

"Que fazeis de especial?" - Jesus (Mateus 5,47)
"Espiritismo e personalismo são dois pólos que não se tocam." - Célia Xavier



Associação Espírita Célia Xavier

Conheça Aqui!

CONHEÇA AQUI! Nº 243 / 27 de setembro de 2019

aecx INTERATIVAS REÚNE SEXTÃO E MOCIDADE

No próximo dia 29, jovens da Mocidade e do Sextão (sexto período da Evangelização Infantil) da AECX se reunirão para a realização da 9ª edição do Interativas - Jogos de Confraternização entre Mocidade e Evangelização. Abordando o tema Empatia, o encontro será realizado em um sítio na Pampulha, em Belo Horizonte, de 8h às 17h.

Organizado por uma equipe de coordenadores da Mocidade, integrada por Luiza Diniz, Felipe Chagas, Tati Volpe e Camila Chagas, o evento contará com uma programação animada, divertida, com muitas inspirações na doutrina espírita. "O Interativas é um evento diferente, com muita diversão e amizade! Assim como em todas as outras edições, quem for irá se surpreender e participará de atividades nunca antes vistas! Com certeza, não irá se arrepender", salienta a equipe de coordenadores da Mocidade.

"A galerinha do Sextão está animada e com altas expectativas quanto à Gincana

juntamente com a Mocidade. Acho o Interativas muito importante, não só para o entrosamento dos jovens da AECX, mas também pela participação e colaboração, muitas vezes faltante nos dias de hoje em muitas casas espíritas, onde o jovem está sendo servido e não aprendendo a servir", complementa Fábíola Zambalde, evangelizadora do Sextão.

O Interativas ocorre uma vez a cada dois anos. A última edição foi em 2016 (ver fotos), mas, no ano passado, com os 50 anos da Mocidade, o Interativas não foi realizado. Contagem regressiva para a edição deste ano, que promete!

A Mocidade da AECX é todos os sábados, de 16h às 18h. A Evangelização Infantil é realizada também aos sábados, de 8h30 às 10h30. Durante o horário da Mocidade e da Evangelização há também reunião de pais.

Participe!

**Acesse aecx.org.br
ou o Instagram [@aecxbh](https://www.instagram.com/aecxbh)
e fique por dentro das
atividades e notícias da casa
e demais unidades.**

Seja voluntário e/ou associado.

Toda ajuda é bem-vinda!

**Siga a Mocidade no Instagram
[@mocidade.aecx](https://www.instagram.com/mocidade.aecx)**

**Acompanhe as notícias e
novidades do grupo de
jovens no blog
aecx.blogspot.com**



MUITA ATIVIDADE NA EVANGELIZAÇÃO INFANTIL DA AECX

Disse Jesus: "Deixai vir a mim os pequeninos". E é realmente esta a proposta do Departamento de Evangelização Infantil da Associação Espírita Célia Xavier.

Composta por 39 voluntários, entre coordenadores, evangelizadores e ajudantes, a equipe de evangelização da Sede atua todos os sábados, de 8h30 às 10h30, com alegria e entusiasmo, para proporcionar às crianças o conhecimento dos princípios doutrinários e as lições do nosso mestre, amigo e irmão Jesus, no intuito de colaborar para formação integral do ser, como espíritos imortais que são.

"É fundamental a evangelização na infância e uma ajuda extremamente importante para os pais, cocriadores divinos. No final da resposta à pergunta de número 385, de O Livro dos Espíritos de Allan Kardec, encontramos a seguinte afirmativa: *Os espíritos só entram na vida corporal para se aperfeiçoarem, para se melhorarem. A delicadeza da idade infantil os torna brandos, acessíveis aos conselhos da experiência e dos que devem fazê-los progredir. Nesta fase é que se lhes pode reformar os caracteres e reprimir os maus pendores...*", pontua Livia Montenari,



coordenadora geral do Departamento de Evangelização Infantil.

De acordo com Livia, atualmente há cerca de 320 crianças inscritas na Sede, com frequência média de 180. "Para elaboração da aula, seguimos o programa da Federação Espírita Brasileira - FEB (Deus, Jesus, Doutrina Espírita) e fazemos inserções de temas à luz da

Doutrina Espírita, de acordo com as necessidades apresentadas pelos evangelizando", acrescenta.

Quer integrar a equipe de evangelização? Procure a coordenação aos sábados, a partir das 9h. É importante que os interessados gostem de trabalhar com crianças, que tenham conhecimento espírita, que tenham disponibilidade aos sábados na parte da manhã e que frequentem a Casa Espírita regularmente.

Além da sede, também há, aos sábados, Evangelização na Casa de Etelvina, no Bairro Citrolândia, em Betim, de 8h às 11h30, e em Nova Luz, no bairro Rosaneves, em Ribeirão das Neves, de 9h às 10h15. Faça-nos uma visita e conheça as unidades mantidas pela AECX. Seja voluntário e/ou associado e colabore para que todas as atividades continuem sendo realizadas.

Agradecemos!

Toda ajuda é bem-vinda. Esperamos por você!





EVANGELIZAÇÃO INFANTIL
Todos os sábados!

Sede: 8h30 às 10h30
 Casa de Etelvina: 8h00 às 11h30
 Nova Luz: 9h00 às 10h15



decx

AME - BH
SEMANA DE KARDEC

Departamento de Divulgação Doutrinária - DDD - AME BH - Regional Centro-sul

SEMANA
ALLAN KARDEC
A Gênese 2019

01/10
terça-feira

02/10
quarta-feira

04/10
sexta-feira

Gênese Orgânica
 20h30 a 21h30 - Fraternidade Espírita Camilo Chaves
 R. Lindolfo de Azevedo, 611 - Nova Suiça

20h a 21h - Cenáculo Espírita Thiago Maior
 Praça Milton Campos, 127 - Serra

Gênese Espiritual
 20h a 21h - FECFAS - Fraternidade Espírita Cristã
 Francisco de Assis R. Coroaci, 50 - Vista Alegre

Os fluidos
 20h a 21h - Associação Espírita Célia Xavier
 R. Cel. Pedro Jorge, 314 - Prado

20h a 21h - Centro Espírita Luz e Humildade
 Av. do Contorno, 9523 - Prado

06/10
domingo

Tentação de Jesus
 19h30 a 21h - Centro Espírita
 Casimiro Cunha
 R. Nova Ponte, 464 - Salgado Filho

07/10
segunda
-feira

Os tempos são chegados
 20h a 21h - Grupo de Fraternidade
 Eurípedes Barsanulfo
 Rua Águas Formosas, 380 - Salgado Filho

20h a 21h - Centro Espírita Manoel
 Felipe Santiago
 R. Leopoldina, 685 - Santo Antônio

ddd-centrosul@amebh.com.br / (31) 999704526 / www.amebh.com.br



Você sente que a vida não vale o esforço de ser vivida?

Se algumas vezes você sente que a vida é tão difícil que não vale o esforço de ser vivida, continue lendo...

O que você pode estar pensando ou sentindo

- A dor parece ser esmagadora e insuportável.
- Você se sente sem esperança, como se não fizesse sentido continuar a viver.
- Você se sente consumido(a) por pensamentos negativos e perturbadores.
- Você não consegue imaginar outra solução para os seus problemas que não seja o suicídio.
- Você imagina a morte como um alívio.
- Você pensa que todos estariam melhores sem você.
- Você se sente alguém inútil.
- Você se sente muito solitário(a), mesmo quando tem família e amigos.
- Você não entende por quê está se sentindo ou pensando desta forma.

O que você precisa lembrar

- Você não está sozinho(a). Muitas pessoas já passaram pelo que você está passando e estão vivas hoje.
- É ok falar sobre suicídio. Isto pode te ajudar a se sentir melhor.

- Passar por um episódio de ferir a si mesmo(a), ou pensamentos ou planos suicidas é um sinal de angústia emocional grave (talvez como resultado da perda de um amor, perda do emprego, término de um relacionamento, ou uma experiência de violência ou abuso. Você não tem culpa e essas coisas podem acontecer a qualquer pessoa.
- Você pode melhorar.
- Há pessoas que podem te ajudar.



LEMBRE-SE:

Se você sente que a vida não vale o esforço de ser vivida, procure ajuda. Você não está só! Existe ajuda disponível.

disque
188

O que você pode fazer

- Converse sobre o que você está sentindo com alguém em quem confie, um familiar, amigo(a) ou colega.
- Se você acha que está correndo o risco imediato de se ferir, entre em contato com o **CW - Centro de Valorização da Vida (disque 188 - grátis)** ou vá até lá pessoalmente.
- Converse com um(a) profissional, tal como médico(a), psicólogo(a), conselheiro(a) ou assistente social.
- Se você pratica alguma religião, converse com alguém da sua comunidade religiosa em quem você confie.
- Junte-se a um grupo de suporte ou auto-ajuda para pessoas que passaram pela experiência de se infligir ferimentos. Vocês podem se ajudar mutuamente a se sentirem melhores.



Haleh Tajadini, Phd e colaboradores publicaram um artigo no *Journal of Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* um artigo sobre o efeito da prece na intensidade da dor em pessoas com enxaqueca, em 2017.

Trata-se de um ensaio clínico controlado, prospectivo, duplo cego e randomizado. 92 pacientes foram divididos em dois grupos, aleatoriamente, cuja única diferença é que um deles (GE - Grupo Experimental) seria beneficiado com preces e o outro (GC - Grupo Controle) não seria.

Todos os pacientes foram tratados com 40 mg de propranolol de 12 em 12 horas. Foram feitos 45 minutos de prece, semanal, por oito semanas para os membros do grupo experimental.

A doença, comum a todos os participantes do estudo, foi a enxaqueca com e sem aura (uma percepção que alguns pacientes têm que as dores se iniciam) com os critérios da *International Headache Society*. Os pacientes foram aleatoriamente lotados nos grupos e não sabiam se receberiam preces ou não.

As dores foram avaliadas por uma enfermeira especialista que não sabia se o paciente avaliado pertencia a GE ou ao GC. Este procedimento evita que as crenças da enfermeira interferissem nos resultados de sua avaliação.

A distribuição da amostra foi considerada normal (teste Kolmogorov-Smirnof).

Foram estudados 92 pacientes, 82 dos quais eram mulheres com idade média de 32 anos e 75% deles eram casados. Os dois grupos tinham indicadores demográficos semelhantes.

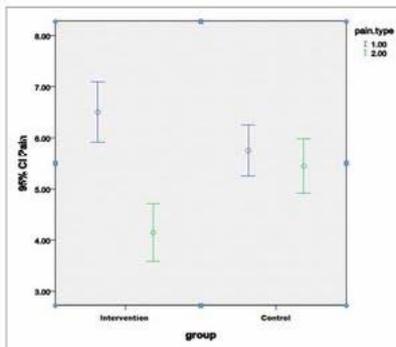
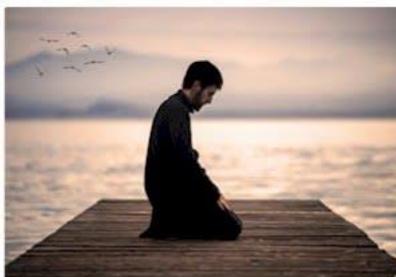


Figure 1. Pain score in patients before and after the intervention.

No início do estudo, mediu-se a dor, e compararam-se os grupos pelo teste t. Os dados são semelhantes entre os grupos, não podendo ser considerados diferentes.

Três meses depois a dor foi novamente medida. Os dois grupos tiveram redução de dor, mas a dor do grupo experimental (que recebeu preces) foi significativamente menor. A probabilidade de erro nesta afirmação é menor que 0,001 (um por mil).

Na figura acima se vê que o grupo que recebeu preces teve suas dores de cabeça reduzidas de uma média de 6,5 na escala para 4,2. Observe-se que mesmo considerando os

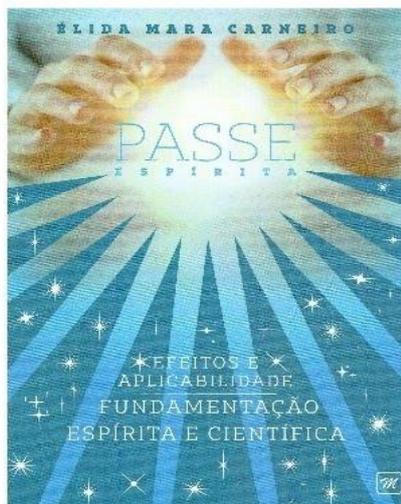
intervalos de confiança, as dores reduziram. O grupo que não recebeu preces teve suas dores de cabeça reduzidas em média de 5,7 para 5,4. Embora o segundo número seja menor, os intervalos de confiança são muito próximos, não se podendo nem afirmar que esta redução é significativa. Chamo a atenção também para a diferença dos intervalos de confiança entre os grupos experimental e controle 3 meses após o início do experimento. Os que receberam preces apresentam média inferior, mesmo considerando os intervalos de confiança.

Apenas como curiosidade, segundo os autores, o Corão Sagrado se baseia na prece (pray), que significa "pedir por alguma coisa", "fazer uma solicitação para uma necessidade" e "procurar ajuda". Os autores também classificam a prece em "prece de conversação, prece meditativa, prece ritual e prece intercessora".

Na discussão do estudo, os autores lembram que Wachholtz e Pargament (2008) mostraram que a meditação tem um grande efeito no decréscimo da frequência de dores de cabeça em pacientes com enxaqueca, na diminuição da ansiedade, no aumento da tolerância à dor e no bem-estar existencial, entre outros resultados.

Assista às palestras do 13o. Encontro Nacional da Liga de Pesquisadores do Espiritismo - ENLIHPE no Youtube, Canal Dubem. São dois vídeos, um contendo as atividades de sábado e outro do domingo pela manhã. •

TAJADINI, H., ZANGIABADI, N., DIVSALAR, K., SAFIZADEH, H., ESMAILI, Z., RAFIEI, H. Effect of prayer on intensity of migraine headache: a randomized clinical trial. *Journal of evidence-based complementary and alternative medicine*, v. 22, n. 1, p. 37-40, 2017.



TÍTULO: PASSE ESPÍRITA – EFEITOS E APLICABILIDADE
AUTOR: Élida Mara Carneiro
EDITORA: AME
1ª EDIÇÃO: 2019
PÁGINAS: 184

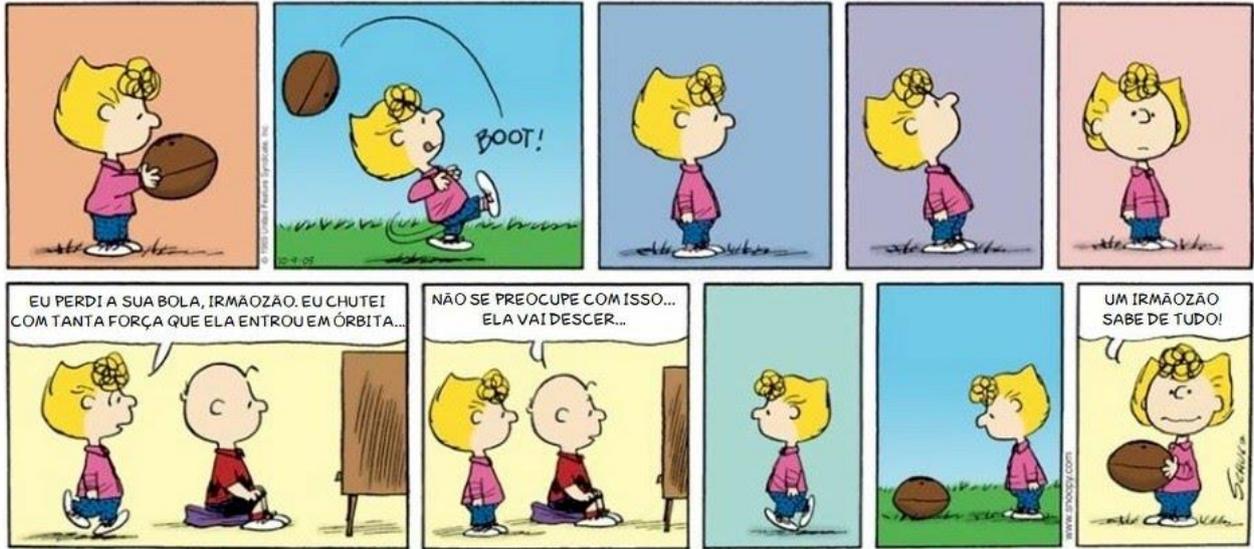


Márcio Xavier e Carlos Alberto Pereira são Coordenadores do "Departamento de Livraria, Biblioteca e Videoteca – DLBV"



Este trabalho aborda a temática do passe sob o embasamento científico da sua terapêutica e de seus efeitos e aplicabilidade sobre a saúde mental e física, corroborando com a ótica das principais obras da literatura espírita

e principalmente trazidas pelo espírito André Luiz. Obra de grande importância aos estudiosos do magnetismo e às pessoas e casas espíritas que realizam atendimentos aos enfermos de toda ordem.



EXPEDIENTE

Informativo semanal da AECX
Vice-Presidência de Comunicação
Wanderley B. Souza
Editor Responsável: João Parreira
Redação Geral: André Brasil
Reportagem: Márcia Xavier
Design e Composição: Deyler Paiva

ASSOCIAÇÃO ESPÍRITA CÉLIA XAVIER

www.aecx.org.br