueis em dor, pois aquilo que mais amais nele tornar-se-á mais claro com a sua ausência, tal como a montanha, para quem a escala, é mais nítida vista da planície.

E não deixeis que haja outro propósito na amizade que não o aprofundamento do espírito. Pois o amor que só procura a revelação do seu próprio mistério, não é amor, mas uma rede lançada que só apanha o que não é essencial.

E deixai que o que de melhor há em vós seja para o vosso amigo. Já que ele tem de conhecer o refluxo da vossa maré, que conheça também o seu fluxo.

Pois para que serve o vosso amigo se só o procurais para matar o tempo? Procurai-o também para viver.

Pois ele vos preencherá os desejos, mas não o vazio.

E na doçura da amizade que haja alegria e a partilha de prazeres. Pois é nas pequenas coisas que o coração encontra a frescura da sua manhã.

Gibran Khalil Gibran - do Livro "O Profeta"

Prece ao Amanhecer

Pai Nosso, que me concede a oportunidade de recomeçar a cada manhã, abençoa esse dia que se inicia. Fortalece meu Espírito para que a serenidade possa ser minha companheira no decorrer das horas que estão por vir. Acalma minhas dúvidas, para que eu não propague a aflição e apague a chama da fé do meu coração.

Pai, abraça meu físico, cansado e enfraquecido, banhando-me com o seu amor, único remédio capaz de restituir minhas forças. Auxilia-me a trabalhar pelo sustento material, mas sem esquecer-me de perseverar pelo meu crescimento espiritual.

Que nos ambientes onde haja tumulto, eu possa ser envolvido pela Sua paz, não permitindo que a raiva me contamine e me arraste ao encontro das sombras. Que eu aprenda a calar ao invés de guerrear. Que possa enfrentar as dificuldades, que por ventura me aguardam nesse dia, com plena certeza de que o Senhor estará iluminando meus passos.

Caso encontre adversários na minha caminhada, que eu sinta a Sua mão a me guiar e confiante prossiga adiante, reconhecendo que ao Seu lado nada hei de temer. Se no decorrer dos minutos a tristeza se aproximar, que eu não perca tempo a abastecer o desânimo, mas busque encontrá-Lo para um diálogo sincero.

E sei que estará pronto para me ouvir… E desse encontro, que eu absorva as inspirações celestiais para vencer a escuridão que me cega e visualizar outros horizontes.

Que eu aprenda a enxergar meu semelhante com os olhos da fraternidade, reconhecendo que, assim como eu, ele também traz fragilidades a superar e talentos a desenvolver.

Que pelas estradas que hoje terei que atravessar, possa senti-Lo em cada curva, ensinando-me sobre o perdão, a resignação, a misericórdia e acima de tudo, sobre a eterna chance de renovação espiritual.

E em reflexão, que eu possa reconhecer os erros do passado, sem me amarrar a eles, mas fazendo desse momento de meditação, o ponto de partida para minha regeneração.

Se as vitórias almejadas não vierem, Senhor, sustenta-me! E, através da Sua luz, eu tenha alento para prosseguir, reconhecendo que os Seus desígnios são os melhores para o progresso do meu Espírito. E se hoje não consigo entender, amanhã, mais amadurecido espiritualmente, compreenderei…

Senhor, derrama sobre mim o Seu amor! Ah, o Amor, Chama Divina que toda escuridão dissipa! Que alivia as dores morais e físicas! Que traz novas esperanças! Pai, sinto-me envolvido pelo Seu amor, que invade meu ser e tanto me conforta.

Assim, protegido, abro a porta da minha alma e saio para enfrentar a vida, encarando-a como Seu Filho nos ensinou: vida em abundância.

No dia de hoje viverei sentindo Sua proteção amorosa e, independente dos rumos trilhados, das pedras encontradas, não cruzarei os braços, mas sim, seguirei a também espalhar a semente do amor. Enxugarei as minhas lágrimas servindo… Servindo e amando!

E o trabalho pelo Seu Amor irá me elevar a novas alvoradas. Porque a semente do amor produz os bons frutos que alimentam o espírito. E hoje encontro-me abastecido por esse amor… Agora é hora de pegar no arado, confiante, perseverante e ciente de que o amparo do Alto jamais cessará.

Pai Nosso, que estais no céu e em todo lugar, santificado seja o vosso nome, a vossa misericórdia, o vosso amor, venha a nós a vossa luz salvadora, despertando em nosso íntimo o seu Reino, seja feita a sua vontade, elevando nosso Espírito ao caminho do bem.

Sustenta-nos nas batalhas do dia a dia, alimentando-nos com o pão da vida. Perdoai as nossas dívidas, mostrando-nos a cada momento o caminho da nossa regeneração. E que, transformados, possamos também levar a Sua compaixão, socorrendo e amando.

Pai, sustenta-nos em cada travessia, fortalecendo-nos diante das provas, libertando-nos das tentações e sendo o nosso escudo protetor contra qualquer mal.

Que assim as Suas bênçãos permaneçam sobre toda nossa existência!

http://thesecret.tv.br/2014/11/prece-ao-amanhecer

Oração da Criança

Emmanuel

Amigo:

Ajuda-me agora, para que eu te auxilie depois.

Não me relegues ao esquecimento, nem me condenes à ignorância ou à crueldade.

Venho ao encontro de tua aspiração, do teu convívio, de tua obra...

Em tua companhia estou na condição da argila nas mãos do oleiro.

Hoje, sou sementeira, fragilidade, promessa...

Amanhã, porém, serei tua própria realização.

Corrige-me, com amor, quando a sombra do erro envolve-me o caminho, para que a confiança não me abandone.

Protege-me contra o mal.

Ensina-me a descobrir o bem, onde estiver.

Não me afastes de Deus e ajude-me a conservar o amor e o respeito que devo às pessoas, aos animais e às coisas que me cercam.

Não me negues tua boa vontade, teu carinho e tua paciência.

Tenho tanta necessidade do teu coração, quanto a plantinha tenra precisa de água para prosperar e viver.

Dá-me tua bondade e dar-te-ei cooperação.

De ti depende que eu seja pior ou melhor amanhã.

Antologia da Criança - Francisco Cândido Xavier

Tudo acontece para o melhor

Certo príncipe, depois da morte do pai, herdou o reino e uma grande fortuna em ouro. Isso ele gostou bastante. O que ele não via com bons olhos era o fato de ter herdado também um velho ministro de seu pai, que estava sempre tão sério quanto um velho gato; sua presença era o suficiente para dissipar o alegre espírito do rei e de seus companheiros. Além disso, o velho ministro tinha o hábito de murmurar constantemente: "Tudo o que acontece, acontece para o melhor, se soubermos como aceitá-lo".

Isso irritava profundamente o rei: - Como é possível que um forte resfriado ou uma queda de cavalo possa "o melhor"? - perguntava ele a seus confidentes e dizia: - A lógica do ministro. através do longo uso, tornou-se tão embotada como sua cabeça velha e calva e, assim, é inclinado a aceitar tudo o que vem, sem protestar, afirmando para si mesmo que tudo acontece para o melhor!

Mas o rei não podia permitir que ele permanecesse tão simplório. Concluiu que algum evento excitante, tal como um passeio estimulante na floresta, seria bom para arejar a cabeça do velho companheiro de seu pai. Assim, um dia pediu ao ministro que se juntasse a ele na caravana que iria caçar. - "Muito bem", disse o ministro como sempre.

Parecia que não seria um dia muito auspicioso. Nuvens pesadas e escuras surgiram no horizonte. O príncipe pensou que elas seriam varridas pelo vento, mas justamente quando estavam na floresta, um forte vendaval partiu o galho de uma grande árvore que veio caindo, caindo, até desabar sobre o próprio rei. Felizmente, ele escapou com apenas um pequeno corte na testa. Não obstante, gritou de horror.

O ministro, no entanto, sorriu e consolou o rei dizendo: - Não fique perturbado, meu jovem senhor! O que acontece, acontece para o melhor! - e acrescentou: Tudo o que tem que fazer é aceitar todas as coisas no espírito certo. Nunca antes estas palavras tinham soado tão sinistras como então. O rei tremeu de raiva e ordenou a seus homens para amarrar o ministro e jogá-lo dentro de um buraco e gritou ironicamente alegre: O que acontece, acontece para o melhor, não é? Agora prove a sua teoria. Adeus!

O rei e seus homens não tinham andado muito quando um temporal desabou, seguido de um pesado aguaceiro. Algumas árvores, abatidas por raios, caíam diante do grupo. Em pânico, os homens correram na confusão, deixando o rei sozinho.

De repente, o rei foi cercado por uma gangue de bandidos. Nas profundezas da selva, a gangue tinha a sua própria crença e seus costumes. E dentre estes costumes, eles tinham o estranho hábito de sacrificar um ser humano no altar da divindade deles, num certo dia do ano. E este dia tinha chegado! O rei tentou escapar, mas não tinha forças para enfrentar sozinho os marginais. Foi capturado e levado para o santuário deles. Estava para perder a vida, quando os bandidos observaram a ferida em sua testa. Desapontados, mandaram-no embora, pois os rituais exigiam que o homem a ser sacrificado não tivesse uma única ferida em seu corpo. Logo a chuva parou, O rei descobriu que estava no coração da floresta e tentou se orientar para achar o caminho. Quando seus homens finalmente o encontraram, estava atordoado e muito faminto. Grande foi a alegria de todos. O rei, exausto, sentou-se numa rocha e mandou alguns de seus homens libertarem o ministro. Logo o velho surgiu calmo como sempre. O rei o abraçou e, em lágrimas, disse:

- Ó meu sábio ministro, agora compreendo a verdade de suas palavras. Teria sido morto se não fosse a ferida na minha testa. Pode perdoar-me pelo desrespeito que tive por você?

- Esteja certo, meu senhor, que o que quer que aconteça, acontece sempre para o melhor. Eu vi os bandidos, mas eles não podiam me ver porque estava no buraco. Se tivessem me visto, teriam me levado e agora minha cabeça e tronco não estariam mais juntos...

Conto Hindu

A Lenda do Colar

Li certa vez uma lenda, que não sei quem escreveu, mas que me fez muito bem. Dizia que um rei tinha dado à sua filha, a princesa, um belo colar de diamantes. Mas o colar foi roubado e as pessoas do reino procuraram por toda a parte sem conseguir encontrá-lo. Alguém disse ao rei que seria impossível encontrá-lo, porque um pássaro o teria levado fascinado por seu brilho. O rei, desesperado, ofereceu grande recompensa para quem o encontrasse.

Um dia, um rapaz caminhava de volta para casa ao longo de um lago sujo e mal cheiroso. Enquanto andava, o rapaz viu algo brilhar no lago e quando olhou viu o colar de diamantes. Tentou pegá-lo, pôs sua mão no lago imundo e agarrou o colar, mas não conseguiu segurá-lo, o perdeu. No entanto, o colar continuava lá no mesmo lugar, imóvel. Então, desta vez ele entrou no lago, mesmo sujo, e afundou seu braço inteiro para pegar o colar; mas não conseguiu de novo, o colar escapava-lhe.

Saiu, sentou e pensou de ir embora, sentindo-se deprimido. Mas, de novo ele viu o colar brilhando. Decidiu agora mergulhar no lago, embora fosse sujo. Seu corpo ficou todo sujo, mas ainda assim não conseguiu pegar o colar. Ficou realmente aturdido e saiu, sentou-se às margens do lago, pensativo... que mistério!

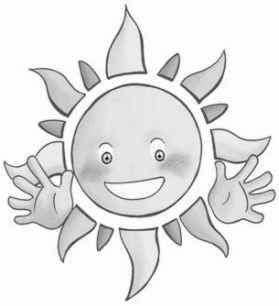
Um velho que passava por ali o viu angustiado, e perguntou-lhe o que havia. O rapaz não quis contar, com medo de perder a recompensa. Mas o velho insistiu e prometeu que não contaria para ninguém e não o atrapalharia. O rapaz, dando o colar por perdido, contou tudo. Disse que tentou pegá-lo, mas fracassou. O velho então disse que talvez ele devesse "olhar para cima", em direção aos galhos da árvore, em vez de olhar para o lago imundo. O rapaz olhou para cima e, para sua surpresa, o colar estava pendurado no galho de uma árvore. Tinha o tempo todo tentado capturar um simples reflexo do colar...

A felicidade material é como o colar brilhante no lago deste mundo: É um mero reflexo da felicidade verdadeira do mundo espiritual. É melhor "olhar para cima", em direção a Deus, que é a fonte da felicidade real, do que ficar perseguindo o reflexo no mundo material. A felicidade espiritual é a única que pode nos satisfazer completamente. "O homem passa como uma sombra, é em vão que ele se agita; amontoa sem saber quem recolherá" (Sl 38,7)

Prof. Felipe Aquino

VITAMINA D

A CURA PROIBIDA



A vitamina D evita depressão, osteoporose, câncer da próstata, câncer da mama e até mesmo efeitos do diabetes e obesidade. A vitamina D é talvez o nutriente mais subestimado no mundo da nutrição.

Isso é provavelmente porque é "gratuita": seu corpo a produz quando a luz solar atinge a sua pele. As empresas farmacêuticas não podem lhe vender a luz solar, por isso não há promoção dos seus benefícios à saúde. A maioria das pessoas não sabe destes fatos verdadeiros sobre a vitamina D:

1. A vitamina D é produzida pela pele em resposta à exposição à radiação ultravioleta da luz solar.

2. Os saudáveis raios de luz solar natural que geram a vitamina D em sua pele não atravessam o vidro e, por isto, seu organismo não produz vitamina D quando você está no carro, escritório ou em sua casa.

3. É quase impossível conseguir quantidades adequadas de vitamina D a partir da dieta. A exposição à luz solar é a única maneira confiável para seu corpo dispor de vitamina D.

4. Seria necessária a ingestão diária de dez copos grandes de leite enriquecido com vitamina D para obter os níveis mínimos necessários de vitamina D.

5. Quanto maior a distância da linha do equador e o lugar onde você vive, maior será a exposição ao sol necessária para gerar vitamina D. Canadá, Reino Unido, a maior parte dos EUA estão longe do equador e maior parte do Brasil está perto do equador.

6. Pessoas com a pigmentação escura da pele podem precisar de 20-30 vezes mais exposição à luz solar do que pessoas de pele clara para gerar a mesma quantidade de vitamina D. Por isto, também, o câncer de próstata é muito frequente entre homens negros - é a simples deficiência generalizada de luz solar.

7. Níveis suficientes de vitamina D são essenciais para a absorção de cálcio nos intestinos. Sem vitamina D suficiente, seu corpo não pode absorver o cálcio, tornando os suplementos de cálcio inúteis.

8. A deficiência crônica de vitamina D não pode ser revertida do rapidamente. São necessários meses de suplementação de vitamina D e de exposição à luz solar para "reconstruir" os ossos e o sistema nervoso.

9. Mesmo filtros solares fracos (FPS = 8) bloqueiam em 95% a capacidade do seu corpo de gerar vitamina D. É por isto que o uso constante de protetores solares provoca deficiência crítica de vitamina D.

10. A exposição à luz solar não gera a produção excessiva de vitamina D em seu corpo, porque ele se autorregula e produz apenas a quantidade que necessita.

11. Se a pressão firme do seu osso esterno dói, você pode estar sofrendo de deficiência crônica de vitamina D.

12. A vitamina D é "ativada" pelos rins e fígado, antes de ser usada pelo organismo e, por isto, doenças renais ou hepáticas podem prejudicar muito a ativação da vitamina D circulante.

13. A indústria de protetores solares não quer que você saiba da necessidade de exposição ao sol, porque esta revelação significaria a queda nas vendas de seus produtos.

14. A vitamina D é um poderoso "remédio" que o seu próprio corpo produz inteiramente de graça e sem necessidade de prescrição médica!

15. Algumas substâncias denominadas *antioxidantes* aceleram muito a capacidade do organismo para lidar com luz solar, sem que ela nos provoque danos e permitem que você fique exposto ao sol duas vezes mais tempo e sem danos. Um exemplo de tais antioxidantes é a astaxantina, poderoso "filtro solar interno". Outras fontes de antioxidantes similares são algumas frutas (açaí, romã, mirtilo etc.), algumas algas e alguns crustáceos do mar (camarão, "krill", etc.)

Entrevistados: Dr. Ítalo Rachid, Dr. Joseph Mercola, Dr. Antônio Carlos Minuzzi

FONTE: http://www.puravida.com.br/artigos-do...
Publicado em 07/07/2013

COZINHAS & ARMÁRIOS

direto da fábrica

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

"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
www.formibril.com.br

Desista para ser feliz

Desista da necessidade de estar sempre certo.
Desista da necessidade de controlar.
Desista de culpar.
Desista do diálogo interno autodestrutivo.
Desista das queixas.
Desista da sua necessidade de impressionar os outros.
Desista da resistência às mudanças.
Desista de rotular.
Desista de seus medos.
Desista das suas desculpas.
Desista do passado.
Desista dos apegos.
Desista de viver sua vida segundo as expectativas das outras pessoas.
Desista de se autojustificar.

CURSOS DE REIKI

Associação Brasileira de REIKI

Mestres: Drs. Claudete França e Thales França

Setembro: **Nível I - 26 / 09** (sábado das 10 às 19 h)
Nível II - 27 / 09 (domingo das 10 às 19 h)
Nível III - 25 / 09 (sexta-feira das 10 às 19 h)

Novembro: **Nível I - 21 / 11** (sábado das 10 às 19 h)
Nível II - 20 / 11 (sexta-feira das 10 às 19 h)
Nível III - 22 / 11 (domingo das 10 às 19 h)

Atividades Constantes na Samádhi:

ॐ HATHA YOGA	☯ TAI-CHI CHUAN
Márcia Garbui	***Cida Giannella***
Terças e Quintas	Terças: 15:00
Das 8:15 às 9:15	Quintas: 16:00
Das 9:30 às 10:30	Aulas de 1:30 h
Das 19:00 às 20:00	

Profissionais da Samádhi

Marcar hora pelo telefone 5073-0495

Càrlos Àbíb: Terapeuta Holístico. Harmonização dos Chakras, Bioenergética, Reflexologia, Massagem terapêutica, Aconselhamento Metafísico.

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

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

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

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

Célia Farto: Drenagem linfática, reflexologia (pés e mãos), crânio e face.

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.

CURSOS DIVERSOS

AUTODEFESA PSÍQUICA ***M. 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 17 e 18 de outubro - das 10 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

Turmas em formação - deixe seu nome

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.

Turmas em formação - deixe seu nome

CURSO BÁSICO DE TARÔ

Maria Luísa Martins de Toledo

O Tarô como instrumento de Autoconhecimento. A origem do Tarô. Diversos tipos de Tarô. Tarô Egípcio. Tarô Mitológico. Estudo completo dos Arcanos Maiores, apresentação dos Arcanos Menores. Vários métodos de tiragem. A tiragem astrológica.

Turmas em formação - deixe seu nome

Grupo Fraterno Amor e Luz

Palestras e Passes - Cromoterapia

Todas as 4ªs Feiras - 14:30 e 19:00 horas

Gratuito - Favor respeitar o horário

AS SETE VERDADES DO BAMBU

Depois de uma grande tempestade, o menino que estava passando férias na casa do seu avô, o chamou para a varanda e falou:

- Vovô, me explica como essa figueira, árvore frondosa e imensa, que precisava de quatro homens para balançar seu tronco, se quebrou, caiu com o vento e a chuva, e este bambu é tão fraco e continua de pé?

- Filho, o bambu permanece em pé porque teve a humildade de se curvar na hora da tempestade. A figueira quis enfrentar o vento. O bambu nos ensina se-te coisas. Se você tiver a grandeza e a humildade dele, vai experimentar o triunfo da paz em seu coração.

- A primeira verdade que o bambu nos ensina, e a mais importante, é a humildade diante dos problemas, das dificuldades. Eu não me curvo diante do problema e da dificuldade, mas diante daquele, o único, o princípio da paz, aquele que me chama, que é o Senhor.

- Segunda verdade: O bambu cria raízes profundas. É muito difícil arrancar um bambu, pois o que ele tem para cima ele tem para baixo também. Você precisa aprofundar a cada dia suas raízes em Deus na oração.

- Terceira verdade: Você já viu um pé de bambu sozinho? Apenas quando é novo, mas antes de crescer ele permite que nasça outros a seu lado (como no cooperativismo). Sabe que vai precisar deles. Eles estão sempre grudados uns nos outros, tanto que de longe parecem com uma árvore. Às vezes tentamos arrancar um bambu lá de dentro, cortamos e não conseguimos. Os animais mais frágeis vivem em bandos, para que desse modo se livrem dos predadores.

- A quarta verdade que o bambu nos ensina é não criar galhos. Como tem a meta no alto e vive em moita, comunidade, o bambu não se permite criar galhos. Nós perdemos muito tempo na vida tentando proteger nossos galhos, coisas insignificantes a que damos um valor inestimável. Para ganhar, é preciso perder tudo aquilo que nos impede de subirmos suavemente.

- A quinta verdade: O bambu é cheio de "nós" (e não de "eus"). Como ele é oco, sabe que se crescesse sem nós seria muito fraco. Os nós são os problemas e as dificuldades que superamos. Os nós são as pessoas que nos ajudam, aqueles que estão próximos e acabam sendo força nos momentos difíceis. Não devemos pedir a Deus que nos afaste dos problemas e dos sofrimentos. Eles são nossos melhores professores, se soubermos aprender com eles.

- A sexta verdade é que o bambu é oco, vazio de si mesmo. Enquanto não nos esvaziarmos de tudo aquilo que nos preenche, que rouba nosso tempo, que tira nossa paz, não seremos felizes. Ser oco significa estar pronto para ser cheio do Espírito Santo.

Por fim, a sétima lição que o bambu nos dá é exatamente o título do livro: Ele só cresce para o alto. Ele busca as coisas do Alto.

*Adaptação do livro "**Buscai as coisas do Alto**"*
páginas 119 à 121 - Padre Leo
Desconheço o autor da adaptação

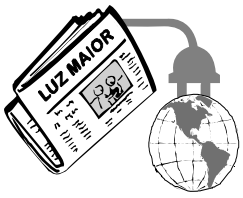
Livraria Samádhi

O Livro Certo, O presente inesquecível.

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

Horário de funcionamento:
Segunda a Sexta, das 10 às 12 e das !4:30 às 19 h
Sábados até às 17 h

Se nada mudar, invente, e quando mudar, entenda.
Se ficar difícil, enfrente, e quando ficar fácil, agradeça.
Se a tristeza rondar, alegre-se, e quando ficar alegre, contagie.
E quando recomeçar, acredite, você pode tudo.
Tudo é possível pelo amor, e pela fé que você tem em Deus!



Agora na Web!

Arquivo PDF

JORNAL "LUZ MAIOR"

www.samadhi.com.br

Vem aí a XIX FAS

Feira de Artesanato da Samádhi

Antecipe suas compras de Natal !!!

Capricho - Bom Gosto
Arte - Originalidade

Dias 05 e 06 de dezembro
Das 10 às 18 horas

LIVRARIA SAMÁDHI

R. Diogo Freire, 275
Tel.: 5073-0495
5073-7205
(atrás da Nipon)