

LUZ MAIOR



Samadhi® - Livraria e Espaço Alternativo

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

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

São Paulo, 22 de agosto de 2016 Ano XIII - Número 65 Distribuição Gratuita

CARTA DE AMOR AO BRASIL

Amar o Brasil é entender o Brasil, É ter a paciência de um pai com seu filho.

É defendê-lo num jogo ou gritar de saudade quando longe se está, e achar engraçado esse lado Brasil de a tudo se ajeitar.

Amar o Brasil é gostar da multidão, passear na Praça da Sé, ver um camêlo, e entender que todos tem que viver e sobreviver.

Ter amor ao Brasil é ser generoso, é entender que o negro, o índio, e o branco um só se tornaram, e já desenharam um povo. Que chora em novela, que bebe cerveja, que quer ser doutor, e que gosta de Deus.

Amar o Brasil, é andar pela praia, tomar caipirinha, olhar para o mar, lembrar de Drummond, sentado ao seu lado num banco da praia, lá em Copacabana.

Amar o Brasil é gostar do nordeste, é comer tapioca, sonhar com o mar, olhar para a mulata dos olhos de mel.

Amar o Brasil é entender as favelas, lutar pelos pobres, perdoar o passado, amar as florestas, sonhar com os pássaros, e no sábado, ah! Comer aquela feijoada com muita farinha.

É entender o silêncio e o olhar de um mineiro, lembrar do Rio Grande, do

Norte e do Sul.

Amar o Brasil é cantar nosso Hino, com um japonês, um judeu, ou um árabe, ao lado de todos que vivem aqui.

Amar o Brasil é não perder a esperança de poder cada dia construir uma pátria que seja mais justa, mais ética e armada, presente no solo de Norte ao Sul, na defesa das matas, dos sonhos, das lutas, abraçando com amor nosso filho gentil, esse amado País chamado Brasil.

Poema de Fernando Rizzolo

.....
"A pátria não é um sistema, nem é uma seita, nem um monopólio, nem uma forma de governo: é o céu, o solo, o povo, tradição, a consciência, o lar, o berço dos filhos e o túmulo dos antepassados, a comunhão da lei, da língua e da liberdade. Os que a servem são os que não invejam, os que não inflamam, os que não conspiram, os que não sublevam, os que não desalentam, os que não emudecem, os que não se acobardam, mas resistem, mas ensinam, mas esforçam, mas pacificam, mas discutem, mas praticam a justiça, a admiração, o entusiasmo. Porque todos os sentimentos grandes são benignos e residem originariamente no amor".

Rui Barbosa

Abra seus braços para as mudanças, mas não abra mão de seus valores.

Dalai Lama

Nesta Edição:

A CURA EM TODOS OS NÍVEIS DO SER 2

CHI KUNG 3

ORAÇÕES E APELOS 4

TERCEIRIZANDO NOSSA VIDA 5

OS RINS NA MEDICINA CHINESA 6

PALESTRAS E CURSOS: Agenda 7

MENSAGENS 8

Pontos especiais de interesse:

- Dez Exercícios Diários 3
- Mensagem do Chico 5
- Nossos Profissionais .7
- Nossa XX FAS 8

A Cura em Todos os Níveis do Ser

“A cura não é um processo imediato. Muita gente que procura o centro espírita quer sarar depressa... Ora, às vezes o problema que queremos resolver se arrasta conosco há séculos - não será através de um único passe que o solucionaremos. Precisamos ter paciência e esperar trabalhando, sem que o nosso desânimo complique ainda mais a situação”.

Recebi esse pequeno texto através do facebook. Não trazia o autor, mas senti verdade nele. Trabalhando na seara espiritualista há cinquenta anos, venho observando a ideia errônea que muitos fazem da intervenção espiritual nos processos de cura.

Nossa cultura ainda bastante materialista faz com que muitas pessoas só se lembrem de Deus quando bate o desengano, a desesperança, e quando todos os demais recursos disponíveis parecem falhar. Poucos são os que estão o tempo todo conectados a Deus pela fé inabalável. A maioria corre para Deus como o último recurso, e espera pelo milagre. Milagres são possíveis, mas só ocorrem quando há uma transformação interior que inclui a fé, a aceitação das Leis Divinas e a mudança de comportamentos e atitudes.

Deus não é o último recurso. Deus é o Princípio, o Todo, a Harmonia, o Equilíbrio. Jesus, o Grande Mestre, trouxe para a humanidade todo um código de conduta para que evoluíssemos e nos tornássemos saudáveis de corpo e alma. A cura precisa ser integral, em todos os níveis do ser. O corpo físico é apenas o reflexo ou o destino final das nossas imperfeições.

Desde que aceitei o espiritismo como proposta de vida, ouço sempre a expressão “reforma íntima”. Sem modificação interior não há cura. Todo tratamento espiritual depende não só dos mentores, mas principalmente daquele que deseja ser curado.

Quando as pessoas chegam no Centro, é comum que pensem que os médiuns e os espíritos irão resolver os problemas por elas. E se a cura não se manifesta de imediato, procuram outras casas, numa romaria incessante, querendo “trabalhos mais fortes”, ou desistem de tudo, incrédulos, desanimados.

O movimento espírita vem exaustivamente orientando as pessoas para a mudança de atitudes como condição para a evolução e o equilíbrio. Na verdade, nada mais se faz do que insistir na compreensão do Evangelho de Jesus. Não são lições novas, já têm mais de dois mil anos! A questão é que ainda não entendemos que não são apenas teorias ou palavras bonitas para serem repetidas: São a solução de todos os problemas, a cura para todos os males, do corpo e da alma. Mas precisam ser postas em prática!

Outra questão com que sempre nos deparamos é a falta de conhecimento e aceitação da pluralidade das existências. Não somos uma única encarnação, nosso espírito traz uma bagagem de conquistas evolutivas e outra bagagem de questões a serem resolvidas, como hábitos cristalizados, crenças limitantes, vícios de conduta, apegos, ressentimentos, preconceitos, escolhas equivocadas e suas consequências, enfim, tudo o que ainda não conseguimos conquistar dentro da evolução: Excesso de ego, orgulho, vaidade, teimosia, preguiça, procrastinação.

E o que nosso Mestre Jesus ensinava? Simplesmente o Amor Incondicional, o Perdão, a Fé, a entrega de nossa vida nas mãos de Deus Pai.

Amor incondicional implica em compaixão, compreender tudo e todos como estágios da evolução, auxiliar os que estão ainda equivocados, deixar de lado para sempre a intolerância.

O perdão deve começar por nós mesmos. Aceitar que ainda erramos e nos empenharmos na autoeducação. Perdoar não significa simplesmente “deixar para lá”, mas compreender e corrigir-se, sem raiva de si mesmo, sem deixar que o orgulho nos mortifique.

A fé é a certeza de que tudo está certo e de que há uma Força Maior de Amor no comando da vida. Muitos dos processos que identificamos no corpo físico como “doenças” são, na verdade, a cura das mazelas da alma. Quando o espírito precisa evoluir e não consegue ou não se empenha nessa transformação, as cargas negativas são “descarregadas” no físico. Se muitas vezes fechamos os olhos para nossas falhas e não estamos dispostos a mudar, o físico vai nos mostrar que algo não vai bem. Doença não é punição, é alerta. Deus não castiga, Deus abre sempre oportunidades de evolução. Se não compreendemos por amor, pelos ensinamentos do Cristo, Deus permite que experimentemos as consequências de nossas escolhas. Muitas vezes a compreensão só chega dessa forma.

Assisti recentemente uma palestra de Anete Guimarães ([youtube - O fardo com Jesus é mais leve - Anete Guimarães](#)) e recomendo a todos que procurem assistir. É uma excelente explanação sobre a dor, suas causas e os ensinamentos de Jesus. Cientificamente comprovados. É para abrir os olhos e os ouvidos e mergulhar nos ensinamentos do Mestre Amado, agora com uma compreensão maior.

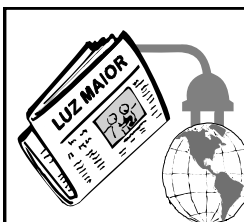
E quem realmente quiser aliviar suas dores, além naturalmente de utilizar os avanços da medicina e o amparo da espiritualidade, deve empenhar-se na reforma interior, vivenciando o Evangelho todos os dias.

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 Fraternal Amor e Luz
Diogo Freire, 275 Jardim da Saúde Tel.: 5073-0495
www.samadhi.com.br



Agora na Web!

Arquivo PDF

JORNAL “LUZ MAIOR”

www.samadhi.com.br

CHI KUNG

O Chi Kung (QiGong) é uma prática terapêutica em que se realizam exercícios que combinam movimento suave e respiração controlada, e na qual a atenção e a visualização do praticante estão concentradas nas várias partes do corpo, de modo a alterar o fluxo de energia. Chi Kung significa energia (Chi ou Qi) e habilidade, treino (Kung ou Gong), ou seja, treino e desenvolvimento da energia (do corpo humano). Durante milênios, o Chi Kung foi conhecido por outros nomes - Dao Yin ou Nei Gong, entre outros - e estava frequentemente ligado à prática das artes marciais, de sistemas esotéricos de meditação e desenvolvimento espiritual e de sistemas de medicina preventiva.

Semelhante a outras práticas bioenergéticas ocidentais, o que diferencia o Chi Kung é estar profundamente ligado às teorias da Medicina Tradicional Chinesa, pois utiliza as teorias dos meridianos e pontos de acupuntura, da circulação de energia e outros conceitos para exercitar o corpo e a mente. Do ponto de vista da Medicina Chinesa é impossível dissociar mente e corpo. Assim, quando um praticante está fazendo um exercício de Chi Kung está manipulando a energia do seu corpo de acordo com estes princípios.

O Chi Kung é um tipo holístico de exercício, diferente dos sistemas de exercício e ginástica modernos que apenas visam os componentes exteriores do nosso corpo, músculos e capacidade cardiovascular, muitas vezes correndo o risco de criar outros problemas (de articulações, postura, de esgotamento dos órgãos e assim por diante). No Chi Kung todos os sistemas do corpo são exercitados: os órgãos internos são suavemente massageados, as circulações de sangue e linfa são estimuladas, a capacidade respiratória é suavemente expandida e melhorada, as articulações são exercitadas de modo saudável, e assim por diante, ao mesmo tempo que o envolvimento mental do praticante representa um outro nível de exercício, com enormes benefícios a nível do relaxamento, da lateralidade do cérebro e da concentração. Todos estes benefícios fazem com que o Chi Kung seja um maravilhoso sistema de prevenção das doenças. Em alguns casos, e acompanhado por um instrutor competente de Chi Kung, o praticante poderá completar a sua prática com exercícios que tratem especificamente os seus problemas.

Para que o Chi Kung seja verdadeiramente eficiente na manutenção da saúde e no combate ao stress, deve, no entanto, ser praticado regularmente, de preferência todos os dias, para ir fortalecendo o corpo progressiva e suavemente. O praticante deve primeiro procurar aprender um sistema completo. Geralmente estes sistemas são constituídos por uma série de exercícios, cada um dos quais deve ser feito durante uma série de repetições. Uma vez que o praticante tenha atingido um grau de habilidade razoável com estes exercícios, poderá começar a explorar outros aspectos do Chi Kung.

*Colaboração de Cida Giannella
Professora de Tai Chi Chuan e Chi Kung*

Chi Kung: Curso intensivo de 3 meses

Início 01/09/2016 - Prática Regular :
Todas as quintas-feiras das 10:00 às 11:00 h

Inscrições Abertas

- Exercícios físicos de qualidade, sem impacto, com alongamentos, aumentando a flexibilidade.
- Redução do stress e prevenção de lesões e quedas por falta de equilíbrio.
- Movimentos conscientes, suaves, lentos e calmantes.
- Relaxamento, autoconfiança, aumento da autoestima.

Cida Giannella ensinará uma sequência completa aos interessados em aprender e aprimorar seus conhecimentos e técnicas.

Cida Giannella - Professora de Tai Chi Chuan

DEZ EXERCÍCIOS DIÁRIOS

- 1 - Para os olhos?
Olhe a infinita beleza na bondade humana.
- 2 - Para a língua?
Fale com o coração e não com a boca.
- 3 - Para o rosto?
Sorria constantemente para os demais.
- 4 - Para o ouvido?
Fale menos e escute mais.
- 5 - Para a cabeça?
Tenha pensamentos construtivos.
- 6 - Para os pés?
Caminhe para o conhecimento e para a sabedoria.
- 7 - Para a respiração?
Inspire o amor e agradeça a vida.
- 8 - Para a força?
Levante-se quando cair.
- 9 - Para o coração?
Seja melhor, busque sempre o bem.
- 10 - Para a alma?
Nunca vá sozinho, caminhe com Deus.

www.sbie.com.br

Libraria 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 14:30 às 19 h
Sábados até às 17 h

Oração da Transformação

Que o Grande Sol ilumine nossas casas
Que o Céu nos mostre Seu valor
Que a vida Suprema, de cada ser Supremo
Transpareça a beleza de todo Amor

Que uma nave nos traga a Verdade
Que uma vida nos ensine sobre a morte
Que a saúde nos revele a doença e
Transporte o medo para outra dimensão

Façamos sorrir, no lugar de chorar
Só depois de já ter de todo chorado
Façamos rir com a presença amiga
De um amigo irmão sempre a nós sorrindo

Faça abrir o tempo, que enegrece pela chuva
Só depois de tudo já ter chovido
Faça limpar, assim, as mágoas de nossos corações
Mas, pedimos piedade dos desabrigados e soterrados
pelo temporal

Que possamos lembrar de agradecer
Que possamos calar a mente para orar
Que possamos ser humildes para nos ajoelhar
Que possamos pedir perdão pelas faltas, por não
sabermos, de verdade, amar. Amém.

Colaboração de Carlos Abib

Apelo em favor do Brasil

Em nome e com o poder de nossa Presença Divina
EU SOU apelamos a Vós, Bem-Amado Mestre Ascensionado
HILARION: flamejai, flamejai, flamejai na mais
poderosa atividade a Chama Verde da Divina VERDADE
sobre todo o BRASIL.

Manifestai a VERDADE, Manifestai a VERDADE, Ma-
nifestai a VERDADE

EU SOU, em todas as horas, a Presença da VERDA-
DE em ação no BRASIL. Em todos os lugares, coisas e
circunstâncias, abençoando todos aqueles que aqui
vivem e servem, em todos os reinos de evolução.

“EU SOU A RESSURREIÇÃO E A VIDA” do VERDADEIRO
PROGRESSO, PROSPERIDADE E ABUNDÂNCIA no BRASIL.

“EU SOU A RESSURREIÇÃO E A VIDA” da PAZ, LIBER-
DADE E ORDEM DIVINA no BRASIL.

“EU SOU A RESSURREIÇÃO E A VIDA” da VITÓRIA,
VITÓRIA, VITÓRIA do BRASIL e de todos os seus filhos,
sobre todos os grilhões, limitações e barreiras.

Apelamos a vós, Bem-Amados Arcanjo Miguel e As-
trea: usai a vossa poderosa espada de luz e de prote-
ção e com ela consumi o germe da corrupção e da im-
punidade e toda estrutura que mantém a energia anti-
evolutiva em nosso país. Afastai do poder e de cargos
públicos os maus líderes e governantes. Conduzi e sus-
tentai no poder somente aqueles que se deixam guiar
pela Luz Divina que habita os seus corações concreti-
zando a Vontade Deus que é somente o BEM.

Tudo que pedimos para o Brasil pedimos, também,
para todas as nações sobre a Terra.

Assim é porque falamos em nome de Deus “EU SOU”

<http://fogosagrado.com/oracao42/apelobrasil.asp>



Oração para os Pais

São José

Olhai os pais do mundo para que, com ternura
e empenho, também eduquem os seus filhos na
fé cristã.

Protegei todos os pais que trabalham ardua-
mente no dia a dia para não faltar nada aos seus
filhos.

Que os pais assumam e vivam com fé, saúde e
alegria a sua vocação paterna. Amém!

Rádio Rainha da Paz

Prece de Aceitação

Se eu pudesse, Jesus,
Queria estar contigo
Para ser a esperança realizada
De quem vai pelo mundo, estrada a estrada,
Entre a necessidade e o desabrigo...
Desejava seguir-te, humildemente,
Sem méritos embora,
Para erguer-me em consolo de quem chora
Mostrando o coração enfermo e descontente.
Queria acompanhar-te nos recintos,
Onde a dor leciona e aperfeiçoa
A fim de ser conforto junto dela
E, manejando a frase terna e boa
Afirmar como a vida é grande e bela!...
Se pudesse, Senhor,
conversaria com todas as crianças
Para dizer que não te cansas de criar alegria...
E seria feliz ao converter-me
em modesto recado,
Informando, Jesus, a todos os velhinhos
Que nunca estão sozinhos, porque segues
conosco, lado a lado...
Se dispusesse de recursos, queria ser a vela
pequenina, acesa no clarão do sol que levas,
de modo a socorrer aos que jazem nas trevas,
Fugindo sem razão, da bondade Divina...
Entretanto, Senhor, sei das deficiências
que carrego... Venho a ti como estou,
por isto mesmo rogo:
Não me deixes a sós por onde vou...
Se não posso, Jesus, ser bondade, socorro,
paz e luz, Toma-me o coração e,
perdoando a minha imperfeição,
Esquece tudo o que meu sonho almeja
e ensina-me Senhor,
Com o teu imenso amor,
o que queres que eu seja.

Maria Dolores

Mensagem do Chico

Quando você conseguir superar graves problemas de relacionamentos, não se detenha na lembrança dos momentos difíceis, mas na alegria de haver atravessado mais essa prova em sua vida.

Quando sair de um longo tratamento de saúde, não pense no sofrimento que foi necessário enfrentar, mas na bênção de Deus que permitiu a cura.

Leve na sua memória, para o resto da vida, as coisas boas que surgiram nas dificuldades. Elas serão uma prova de sua capacidade, e lhe darão confiança diante de qualquer obstáculo.

Uns queriam um emprego melhor; outros, só um emprego.
Uns queriam uma refeição mais farta; outros, só uma refeição.
Uns queriam uma vida mais amena; outros, apenas viver.
Uns queriam pais mais esclarecidos; outros, ter pais.

Uns queriam ter olhos claros; outros, enxergar.
Uns queriam ter voz bonita; outros, falar.
Uns queriam silêncio; outros, ouvir.
Uns queriam sapato novo; outros, ter pés.

Uns queriam um carro; outros, andar.
Uns queriam o supérfluo; outros, apenas o necessário.

Há dois tipos de sabedoria: a inferior e a superior. A sabedoria inferior é dada pelo quanto uma pessoa sabe e a superior é dada pelo quanto ela tem consciência de que não sabe.

Tenha a sabedoria superior.
Seja um eterno aprendiz na escola da vida.

A sabedoria superior tolera; a inferior, julga; a superior, alivia; a inferior, culpa; a superior, perdoa; a inferior, condena.

Tem coisas que o coração só fala para quem sabe escutar!

Chico Xavier

Se a vida é nossa, Por que a terceirizamos?

Há algum tempo encontrei com um amigo que tinha emagrecido uns quarenta quilos. Cumprimentei-o pelo fato. ele agradeceu e disse que “emagreceu de susto”. Como assim? - perguntei.

Ele contou que foi ver seu amigo médico, para o check up anual, e este lhe pediu vários exames. Ao levar os resultados, o médico observou que estavam iguais aos do ano anterior. “Que bom”, ele disse.

O médico retrucou: “Bom nada! O colesterol está alto, o triglicérides acima do normal, a diabete horrível. Deste jeito você vai morrer logo. Como não quero esta culpa (a culpa de eu falar e você não me ouvir), a partir de hoje não sou mais seu médico”.

Analisando este episódio de uma forma mais abrangente, temos: Meu amigo sabia que seus exames estavam comprometidos, pois nunca mudara seus hábitos. A grande pergunta era: Sabendo disso, por que continuava a ir ao médico?

A resposta é simples: Porque ele esperava que o médico fizesse um milagre e resolvesse seu problema. Em suma, estava terceirizando sua saúde.

Agora vamos pensar um pouco. Será que só esse meu amigo faz a terceirização? Creio que não. Se conversarmos com as pessoas, é comum ouvirmos as seguintes frases:

- Como ele ou ela me faz feliz! (Será que não estamos terceirizando nossa felicidade, deixando a cargo de outras pessoas?)

- Como a prece que este padre (este pastor, esta entidade espiritual) faz tranquiliza minha alma! (Não estamos terceirizando nossa inteligência espiritual?)

E, como estes, existem vários exemplos.

Podemos concluir que o que fazemos de nossa vida é terceirizá-la, sejam os terceiros o médico, o pastor, o padre, o namorado, o marido, etc. Esta terceirização é danosa ao nosso equilíbrio.

E o que devemos fazer?

É simples: Temos de cuidar de nós, ou seja, temos de observar quais comportamentos nos geram desequilíbrios e mudá-los.

Talvez um exemplo explique melhor: Vamos supor que todas as vezes que você come uma feijoada, sente seu corpo pesado, a digestão difícil e você passa mal. Neste caso não adianta procurar o médico, pois na próxima feijoada você passará mal novamente. A solução é não comer feijoada.

Se nos analisarmos e mudarmos nosso comportamento, dependeremos menos de médicos, pares, pastores, namorados, maridos, etc., pois estaremos cuidando de nós e trazendo a nós mesmos paz, saúde, tranquilidade.

Concluindo: A terceirização da vida não faz bem. Estamos em uma vida terrena e precisamos zelar, ter carinho por nós, modificar hábitos e comportamentos que só nos prejudicam. Assim, **nós** seremos os geradores de nosso bem viver, e não **terceiros**.

Rogério Crotti

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
www.formibril.com.br

Os rins na visão da Medicina Tradicional Chinesa

Os rins são considerados, por filtrarem todos os líquidos corporais, a fonte de energia yin e yang para todos os outros órgãos. Assim, uma disfunção crônica nas funções renais pode potencialmente afetar qualquer outra parte do organismo.

Os rins são a fonte do qi pré-natal, que é herdado dos pais e interpretado como a constituição inata de uma pessoa. Em última análise, a saúde e força dos rins é o fator determinante mais importante na vitalidade duradoura de uma pessoa e em sua longevidade. Os sintomas de desequilíbrio nos rins incluem dores lombares, infertilidade, impotência ou desejo sexual excessivo, problemas urinários, fragilidade de ossos e dentes, zumbido ou surdez, edema ou asma.

Uma boa analogia para entender este qi é que quando somos fecundados "ganhamos geneticamente" uma "poupança de vitalidade" para usarmos ao longo da vida. Se, ao longo da vida retiramos pouco desta "poupança", evitando excessos e desperdícios e, ainda depositamos diariamente a "essência vital" abundante na natureza, a saúde e longevidade serão o prêmio. Mas, se a "esvaziamos" diariamente e, raramente repomos ou a enchemos, essa "poupança" vai se esgotando rapidamente e um desencarne doentio ou precoce pode ser esperado.

As funções tradicionais dos rins

A essência pré-natal é derivada do material genético dos pais, assim como de sua vitalidade, seu estilo de vida, hábitos e nutrição. Ela é essencialmente a constituição herdada por uma pessoa no nascimento.

A essência pós-natal, por outro lado, está ao alcance do controle da pessoa porque ela deriva da alimentação e do ar. Uma pessoa com uma essência pré-natal fraca pode levar uma vida ativa e saudável através da manutenção de uma forte essência pós-natal.

Uma dieta e estilo de vida saudável, juntamente com exercício e práticas de respiração, como o qi gong, tai chi e yoga são os meios para conseguir uma essência pós-natal forte. De fato, uma pessoa com uma constituição fraca e um estilo de vida saudável está em melhor condição do que uma pessoa com uma forte constituição e um estilo de vida destrutivo.

Esse último, geralmente vive anos sem nenhuma doença e então, subitamente, sucumbe a um cân-

cer ou doença cardíaca. Por outro lado, uma pessoa com essência pré-natal mais fraca, é incapaz de se livrar de um estilo de vida não saudável porque ela retrocede imediatamente na forma de doença ou fadiga.

Os rins controlam o metabolismo da água. O equilíbrio do yin e do yang nos rins determina a eficiência do metabolismo da água no corpo. Quando o yang do rim ou o qi do rim estão deficientes, urina em excesso ou edema (suor devido à retenção severa de fluido) podem ocorrer. Os rins retêm o qi.

Enquanto os pulmões são o principal órgão da respiração, os rins proporcionam a força de "retenção" necessária para a inalação total, a respiração plena. Portanto, quando o yang do rim ou o qi do rim está deficiente, uma pessoa pode ter dificuldade de inalação, como ocorre com as pessoas com asma.

De acordo com a fisiologia chinesa, os rins também são responsáveis pelo desenvolvimento de ossos e dentes fortes. Quando os rins estão deficientes, os ossos tornam-se mais quebradiços e a saúde dental deficitária (mais cáries e sensibilidades).

Os rins produzem medula e estão conectados ao cérebro. A medula tem uma função muito mais ampla na Medicina Tradicional Chinesa do que na medicina ocidental. Na medicina ocidental, ela está envolvida primariamente com os ossos e o crescimento das células sanguíneas. Na fisiologia chinesa, a medula é derivada diretamente da essência qi e é a fonte das células cerebrais. Deficiências na essência vital ou na medula podem gerar casos de deficiência mental.

Os rins regem a audição, quando o meridiano dos rins (1 dos 12 canais de energia da Medicina Tradicional Chinesa) se abrem dentro do ouvido. Essa função tem grande significado clínico: as dificuldades de audição geralmente podem ser tratadas com a nutrição dos rins. A capacidade auditiva dos bebês é tida como subdesenvolvida devido à falta de maturação da energia do rim. As pessoas idosas são propensas a ter oscilações nos ouvidos (zumbido) ou audição prejudicada devido ao esgotamento do qi dos rins com o tempo.

Fonte: Como tudo funciona?
Doce Limão - Conceição Trucom - Editora Alaúde

Colaboração de Lourdes Palermo
facebook: Lourdes Palermo Acupuntura



*Aqueles que não aprendem nada com os fatos desagradáveis de suas vidas, forçam a Consciência Cósmica a reproduzi-los, tantas vezes quanto seja necessário, para aprenderem o que ensina o drama do que aconteceu.
O que negas te submete. O que aceitas, te transforma.*



Carl Jung

Agenda da Samádhi®

CURSOS DE REIKI

Associação Brasileira de REIKI

Mestres: *Drs. Claudete França,*

Thales França e Christine França

Nível I - 27 / 08 (sábado das 10 às 18 h)

Nível II - 28 / 08 (domingo das 10 às 18 h)

Nível I - 30 / 10 (domingo das 10 às 18 h)

Nível III - 29 / 10 (sábado das 10 às 18 h)

Atividades Constantes na Samádhi:

ॐ HATHA YOGA

☯ TAI CHI CHUAN

Márcia Garbui

Cida Giannella

Terças e Quintas

Das 8:15 às 9:15

Das 9:30 às 10:30

Das 19:00 às 20:00

Terças: 10:00

Terças: 16:00

Quintas: 16:00

Aulas de 1:30 h

Profissionais da Samádhi

Marcar hora pelo telefone 5073-0495

Carlos Ábíb: 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 Mediúnic 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.

CURSOS DIVERSOS

CROMOTERAPIA BÁSICA

Moriel Sophia

PARTE I - TEORIA:

- 1 - CROMOTERAPIA: Conceitos e como surgir.
- 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 na Aura e nos Chakras.
- 3 - Índice simplificado de doenças.
- 4 - Desenvolvimento da Técnica de Diagnóstico.

Com apostila e certificado

Dias 17 e 18 de setembro - das 09 às 17 h

AUTODEFESA PSÍQUICA

M. Lúcia Sene Araújo

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

PROGRAMA:

- 1 - Influência e sintonia.
- 2 - Identificando e lidando com as influências.
- 3 - Repelindo energias intrusas.
- 4 - Trocas energéticas nos relacionamentos.
- 5 - Perdas energéticas significativas.
- 6 - Acionando a própria luz.
- 7 - Técnicas de reequilíbrio pessoal
- 8 - Limpeza de ambientes.

Apostilado. Duração: 12 horas.

Dias 08 e 09 de outubro - das 10 às 17 h

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. 8 aulas de 2 horas.

TURMA EM FORMAÇÃO - DEIXE SEU NOME

Grupo Fraterno Amor e Luz

Palestras e Passes - Cromoterapia

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

Gratuito - Favor respeitar o horário

BONECA E CHICO XAVIER

Chico Xavier tinha uma cachorra de nome Boneca, que sempre esperava por ele, fazendo grande festa ao avistá-lo. Pulava em seu colo, lambia-lhe o rosto como se o beijasse. O Chico então dizia:

- Ah Boneca, estou com muitas pulgas!

Imediatamente ela começava a coçar o peito dele com o focinho. Boneca morreu velha e doente.

Chico sentiu muito a sua partida. Envolheu-a no mais belo xale que ganhara e a enterrou no fundo do quintal, não sem antes derramar muitas lágrimas.

Um casal de amigos, que a tudo assistiu, na primeira visita de Chico a São Paulo, ofertou-lhe uma cachorrinha idêntica à sua saudosa Boneca. A filhotinha, muito nova ainda, estava envolta num cobertor, e os presentes a pegavam no colo, sem, contudo desalinhá-la de sua manta.

A cachorrinha recebia afagos de cada um. A conversa corria quando Chico entrou na sala e alguém colocou em seus braços a pequena cachorra.

Ela, sentindo-se no colo de Chico, começou a se agitar e a lambê-lo.

- Ah Boneca, estou cheio de pulgas! - disse Chico.

A filhotinha começou então a caçar-lhe as pulgas e parte dos presentes, que conheceram a Boneca, exclamaram:

- Chico, a Boneca está aqui, é a Boneca, Chico!

Emocionados perguntamos como isso poderia acontecer. O Chico respondeu:

- Quando nós amamos o nosso animal e dedicamos a ele sentimentos sinceros, ao partir, os espíritos amigos o trazem de volta para que não sintamos sua falta. Boneca está aqui, sim, e ela está ensinando a esta filhota os hábitos que me eram agradáveis.

Nós, seres humanos, estamos na natureza para auxiliar o progresso dos animais, na mesma proporção que os anjos estão para nos auxiliar.

Portanto, quem chuta ou maltrata um animal é alguém que ainda não aprendeu a amar.

Texto de Adelino da Silveira

Colaboração de Melissa R. Correia S. S. de Araújo



Vem aí a XX FAS

Feira de Artesanato da Samádhí

Antecipe suas compras de Natal !!!

Capricho - Bom Gosto

Arte - Originalidade

Dias 26 e 27 de novembro

Das 10 às 18 horas

LIVRARIA

SAMÁDHI

R. Diogo Freire, 275

Tel.: 5073-0495

5073-7205

(atrás da Nipon)



O PODER DOS PENSAMENTOS

Nunca subestime o bem que você pode fazer, pois seus pensamentos são indubitavelmente mais penetrantes e chegam muito mais longe do que se pode imaginar.

Quando você começa a enviar uma energia amorosa aos outros, uma fusão da mente com a Luz da alma dentro de você começa a acontecer. Pensamentos concentrados podem conseguir um resultado extraordinário.

E quando visualizamos os ideais que temos em mente e o serviço que queremos realizar, podemos estar certos de que seremos bem sucedidos.

A Luz Divina que existe dentro de cada um de nós espera ser reconhecida e utilizada. Essa Luz vai iluminar nossos empreendimentos místicos e desencadear insights mais profundos nas nossas questões rotineiras; basta que permitamos que ela se manifeste.

Seu valor prático em nossas atividades acadêmicas e vocacionais representará uma verdadeira bênção e encorajamento em tudo que procurarmos fazer.

É nisso que consiste a vida mística: levar uma vida prática e útil, sempre buscando um conhecimento e uma compreensão cada vez maiores e ajudando outros quando se faz necessário, com mente e coração elevados e iluminados pela luz da Consciência Divina dentro de nós.

Robert Daniels