



## NESTA EDIÇÃO

EDITORIAL  
 SANTOS DO MÊS  
 FÉ, CIÊNCIA E RELIGIÃO  
 REFLEXÃO DO MÊS  
 ANIVERSARIANTES DO MÊS  
 AGENDE-SE  
 EVANGELHO DE JESUS  
 MÉDIUM APLAUSOS!  
 ACONTECEU  
 ASSUNTO EM DESTAQUE  
 MÉDIUM APLAUSOS!  
 FRASE DO MÊS  
 MOMENTO PARA A SABEDORIA  
 ESTAMOS NA WEB  
 RECEITA DA TIA MARLY

## EDITORIAL

O Tribu's de março, na coluna **Assunto em Destaque** fala sobre a vida de São José, Pai de Jesus na Terra.. **Médium Aplausos** homenageia nosso irmão Heráclito, médium dedicado à tarefa do Bem Servir. **Evangelho de Jesus** comenta as palavras do Mestre Jesus sobre o exercício do perdão. **Reflexão do Mês** fala sobre a importância de alcançar os objetivos. **Fé, Ciência e Religião** apresenta uma abordagem espiritual sobre a síndrome do pânico. **Receitas da Tia Marly** ensina como fazer uma prática almôndega de frango. **Agende-se** lembra os nossos compromissos do mês, na sintonia dos ensaios da Festa da Libertação. **Aniversariantes do Mês** parabeniza e deseja muitas felicidades aos nascidos em março.

## SANTOS DO MÊS

DIA	SANTO HOMENAGEADO
19	São José
25	Anunciação de Nossa Senhora
31	São Benedito

## FÉ, CIÊNCIA E RELIGIÃO

### Síndrome do Pânico

A medicina tradicional considera que a **síndrome do pânico** é causada por um "defeito" no sistema de neurotransmissores do organismo, que são as substâncias responsáveis pela comunicação dos impulsos nervosos entre as células, tais como a serotonina e a noradrenalina. É como se as informações do meio ambiente, registradas pelo organismo, fossem decodificadas e transformadas em situação de perigo, isto é, **a mente faz uma leitura errada da situação e dispara um alarme de ação contra um perigo que, na verdade, não existe.**

Os tratamentos psicológicos tradicionais levam em conta o pânico como um efeito de ansiedade antecipatória, traduzido pelo "medo de sentir medo". Essa ansiedade antecipatória é que gera a tão temida nova crise.

As crises da síndrome do pânico começam numa situação normal do cotidiano: um engarrafamento, fila do supermercado, reunião de trabalho etc. O desespero e o pânico vêm de forma incontrolável, com taquicardia, suor intenso, boca seca e vista turva, daí a primeira hipótese ser de uma ansiedade patológica.

O Dr. Milton Menezes, psicólogo e terapeuta de vidas passadas, diz que a ciência ocidental estabeleceu uma divisão entre a mente e o corpo, e por isso acredita que a vida termina após a morte. Na abordagem da Terapia de Vidas Passadas trabalha-se com a hipótese da reencarnação. Enquanto **a ciência tradicional entende a síndrome do pânico como consequência de uma disfunção orgânica, a ciência espiritual entende como resultado de situações traumáticas vivenciadas em vidas passadas** e registradas no arquivo perispiritual.

O processo obsessivo que ocorre na síndrome do pânico está associado aos **assediadores** que, apesar de estarem em outra dimensão, continuam interagindo através dos sentimentos de ódio, vingança, pensamentos negativos e juízos de valor nos quais estão fixados. Movidos por estes sentimentos, **estimulam os medos trazidos de outras existências, desencadeando os delírios da síndrome.** Os principais caminhos utilizados por esses espíritos sofrendores são:

- 1) o **ectoplasma** produzido pela pessoa que, no momento que é **manipulado pelo sofredor, gera os sintomas** experimentados pelo portador da síndrome;
- 2) os **traços de personalidade** que **determinam certos comportamentos**, sentimentos e pensamento **propícios à obsessão.** Esses traços de personalidade, considerados defeitos de caráter, são o orgulho, a vaidade, o egoísmo, a intolerância, a irritabilidade, a inveja, o ciúme, o ódio, a mágoa, a vergonha etc. Cada personalidade que se teve nas encarnações anteriores gera ou contribui com um determinado traço de caráter, que facilita a identificação do portador da síndrome pelos seus assediadores desencarnados.

Uma crise de pânico, por exemplo, pode desestruturar ou ridicularizar qualquer pessoa com característica de dominadora, competente e segura, diante de uma série de "medos infundados". E isso faz parte do projeto de vingança do assediador.

A mudança de valores e traços negativos de personalidade, segundo os terapeutas de vidas passadas, pode ser um caminho para a cura da síndrome do pânico, mas isso depende muito do esforço e da vontade de transformação do portador da síndrome. (Fonte: Rev. Cristã de Espiritismo nº 59, jul/08, p.8/11).

## REFLEXÃO DO MÊS

### Os sapinhos



Um grupo de sapinhos participava de uma competição para alcançar o topo de uma torre muito alta. Uma multidão juntou-se em volta da torre para animar os competidores.

A competição começou e ninguém, realmente, acreditava que os sapinhos conseguissem chegar ao topo da torre. Comentavam, em voz alta, coisas do tipo: "é difícil demais", "eles não têm chance", "a torre é muito alta", "nunca vão chegar".

Os sapinhos começaram a cair, um após o outro. Alguns até desistiram. A multidão continuava a gritar: "é muito difícil", "ninguém vai conseguir".

Apenas um sapinho continuou a escalada e, depois de um grande esforço, alcançou o topo da torre. Todos quiseram saber como ele conseguira aquela proeza... e descobriram que o sapinho vencedor era surdo.

Muitas vezes, você traz no seu planejamento reencarnatório algumas metas para serem alcançadas, e para cumpri-las Deus coloca sonhos em seu coração. Por isso, pense sempre positivo. Lembre-se que tudo que você ouvir, ler e pensar afeta suas ações. Fique surdo quando disserem que você não é capaz de realizar seus sonhos!

## FRASE DO MÊS

"A vida é como se fosse um espelho: devolve a cada pessoa o reflexo de seus próprios pensamentos, crenças e entusiasmos"

## AGENDE-SE

DIA	ATIVIDADES
01	Trabalho Oficial de Cura Evangélica, 7.30 h
07	Reunião Administrativa, 15 h
14	Encontro de Contingentes, 15 h/ Aula Noturna, 18 h
21	Ensaio da Festa da Libertação, 15h/ Entrega de Bônus
22	Procissão de São José, 19 h/ Entrega de Bônus
25	Entrega de Bônus após o Trabalho Aspirante
28	Ensaio da Festa da Libertação, 15 h/ Entrega de Bônus
29	Entrega de Bônus após o Trabalho Oficial

## MÉDIUM APLAUSOS!



Aplaudimos, no mês de março, o nosso irmão em Cristo **Heráclito**, médium Lua que ingressou nesta Doutrina de amor em 22/12/2002, para trabalhar em favor daqueles que aqui chegam, buscando alívio para suas dores. Trouxe para a nossa Casa a sua bagagem espiritual da Umbanda, adequando-a à nossa Doutrina e colocando seus Mentores de Luz a serviço da Missão Sebastiana

Percebemos que nosso irmão Heráclito, quando adentra os portais do nosso Templo, no exercício da caridade espiritual, é um exemplo do princípio cristão de São Francisco de Assis: "É dando que se recebe...". Mesmo depois de uma exaustiva semana de trabalho físico, e tendo que sair do Templo direto para trabalhar, podemos ver em seu semblante a alegria e a serenidade de quem, por amor ao próximo, dedica-se à causa do nosso Amado Mestre Jesus e de Sua Mãe Maria Santíssima.

Parabéns, irmão Heráclito! Receba o carinho especial de seus irmãos de Doutrina. Que as Bênçãos do Céu alcancem os seus objetivos e o seu coração. **Aplausos!**

## ANIVERSARIANTES DO MÊS

DIA	MÉDIUM/ CONTINGENTE
05	Madalena (I)
10	Daiana (G)
15	Claudete (I)
17	Giselda (M)
18	Marly (G)
19	Inácio (I)
20	Fátima (E)
22	Andréia (E)
23	Alessandra (G)
25	Ana Luíza (GJ)

**Parabéns!**



## EVANGELHO DE JESUS

### Perdoar Sempre

*"Se contra vós pecou o vosso irmão, ide fazer-lhe sentir a falta em particular, a sós com ele; se vos atender tereis ganho o vosso irmão. Então, aproximando-se Dele, disse-Lhe Pedro: - Senhor, quantas vezes perdoarei a meu irmão, quando houver pecado contra mim? Até sete vezes? Respondeu-lhe Jesus: -Não vos digo que perdoeis até sete vezes, mas setenta vezes sete vezes" (Mateus, cap XVIII, vv. 15, 21 e 22)*

Jesus nos ensina a perdoar nossos irmãos, assim como nós somos perdoados por ele. Aquele que não perdoa as ofensas recebidas não pode pretender o perdão de Deus para suas próprias faltas. Em sua linguagem simbólica, na expressão "setenta vezes sete vezes", Jesus quis dizer que o pedido de perdão não deve ter limites. O perdão verdadeiro é aquele que flui nobre, generoso, sem pensamento oculto, e que evita ferir o amor-próprio do ofensor. Alguns ofendidos humilham o ofensor, ostentando o seu perdão para valorizar a sua generosidade aos olhos dos homens. Mas aos olhos de Deus prevalece como verdadeiro o perdão conciliatório que engrandece a alma.

## ACONTECEU

**Dia 25 de fevereiro:** Muitos médiuns e pacientes participaram da Bênção das Cinzas, após o Trabalho Oficial, em cerimônia administrada pelos Trinos da Casa, com a autorização do Dirigente.

## ASSUNTO EM DESTAQUE



### São José

São José, carpinteiro por profissão, foi o Pai terreno do Mestre Jesus, esposo de Maria Santíssima, descendente da Casa de Davi. Nossa Doutrina abraça-se à sua figura, razão

por a qual o nosso 1º Templo ser construído com madeira, e da orientação dos nossos Mentores para que haja sempre a presença dessa energia entre nós. O uso simbólico da Estrela de Seis Pontas também é uma orientação espiritual por causa de sua descendência da Casa de Davi.

A história de São José tem uma importância fundamental e emocional para a nossa Casa, mediante sua condição de doutrinador, sua humildade e obediência, assumindo o papel de Pai Biológico do Mestre Jesus, sem sequer ter coabitado com Maria Santíssima.

Quando a Virgem Maria avisou-lhe da Anunciação do Anjo Gabriel, de que daria à luz o Menino Jesus, São José ficou confuso e, em segredo, resolveu deixar a esposa sem comentar o real motivo com ninguém, embora confiasse plenamente na fidelidade dela. Estando pensativo em seu leito, um Anjo apareceu-lhe e pediu para que não temesse recebe-la como sua legítima esposa, afirmando-lhe que a criança que ela trazia no Ventre fora gerada pelo Espírito Santo e deveria receber o nome de Jesus, o Filho de Deus. Mediante aquela visão, São José manteve seu casamento.

As Escrituras pouco falam a respeito de sua vida, mas nossos Mentores afirmam que o seu desencarne se deu antes da vida pública de Jesus, em consequência da queda de uma parede que o soterrou. Entretanto, todos testemunham ter sido São José um pai amável e esposo complacente. Tornou-se um dos Santos mais populares da Igreja Católica, sendo reconhecido como Padroeiro dos Trabalhadores e Protetor das Famílias.

## RECEITAS DA TIA MARLY

### Almôndegas de Frango



#### Ingredientes:

- 1 peito de frango, sem pele e sem osso, moído ou pulsado no liquidificador
- 1 colher de sopa de margarina sem sal
- 2 pães franceses picados
- 1/2 xícara de chá de leite / 1 ovo
- 3 colheres de sopa de queijo parmesão ralado
- 2 dentes de alho espremidos
- 2 colheres de sopa de cheiro-verde picado
- 2 colheres de chá de sal
- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- 2 sachês de aji-no-moto (opcional)

#### Modo de Fazer

Em uma tigela grande coloque todos os ingredientes e misture até obter uma massa homogênea. Molde pequenas bolinhas e frite em óleo quente por 4 minutos. Escorra em papel absorvente, e sirva com o tradicional molho de tomate, ou outro de sua preferência. Bom apetite!

## ESTAMOS NA WEB

Visite nosso site. Mande-nos um e-mail.  
[www.casadesaosebastiao.com.br](http://www.casadesaosebastiao.com.br)  
 Endereço da Casa de São Sebastião:





# Tribu`s

Ano :IV – MARÇO/2009

**Informativo da Casa de São Sebastião**

Número: 03

Q 10 lotes 11 & 12, Parque Esplanada V, Valparaíso de Goiás, Cep 72.870.000.