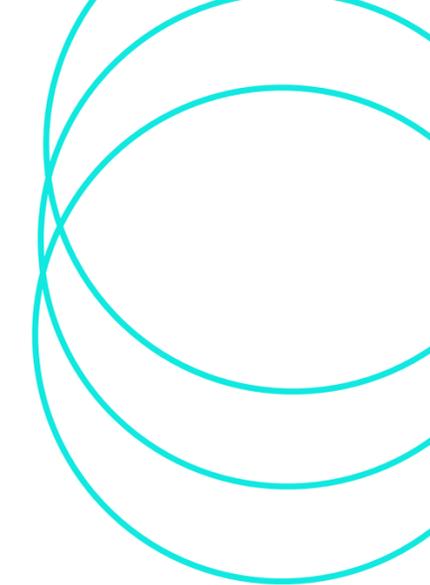




ORIENTAÇÕES PARA **O CURATIVO**



PREPARAÇÃO E “CURATIVOS”



Apenas às TERÇAS e QUINTAS
Das 20h50 às 21h10.

**OBS.: O tratamento espiritual não
substitui o acompanhamento
médico convencional**



Colocar um copo com água na
cabeceira da cama, deitar-se, ficar em
estado de oração mentalizando as
equipes do plano espiritual,
comandados por Dr.Bezerra de
Menezes, imaginando a figura do nosso
Divino Mestre Jesus e solicitando as
bençãos, a fim de alcançar a cura ou a
melhoria desejada, em seguida, tomar o
copo de água.



Neste dia e sempre que voltar ao
NEUTRA, evite consumir carne
vermelha, fumar, bebidas alcoólicas,
alimentos calóricos e bebidas
estimulantes (como café), e evite
qualquer tipo de drogas.

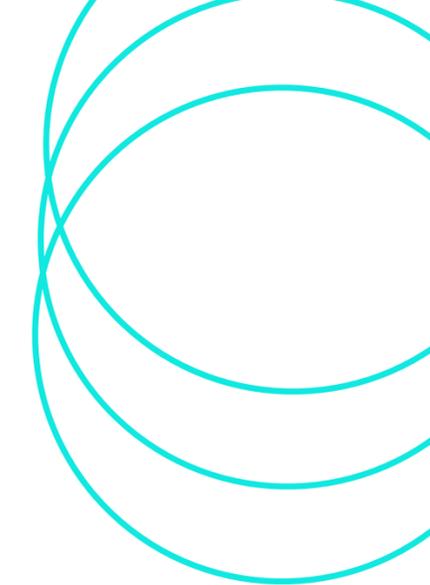
Se possível, repouse no dia após o
tratamento.

@apometriaNeutra

www.neutrapometria.org.br



REFORMA ÍNTIMA: O QUE É?



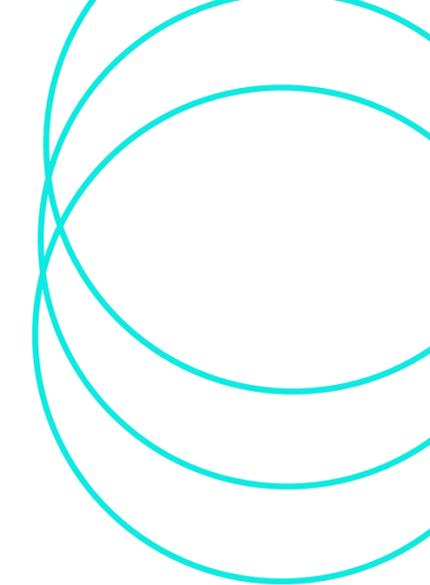
A reforma íntima é um processo de transformação pessoal que busca a melhoria moral e espiritual do indivíduo. É um caminho de autoconhecimento e desenvolvimento interior, que nos leva a compreender e a trabalhar sobre nossos defeitos e qualidades, com o objetivo de alcançar um estado de equilíbrio e harmonia interior.

Mas o que significa, na prática, realizar a reforma íntima?

- Auto-observação: É fundamental observar nossos pensamentos, sentimentos e ações, identificando padrões e hábitos que precisam ser modificados.
- Perdão: Perdoar a si mesmo e aos outros é um passo essencial para a libertação emocional e espiritual.
- Estudo: O estudo das doutrinas e princípios da Umbanda nos proporciona ferramentas para compreender melhor a nós mesmos e o mundo à nossa volta.
- Prática: A prática da caridade, da oração e da meditação nos ajuda a fortalecer nossa espiritualidade e a conectar-nos com uma força superior.
- Relacionamentos: Cultivar relacionamentos saudáveis e baseados no respeito e na empatia é fundamental para o nosso crescimento espiritual.



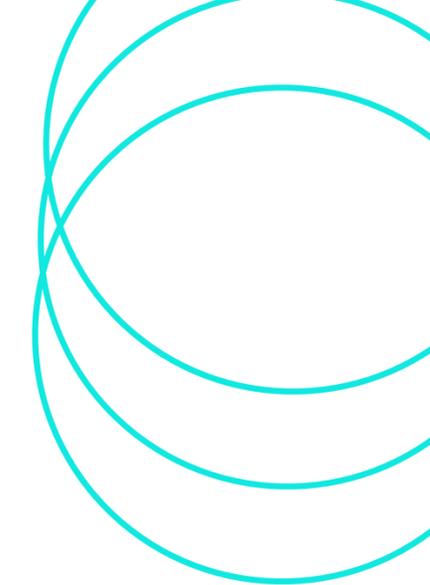
20 EXERCÍCIOS PARA PROMOVER UMA REFORMA ÍNTIMA.



1. Executar alegremente as próprias obrigações: Encontre significado e propósito em suas tarefas diárias.
2. Silenciar diante da ofensa: Evite reações impulsivas e busque a paz interior.
3. Esquecer o favor prestado: Não espere reconhecimento por suas boas ações.
4. Exonerar os amigos de qualquer gentileza para conosco: Valorize a amizade e a compaixão.
5. Emudecer a nossa agressividade: Cultive a gentileza e a paciência em suas palavras e ações.
6. Não condenar as opiniões que divergem da nossa: Respeite a diversidade de pensamento.
7. Abolir qualquer pergunta maliciosa ou desnecessária: Seja discreto e atencioso com os sentimentos dos outros.
8. Treinar a paciência constante: Desenvolva a capacidade de esperar e lidar com situações desafiadoras.
9. Ouvir fraternalmente as mágoas dos companheiros sem biografar nossas dores: Seja um bom ouvinte e ofereça apoio aos outros.
10. Buscar sem afetação o meio de ser mais útil: Contribua para o bem-estar daqueles ao seu redor.



20 EXERCÍCIOS PARA PROMOVER UMA REFORMA ÍNTIMA.

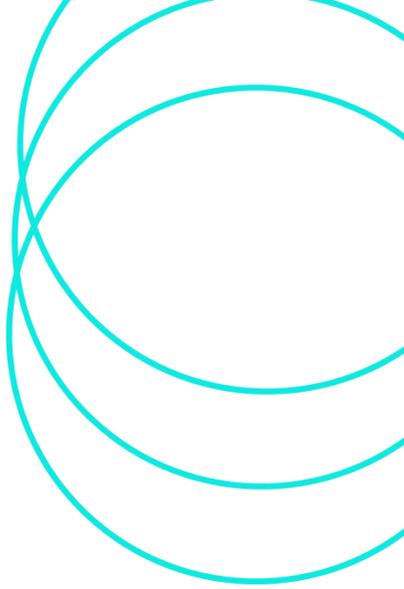


11. Desculpar sem desculpar-se: Assuma a responsabilidade por seus erros e busque a reconciliação.
12. Não dizer mal de ninguém: Evite a fofoca e a calúnia.
13. Buscar a melhor parte das pessoas que nos comungam a experiência: Encontre o que há de bom em cada pessoa.
14. Alegrar-se com a alegria dos outros: Compartilhe a felicidade dos seus amigos e familiares.
15. Não aborrecer quem trabalha: Respeite o trabalho alheio e colabore com seus colegas.
16. Desculpar sem desculpar-se: Assuma a responsabilidade por seus erros e busque a reconciliação.
17. Não dizer mal de ninguém: Evite a fofoca e a calúnia.
18. Buscar a melhor parte das pessoas que nos comungam a experiência: Encontre o que há de bom em cada pessoa.
19. Alegrar-se com a alegria dos outros: Compartilhe a felicidade dos seus amigos e familiares.
20. Não aborrecer quem trabalha: Respeite o trabalho alheio e colabore com seus colegas



EVANGELHO NO LAR

ENTENDA A IMPORTANCIA



A importância do lar na educação moral

É, no lar que os Espíritos se reencontram, sob o mesmo teto, na condição de pais, filhos e irmãos; nesse ambiente, são oferecidas as oportunidades de novo aprendizado moral, possibilitando aos reencarnados exercitarem-se no campo afetivo, desenvolvendo a fraternidade, a solidariedade, enfim, os sentimentos derivados do amor. Assim, a função educadora e regeneradora da família é extremamente delicada e importante, quando se atribui à reencarnação a oportunidade de ascensão na escala evolutiva, através de novas experiências, no campo intelectual e moral.

O que é o Evangelho no Lar?

É o estudo em família da doutrina do Cristo.

Por que fazer o Evangelho no Lar?

- Para compreender melhor o Evangelho, levando-o para o dia-a-dia.
- Para harmonizar a ambiência do lar, facilitando o auxílio dos mentores espirituais, uma vez que a prece e o estudo colocam a família em sintonia com esses benfeitores.



EVANGELHO NO LAR

PASSO A PASSO

Roteiro para a realização do Evangelho no Lar:

- Escolha um dia da semana e defina um horário fixo para a reunião com os familiares. O Evangelho no Lar deve ser feito por todos os que desejarem participar, podendo até ser feito por uma só pessoa.
- A duração do culto poderá ser de 15 minutos ou mais.
- Providencie uma jarra com água para ser fluidificada durante o culto.
- Faça uma prece de abertura (simples e espontânea).
- Leia e comente um trecho de "O Evangelho Segundo o Espiritismo".
- Caso deseje, faça uma leitura complementar com outra(s) obra(s) doutrinária(s), comentando-a(s) em seguida.
- Faça uma prece de encerramento (pode-se agradecer a Deus pela vida, rogar a Jesus proteção para o lar ou pedir pelos necessitados encarnados e desencarnados).
- Sirva um pouco de água fluidificada para os participantes.



Neutra

SABER, OUSAR, QUERER E CALAR

BY EDSON VALENTIM