

## Combate ao assédio sexual

A despeito do desenvolvimento de diversos mecanismos, inclusive legais, de combate ao assédio, é notória, em nossos dias, a recorrência de crimes sexuais que violentam especialmente as mulheres do nosso país. Trata-se de um tema grave e urgente, tendo em vista as estatísticas e as consequências cruéis desses delitos. O abuso sexual está, infelizmente, presente nos mais diversos espaços da sociedade, demandando o cuidado, a conscientização das pessoas e a adoção de medidas preventivas por parte de representantes e lideranças. Com o intuito de aprofundar esse debate, convidamos a especialista Luanda Santos para uma entrevista.

## Como lidar com a adolescência



Fonte: Freepik.

O período da vida que marca a transição da infância para a vida adulta, em geral, é caracterizado por mudanças comportamentais que desafiam a relação entre adolescentes e seus responsáveis. À medida que o tempo passa, novos temas e questões sociais vão surgindo e, por isso, as dificuldades de relacionamento e de educação parecem se reconstituir, até mesmo em função dos conflitos geracionais. Neste texto, Juliana Leite e Léia da Hora dialogam sobre as perspectivas que dizem respeito à vida com o adolescer de filhos e filhas, netos e netas, sobrinhos e sobrinhas etc.

**Páginas 3 e 4**

**DEPOIS DO NÃO, FERE TEU DIREITO.**

**O QUE É CONSIDERADO ASSÉDIO?**  
QUALQUER ATITUDE INVASIVA OU DESRESPEITOSA, ESPECIALMENTE DE CARÁTER SEXUAL

- PASSAR A MÃO NA MULHER SEM A EXPRESSA AUTORIZAÇÃO
- PUXÃO PELA CINTURA, PELO BRAÇO OU CABELO
- BEIJO FORÇADO
- CANTADAS INAPROPRIADAS
- CHEGAR ABRAÇANDO À FORÇA
- XINGAMENTOS OU AGRESSÕES QUANDO O HOMEM NÃO ACEITA "LEVAR UM FORA"

**ASSÉDIO**

**IMPORTUNAÇÃO SEXUAL É CRIME – LEI Nº 13.718 /18**  
PENALIDADE: RECLUSÃO, DE 1 (UM) A 5 (CINCO) ANOS, SE O ATO NÃO CONSTITUIR CRIME MAIS GRAVE.

**SE PRESENCIOU OU FOI VÍTIMA DE ASSÉDIO, DISQUE 180.**

**Páginas 5 e 6**

### ▼ Editorial

Contempla uma breve análise sobre a relação entre amor e maturidade espiritual por meio dos versos do compositor Belchior .....2

## Homens e lobos

O artigo de Marcus Vinicius Braga destaca a simbologia atribuída ao animal, com relação à ferocidade e à agressividade, fazendo paralelos com o comportamento humano. Na instigante análise do autor, são mapeados mitos e arquétipos dessa associação, considerando, ainda, as ideias de pensadores clássicos e de escritores consagrados da literatura espírita.

**Páginas 7 e 8**

Confira as novidades e participe!



## Atividades do IDE-JF

### Atendimento Fraterno

Quinta-feira: 20h  
Sexta-feira: 14h30 e 18h

### Farmácia/CAEC\*

Terça e sexta-feira: 14h às 17h

### Biblioteca

Quinta-feira: 19h30 às 21h30  
Sexta-feira: 14h30 às 16h  
Sábado: 18h30 às 20h30

### Bazar\*

Sábado: 9h às 11h30

### Grupo de Higiene Mental

(on-line)

Terça-feira: 19h30

### Grupo de Apoio

Segunda-feira: 20h

### Passe

Quinta-feira: 20h

Sábado: 19h

### Espiritismo para Crianças e

### Mocidade

Quinta-feira: 20h

Sábado: 19h

Domingo: 9h30 às 10h30

### Tratamento Magnético

Sexta-feira: 15h e 18h30

\* Funciona na Avenida Santa Luzia, 40 – Bairro Santa Luzia.

## Grupos de Estudos

Obra, Autor	Dirigente	Dia, horário Formato
<i>O Espiritismo de uma forma mais simples</i> , Allan Kardec/IDE-JF	Graça Paulino	Domingo, 9h30 Presencial
Cartas de Paulo	João Luiz da Rocha	Segunda, 19h Presencial
<i>O Livro dos Espíritos</i> , Allan Kardec	Thereza Cristina	Quinta, 19h Presencial
<i>Revista Espírita 1862</i> , Allan Kardec	Myrian Jorio	Sexta, 20h On-line



**PALESTRAS  
PÚBLICAS**

Quinta-feira | 20h

Sábado | 19h

É recomendável o uso de máscara de proteção facial durante todo o tempo de permanência na casa.

## Belchior canta a maturidade espiritual

Algumas composições musicais tocam em aspectos relevantes da vida humana e se comunicam diretamente aos nossos sentimentos e às nossas reflexões. A música “Alucinação”, de Belchior, é uma declaração de intenções e desejos, uma carta poética sobre uma proposta de como viver. Ele olha para o mundo de um jeito diferente do habitual, avesso a fantasias e buscando o que há de importante na experiência com a realidade.

O refrão tem uma ideia em concordância com o Espiritismo e diz assim: *Amar e mudar as coisas me interessa mais*. É um resumo dos objetivos de estarmos encarnados: progredir e contribuir para construir um mundo melhor. Para tal, o exercício do amor é a pedra angular. A Doutrina Espírita defende que a tarefa de amar deve estar no centro de todos os nossos esforços individuais e coletivos.

E, ao contrário do que acusa a crítica das escolas de pensamento pessimistas, isso não é ingenuidade, mas se trata de uma conclusão da maturidade espiritual. Somente o amor tem potencial para resolver as grandes questões humanas, sem desvios ilusórios. Amar é a realidade mais profunda da criação. Nele, fundam-se a verdadeira fraternidade e os cuidados necessários para impulsionar cada Espírito no enfrentamento de suas imperfeições morais.

Por isso mesmo, o amor é entendido como um sentimento nobre e também como uma ação capaz de transformar o nihilismo, a ganância e a obsessão pelo poder que dominam nossa cultura. A ética amorosa ensinada por Jesus, e retomada pelo Espiritismo, fornece-nos as ferramentas para construir uma sociedade renovada, cujos fundamentos sejam o bem-estar coletivo e a justiça, com igualdade de direitos e deveres.

### Diretoria do IDE-JF

Departamento Administrativo: Ademir Amaral e Marco Antônio Corrêa  
Departamento de Comunicação: Allan Gouvêa e Gabriel Lopes Garcia  
Departamento Doutrinário: Geraldo Marques e Myrianceli Jorio  
Departamento Editorial: Angela Araújo Oliveira e Elisa Marques da Costa  
Departamento de Evangelização: Janezete Marques e Lucas Rieger de Oliveira  
Departamento Mediúnico: Juliana Martins Nader Leite e Léia da Hora  
Departamento Social, de Promoção e Eventos: Claudia Nunes e Graça Paulino

### Expediente

O IDEAL é uma publicação mensal do Instituto de Difusão Espírita de Juiz de Fora – Rua Torreões, 210 – Santa Luzia – 36030-040 Juiz de Fora/MG  
Tel.: (32) 3234-2500 – divulgacao.idejf@gmail.com  
Departamento de Comunicação: Allan de Gouvêa Pereira e Gabriel Lopes Garcia  
Jornalista Responsável: Allan de Gouvêa Pereira – MTE: 18903/MG  
Editoração: Angela Araújo Oliveira  
Publicado em janeiro de 2024.  
Os artigos não assinados são de responsabilidade do Departamento de Comunicação do IDE-JF. /

# Adolescência

Juliana Martins Nader Leite e Léia da Hora

**Juliana:** Olá, caríssimas e caríssimos, como estão?

Em nossa última conversa, falamos sobre a fase da infância, especificamente no que toca à dificuldade que algumas crianças têm de dormir, lembram? Desta vez, vamos seguir um pouco mais à frente na linha do tempo, até chegarmos à estação ADOLESCÊNCIA...

Não parece ser novidade para ninguém que o “adolescer” envolve muitas questões e que, nesta fase da vida, incontáveis vezes, surgem conflitos – internos, familiares e até sociais.

Quantas vezes já não ouvimos de um ou de uma jovem (filho ou filha, neto ou neta, sobrinho ou sobrinha...): “será que você não me entende?”

E será que, mesmo tendo sido adolescentes um dia, a gente entende?

E quantas não são as vezes em que nos pegamos pensando: como devo agir nesse caso? O que posso fazer para aproximar meu filho, minha filha, meu neto, minha neta, sobrinha ou sobrinho de mim?

Por outro lado, sendo adolescente, quem nunca se perguntou: por que não sou compreendido ou compreendida? Qual é o meu lugar no mundo? Que caminho devo seguir? Quais sentimentos são esses que me visitam?

Nossa, se fosse possível colocar aqui todas as indagações, hein?! Creio que passaríamos longas páginas só questionando... Mas não temos nem a pretensão de esgotar um assunto tão vasto, nem espaço para isso, não é mesmo?

Na verdade, nossa intenção hoje é ini-

ciar um caminho em busca de uma maior compreensão sobre a adolescência, à luz do Espiritismo, buscando compreender melhor essa etapa da vida a fim de conseguirmos alcançar uma maior harmonia na convivência. Vale trocar alguma experiência também...

De cá, fico eu pensando no fato de que, justamente nesse momento da vida em que o próprio corpo sofre grandes transformações, tem-se o encontro entre o “homem velho”, que em nós habita, com quem somos no presente e isso mexe bastante conosco, não é mesmo? Como lidar com isso?

*É confiar no nosso instinto e na intuição, e aguardar a ação do tempo. Só ele nos mostrará o resultado.*

E o que nós podemos fazer para ajudar?

Léiaaaa... Me ajuda aqui?

Lembro de você falar de uma prática que adotava que ajudava muito na fase dos seus filhos adolescentes... Conta para a gente? E coloca o que acha que ajudaria na compreensão desse tema?

**Léia:** Alô, Juliana querida... Tema difícil, porém necessário. Mesmo tendo passado pela adolescência de quatro filhos e seis netas, ainda não tenho as respostas, mesmo porque, muito embora todos tenham em comum as necessidades morais e espirituais, cada ser é um indivíduo diferente e com necessidades psicológicas, sociais e culturais igualmente diferentes.

Sem falar do nosso estado de espírito e nossa fase de existencial, enquanto pais.

Por isso, sempre devemos pensar na Lei Natural que nos protege e nos impede ao contínuo aperfeiçoamento e à manutenção da esperança e da fé, para continuarmos na importante edificação da estrutura familiar.

Acredito que a primeira coisa que precisamos aferir é a personalidade do nosso adolescente. Ele é manso, pacífico? Ele é acomodado? Ele traz conflitos íntimos nascidos de revoltas contra tudo e contra todos? Ele é um espírito questionador, contestador? E, veja bem, Juliana, quanto mais inteligente é o espírito, mais conhecimento tecnológico ele tem e, portanto, mais curioso e em busca de respostas ele será/estará.

Em um segundo momento, questionamo-nos: será que as contestações seriam fruto de antigos comprometimentos do passado espiritual, em que quem questiona e contesta é o espírito imortal e não tão somente o adolescente?

Muitas vezes, a educação desvelada e digna não teve tempo necessário para dar frutos e nossa impaciência seria o grande problema. Refletimos também sobre nossa falta de fé em Deus, nosso Pai, posto que estes filhos nossos são filhos d’Ele primeiro. E, nesse caso, só o tempo nos mostraria os resultados de nossa dedicação.

Sobre a educação no lar, acredito que os pais fazem tudo o que podem na palavra e no exemplo na tarefa educativa; porém, nesse quesito, nunca saberemos

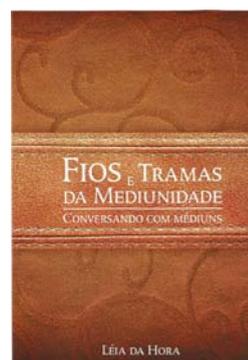


**Fios e tramas da mediunidade: no âmbito da reunião mediúnica** (2018)

Léia da Hora

R\$ 15,00

Disponível na Livraria



**Fios e tramas da mediunidade: conversando com médiuns** (2012)

Léia da Hora

R\$ 15,00

Disponível na Livraria

de imediato o resultado do nosso trabalho. É confiar no nosso instinto e na intuição, e aguardar a ação do tempo. Só ele nos mostrará o resultado.

Tenho refletido muito sobre as descobertas tecnológicas na mente dos nossos jovens, distraíndo-os nos fins da encarnação quanto progresso moral. Mentes aguçadas por si, conhecimentos mil em todas as áreas. E os pais, por outro lado, impacientes e não menos perdidos em suas funções éticas e morais.

Senão vejamos, por anos, o espírito dócil pela imaturidade física seguiu as orientações e os exemplos dos pais e da família. Quando chega à adolescência, seus órgãos, já mais aptos, permitem maior movimento e liberdade do espírito encarnado; nesse momento, as diferenças entre o querer e saber dos pais e seu próprio querer e saber começam a aparecer. Os pais se perguntam: “onde errei?”.

E, perplexos, continuam a se perguntar: “quem é você, ilustre e amado desconhecido?”.

Da minha própria experiência, tive alguns momentos muito diferentes e não menos difíceis, nessas fases adolescentes dos meus quatro filhos, mesmo porque eles eram diferentes, precisavam de movimentos diferentes da minha parte e tinham passado também outros diferentes comigo.

Com um, foi a manifestação física e



Fonte: Psicoajuda.

emocional na demonstração do meu amor incondicional, expressando-lhe: “você pode contar comigo, somos diferentes, mas nos amamos”.

Com outro, foi a paciência e confiança de que, com o tempo, o amadurecimento aconteceria e as coisas entrariam nos eixos, o que realmente aconteceu.

Com um terceiro, foram recursos paliativos de alívio na relação, por si, tão difícil, em cobranças, críticas ininterruptas, duros julgamentos durante anos e anos; tentando em minha limitada humanidade encontrar uma solução que não viria, senão com o passar do tempo e o conseqüente saneamento das mágoas e das culpas. Esse tempo, Juliana, ainda não passou, estamos nele, no qual as preces infundáveis aos bons Espíritos, para que estes nos ajudassem e ajudem na paciência, na perseverança e no bom ânimo.

Um exercício, sobremaneira simples, pode ser de grande valia no processo resiliente da adolescência. À noite, após uma prece humilde e ardente a Deus, criar um espaço mental limpo de pensamentos articulados, acalmar os anseios humanos pela respiração, assim, as incertezas, o cansaço e as dolorosas emoções ficam, como que isoladas. Logo após essas duas ações mentais, acionar nosso sol interior e trazer a lembrança do filho amado para o seu campo de ação. Assim permanecer por rápidos instantes. Isso nos acalma e acalma o filho querido também. A fé em Deus e em nós, a confiança no movimento podem ter um verdadeiro poder de ação e transformação nos nossos sentimentos pelas vibrações emitidas. A resposta no filhinho amado se faz por quietação dos seus conflitos íntimos, independentemente da causa que os tenham gerado.



**O Espiritismo de uma forma mais simples** (3ª edição – revisada 2014)

IDE-JF

R\$ 30,00

Disponível na Livraria



**O Evangelho de uma forma mais simples** (2009)

IDE-JF

R\$ 30,00

Disponível na Livraria

## O IDEAL ENTREVISTA

### Luanda Santos

A prática de assédio sexual está presente em muitos ambientes sociais, inclusive no meio espírita. É uma questão grave, que perturba a sociedade, com impacto maior na vida da mulher. Por isso, pensando no papel educativo do IDE-JF, trazemos esse tema à tona. Nossa entrevistada tem vasta experiência no atendimento às mulheres vítimas de violências e uma longa contribuição em estudos do Espiritismo. Confira abaixo a entrevista na íntegra.

#### O que é, afinal, assédio sexual? Importunação sexual é a mesma coisa?

Assédio sexual são atos constrangedores que ocorrem sem o consentimento da vítima, com o intuito de obter vantagem ou favorecimento sexual. Abrange uma vasta gama de comportamentos que vão desde cantadas grosseiras, agressões verbais até abuso e agressão sexual. O assédio sexual pode ocorrer em diferentes ambientes, como escola, trabalho, igreja e dentro da própria casa. Embora esse ponto esteja em discussão no Congresso, para um crime se enquadrar em assédio sexual, é necessário que haja uma hierarquia entre agressor e vítima. Já em relação ao crime de importunação sexual, não há a necessidade de haver

hierarquia entre agressor e vítima. Atos de masturbação e ejaculação em transportes públicos, por exemplo, configuram crimes de importunação.

#### Quando é que deixa de ser paquera e vira assédio sexual?

A palavra de ordem é RECIPROCIDADE. Se as investidas são consentidas, há uma "paquera" saudável, contudo, se a mulher sinalizou um incômodo, já passa a ser crime de importunação sexual. Investidas em ambientes de trabalho, escolas, igrejas, instituições espíritas e afins são sempre inapropriadas. É necessário ter bom senso e julgamento claro sobre o ambiente em que se está inserido e com qual propósito.

#### Quais são os impactos psicológicos e sociais em uma vítima de assédio sexual?

Mulheres vítimas de abuso sexual podem desenvolver problemas médicos, sociais e psicológicos, como Transtorno de Estresse Pós-Traumático – TEPT, depressão, ansiedade, distúrbios alimentares, baixa autoestima, distúrbios sexuais, entre outros.

Quanto ao comportamento social das vítimas, percebe-se uma imensa dificuldade de relacionamento, tendência ao isolamento, dificuldade em estabelecer vínculos de confiança e propensão ao confinamento. Crianças e adolescentes podem ter mau desempenho na escola e adultos podem apresentar baixo rendimento no trabalho ou pedir demissão.

#### Por que e como fazer a denúncia de assédio sexual?

Caso haja crime de importunação sexual em locais públicos, com testemunhas, pode-se acionar a PM pelo 190 e registrar o flagrante. Além disso, há possibilidade de denún-



Fonte: Pixabay.



#### A Mediunidade de uma forma mais simples (2016)

IDE-JF

R\$ 30,00

Disponível na Livraria



#### Que somos nós? Um estudo da interação Espírito, corpo e ambiente (2015)

Ricardo Baesso, Geraldo Luciano Marques, Carlos Alberto Mourão Júnior, Carlos Eduardo Nogueiras, David Sérgio Gouvêa, Eliane Banhato e Lyderson Viccini

R\$ 22,00

Disponível na Livraria

cia pelo 180. Essa denúncia pode ser feita de forma anônima, como em caso de síndico ou vizinhos de apartamentos que ouçam crimes de violência. Em Juiz de Fora, há a Delegacia da Mulher, no Santa Cruz Shopping, 2º piso, ou a Casa da Mulher, na Av. Garibaldi Campinhos, 169. Caso a mulher queira apenas conversar e conhecer seus direitos ou buscar apoio psicológico, há a Casa de Therta, na Av. Getúlio Vargas, 672, sala 303 (telefone: 32 99923-3802). Há também os perfis no Instagram de Coletivos Feministas, que oferecem acolhimento e encaminhamento às delegacias especializadas, como o Coletivo Maria Maria ou o 8Mjuizdefora.

Caso a mulher esteja acompanhada do agressor ou em desespero, em situação de violência doméstica, ela pode desenhar um X com batom vermelho na

palma da mão; adentrar uma farmácia e mostrar a palma da mão, pois o atendente farmacêutico acionará a polícia imediatamente.

### Como apoiar as pessoas que sofrem assédio sexual?

O melhor apoio é não julgar e encaminhar aos locais especializados. Por se tratar de uma questão muito delicada, desaconselhamos qualquer tentativa de intervenção com base em crenças individuais. A capacitação para acolhimento de mulheres vítimas de violência inclui seis etapas básicas.

- Validar o relato da vítima, não duvidar e não julgar.
- Não perguntar, apenas ouvir.
- Garantir que a vítima esteja ciente

dos seus direitos para se sentir segura e apta a denunciar.

- Nunca culpar a vítima, emitindo opiniões sobre suas vestimentas ou quanto álcool ingeriu, se aceitou um convite para um encontro, se teve ou não relacionamento com o agressor. Lembre-a sempre de que NÃO é NÃO, e isso precisa ser respeitado.

- Não tocar na vítima e, caso preci-

se, peça permissão.

- Busque você ajuda psicológica, pois acolher vítimas de violência gera gatilhos em nós que, muitas vezes, desconhecemos. Caso tenha acontecido com um parente ou uma pessoa próxima, mais um motivo para VOCÊ também buscar ajuda.

Importante ressaltar que vítimas de violência sexual precisam ser encaminhadas às unidades de saúde, o mais rápido possível, para tomar a pílula do dia seguinte, evitando uma gravidez indesejada, além das medicações que previnam ISTs (infecções sexualmente transmissíveis).

*Investidas em ambientes de trabalho, escolas, igrejas, instituições espíritas e afins são sempre inapropriadas.*

### Qual é o papel das instituições espíritas no enfrentamento do assédio sexual?

O papel da instituição espírita é, antes de tudo, buscar informações sobre os tipos de violência contra a mulher e os canais de denúncia. Importante que a instituição possa estabelecer mediação com algum órgão especializado em atender essas vítimas da forma apropriada, uma vez que o acolhimento às vítimas de violência sexual requer uma capacitação específica. Não julgar, não emitir juízos de valor e não estimular que a mulher perdoe o abusador em nome de Deus ou da família, evita um futuro feminicídio.

## QUE PROVAS SÃO ADMITIDAS EM JUÍZO EM CASO DE ASSÉDIO SEXUAL?

- ✓ GRAVAÇÕES TELEFÔNICAS
- ✓ CÓPIAS DE MENSAGENS ELETRÔNICAS
- ✓ BILHETES
- ✓ RELATOS DE TESTEMUNHAS



### Breve história de todos nós – Uma síntese do tema Evolução e Espiritismo (2014)

Ricardo Baesso, Geraldo Luciano Marques, Carlos Eduardo Nogueiras, David Sérgio Gouvêa e Lyderson Viccini

R\$ 25,00

Disponível na Livraria



### Maco, o prego feliz (2013)

Léia da Hora

R\$ 15,00

Disponível na Livraria

## Sobre homens e lobos

*Marcus Vinicius de Azevedo Braga*

Das histórias de chapeuzinho vermelho aos três porquinhos, o lobo sempre representou o perigo, a agressividade, a animalidade. Como uma antítese de seu primo domesticado, o cão, figura este animal nas florestas sombrias das lendas, atacando aos incautos que nestas se aventuram.

O lobo vem a se fundir com o ser humano no mito do lobisomem, analisado com maestria por Luís da Câmara Cascudo no seu clássico “Geografia dos mitos brasileiros” (Editora Global, 2002), que trata da lenda de Licaon, rei de Arcádia, que ao tentar matar seu hóspede, Zeus, recebe como castigo do senhor do Olimpo a sua transformação em um lobo.

As tipologias do homem lobo chegam até a Roma, com as suas festas cultuando o Deus lobo, as luperciais, e daí para a Europa, chegando ao Brasil e a América do Norte pelas vias da colonização, povoando causos e filmes de diversas matizes, no homem que diante da lua cheia se transforma em um híbrido de homem e lobo, carregando uma maldição, um castigo divino, vinculado no Brasil, em especial, a atuações morais, como as relações impuras e o sétimo filho homem de uma mesma família.

André Luiz, na obra “Libertação”, psicografia do médium Chico Xavier, apresenta a licantropia como processo de mutação do perispírito com fins de penalização em um tribunal das trevas, provocado pela ação hipnótica de um algoz, fazendo daquele desencarnado um ser similar a um lobo, pelo menos no seu aspecto espiritual exterior.

Revelando, em um sentido punitivo, a verdadeira natureza daquele espírito, o potencial hipnótico faz com que esses espíritos se apresentem animalizados, em casos comuns também nas mesas mediúnicas, como tratado por Hermínio Miranda no seu “Diálogo com as sombras” (Editora FEB).

O lobo figura, assim, como um arquétipo de nossa animalidade, da violência interior do ser humano, que se manifesta como fardo, revelando quem realmente

somos, a feição do lobisomem das lendas que nos assustavam nos tempos juvenis, alternando-se entre a humanidade e o seu lado selvagem.

A sentença latina “Homo Homini Lupus”, que significa que “o homem é o lobo do próprio homem”, foi popularizada pelo filósofo inglês Thomas Hobbes, revelando a descrença do pai do Leviatã no homem e na sua natureza, descrença esta corroborada por Sigmund Freud, revelando o conflito da agressividade latente do ser humano e o seu desejo de paz, como dilema fundamental da existência humana.

No contexto espírita, esse conflito é entendido como o atavismo que arrastamos de nosso passado reencarnatório, o homem velho, confrontado com o sentimento renovatório do homem novo, que busca a luz. Alternamos, ainda hoje, na crença no ser humano e a sua potencialidade, contrastado na decepção com o homem egoísta e interesseiro de situações reais.

Em tempos de radicalismo, de desejos de ódio e vingança públicos, esse lobo suplanta o ser humano, o racional, o sentimental, em espetáculos de violência e animalidade, nos quais alimentamos esse animal, de forma controlada, mas que por vezes nos escapa às mãos.

Assim, encontramos-nos, jornadeiros da evolução, homens sonhadores, castigados pelo fardo de sua natureza lupina, surpreendendo-nos a cada noticiário, com mostras de superação e fraternidade, e abismados com crimes hediondos, que nos fazem descrecer, pela sua violência, na nossa natureza como espíritos eternos, criados por Deus.

E nessa luta caminhamos, pelo fio da navalha, combatendo a cada dia, a cada ação, o nosso lobo interior. Esse lado primitivo que nos cobra um preço se não o mantemos domado, utilizando a mesma expressão de Kardec, quando este se refere às más inclinações.

Devemos, assim, temer os lobos da floresta negra de nosso ser? Jesus nos disse que nos enviava como ovelhas em

meio a lobos rapaces, mas que somente lobos caem em armadilhas de lobos. A nossa fraqueza em dominar nossas tendências nos torna presas fáceis das armadilhas expiatórias, dolorosas, mas que nos conduzem à melhoria, pela dor e não pelo amor. Temer, apenas o mal que temos em nós mesmos, como assevera o Espírito André Luiz.

As lendas romanas falavam que o homem que se transformava em lobo, se passados dez anos sem cometer atos violentos, retornava a sua natureza humana, livre da maldição, ilustrando que é possível, na luta diária e persistente, vencer a animalidade inata com o desejo de angelitude. Dia a dia, pedra a pedra, construímos o homem novo!

Mas, para isso, precisamos do auxílio, da palavra amiga, da instituição religiosa e por vezes, do profissional especializado. Sem apoio, torna-se complexo romper o espírito violento como válvula de escape aos nossos conflitos, como forma rápida e simples de resolução de problemas, como combustível de nossa ação mais diretiva, necessária nas medidas exatas.

Não se trata de apologia à implosão interior, do silêncio que se converte na neurose e na somatização por meio da doença, mas sim da valorização da resolução de problemas pelo diálogo, com firmeza, substituindo as explosões de fúria que emergem de nosso lobo interior. A repressão, não. A educação, sim!

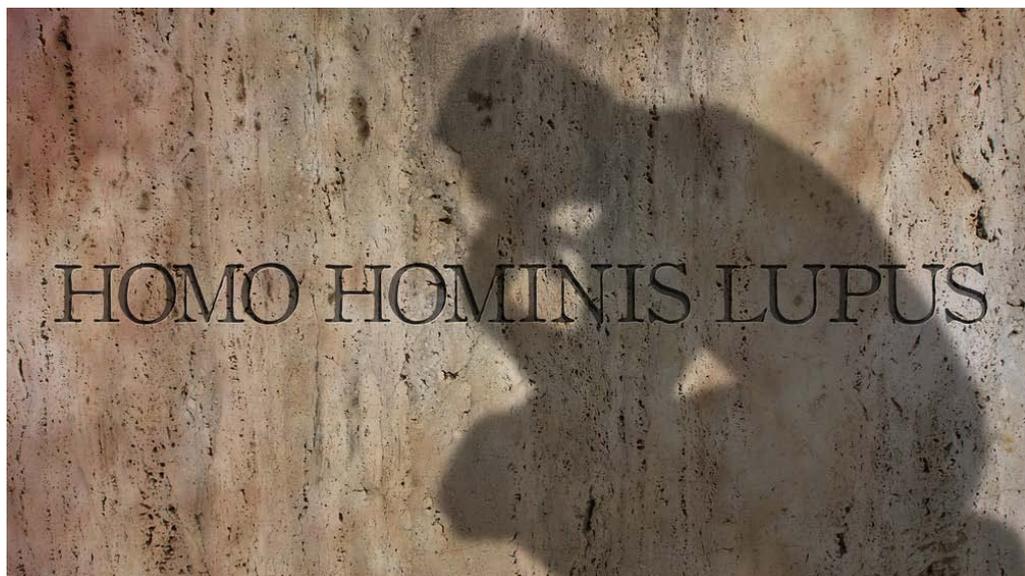
Não neguemos o lobo... Saibamos lidar com ele, como símbolo de força e de determinação, com carinho e a paciência que se domestica uma fera, mas com a consciência de sua natureza, como sabem bem os domadores de animais selvagens.

Não existe no mundo real o lobisomem encarnado. Existe sim o homem, lobo do próprio homem, artífice de seus males, construtor de seus avanços, e as armadilhas jogam sobre ele mecanismos que o auxiliam a domesticar esse lobo, que carrega pesaroso em seu coração, atormentando-o ao romper a capa de homem com um uivo sibilante.

*O Livro dos Espíritos* diz que distamos

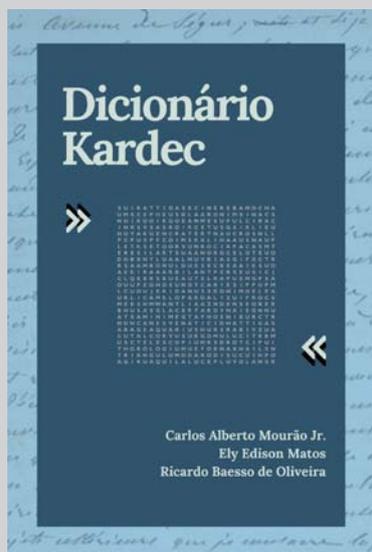
dos animais o equivalente ao que distamos de Deus (pergunta 597). Seres híbridos, saídos das fraldas da consciência, lutamos para construir em nós a paz que desejamos para o mundo, nesse chamado planeta de provas e expiações, que pleiteia a regeneração.

A doutrina espírita, com a sua função libertadora de consciências, investida das palavras do meigo nazareno, dá pistas de como vencer, no esforço cotidiano do convívio com o próximo, a nossa animalidade latente, para que o exterior reflita o que somos, ou pelo menos o que desejamos ser, Espíritos imortais, irmanados pelo amor.



Fonte: Abstracta.

## Novo lançamento da EVOC, “Dicionário Kardec” é a obra que faltava na literatura espírita



Publicado em 20 de dezembro de 2023 pela EVOC – Editora Virtual O Consolador, o e-book “Dicionário Kardec” é de autoria de Carlos Alberto Mourão Jr., Ely Edison Matos e Ricardo Baesso de Oliveira, todos eles radicados na cidade de Juiz de Fora-MG.

*sentido da reencarnação*, publicado pela EVOC, e coautor dos livros *Breve história de todos nós*, *Que somos nós*, *Jesus segundo o Espiritismo*, *Personalidades enfermas* e *Entre o bem e o mal*.

### Conteúdo da obra

Muitos autores importantes nas disciplinas das ciências humanas foram contemplados com dicionários, nos quais verbetes relacionados aos grandes temas humanos foram apresentados, conforme o pensamento dos autores.

Nada semelhante a isso foi produzido sobre Allan Kardec e o Espiritismo, uma filosofia espiritualista desenvolvida por ele.

O que moveu os autores da obra “Dicionário Kardec” foi o desejo de revisitar os livros de Kardec, em especial *O Livro dos Espíritos*, destacando diversos pontos que lhes pareceram relevantes e contextualizando alguns dizeres que hoje poderiam causar estranheza.

Optaram por fazer isso através de verbetes, como um dicionário, à semelhança de outros disponíveis na literatura filosófica.

O texto do livro pode, assim, ser lido em sequência, permitindo uma visão ampla do pensamento de Kardec, ou visitado a partir de verbetes específicos, conforme a necessidade ou o interesse do leitor.

O e-book pode ser lido, baixado ou compartilhado gratuitamente, como é praxe nas publicações da EVOC. Para acessá-lo, basta clicar aqui: <https://www.oconsolador.com.br/editora/101a150/Dicionario%20Kardec.pdf>

### Os autores

*Carlos Alberto Mourão Júnior*, professor titular de fisiologia da Universidade Federal de Juiz de Fora, médico, bacharel em direito, licenciado em filosofia, licenciado em história, licenciado em matemática, é autor dos livros *Curso de Biofísica*, *Biofísica Essencial*, *Fisiologia Essencial*, *Neuroanatomia Essencial*, *Genética Essencial*, *Histologia Essencial*, *Farmacologia Essencial*, *Fisiologia Humana* e *Biofísica Conceitual*, sendo também coautor do livro *Que Somos Nós*.

*Ely Edison Matos*, profissional na área de Tecnologia da Informação na Universidade Federal de Juiz de Fora, é fundador do website <http://espirta.info> e coautor dos livros *Jesus segundo o Espiritismo*, *Personalidades enfermas* e *Entre o bem e o mal*.

*Ricardo Baesso de Oliveira*, médico, membro do Conselho Editorial da revista “O Consolador”, é autor do e-book *O*