



## REUNIÕES PÚBLICAS

TERÇA-FEIRA - 19H ÀS 20H30  
QUARTA-FEIRA - 16H ÀS 17H30  
SÁBADO - 9H ÀS 10H30

**01 DE JUNHO**

ALEXANDRE BULHÕES

**04 DE JUNHO**

ANARIAM ALVES

**05 DE JUNHO**

ÂNGELA GODOY

**08 DE JUNHO**

RAQUEL HOLLANDA

**11 DE JUNHO**

NILZA FREITAS

**12 DE JUNHO**

ALCIONE GUIMARÃES

**15 DE JUNHO**

CONCEIÇÃO GOMES

**18 DE JUNHO**

LAWSON NASCIMENTO

**19 DE JUNHO**

MARCO AURÉLIO CAMPOS

**22 DE JUNHO**

D. MARIA ANTÔNIA

**25 DE JUNHO**

ÉDER ANDRADE

**26 DE JUNHO**

MARIA TEREZA RODRIGUES

**29 DE JUNHO**

FABRÍCIO LANGONI

INSTAGRAM



## OLIMPÍADA DA ALMA

Para adquirirem boa forma física e se credenciarem à participação nas Olimpíadas, os atletas treinam muito. Não é uma tarefa fácil. Eles precisam superar dores, o cansaço, os arranhões, as quedas, levantando-se, tantas vezes quantas sejam necessárias para conseguir seu objetivo. No campo da alma, existe muita semelhança. Quem deseja obter um visual espiritual de nobreza, rigidez de caráter, integridade, honestidade, sabedoria, precisará se submeter a esforços.

A diferença está em que na Olimpíada da alma, a proposta não é ser melhor do que os outros, mas ser melhor do que si mesmo a cada dia. As vitórias a serem conquistadas são contra os próprios vícios e imperfeições. Ninguém consegue ser um campeão moral sem os exercícios necessários.

Não podemos evitar os arranhões, as quedas, as dores, as frustrações, a vontade de entregar os pontos. Um grande e nobre exemplo dessa realidade foi o Apóstolo Paulo de Tarso. Em sua arena íntima travava as grandes batalhas do homem novo que surgia, contra o homem velho, orgulhoso e prepotente, que teimava em falar mais alto.

Houve momentos em que desabafou:

Porque não faço o bem que quero, mas o mal que não quero esse faço.

Contudo, não desistiu e conseguiu vencer a si mesmo a ponto de poder dizer: Já não sou em quem vive. É o Cristo que vive em mim! Vitorioso sobre as imperfeições, seu prêmio foi o passaporte para um mundo melhor. Reconhecemos que a maioria de nós ainda está longe de ser um Paulo de Tarso, mas podemos dizer que, graças a Deus, já somos o que somos.

Já vencemos pequenas batalhas contra alguns vícios. Já conseguimos calar diante de uma ofensa. Já perdoamos, toleramos, somos honestos em muitas coisas. Todas essas pequenas virtudes são conquistas importantes, pois nos credenciam para enfrentar nossos defeitos maiores. Nos exercícios físicos, à medida que adquirimos mais firmeza na musculatura, os esforços podem ser mais intensos. Na Olimpíada da alma, a nobreza está em sermos melhores do que ontem, do que hoje pela manhã. O grande desafio não está em vencer o outro, mas em vencer a nós mesmos.

De igual forma, quando nossa musculatura moral estiver mais firme, mais fortalecida, outros desafios surgem. Novos exercícios se apresentam. Outras provas aparecem. E, de vitória em vitória, vamos nos tornando cada dia melhores, moralmente falando. Paulo de Tarso, após travar árduas batalhas em sua intimidade, conseguiu a grande e definitiva vitória. A vitória sobre o homem velho, prepotente e orgulhoso.

Eis aí um grande herói, um nobre vencedor...Um exemplo de humildade e determinação.

# ATIVIDADES DA CASA

## Livraria

Publicações espíritas para todas as idades.

**Funcionamento:**

**Terças - 18h às 18h55**

**Quartas - 15h às 15h55**

**Sábados - 8h às 8h55**

## Atendimento Fraterno

A Doutrina Espírita nos orienta com sabedoria e bondade.

**Agende seu horário com a Lola: 21 99988 2897**

## Estudos Doutrinários

**Quarta:**

**18h - Evangelho Segundo Espiritismo**

**19h - Livro dos Espíritos**

**Sábado:**

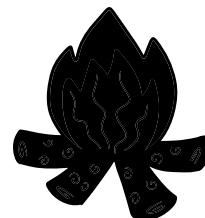
**07h30 - Livro dos Espíritos | Evangelho Segundo Espiritismo**

# DESTAQUES

## FESTA JULINA DO GEFFA



**DIÁ: 13 DE JULHO  
DAS 12H ÀS 19H**



**LOCAL: COLÉGIO IMACULADO  
CORAÇÃO DE MARIA**

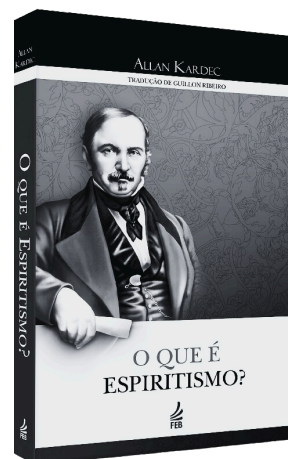
## DICA DE LEITURA

**LIVRO: O QUE É O ESPIRITISMO**

**AUTOR: ALLAN KARDEC**

Introdução ao conhecimento do mundo invisível, pelas manifestações dos espíritos, contendo o resumo dos princípios da Doutrina Espírita e respostas às principais objeções que podem ser apresentadas.

Sob a forma de diálogos, o primeiro capítulo responde às observações mais comuns feitas por aqueles que desconhecem os princípios fundamentais da Doutrina.



## Espitirinhas



INSTAGRAM: @AS\_ESPITIRINHAS | FACEBOOK: ESPITIRINHAS | SITE: ESPITIRINHAS.COM.BR

### Diretoria colegiada GEFFA:

**Presidente:** Bernardino Braga Jr.

**Secretaria:** Lola Poyares

**Tesouraria:** Roberto Farias

**Administrativo:** Paulo Roberto Lima

**Doutrinária:** Antonio Braga

**Atenção à Saúde:** Regina Vale

**Assistencial:** Ana Lúcia Schmidt

**Desenvolvimento Cultural:** Fátima Verri

**Comunicação:** Raquel Louzão