



VINHA de LUZ

LAR ESPÍRITA



Fora da caridade não há salvação

Ansiedade

Atualmente muito se fala em **ansiedade**. Quase toda a população se encontra acometida desse mal. Mas a ansiedade nada mais é do que excesso de futuro, ou seja, de preocupações com o porvir. Quando estamos ansiosos, geralmente, queremos **controlar** o futuro e nos esquecemos de que o futuro depende do nosso presente. É justamente por causa da nossa **negligência** com o presente que ficamos ansiosos. Se tivéssemos o hábito de nos lembrarmos que somente podemos agir no presente e que é através dele, por meio da Lei de Causa e Efeito, que se desenhará o nosso futuro, teríamos mais calma e buscaríamos **fazer escolhas** mais acertadas. Elas nos levariam então a um futuro melhor. Através da certeza da Lei de Retorno e do plantio correto das nossas sementes, não temos com o que nos preocupar e o problema da ansiedade estaria sanado. Não podemos nos esquecer que na **questão 922** do Livro dos Espíritos, Allan Kardec pergunta: *Haverá, contudo, algum critério de felicidade comum a todos os homens?* - E o **Espírito da Verdade** responde: *“Com relação à vida material, é a posse do necessário. Com relação à vida moral, a consciência tranquila e a fé no futuro.”* Quando queremos **mais que o necessário**, não temos a consciência tranquila pelos nossos atos e também não temos certeza do progresso no futuro. Então sentimos a ansiedade, gerada exclusivamente por nós mesmos, pela nossa maneira de agir, pela nossa visão de mundo **materialista**, por não refrearmos nossos desejos e vícios. Portanto, lembremos que o futuro **dependerá** das sementes plantadas no presente e que as **boas escolhas** devem ser feitas

hoje de maneira a delinear um futuro de **felicidade possível** e alcançável por todos nós. Plantando hoje com fé e consciência, o medo do porvir se enfraquecerá dia após dia.

Lucas Coraine
14.mai.2025

A visão espírita sobre os transtornos mentais

Transtornos são reflexos de nossa atitude mental e de nossas sensações. Formatamos nosso cérebro perispiritual, que reflete diretamente no corpo físico.

A **ciência** ainda precisa expandir muito suas descobertas sobre o assunto. Necessitamos de tratamentos mais eficazes e diagnósticos mais precisos, diante de tantos **casos complexos**. Medicamentos prescritos incorretamente e equipes multidisciplinares insuficientes, são alguns dos desafios enfrentados.

A **espiritualidade** tem apoiado a evolução dessa área do conhecimento humano, estimulando que os profissionais enxerguem além dos sintomas, diagnósticos e procedimentos.

Uma pessoa com um **diagnóstico** de algum transtorno mental, precisa de ajuda e acaba promovendo mudanças significativas na rotina da **família** toda. Uma mudança de emprego, alteração dos horários das atividades diárias, renúncias, mediação de conflitos, adaptações e muitas outras. A família toda é **afetada** de alguma forma, até que alguns desistem e a tarefa de cuidar se restringe a uma só pessoa. Os demais **abandonam** por desesperança no tratamento, ou por vergonha de ter alguém ‘assim’ na família, cansaço, comodismo, raiva ...

Surgem as **acusações**: “É fuga!”, “Quer aparecer!”, “É egoísmo!”, “Não quer trabalhar!”.

Afinal, o transtorno mental e emocional não usa faixas, nem talas, nem curativos, que evidenciam **traumas e feridas**.

Aí fica a pergunta: “*Quem cuida da pessoa que cuida?*”, pois ela fica sobrecarregada e pode adoecer também.

Uma visão mais abrangente, incluindo os componentes espirituais do transtorno, pode trazer mais **qualidade de vida** para o paciente e também para sua família.

Os encontros familiares (**reencarnação**) passam a ter uma perspectiva de reequilíbrio espiritual e não de renúncia.

A união familiar possibilita que espíritos colaborarem com os transtornados, mediante a lei de causa e efeito ao longo da eternidade. Ou seja, a união entre transtornado e familiares é propositiva, onde ambos aprendem simultaneamente.

A **ciência já avançou** significativamente nos últimos anos, mas ainda não alcançou a cura dos transtornos. Percebemos uma grande **evolução**, comparados aos tratamentos de eletrochoques aplicados no passado, bem como as internações em lugares deploráveis, mas ainda são **insuficientes**.

Somar os conhecimentos científicos, aos espirituais e os processos reencarnatórios, trariam diagnósticos mais precisos e tratamentos mais eficazes.

A **Doutrina Espírita** é um farol, que mostra o caminho ao estudioso, aliando filosofia, religião e ciência, revelando a **lógica das Leis Universais**, a que todos estamos submetidos.

Na visão do Espiritismo, muitos transtornos têm causa nas dificuldades da vida, mas podem ser potencializados por processos obsessivos (espíritos infelizes atuando nas aflições mentais, amplificando suas dificuldades psíquicas). A causa não é a obsessão, mas é a parte

do processo de **adoecimento**.

As **verdadeiras causas** partem de uma mente desequilibrada e de um perispírito desalinhado.

A perspectiva, é que no futuro, a medicina esteja alinhada aos tratamentos espirituais.

Emmanuel (Caminho, Verdade e Vida - lição 136), nos lembra que ainda não estamos prontos, e que precisamos nos preparar para receber a preciosa ajuda da espiritualidade, eliminando nossas limitações morais e ampliando nossos conhecimentos, construindo pouco a pouco, o **progresso coletivo**.

Haverá o envolvimento de uma **equipe multidisciplinar**, cuidando do corpo físico (alimentação, terapia, arte, música, ...) e do espírito (prece, passe, fluidoterapia, cirurgia espiritual, desobsessão, ...). Um **trabalho conjunto** para promover o autoconhecimento, o equilíbrio emocional, reconstrução dos laços sociais, e consequentemente a **cura** dos transtornos. Alguns destes, têm origem no **desequilíbrio mediúnico**, por escolhas infelizes feitas em vidas passadas e que geraram débitos com outros espíritos, e estes podem influenciar fortemente e levar a **abismos psíquicos**.

A prece e a sintonia com os bons espíritos são poderosos '**medicamentos**' capazes de restaurar o equilíbrio.

Atualmente o conhecimento sobre a psicologia está muito **fragmentado** em diferentes abordagens. A convegnência entre as diversas áreas do conhecimento e a espiritualidade, proporcionarão grandes benefícios aos pacientes.

O **Plano Superior** convida para essa aproximação entre os especialistas terrenos e espirituais, na busca do equilíbrio entre a matéria e o espírito para alcançar a saúde. Então haverá uma expansão de conhecimentos, **técnicas e soluções** que nos trarão muitos benefícios.

Infelizmente hoje, os tratamentos

são **inacessíveis** para a maioria das pessoas, que por vezes acabam recorrendo à automedicação, agravando ainda mais o problema.

É importante lembrar que somos todos aprendizes nessa jornada evolutiva e o Evangelho é a bússola, para todos que sofrem aflições emocionais.

Adaptação: Cris Nogueira
Obra: Transtornos Mentais e Remédios Espirituais (Rafael Papa - Espírito Hammed)

A música na Casa Espírita

Dentre as belezas produzidas pelos homens, a **música** é uma que se destaca. Tem a capacidade de **harmonizar, acalmar e tranquilizar** corações oprimidos, angústias, incertezas, preocupações, etc.

Uma Casa Espírita pode e deve usar esse valioso recurso para a harmonização de um ambiente, escolhendo um **repertório** de calmaria, procurando separar clássicos imortais.

É de nosso conhecimento, que entre os séculos 16 e 17, tivemos uma grande avalanche de composições trazidas do **Plano Espiritual** e ditadas aos grandes compositores da época.

Portanto, podemos aproveitar esse esforço da **espiritualidade** e usar para nossas preparações dos trabalhos de uma Casa Espírita.

Em uma **Casa Espírita**, o ambiente é o que faz com que nossos amigos espirituais possam trabalhar com mais assertividade, ajudando a todos que a procuram. Então, mantenhamos nossos **corações serenos**, pensamentos no bem e façamos das músicas tocadas, verdadeiro bálsamo para nosso **equilíbrio**.

Fernando Colin
junho.2025

Nem tudo é omissão

Nós poderíamos dizer que toda omissão é um erro, mas para isso teríamos antes que analisar a seguinte frase: "**Às vezes, deixar de agir não é uma omissão**". (...) O Espiritismo é bem claro quando recomenda que devemos agir em favor do bem, do nosso próprio

bem e também do bem de outras pessoas. A frase, "**Eu não estou fazendo mal contra ninguém**", ou "**eu não fiz nada**", é uma confissão de culpa: se eu não fiz nada, ou não fiz nada contra ninguém, também não fiz a favor, e para o Espiritismo, (...) o amor deve sempre ser uma ação.

O Espiritismo não admite amor teórico. Obra: Problemas Humanos, análises Espiritas - Vagner da Silva - pag. 126)

Você conhece?



GARI
Grupo de Apoio
para Reforma Intima

O objetivo é proporcionar um **espaço acolhedor**, onde seja possível compartilhar experiências, escutar uns aos outros, refletir sobre vivências e aplicar os ensinamentos do Evangelho no dia-a-dia.

O **grupo é aberto** a quem busca autoconhecimento e evolução espiritual. Juntos aprendemos, crescemos e nos fortalecemos espiritualmente.

www.vinhadeluzjundiai.org.br/gari

Quarta-feira - Sala 5 - 19h30 às 20h55



Neste mês daremos início ao estudo dessa obra. O autor espiritual Hammed, através das questões de 'O livro dos Espíritos', analisa a **depressão, o medo, a culpa, a mágoa, a rigidez, a repressão**, dentre outros

comportamentos e sentimentos, denominando-os '**dores da alma**', e criando pontes entre os métodos da psicologia, pedagogia e da sociologia, fazendo o leitor mergulhar no desconhecido de si mesmo no propósito de alcançar o autoconhecimento e a iluminação interior.

Agenda



Aponte a câmera do seu celular para este qr-code e acesse nossa agenda completa.

www.vinhadeluzjundiai.org.br/agenda
agenda completa de atividades doutrinárias e assistenciais

Redes Sociais

Nossas redes sociais estão repletas de conteúdo. Você encontrará informações sobre nossas atividades, conteúdo doutrinário, agenda completa, eventos, formas de nos ajudar, lives, cursos e palestras, conteúdo infantil, projetos sociais e voluntariado.

@vinhadeluzjundiai www.vinhadeluzjundiai.org.br

LAR ESPÍRITA VINHA DE LUZ - acesse nossas redes sociais - fale conosco: contato@vinhadeluzjundiai.org.br
Rua Frei Itaparica, 33 - VL.Guilherme, Jundiaí, SP, Cep 13216.180 - telefone (11)4587.5357