

## CIDADANIA

Constantemente somos todos convidados ao exercício da cidadania, pois a miséria e a degradação social campeiam em torno de nós. Violência, desemprego, educação precária, habitações insalubres, saúde para poucos e civildade pouco exercida são alguns dos problemas a serem equacionados pelo próprio cidadão, que não deve tão somente aguardar os governantes resolverem. Somos os responsáveis e os beneficiários quando resolvemos tomar para nós a responsabilidade de solucionar tais problemas. Com seriedade e determinação, vamos agir em favor da construção de um mundo melhor. Em paz, com espírito público, façamos cada um a nossa parte nesta hercúlea tarefa.

*Adenauer Novaes*

PÁGINA  
**2**

**Forró Harmonia:  
a alegria está  
presente**

PÁGINA  
**3**

**Saúde Mental e  
Depressão**  
**Solidariedade e Vida  
Social**

PÁGINA  
**4**

**Curas Espirituais**  
**II Seminário ULE  
2017**

## FORRÓ HARMONIA: A ALEGRIA ESTÁ PRESENTE

Por Ana Carmen Segura, voluntária da Equipe de Eventos

A festa de São João, hoje tão nordestina, não tem origem brasileira, e sim em celebrações pagãs, anteriores ao Cristianismo, quando se comemorava a colheita no solstício de verão, no hemisfério norte.

Quando a corte portuguesa veio para o Brasil, trouxe em sua “bagagem” essa festa que, com o tempo, deixou de ser uma comemoração privada, entre amigos e familiares, passando a ser um evento público, da comunidade. Transcorridos os anos, sofreu processos de adaptação regional e hoje é tida como a maior festa nordestina, em que o forró, a quadrilha, o casamento na roça, as vestimentas coloridas e as comidas típicas fazem dela um evento de muita alegria e muitas cores.

É nesse clima de alegria que a Fundação Lar Harmonia realizará a 17ª edição de seu Forró Harmonia, no domingo, dia 4 de junho, às 17 horas, ao som de Antônio Britto e Banda.

Haverá barracas com comidas típicas, nas quais poderão ser encontrados bolos diversos, mingaus, milho verde e amendoim cozido, tortas salgadas, dentre outras delícias.

O Forró Harmonia, como todos os eventos que a Fundação realiza, tem como principal objetivo a confraternização entre os trabalhadores voluntários, seus familiares e amigos. Este ano, foram disponibilizados para venda 500 ingressos no valor de R\$ 30,00 cada, que podem ser adquiridos na sede da Fundação. A arrecadação do evento será destinada a suas obras sociais, em especial para finalizar a construção do Lar Harmonia Fabiano de Cristo.

A Fundação conta com o abraço sempre amigo e comprometido da sua Equipe de Eventos, voluntários que, no momento, estão cuidando com carinho dos muitos detalhes para que o Forró seja um sucesso, proporcionando momentos de alegria, de integração, de bem-estar a todos aqueles que dele participarem.

## expediente

Edição

**Adenáuer Novaes**

Textos

**Adenáuer Novaes**

**Ana Carmen Segura**

**Jeísa Crusoé**

**José Ribeiro**

**Maria Cecília Alvarenga**

**Sheldon Menezes**

Projeto Gráfico

**Diego Novaes**

Arte Final

**Angelo Reale**

Revisão

**Maria Angélica de Mattos**

Impressão

**Contraste Editora Gráfica**

Tiragem

**1.000 exemplares**

Rua Deputado Paulo Jackson, 560.  
Piatã. Salvador-Bahia-Brasil  
(71) 3286-7796  
www.larharmonia.org.br  
atendimento@larharmonia.org.br

## Colabore com nossas obras assistenciais

Caso você queira contribuir com o trabalho da Fundação Lar Harmonia, mande um e-mail para atendimento@larharmonia.org.br. Você receberá em casa um exemplar do nosso jornal, onde poderá acompanhar nossas realizações, e um boleto bancário referente à sua contribuição. O valor a ser doado será estipulado por você.



## programação 2017

Junho

**04/06 (dom) 17h**  
Encontro Junino

Julho

**08/07 (sáb) 20h**  
Aniversário do Núcleo Jurídico

**22/07 (sáb) 10h**

Aula Inaugural do 2º Semestre da ULE

**30/07 (dom) 9h às 13h**

3º Seminário “Psicologia, Mitologia e Espiritualidade” –Adenáuer Novaes

Agosto

**27/08 (dom) 9h às 13h**

4º Seminário “Iluminação Interior”  
–Adenáuer Novaes

## SAÚDE MENTAL E DEPRESSÃO

Por José Ribeiro, economista e demógrafo

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a saúde mental como um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente a ausência de doenças. Está relacionada com a promoção do bem-estar, a prevenção dos transtornos mentais e o tratamento e reabilitação das pessoas por eles afetadas. Segundo a OMS, o número de pessoas com depressão ou ansiedade aumentou de 416 milhões em 1990 para 615 milhões em 2013, perfazendo um incremento de cerca de 200 milhões de pessoas em apenas 13 anos (+48,0%). Isoladamente, a depressão afeta um contingente de 322 milhões de pessoas e aumentou 15,0% entre 2005 e 2015. No ano de 2030 será a enfermidade mais incidente, segundo a OMS. Indubitavelmente que parte deste crescimento está relacionado com o aprimoramento do diagnóstico e melhoria do registro. Entretanto, a velocidade e a magnitude do aumento dos episódios depressivos são reveladores, de forma inequívoca, da maior incidência deste transtorno.

No Brasil, 5,8% da população é acometida pela depressão, que afeta um total de 11,5 milhões de pessoas. Segundo os dados da OMS, o Brasil é o país com maior prevalência de depressão da América Latina e o segundo com maior prevalência nas Américas, ficando atrás somente dos Estados Unidos, que conta com 5,9% de depressivos. A OMS destaca que o Brasil lidera as estatísticas mundiais em prevalência de transtornos de ansiedade: 9,3% da população, o equivalente a 18,6 milhões de pessoas. Ainda segundo a OMS, o número de pessoas com transtornos de ansiedade era de 264 milhões em 2015, com um aumento de 14,9% em relação a 2005. A prevalência na população é de 3,6%. Vale ressaltar que muitas pessoas têm tanto depressão quanto transtornos de ansiedade. Conjuntamente, os transtornos mentais já acometem cerca de 10,0% da população mundial e respondem por 30,0% das enfermidades não fatais.

O tema vem assumindo tanta preocupação e relevância que o mote da campanha escolhido pela OMS em 2017 para celebrar o Dia Mundial da Saúde (07 de abril) foi: “Depressão: vamos conversar”, direcionada para a disseminação de que falar sobre a depressão é um elemento crucial para a sua cura.

### Setembro

**24/09 (sáb) 11h às 15h**

VIII Feira Harmonia de Gastronomia

### Outubro

**23/10 (dom) 9h às 13h**

5º Seminário “Mito Pessoal e Destino Humano” –Adenauer Novaes

### Novembro

**11/11 (sáb) 18h**

II Festival de Balé

### Dezembro

**03/12 (dom) 7h**

Caminhada pela Paz e Café da Manhã

**09/12 (sáb) 19h**

XII Encontro das Religiões

## SOLIDARIEDADE NA VIDA SOCIAL

Por Jéisa Crusoé, coordenadora pedagógica da Universidade Livre do Espírito

O ser humano é de natureza gregária. Tem a necessidade de estar em grupos e, por isto, cria uma organização social que, ao mesmo tempo que sustenta o indivíduo é também por ele sustentada. Assim compreendemos a sociedade como um organismo vivo, em que cada indivíduo interage com os demais, formando, nesta interação, uma teia entrelaçada por distintos fios. Um destes fios diz respeito às relações humanas de compartilhamento de ideias e interesses e de relações de apoio, auxílio ou defesa – em uma palavra: solidariedade.

Já sabemos que é na vida social, nas relações com o outro que surgem as oportunidades de aperfeiçoamento. Em tais ocasiões colocam-se em ação os potenciais do espírito, contribuindo para o progresso da humanidade na medida em que se dissolvem os fios de apegos materiais e preconceitos que ainda compõem a grande teia e se fortalecem os fios da solidariedade.

Assim sendo, como estamos exercendo nossas ações solidárias? Nas ações previamente pensadas, seguimos os preceitos aprendidos. Solidarizamos-nos em campanhas contra a fome, em atenção a calamidades ambientais, em benefício de vítimas dos mais diferentes males. E toda forma de auxílio é necessária! Repercute no bem ao outro e no bem a nós próprios. Mas todas essas ações parecem assumir um caráter paliativo, pois continuamos convivendo com os mesmos problemas – estancam-se aqui e logo rompem-se mais adiante...

Façamos uma reflexão acerca do comportamento humano nas pequenas ações, naquelas em que não pensamos ou planejamos e simplesmente... acontecem. Observemos, por exemplo, quando alguém é tratado de forma diferente, por possuir um estigma social qualquer. Percebendo, certamente rejeitamos aquele tratamento. Mas, o que fazemos? Talvez intercedamos ou talvez ignoremos, afinal, o que temos com isso? Vejamos outra situação: agora somos nós que estamos nos sentindo desrespeitados... Qual o nosso limite? Competição e individualismo refletem o grau de aprendizado que conseguimos internalizar e o nível evolutivo que nos encontramos.

A encarnação merece ter um fim útil, e isto inclui a evolução pessoal e a realização desta evolução nas relações com o outro, pois coexistimos em regime de interdependência. Perceber-se espírito imortal intensifica a consciência da necessidade de melhorar-se e voltar o olhar para a sociedade, investindo em ações que provoquem mudança efetiva e o progresso desejado da humanidade.

## CURAS ESPIRITUAIS

Por Sheldon Menezes, médico e diretor do Trabalho de Cura no Centro Espírita Harmonia

Nós ainda nos encontramos numa faixa evolutiva em que a dor e o amor, principalmente, conduzem-nos a experiências que nos auxiliam no nosso processo de autoconhecimento e autotransformação, evoluindo pouco a pouco.

Entre as fontes de dor, existem as doenças, que nos tiram do bem-estar biopsicossocioespiritual, considerado como definição de saúde por várias instituições, como a OMS, Organização Mundial de Saúde. Algumas delas nos trazem certos desconfortos, outras, incapacidade temporária ou definitiva, e outras ameaçam a própria existência quando não a encerram.

A doença, então, como convite a essa autotransformação, deve ser compreendida como fonte de aprendizado, ao tempo que se procura a cura. Em outros casos, ela é consequência de equívocos passados, servindo como expiação, o que não deixa de ser também uma fonte de aprendizado.

Como espíritos imortais, feitos simples e ignorantes, encarnamos por incontáveis vezes até atingirmos a tendência à perfeição, já que esta última é atributo de Deus.

A busca pela cura se dá no sentido de restabelecer a harmonia, e, desde os tempos mais remotos, tem-se buscado meios para a recuperação da saúde.

Entre as fontes de cura, existem as curas espirituais, das quais temos notícias há séculos. A intercessão de espíritos a favor do tratamento de pessoas tem sido registrada por diversos depoimentos e escritos. Allan Kardec, através de um meticuloso estudo junto com espíritos, trouxe as explicações desse processo.

Somos energia e estamos sujeitos à perda, ao ganho ou à transferência dela.

Espíritos elevados, conscientes desse processo, têm beneficiado outros espíritos, encarnados ou não, através da doação de energias refazedoras, curativas.

As curas espirituais podem ser instantâneas e diretas, como as realizadas por Jesus, que são mais raras, ou através de algumas sessões quando a doação energética ocorre através de encarnados, chamados médiuns de cura, que sintonizam com “esses espíritos de cura”, facilitando a transferência de energia pelo fato de estarem na mesma sintonia dos pacientes.

E por que algumas pessoas não alcançam a cura, apresentam recidiva da doença ou mesmo uma outra doença? Certamente a resposta está no sentido da doença, expressa no início deste artigo. Se a doença é um convite à autotransformação, a consciência desse convite talvez ainda não tenha chegado, ou a doença pode ser um limitador para que equívocos não sejam cometidos, comprometendo a encarnação. Por vezes, estar doente é a cura.

## II SEMINÁRIO ULE 2017 REENCARNAÇÃO: REGRESSÃO OU PROGRESSÃO?

Por Maria Cecília Alvarenga, psicopedagoga e reitora da Universidade Livre do Espírito (ULE)

“Nascer, crescer, morrer, renascer ainda e progredir sempre, tal é a lei”, frase de Allan Kardec que define bem o processo de desenvolvimento do espírito, além de possibilitar refletirmos que reencarnação é oportunidade de aprendizado e deve ser entendida como dádiva divina.

Jornadeamos por sucessivas reencarnações e, assim, vamos tendo muitas experiências; conseqüentemente, entre erros e acertos, vamos ampliando a nossa capacidade de amar, de ser humano, de educar nossos sentimentos, de ser mais sensível e tolerante com os nossos próprios enganos e limitações. No exercício do livre-arbítrio, o espírito vai tecendo a sua história e, sempre fadado à felicidade, vai aprimorando suas ações no cotidiano das várias relações das dimensões da vida.

Sabemos que o espírito não regride ao aprendizado já conquistado, mas podem ocorrer, na sua jornada evolutiva, engessamentos por dificuldades que variam conforme o estágio em que ele se encontra. Sendo assim, causam-lhe desequilíbrios momentâneos. Tudo dependerá da forma que resolva enfrentar as situações necessárias ao seu aprimoramento.

O bom mesmo é saber que não estamos sós, que muitos e bons espíritos, encarnados ou desencarnados, zelam por nós. As oportunidades de aprendizado são muitas; sigamos em frente, vigilantes e nos permitindo apreender mais e mais o que é valioso para o Espírito.

Todo aprendizado mobiliza energia psíquica e emocional, principalmente quando as oportunidades de adquiri-lo chegam pela dor. Vejamos, porém, este processo de dor não como punitivo, mas como libertador e impulsionador para novas conquistas de competência e habilidade para o seu processo educativo.

Este é o tema do seminário “Reencarnação: regressão ou progressão?”, que será promovido pela Universidade Livre do Espírito (ULE) no próximo dia 11 de junho, das 9 às 13 horas, no Auditório Francisco Cândido Xavier, no Centro Espírita Harmonia. Os facilitadores serão o diretor da ULE, Adenauer Novaes, e o diretor do CEH, Fernando Santos.

O evento tem como público-alvo os alunos, coordenadores e monitores da ULE e os trabalhadores de outras atividades do Centro Espírita Harmonia. Sua contribuição será uma cadeira branca, plástica, sem braço e da marca Tramontina. Esta doação será para o Lar de Idosos Fabiano de Cristo.

Inscreva-se na recepção do Centro Espírita Harmonia ou com o coordenador do seu ciclo e, no dia do evento, apresente o comprovante da entrega de sua doação. Uma equipe de trabalhadores acolhedores estará à sua espera. Participe!

Atenção: Os estudantes da ULE devem indicar o Ciclo a que pertencem, pois a participação valerá pontos para a Gincana Ser ULE.