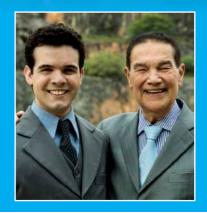
## NATAL, QUINTA-FEIRA, 12 DE SETEMBRO DE 2019 EDIÇÃO Nº1 | ANO 1 | 10.000 EXEMPLARES



Divaldo, O
Mensageiro da
Paz estreia

Longa metragem conta a trajetória de um dos maiores médiuns espíritas brasileiros



Lição de Vida 06

Quando a punição abre caminho para a recuperação

A experiência do juiz Mario Jambo com a recuperação de pessoas que cometeram crimes



André Trigueiro: Viver é a melhor opção

O jornalista e ambientalista fala sobre acolhimento na depressão

### **Editorial**

e.mail: redacao@agorarn.com.br

### Vida Feliz

Na faculdade, a gente aprende que ser jornalista é, em síntese, observar o mundo e traduzir o mais fielmente essa observação, em palavras e imagens, para que essas informações cheguem ao máximo de pessoas possível. Inclusive, um jargão comum na academia é o "good news, no news" ("notícia boa não é notícia"). Com isso, de modo geral, a imprensa mundial acabou assumindo a postura de que a tendência natural das pessoas seria se interessar por histórias e cenas negativas. E as boas notícias, os fatos positivos, as histórias inspiradoras, acabam sendo preteridos.

Assim surge a proposta da publicação Vida Feliz Agora. Para ser o oásis no seu dia, uma pausa nas amarguras, pra falar de amor, de fraternidade, de abnegação, de doação e de felicidade. Porque cada dia mais as pessoas descobrem que, em meio à rotina corrida do dia a dia, cabem atitudes solidárias, como a do grupo de Sentinelas, que se uniu pra dar amor a quem, por instantes, talvez pensou que não era mais digno de receber esse amor. Ou a da filósofa e psicóloga Raissa Ebert, que dedica a vida a libertar as pessoas de seus traumas e limitações. Porque é preciso entender que muitas vezes basta olhar para o lado para encontrar uma oportunidade de ajudar. E que essas situações geralmente acabam trazendo a nós mesmos um benefício muito maior do que aquele que pretendemos causar ao próximo.

Porque, se queremos um mundo melhor

(e todos, com absoluta certeza, queremos), precisamos ser parte ativa dessa melhoria. Como comunicadores, nossa melhor aposta vem da contribuição para estimular os leitores a engrossarem as fileiras do bem e ingressarem em projetos e propostas que resultem em boas ações e nos envolvam a todos nessa atmosfera positiva, de amor e fraternidade que torna a vida, não só mais leve, mas principalmente, mais feliz! Bem vindo à VIDA FELIZ AGORA!

Por Nilo Emerenciano - Email: nemerenciano@hotmail.com

### Felicidade Possível

empos de transição, de transmutação, de evolução galopante, de conhecimentos plurais. De uma superpopulação perdida entre teorias, ideologias e fantasias em tantos ramos e tantos rumos que nos sentimos cada vez mais confusos e desesperançados. Onde a promessa de segurança e felicidade que o materialismo idealizava com seus encantos amoedados? Onde a paz que a abundância prometia, com a variedade de ofertas? Onde a saúde mental que as filosofias e teorias científicas vislumbravam ao descobrir o mundo espetacular dos neuroquímicos e hormônios, num universo que prometia trazer o equilíbrio através dos neuroquímicos? Onde a comprovação de algumas teorias psicológicas que apregoavam que a liberdade de expressão e a liberdade sexual traria a saúde psicológica dos indivíduos? Nunca se viu tantos conflitos e tormentos, transtornos mentais e psicológicos, principalmente entre jovens e adolescentes, nem tantos suicídios como nos dias atuais. A ideação suicida, hoje, é uma pandemia que se espalhou por todo o

E a sonhada felicidade? Essa busca antiga e eterna de paz e bem estar, sonhada por todos nós, é uma quimera? Pensávamos que ela chegaria quando a terra possuísse mais recursos e as populações tivessem mais condições sanitárias, humanitárias que agropecuárias, nos libertando das fomes, das pestes e das diferenças sociais que flagelavam os homens nos séculos que se foram. Mas a felicidade chegou apenas para aqueles que procuraram algo mais que o conforto, a saciedade e os prazeres comuns da vida cotidiana, com ausência de refletidos, na busca eterna de se melhorar

ideais nobres.

Viver sem um sonho nobre é condicionar-se à estagnação de um viver visceral, sem a evolução da alma. A felicidade não é a satisfação do corpo, é principalmente a quietude de uma alma pacificada pela consciência tranquila de quem segue a corrente da vida em sintonia com as Leis Divinas. Ser feliz é possível, mas felicidade é a conquista da paz interior de quem já conseguiu a integridade de um mundo mental harmonioso, porque adquiriu o hábito de pensar positivamente, adquiriu a coesão mental pela harmonização das ideias dignificantes, adquiriu uma fé embasada no conhecimento lógico, sem sofismas, de um conhecimento onde a filosofia, ciência e religião não se antagonizam porque se embasam na Verdade das em leis universais e iniludíveis.

O Espiritismo nos deu uma âncora para aportar neste mar bravio da atualidade. Quando o nosso senso lógico fica em paz porque conhecemos a filosofia Espírita, tão esclarecedora e lógica; quando nossa capacidade de questionar encontra respostas pela prática dos princípios espíritas; quando a nossa religiosidade é alimentada por uma crença num Deus Bom e Justo, que nos protege, mas exige de nós trabalho constante na autoconstrução e na construção de um mundo melhor, nossa alma se aquieta e ganha, aos poucos, à medida que estudamos e ampliamos a nossa consciência, a paz de quem encontrou um lugar seguro onde pousar. Esta é a felicidade possível, nesse mundo tão cheio de contradições, mas tão rico de materiais a serem analisados, pensados,

### quem somos



Glacia Marillac é jornalista, escritora e ativista social. Sempre antenada às boas notícias, acredita que a prática do amor fraternal é a forma mais eficiente para o desenvolvimento de uma nação.



Rosália Figueirêdo, jornalista, roteirista, com alguns livros e filmes lançados. A literatura e o cinema são duas paixões. Tem na escrita e na imagem sua forma de expressão. Acredita que a arte salva da vida, e que o bem e o amor são as melhores moedas de troca.



Neli Terra é jornalista especializada em direito e energias, documentarista e ativista social. Tem foco na atitude e no combate à injustiça. Acredita que quanto mais doamos e compartilhamos, mais prósperos nos tornamos.



Michelle Rincon, jornalista, pós-graduada em Assessoria de Comunicação, atuou por mais de 20 anos como repórter e apresentadora âncora dos telejornais da interTV Cabugi. Acredita numa vida com propósito e que possa fazer a dife-

**REDAÇÃO:** 84 3027-1690

Alex Viana

Presidente

Nilo Emerenciano Vice presidente

**CONSELHO EDITORIAL** 

Jornalistas integrantes Neli Terra Glacia Marilac Michelle Rincon Rosália Figueiredo

CIRCULAÇÃO: GRATUITA

**FILIADO A** 

Todas as informações contidas nos artigos publicados nesta edição são de inteira responsabilidade dos autores, não traduzindo, portanto, a opinião deste jornal. Sua publicação visa tão-somente a promover o debate e a reflexão sobre problemas dos mais variados segmentos da sociedade.

ENDEREÇO DA REDAÇÃO: AVENIDA HERMES DA FONSECA, № 384 - PETRÓPOLIS, NATAL/RN - CEP: 59020-000 | PUBLICAÇÕES: publica@agorarn.com.br

**ATENDIMENTO:** © 84 98117-5384

## Filme Divaldo, O Mensageiro da Paz nas telas de todo o Brasil, dia 12

O longa metragem conta a trajetória de um dos maiores médiuns espíritas brasileiros, que já contabiliza mais de 13 mil palestras pelo mundo, 270 livros publicados e mais de 10 milhões de exemplares vendidos

Rosália Figueirêdo iornalista

"A pessoa é para o que nasce." Essa máxima é mais do que válida e contempla o líder humanitário que há mais de seis décadas se dedica a causas sociais e à divulgação da Doutrina Espírita. Ele é Divaldo Pereira Franco, o médium Divaldo Franco, que desde tenra infância recebeu a tarefa de ser intermediário entre os dois mundos. A partir do dia 12 de setembro essa história poderá ser vista nos cinemas de todo o Brasil.

O garoto Di tinha apenas quatro anos quando teve a primeira experiência com o plano espiritual, ao ver sua avó desencarnada. E durante toda sua infância, adolescência e vida adulta, a missão desse baiano de Feira de Santana foi se intensificando, tornando-o um dedicado servo de Jesus, à frente de diversas atividades filantrópicas , auxiliando os necessitados e fundando uma das mais importantes obras sociais da Bahia e do Brasil, conhecida como "Mansão do Caminho". A obra completou 67 anos em 2019 e atende milhares de pessoas com um trabalho voltado à educação, saúde e cidadania. O filme Divaldo: O Mensageiro

da Paz é uma produção da Estação Luz Filmes, Cine Cinematográfica e da Fox Filmes. A direção é de Clóvis Mello e a produção de Sidney Girão e Raul Dória. O longa metragem conta a trajetória daquele que é considerado o maior médium espírita da atualidade, conhecido internacionalmente, com mais de 13 mil palestras pelo mundo. Divaldo Pereira Franco conta com um catálogo de 270 livros publicados e mais de 10 milhões de exemplares



O ator Bruno Garcia vive Divaldo na terceira fase e considerou o trabalho um desafio

ano, completou 92 anos de idade, dos quais 72 dedicados à caridade e às causas espírita e humanitária.

"O filme é uma oportunidade de divulgar a Doutrina Espírita; não se trata de uma biografia, mas de um estudo sobre uma existência dedicada ao espiritismo. O objetivo é levar a proposta espírita ao público que não conhece o espiritismo", diz Divaldo.

Sidney Girão, produtor da Estação Luz Filmes, explica que Divaldo sempre apoiou os projetos da produtora, que desde o início acalentava o desejo de contar a história do médium. "O filme foi realizado com a colaboração de muitas mãos", confessa Sidney. Segundo o produtor, mais de 80 pessoas estiveram envolvidas diretamente com a produção do filme, realizado em parceria com a Fox Filmes do Brasil.

Para o diretor Clovis Mello, contar essa história foi uma oportunidade de levar ao espectador de cinema, a mensagem de Jesus, Kardec, Francisco de Assis e Jopero ter atendido minimamente e pela qual serei eternamente grato", reforça Clóvis. E prossegue: "durante a escrita do roteiro e com a anuência de Divaldo, me preocupei em incluir, nas cenas e diálogos, muitos dos conceitos ditados por Joanna de Ângelis e psicografados pelo médium". Segundo o diretor foram cerca de 300 pessoas envolvidas durante as filmagens diariamente, entre elenco e figurantes. E além dessas pessoas do do plano físico, havia também as presenças do plano espiritual. "Durante as filmagens aconteceram diversos eventos que deixavam claro que não estávamos sozinhos durante as filmagens. Nossos amigos do plano invisível sempre marcavam a sua presença, fosse para ajudar, ou mesmo para tentar atrapalhar",

Apesar de não ter acompanhado todo o processo de filmagem, sempre que esteve presente, Divaldo conversou com o elenco e trocou experiências. Nomes como Bruno Garcia, Regiane Alves e Guilher-



O longa busca levar a proposta espírita ao público que não conhece o espiritismo

Para o ator Bruno Garcia, que vive Divaldo na terceira fase, o trabalho foi um desafio. "Todas a cenas foram desafiadoras porque tinham um componente muito forte emocionalmente e espiritualmente", relata Bruno.

Para a atriz Regiane Alves, que vive Joanna de Ângelis, a mentora espiritual de Divaldo, a mensagem de amor que o filme traz é muito clara: "o recado maior do filme é que tudo depende do amor, que qualquer ato de amor vale à pena", diz Regiane emocionada.

O ator Guilherme Lobo, que interpreta Divaldo na juventude, confessa o encantamento com a obra social desenvolvida pelo médium: "essa dedicação, esse trabalho, tem que chegar a mais pessoas, não pode ficar restrito apenas a quem conhece Divaldo e a Doutrina Espírita", declara.

Para Divaldo Franco, a maior expectativa agora está relacionada ao público: "Eu assisti o filme e gostei, pela seriedade com que tudo foi tratado. Aguardemos a reação do público." diz o médium. O diretor

que "a mensagem possa tocar e inspirar o maior número de almas possível, estejam elas encarnadas ou desencarnadas."

### A OBRA SOCIAL. A MANSÃO DO CAMINHO

Fundada em 15 de agosto de 1952, há exatos 67 anos , a Mansão do Caminho conta hoje com 300 funcionários e 300 voluntários e desenvolve um trabalho voltado para educação, saúde e cidadania e fica localizada em um bairro da periferia de Salvador, Pau da Lima, que já foi considerado um dos mais violentos da região. Na área educacional são oferecidas creche, ensino infantil, fundamental e médio, aulas de música, de teatro, dança, cursos profissionalizantes, uma editora. Além disso, temos postos de saúde com serviços ambulatoriais e obstétricos. A Mansão do Caminho atende diariamente mais de 3 mil pessoas carentes, e já fez mais de 4 mil partos humanizados.





# 0 mar que cura e

Desenvolvida com base em estudos da psique e do corpo humano, a marterapia trabalha a liberação de padrões neuronais limitantes, que podem gerar ansiedade, angústia, depressão, síndrome do pânico, entre outras enfermidades psíquicas Glacia Marillac Jornalista

Conta a história que o famoso poeta grego Eurípides. há 2.500 anos já dizia: "O mar cura as doenças do homem". Há relatos também que Hipócrates, considerado o pai da medicina, prescrevia os banhos de mar, e que o filósofo Platão teria sido tratado pelos sacerdotes egípcios com água do mar. O que acontecia há séculos permanece até hoje através da talassoterapia que, em grego, significa "a cura através do mar", tratamento muito procurado nos resorts europeus. Um detalhe que pouca gente sabe é que uma ousada brasileira de 87 anos, criou a marterapia e esta fazendo sucesso até do outro lado do oceano.

Raissa Ebert, filósofa e psicóloga paulistana, é considerada uma das profissionais em exercício mais antigas do mundo. Como se não bastasse o fator idade, ela foi ainda mais além e decidiu atender seus pacientes literalmente no mar. Raissa nasceu no ano início do século XX, em 1932, em São Paulo, e iniciou a vida profissional sendo professora. Como uma das primeiras brasileiras a concluir o curso de Filosofia, trabalhou como orientadora vocacional com adolescentes e tornou-se ativista das causas feministas. Ao se formar psicóloga fez especializações em Psicodrama e Psicologia corporal, frequentando escolas da Europa e de países como India, Egito e Nepal, onde aprendeu diferentes técnicas que vão da Eutonia e Metamófica à Jardinagem Terapia. Depois de trabalhar no Brasil, Raissa resolveu alternar sua moradia entre a Europa, onde estão suas duas filhas, e as águas mornas do Rio Grande do Norte. No seu apartamento em frente ao mar de Cotovelo, recém-chegada da Inglaterra e de Portugal, onde realizou um workshop de marterapia, a psicóloga falou sobre a técnica e como consegue manter uma vida feliz e saudável com quase 90 anos." Eu sempre fui apaixonada pelo mar e pelo potencial das pessoas. Quando nos entregamos à Marterapia, as pessoas conseguem um resultado tão rápido e eficaz que isso, por si só, já vale toda a experiência que acumulei em quase um século de vida." Concluiu a psicóloga.

Marterapia foi desenvolvida com base em estudos da psique e do corpo humano. Raissa Ebert, a criadora da técnica, chama atenção para a importância de trabalhar a liberação de padrões neuronais limitantes desde o nascimento que acabam gerando doenças como ansiedade, angústia, depressão, síndrome do pânico, entre outras enfermidades psíquicas. Esta técnica é recomendada para todos os tipos de pessoas, crianças, adolescentes, jovens e idosos que buscam soluções para problemas neurológicos, estresse físico e mental, depressão, bloqueios emocionais, medos, entre outros. "A semelhança do PH da água do mar com o líquido amniótico se torna o ambiente ideal para o surgimento de questões antigas e inconscientes. Durante o trabalho na água, além do acolhimento psicológico, utilizo técnicas de watsu e metamórfica, em função dos benefícios gerados pela alternância de massagem e alongamento na busca de um relaxamento profundo em harmonia com a vida que pulsa no mar". Explicou Raissa.

Quando a pessoa se mostra interessada em vivenciar a experiência, Raissa faz dois questionamentos que não precisam ser respondidos



Marterapia - técnica desenvolvida por psicóloga Brasileira de 87anos, Raissa Ebert, psicó

oralmente para ela, mas o candidato precisa ter pelo menos pensado nas resposta. "O intuito maior é começar o mergulho em si mesmo antes de entrar no mar. Peço para as pessoas pensarem sobre o que elas mais querem se livrar na vida e sobre o que mais desejam da vida. Para viver uma vida saudável precisamos no mínimo saber distinguir entre o que queremos e ainda não temos e o que temos que já não queremos mais, "esclareceu.

Algumas pessoas apresentam reações traumáticas no contato com a agua do mar como foi o caso da Professora Kelly Rocha que teve acesso à Marterapia através da fisioterapeuta Edilene, uma das terapeutas que participaram do I Curso de Formação oferecido por Raissa em Na-

tal. Quando a professora nasceu teve uma parada cardiorrespiratória. Desde que ficou adulta, tenta experiências para reviver o nascimento em outras técnicas, que não trouxeram a cura prometida. " Nas outras terapias que tentei, faltaram mais coração e acolhimento, o famoso holding que o psicanalista Winnicott fala. Já a sessão de marterapia realizada na praia do forte, ao lado da praia dos artistas, onde quase morri aos 6 anos de idade, foi diferente. Ao primeiro sinal de trauma fui acolhida literalmente no coração da minha terapeuta e as memórias traumáticas de dor e sofrimentos que estavam aninhadas no meu coração escoaram-se naquelas águas, naquele lindo dia. Essa experiência me levou a constatação que a "técnica funciona".



# dá vida



oga que cuida de seus pacientes no mar

Essa maravilhosa alquimia de toque, sal e amor curam. A marterapia me curou". Afirmou a professora Kelly Rocha que vivenciou a experiência no início deste ano.

Antes de entrar na água, Raissa promove uma conversa para que a pessoa reflita mais um pouco sobre as duas perguntas feitas no dia anterior, o sonho e o conflito interno que mais a incomoda. Já dentro do mar, na maré baixa, sem ondas, ela segue dando apoio físico e psicológico para que a flutuação do corpo conduza a um estágio profundo de relaxamento e o indivíduo possa mergulhar fundo em si mesmo. "Com os suaves movimentos do Watsu, terapia complementar variante do shiatsu vou oferecendo técnicas que agem na liberação das regiões enrijecidas e proporcionando maior leveza. Também utilizo a técnica metamórfica, oriunda da reflexologia, que baseiase no período pré-natal, cuja estrutura atemporal está refletida em pontos reflexos espinhais dos pés, das mãos e da cabeça, pontos que são estratégicos para a intervenção." Ressaltou Raissa.

A vivência dura cerca de uma hora e são surpreendentes os depoimentos. Alguns, manifestam queda de ansiedade. Outros, aumento da autoconfiança e ainda têm aqueles que simplesmente silenciam como se o tempo e o espaço tivessem ganhado outra dimensão. A memória da experiência permanece por longo tempo com insights que vão surgindo inclusive em sonhos. "A Marterapia realizada através de Raissa permite um mergulho interior profundo, um retorno ao âmago da essência da vida. Terapia sensorial e emocional de acolhimento comovente, uma viagem para o início de si". É o que define o neurocientista Sidarta Ribeiro.

Raíssa está agora numa temporada no Brasil e ira participar do maior encontro da terceira idade no Brasil - 12º ENCONTRO INA-RAÍ NORDESTE - que reunirá no período de 6 a 9 de setembro, 1.200 pessoas no município de Touros aqui no Rio Grande do Norte. No encontro, além da marterapia e da palestra "Envelheça e ilumine" ela ministrará vivencias de Jardinagem Terapia, outra grande paixão desta sábia e longeva profissional que é um exemplo de vida leve e feliz. A pedido desta edição especial, Raissa topou responder perguntas dos leitores que queiram saber mais sobre a marterapia e disponibilizou suas redes sociais e e-mail para contato: @raissa.ebertt@gmail.com



### HISTÓRIA E CURIOSIDADES SOBRE O PODER DE CURA DO MAR

Durante a Idade Média, nos países do Mediterrâneo, recomendavam-se banhos com água do mar aquecida e idas frequentes às praias, como terapia. Mas só em meados do século XIX, as propriedades marinhas com fins terapêuticos, receberam do Dr. Bonnardiere o nome de Talassoterapia, que, em grego, significa "a cura através do mar".

No Brasil, até 1810 ninguém tomava banho de mar. Isso era considerado: "coisa de escravos", "coisa de índio" ou até "ato imoral". O rei dom João VI, teria sido a primeira pessoa da burguesia, a dar um mergulho na Praia em 1810, no Rio de Janeiro. O monarca seguia orientações médicas e com os banhos de mar se curou de doenças na pele. Mas só em 1900, em rígidos horários, o governo e a "polícia" passaram a liberar o banho para a população. No começo do século 20 a orla marítima passou a ser espaço de lazer. Para as mulheres a permissão de frequentar a praia só chegou 10 anos depois.

Os benefícios da água do mar são geralmente obtidos de forma espontânea e inconsciente pelos frequentadores. A água do mar é um meio vivo, rico em seres microscópicos e contém cerca de 94 tipos de sais minerais diferentes. É uma água cloretada sódica e sulfatada magnesiana, com abun-

dância em sódio, cloro, magnésio e enxofre, além de outros elementos como o iodo, o flúor, o boro, o cobre, o ferro, o zinco e o cobalto. A água é, igualmente, rica em oxigênio, azoto e anidrido carbônico. O movimento ondulatório é responsável pelas sutis variações da temperatura da água e a consequente transmissão de estímulos térmicos ao organismo, podendo ser aproveitado com fins terapêuticos, ajudando a aliviar a dor e relaxar e acalmar os músculos, de modo a abrandar os nervos excitados. Estes estímulos produzem uma série de respostas nos vasos sanguíneos da pele, que contribuem para melhorar o estado do sistema circulatório e para prevenir as doenças cardíacas, com o aumento da permeabilidade cutânea, regulação das funções orgânicas promoção de remineralização, ativação do metabolismo.

Como qualquer terapia, existem algumas contraindicações. Na evidência de insuficiência cardíaca, tímpano perfurado, radioterapia profunda e doenças renais nas quais o paciente não possa ajustar-se à perda hídrica. O litoral nordestino é ideal para essa prática por conter condições favoráveis águas calmas e quentes, com temperatura do ar , predominantemente, elevada, sendo isotérmica de 26,6°C refrescada pelos constantes ventos soprados pelo mar.



## Quando a punição abre caminho para a recuperação

Para Mario Jambo o sentido da história depende do momento em que se começa a contar. Por isso é preciso contar a história completa

Michelle Rincon Jornalista

Resgatar o sentimento no mundo da razão, fazer prevalecer a cidadania e a dignidade do indivíduo, julgar com amorosidade e compaixão. Essas podem ser mas não são metas nem valores de uma cartilha deixada em alguma gaveta na sala do quarto andar da Justica Federal do Rio Grande do Norte. Tão pouco estamos diante de um ícone de perfeição porque esse não é nem nunca foi o objetivo de Mário de Azevedo Jambo. Ao contrário. É exatamente por se reconhecer imperfeito e falho que ele busca mecanismos muito peculiares de realizar seu trabalho à frente da 2 Vara. Empatia se encaixa bem no perfil dele.

Jambo, irmão mais novo de Vasco, Filho de dona Sabina e Mário de Andrade, aprendeu em casa o que é gentileza e a importância de sermos definidos por nossos valores morais. Tem um senso de justiça tão elevado que, desde a infância, em Brasília, assistindo filmes de julgamentos, criava suas próprias sentenças, já discordando do sistema.

E foi por uma discordância legal que, há 12 anos, o Juiz Federal Mário Jambo declarou a inconstitucionalidade de um trecho da Lei de Drogas para conceder à estudante Estela Taques, então com 21 anos, uma pena diferente da prevista para o crime de tráfico internacional de drogas. Em vez de prisão, o Juiz da 2 Vara determinou que ela concluísse os estudos, prestasse serviços à comunidade e pagasse uma multa parcelada de acordo com a nota que tirasse (10, 10 vezes-9, 9 vezes....).

O caso gerou grande repercussão e até algumas contestações. Mas o tempo mostrou que a decisão tomada proporcionou a recuperação de Estela. Ela se formou, se casou e hoje é mãe. Para seus julgamentos, Jambo leva em conta também a lição do antropólogo brasileiro Luiz Eduardo Soares. Ele explica que "o sentido da história depende do momento em que se começa a contar. E o direito penal só conta do crime pra frente e quando pega algo do passado é só pra piorar: antecedentes, a reincidência. É preciso contar a história completa," destaca o Juiz.

Tem sido essas histórias a motivação diária para levar "Luz e Paz" aos que cometem crimes. Na sala do prédio cheio de símbolos os únicos objetos que parecem encanta-lo foram trazidos pelos réus que julgou. Vidas mudadas pelas decisões do Juiz Mário Jambo que, em vez de punir tenta recuperar e instruir. Antes de condenar propõe reabilitar. Filosofia inteiramente alinhada com a do Cristo independentemente de vinculação religiosa. Afinal, Chico Xavier ressaltou que "Embora Ninguém possa voltar atrás e fazer um novo começo, qualquer um pode recomeçar agora e fazer um novo fim."



# Agenda

### 23 ANOS DO ACALANTO

Domingo, dia 15/09, das 12h às 15h, o Projeto Acalanto Natal comemora o 23º aniversário com um almoço no Buffet Happy Day.

No cardápio, feijoada, saladas, tortas e outros pratos salgados, inclusive vegetarianos, além de sobremesa e bebidas não-alcoólicas.

Todos os brinquedos do Happy Day estarão à disposição das crianças.

Senhas a R\$ 50,00 para adultos e R\$ 25,00 para crianças (até 05 anos não paga). Informações: (84)3219-3523 e 99117-7732

### **DIVALDO - O MENSAGEIRO DA PAZ**

O filme Divaldo — O Mensageiro da Paz terá sessões exclusivas com desconto de até 50% para frequentadores de casas espíritas. É o Projeto CINE FERN. A parceria entre a Federação Espírita do Rio Grande do Norte — FERN, e o Cinépolis Natal Shopping, vale para os dias 14 e 15/09.

Os ingressos podem ser adquiridos na livraria da FERN ou na Internet pelo site do Sympla.

Informações: (84)3211-8518 / (84)99981-0335 / (84)99986-1039

### **ADOTE UM BICHINHO!**

Até 15/09, domingo, o Instituto Focinhos Felizes e o Lar Temporário Amora Brayan estão na entrada da Feira Brasil Mostra Brasil com um stand para



venda de produtos com

renda revertida ao Lar Amora Brayan e cadastramento para adoção de animais resgatados.

O evento está sendo realizado no Estádio Arena das Dunas, em Natal.

### "AMO NATAL, AMO VER O MAR"

A ONG Baobá, Rede EuSouDoAmor, Associação dos Ciclistas do RN, Espaço Luz, Amigos da Natureza, Gamboa do Jaguaribe, SOS Mangue RN, Santuário Ecológico de Pipa e Conexão Natal de Direito realizam um cordão para um abraço simbólico, para simbolizar a união e a força que vão ajudar Natal a manter suas belezas naturais e que o vento possa adentrar pelas ruas e avenidas da cidade espalhando o cheiro e a brisa marinha, levando a riqueza terapêutica do iodo para a saúde do seu povo alegrar. A FESTA DO AMOR por uma Natal Sustentável acontece no domingo, 29/09, às 16h, na balaustrada da Av. Getulio Vargas.

### **42 ANOS DA LBV EM NATAL**

Na sexta-feira, 13/09, das 9h às 16h, a Legião da

Boa Vontade celebra 42 anos de serviços prestados à capital potiguar. Durante todo o dia haverá extensa programação. A instituição desenvolve atividades e programas socioeducacionais em prol de crianças, adolescentes, jovens, gestantes, adultos e idosos. As ações empreendidas pela LBV são gratuitas e objetivam a melhoria da qualidade de vida de pessoas e suas famílias.

A programação acontecerá na Sede da Instituição, no Centro Comunitário de Assistência Social da Legião da Boa Vontade, localizado na Rua Dos Caicós, 2148 – Dix-Sept Rosado. Informações (84) 3613-1655.

### **DIA MUNDIAL DA LIMPEZA**

No próximo dia 21/09 acontece a segunda edição local do Dia Mundial da Limpeza - evento que espera reunir cerca de 6 mil voluntários, integrantes de ONGs e



associações, além de estudantes, professores, empresários, profissionais liberais, entre outros segmentos da sociedade civil. A expectativa é que sejam recolhidas 16 toneladas de resíduos, superando a marca de 2018, quando foram coletadas mais de 13 toneladas de lixo. Em Natal, será lançado um projeto para tornar a capital potiguar a mais limpa do Brasil.

O Dia Mundial da Limpeza acontece das 9h às 13h, envolvendo a faixa litorânea que vai da praia de Ponta Negra, na Zona Sul, até a praia da Redinha, na Zona Norte. A Praça Gentil Ferreira, no Alecrim, trechos da Cidade Alta e da Avenida Nilo Peçanha também serão beneficiados pela ação dos voluntários.

### ONG BAOBA - AGENDA SETEMBRO- MÊS DAS ÁRVORES -

Dia 11 - palestra SOBRE A IMPORTANCIA DAS ARVORES para alunos do Colégio Salesiano, unidade Ribeira com distribuição de 270 árvores de craibeiras, no horário das 14h às 16h

Dia 18 - palestra para alunos do Colégio Salesiano, unidade Ribeira com plantio de árvores no período da manhã.

Dia 19 - palestra e distribuição de árvores para alunos do Colégio Marista, no período da manhã.

Dia 21 – Dia da árvore - plantio de uma árvore de baobá no bairro de Mãe Luiza, de frente a escadaria assim como várias outras espécies nativas de mata atlântica na Rua Guanabara, no horário das 9h

Dia 22 – II Passeio de Bicicleta entre as gigantescas árvores de baobás, compreendendo um percurso de 42km entre os municípios de Natal e Nísia Floresta.

Informações: HAROLDO MOTA (84)98845-4603



### **Entrevista André Trigueiro**

### Viver é a melhor opção

Neli Terra Jornalista

Seguidor da Doutrina Espírita, o jornalista e ambientalista André Trigueiro conta com 40 prêmios ao longo da carreira. Como escritor, iniciou em 2002, tratando de temas que transitam entre meio ambiente e questões inerentes à natureza

Ao lançar, no início desse mês de setembro, o sétimo livro, André Trigueiro volta a tratar de temas que mexem com o inconsciente e a maturidade moral das pessoas. "A Força do Um" traz um chamado para que o leitor perceba que cada ser é um universo e pode - e deve - se empenhar para fazer do mundo um lugar melhor, aceitando as diferenças que nos cercam e aplicando os conhecimentos adquiridos, em prol de todos.

Em 2015, na quinta publicação, Trigueiro tratou da prevenção ao suicídio (Viver é a Melhor Opção - A Prevenção do Suicídio no Brasil e no Mundo: 2015, Editora Correio Fraterno). E foi essa obra que nos levou até ele e ao bate papo que você confere abaixo, em alusão ao mês destinado à prevenção ao suicídio em todo o Brasil.

Vida Feliz Agora - Por que o tema do suicídio te comoveu, a ponto de você dedicar um livro a esse tema?

André Trigueiro - Esse é um assunto que eu venho pesquisando há exatos 20 anos. Percebi que é caso de saúde pública, no Brasil e no mundo. Acessei os apelos da Organização Mundial da Saúde, para que profissionais de comunicação de uma forma geral e jornalistas, em particular, se envolvessem na disseminação de informações alusivas ao suicídio, de modo que pudessem inflexionar a curva de registros, tanto no Brasil quanto no mundo. Paralelamente, me aproximei do CVV (Centro de Valorização da Vida), que é uma organização que existe no Brasil desde 1962 e que realiza um trabalho voluntário e filantrópico sem vinculação política ou religiosa, de apoio emocional e prevenção do suicídio. Sou voluntário e colaborador desde então.

É preciso atentar que, por ser um problema complexo e multifatorial, o suicídio alcança indistintamente diversos setores da sociedade. Não é um assunto só de psiquiatra ou psicólogo. É um desafio que está colocado para todos nós e não deveríamos permanecer indiferentes à dor que leva alguém a imaginar que a solução seja cometer uma violência atroz como essa, que é o autoextermínio.

VFA - Você diz que "prevenção se faz com informação". Como fazer essa informação chegar em quem realmente precisa dela?

AT - E muito importante pra pessoa que se sente absolutamente prostrada, desanimada, desesperançada, sem perceber qualquer luz no fim do túnel, saber que outras pessoas, que passaram por problemas iguais, conseguiram seguir em frente, aceitando se submeter à ajuda especializada.

È muito importante que a pessoa não se encapsule. Que ela experimente essa assistência que pode ser oferecida por um psiquiatra, concomitantemente com a ajuda de um psicólogo, e que dê tempo ao tempo. Porque esse processo pode demandar um tempo relativamente longo. Que a família e os amigos sejam igualmente instruídos sobre como lidar com essa situação. Familiares e amigos são aliados estratégicos desse processo de recuperação da auto estima e do desejo de viver.

São várias as causas da ideação suicida. Ela pode estar associada, ou não, a uma patologia de ordem mental. Ela pode estar associada à impulsividade, ao desejo de resolver as coisas de maneira rápida, a uma impaciência enorme, que não permite que o tempo contribua para a ressignificação da adversidade. O tempo é um aliado importante.

E a gente precisa saber que esse tipo de situação é mais frequente que se imagina.

Porque, por vezes, a gente se isola do mundo e se coloca como maior sofredor do universo. E não percebe que outras pessoas podem estar sofrendo. E, invariavelmente, isso acontece. Existem sofrimentos iguais ou piores, pessoas padecendo de situações ainda mais difíceis ou complexas, e isso também tem jeito.

Precisamos confiar nos recursos e nas possibilidades que estão ao nosso alcance quando aceitamos ajuda. Devemos conhecer as experiências de pessoas que realizaram tentativas e que conseguiram seguir em frente, porque deram a si mesmas uma segunda chance. Isso faz toda a diferença.

Eu já recebi vários testemunhos de pessoas que se reportaram ao livro (Viver é a Melhor Opção, 2015), dizendo que leram ali alguma mensagem, alguma informação que as ajudaram a seguir em frente. Isso não tem preço. E eu fico muito grato à vida por ter permitido que eu viesse a me interessar por esse



tema, que é muito atual, e é uma característica do nosso tempo.

VFA - Se eu não sou jornalista, de que forma posso ajudar alguém que pense em praticar o suicídio?

AT - A palavra chave é "acolhimento". Não é pra julgar, não é pra criticar, não é pra punir, não é pra castigar. É pra gente se disponibilizar. Disponibilizar à escuta amorosa e atenciosa. Permitir o desabafo. Faz muita diferença. Se disponibilizar pra acompanhar a pessoa a ir a uma consulta com um psicólogo ou um psiquiatra. No Brasil, graças a Deus, estamos vendo o tabu em torno dessa situação perder força, porque não faz sentido retroalimentar a ignorância dizendo que quem precisa de psicólogo ou psiquiatra é maluco. Não faz o menor sentido.

O psicólogo é um facilitador. Ele ajuda a gente a entender o nosso inconsciente. E isso não é pouca coisa. É autoconhecimento.

O psiquiatra, por sua vez, nos ajuda, com o eventual uso de medicações específicas, a nos sentirmos mais confortáveis diante de certas patologias ou transtornos de ordem mental. Nós estamos vivendo um tempo em que nunca se soube tanto sobre o psiguismo, sobre o aspecto psicológico do nosso ser. Esses profissionais estão muito capacitados para fazer diagnósticos, encaminhar rotas terapêuticas e nos livrar de sérios problemas. Portanto, ter um psiquiatra ou um psicólogo é um privilégio, uma bênção.

VFA - Você está com uma publicação nova, que acaba de sair do forno: "A Força Do Um"- essa é uma frase que você costuma usar nas suas falas... Conte um pouco sobre a mensagem desse livro.

AT - É uma frase muito inspiradora pra mim. Eu tive a ideia do livro a partir de uma mensagem de uma obra psicografada por Francisco Cândido Xavier, ditada pelo espírito Emmanuel. A obra foi baseada em uma carta escrita pelo apóstolo Paulo aos Corínthios. Na carta, Paulo diz que um pouco de fermento leveda a massa toda. Emmanuel explica que o fermento seria a capacidade de cada um de nós, através das nossas palavras, através das nossas atitudes, e também dos nossos pensamentos e sentimentos. termos a capacidade real, concreta, mensurável, de interferir na massa do mundo.

Eu sou ambientalista e estudei meio ambiente. Nós que estudamos esse assunto sabemos, através da ciência ecológica, que cada pequeno ser, por mais desprezível e insignificante que pareça, cumpre uma função estratégica na resiliência do todo. Então, nós estamos todos interconectados, somos todos interdependentes, somos seres sociais. E podemos fazer sempre alguma coisa em favor do coletivo.

Nós estamos vivendo um momento de sobreposição de diversas crises: política, econômica, ética, ambiental. O livro, que tem um projeto gráfico muito arrojado, embala 31 textos que se pretendem inspiradores, pra que a gente descubra "A Força Do Um. A força que cada um de nós possui pra transformar problema em solução. Informações que façam sentido na compreensão do nosso tempo e pras respostas que deveríamos buscar. E não nos omitir. E não permanecermos inertes, em cima do muro, indiferentes. Eu acho que vivemos tempos em que é muito importante agir, na direção certa, com senso ético, privilegiando o coletivo.

VFA- A renda dos livros é sempre revertida a uma instituição assistencial. Por que?

AT - Todos os meus livros, até hoje - esse é o sétimo - tiveram a renda destinada a organizações que fazem trabalhos importantes, referenciais, para a sociedade, pro mundo. Eu só sigo, por coerência, um princípio que me é caro: eu tenho um nível de vida muito confortável para o padrão brasileiro e eu me sinto muito bem por abrir mão dos direitos autorais dos meus livros em favor de organizações que prestam serviços fundamentais para o equilíbrio, para o bem estar, para a promoção da qualidade de vida no mundo de hoje.

O Fraternidade Sem Fronteiras é uma organização que desenvolve 15 trabalhos humanitários diferentes, em diferentes partes do Brasil e da África. Eles estão onde há fome, miséria, exclusão. Onde não há casa, água potável, onde não há certeza da próxima refeição, onde não há saúde. É comovente a abnegação desses voluntários que se prontificam a ajudar quem precisa. Fico muito feliz e honrado deles aceitarem a destinação dos direitos autorais de "A Força do Um". E eles, como todos os outros projetos que já apoiamos com outros livros, realizam essa força do um. Eles materializam o espírito dessa obra.

VFA - Você diria que o foco dos teus livros, mesmo que indiretamente, é o crescimento moral, a melhoria das pessoas como seres humanos?

AT - É possível que sim, mas eu confesso que a minha sensibilidade manifesta nos livros é, na verdade, um comprometimento em favor da vida em suas múltiplas resoluções. O respeito à vida, o respeito à todas as pessoas serem quem são. É a fé no ser humano, na capacidade de viver num ambiente onde haja acolhimento, tolerância, respeito, onde as pessoas não sejam estigmatizadas por serem diferentes.

Nós somos a comunidade dos diferentes e precisamos perceber a riqueza embutida nessa experiência. O mundo seria um lugar muito chato se todo mundo pensasse igual, sentisse igual, rezasse ao mesmo Deus ou a Deus nenhum. O que empresta força à vida é a diversidade. Há um caleidoscópio na maneira como a natureza se resolve. Há um tabuleiro maravilhoso e megabiodiverso, no qual nós todos estamos inseridos e que nos falta, por vezes, a percepção do quanto isso é maravilhoso, do quanto isso precisa ser reconhecido como algo

A vida se expressa através da diversidade. E a diversidade precisa ser protegida. E a gente precisa prestar atenção em quem está perto da gente. A gente precisa prestar atenção no mundo que nos acolhe, nossa casa comum. Viver é verbo auxiliar de amar. E a gente precisa aprender a amar, pra viver bem.