



# ÚLTIMA HORA

Boletim Informativo Mensal do Grupo Espírita Trabalhadores da Última Hora (Getuh)

Outubro 2023

Mídias sociais

Nossa História

## Getuh agora está no Youtube

Por meio do canal GetuhUSA, internautas podem ter acesso a acervo de palestras e reuniões públicas do grupo. *Página 9*

Evangelização 

### Crianças e jovens participam do 'Projeto Recomeçar'

*Página 8*

Ação tem como foco doações ao projeto social do grupo espírita

## Luciana: dedicação e amor ao Espiritismo

*Páginas 4 e 5*



*Ela atua como expositora, instrutora de curso e passista espírita*

Saúde mental

### Setembro Amarelo é tema de mesa redonda

### Outubro tem dia para mobilizar sobre depressão



*Páginas 2 e 3*

# ANUNCIE AQUI

no Boletim Informativo do Getuh!



Além de divulgar seus serviços, você também estará contribuindo de maneira significativa com a manutenção do grupo e suas ações sociais.

Para mais informações, falar com Beatriz Bueno (401) 573-5116

## SOBRE NÓS

O Grupo Espírita Trabalhadores da Última Hora é uma entidade filantrópica que desenvolve suas atividades com base na Doutrina Espírita, codificada nas obras básicas de Allan Kardec. Está sediada em Massachusetts, Estados Unidos.

**Fundação:** Janeiro de 2000

### DIRETORIA

**Presidente:** Carlos Côte-Real

**Vice-presidente:** Wallace Nascimento

**1º tesoureiro:** Luciene Côte-Real

**2º tesoureiro:** Gerciele Costa

**1º bibliotecário:** Roziner Nascimento

**2º bibliotecário:** Lana Noletto

**1ª secretária:** Diene Bueno

**2ª secretária:** Luciana Millan

**1º conselheiro fiscal:** Luiz Neto

**2º conselheiro fiscal:** Alyne Silva

### EXPEDIENTE

Grupo Espírita Trabalhadores da Última Hora (Getuh)  
Endereço: 222 East Turnpike Rd, Westborough, MA, 01581

**Email:** getuh.comunica@gmail.com

**Website:** www.getuh.org

**Jornalista responsável:** Simone Queirós (MTb 30804)

**Projeto gráfico e diagramação:** Beatriz Bueno

**Site:** Eliza Gomes

**Contato publicitário:** Beatriz Bueno (401) 573-5116

\*Todos os trabalhadores do Getuh são voluntários

\*Toda a renda obtida com apoio institucional nesta publicação será revertida para as ações sociais e manutenção do Getuh.



## Saúde mental

# 'Setembro Amarelo' é tema de mesa redonda no Getuh

Evento com psicoterapeutas foi realizado no último dia 30 de setembro

O Departamento de Assistência e Promoção Social Espírita (Dapse) do Getuh promoveu último dia 30 de setembro a 2ª edição do projeto Setembro Amarelo – Prevenção ao Suicídio. Com o tema “Compreendendo a dor humana”, o assunto foi debatido em mesa redonda com as psicoterapeutas Ana Ornelas e Deborah Ribeiro. Gratuito, o evento foi realizado das 4pm às 6h30pm na sede do Getuh com dinâmicas de grupo e sorteio de livros.

Ao todo 20 pessoas participaram do encontro, que tratou com muita sensibilidade de um assunto considerado tabu na sociedade.

Por meio de explanações, vídeos e dinâmicas que integraram o grupo, as psicoterapeutas mostraram a importância de se falar sobre o assunto, de identificar e dar importância aos sentimentos e praticar o autocuidado.

Ao final, livros foram sorteados entre os presentes, que também se reuniram para um brunch.



### Setembro Amarelo

De acordo com a última pesquisa da OMS, em 2019 foram registrados mais de 700 mil suicídios em todo o mundo, sem contar com os episódios subnotificados, pois com isso estima-se mais de 1 milhão de casos.



Ao todo 20 pessoas participaram do encontro



Ana Ornelas é doutora em Saúde Mental com pós-doutorado pela Boston University e atua há 30 anos em práticas clínicas.



Deborah Ribeiro é psicóloga formada há 14 anos, especializada em ABA e desenvolvimento infantojuvenil.

## SOLAR ENERGY

Junte-se à revolução de energia limpa e aproveite o poder ilimitado do sol através do Massachusetts Clean Energy Act.

### Vantagens da Energia Solar

- Renovável e Sustentável
- Mais Barato que energia tradicional
- Zero custo de instalação

Entre em contato comigo e veja se a sua casa qualifica !

DEBORAH FERNANDES  
(774)317-1594



## Saúde Mental

# Depressão está em foco em outubro

National Depression Screening Day acontece no próximo dia 11

A saúde mental continua em foco no mês de outubro. Após o Setembro Amarelo, é a vez do National Depression Screening Day, no próximo dia 11, alertar para a depressão, grave doença que afeta entre 5% e 10% da população mundial.

Em Massachusetts, o Westborough Youth and Family Center terá atendimento especial neste dia para pessoas a partir dos 6 anos, das 10am às 6pm. Mais informações no telefone (508) 366-3090.

Segundo a psicoterapeuta Ana Ornelas, doutora em Saúde Mental, a data é importante para mobilizar a população, uma vez que apenas um terço das pessoas com depressão busca ajuda profissional.

“É uma doença grave, que pode levar ao suicídio e, às vezes, as pessoas entendem que estar triste por muito tempo é uma condição natural. Mas se você está triste, sente desânimo, falta de energia, vazio, sensação de dor física sem nenhuma causa orgânica, pode ser a depressão que está aí, precisa procurar ajuda”, afirma a especialista.

O acesso a esses testes pode ser feito com o próprio médico ou em qualquer ambiente público, inclusive nas escolas. “É uma condição de saúde pública.”

## Atendimento Fraternal

O Getuh oferece um serviço semanal a pessoas que buscam na Doutrina Espírita alívio para problemas de toda ordem. Trata-se do Atendimento Fraternal, oferecido sempre às quintas-feiras, das 7h15pm às 8h45pm. O agendamento deve ser feito antes, com Rozi (508) 395-5625.

O tratamento espiritual não substitui atendimento médico e psicoterapêutico, mas é um aliado, uma vez que a fé e a espiritualidade têm impacto na saúde mental. “Pesquisas mostram que a fé está no contexto da emoção positiva”, afirma Ana.

Outra forma de ajudar a saúde mental é abraçando alguma causa, como a do voluntariado. No Getuh há o Dapse, que possui projetos sociais e está sempre precisando de colaboradores. “Buscar ajuda com o voluntariado é bom porque as pessoas vão se socializar, vão colocar o foco em alguma coisa”. Veja os principais trechos da entrevista ao lado.

## ENTREVISTA

### Para você, qual a importância do National Depression Screening Day?

É ter um dia que mobiliza a população para fazer uma avaliação sobre depressão, porque apenas um terço das pessoas com essa condição busca ajuda profissional. Então é importante ter um dia para mobilizar, definir, explicar. É uma doença grave, que pode levar ao suicídio.

### O que você tem sentido em seu consultório em relação à depressão?

#### É o que mais motiva a busca por psicoterapia hoje em dia?

No meu consultório a ansiedade ganha da depressão, mas elas são irmãs que estão

sempre juntinhas. São muito comórbidas. A pessoa que está ansiosa tem dificuldade de fazer alguma coisa porque fica preocupada em errar, tem dificuldade de enfrentar aquela situação social, e acaba se isolando, se frustrando com os resultados, e entra a irmã dela, a depressão. É importante que as pessoas identifiquem o que está acontecendo. Porque ter tristeza ou ansiedade em algum momento da vida é normal, o que passa a não ser é quando as emoções passam a interferir na funcionalidade da vida da pessoa, então temos que olhar e procurar ajuda de um profissional capacitado.

### Para quem está se tratando e buscando sair dessa condição, o voluntariado pode ser um aliado?

Pode, porque a depressão é uma doença afetiva, e às vezes essas pessoas ficam muito isoladas, o que acaba piorando os sintomas. O voluntariado é bom porque ali elas vão se socializar, vão colocar o foco em alguma coisa. Então a doença diminui a potencialidade a partir do momento em que essa pessoa se socializa, tem um lugar para conversar, sai da zona do conforto, modifica o ambiente.

### A fé e a espiritualidade têm impacto na saúde mental?

Com certeza. As pesquisas mostram que a fé está no contexto da emoção positiva. As pessoas com fé acreditam mais nelas mesmas, em um poder superior, em algo que possa trazer um caminho, uma solução para aquilo que está fazendo sofrer.

### Qual o conselho que você dá a um familiar que vê o ente querido em depressão, mas que não aceita ajuda?

Se a pessoa não aceita ajuda é muito difícil ela melhorar. Então a questão é psicoeducar, que é falar sobre as emoções, deixar alguma cartilha, livro, revista, vídeo que fale sobre a doença, que faça a pessoa observar. E com toda doença, seja física, emocional, espiritual, a gente só consegue lidar a partir do momento em que aceita. A aceitação é o primeiro passo para buscar tratamento.

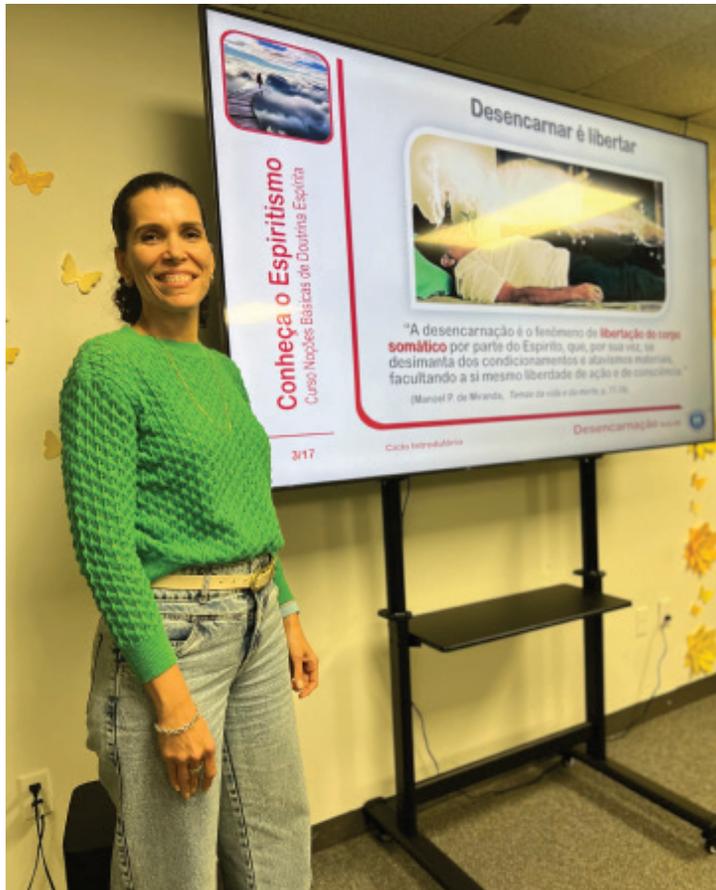


**Ana Ornelas**

Psicoterapeuta, PhD, LMHC  
(Licensed Mental Health Counselor)

# Dedicação à Doutrina Espírita é marca de Luciana Millan

Mineira encontrou no Espiritismo as respostas que procurava para fortalecer sua fé



Uma de suas funções no Getuh é ser instrutora do curso introdutório

O Espiritismo só chegou oficialmente na vida da mineira Luciana Millan, de 43 anos, há pouco mais de 15 anos. E foi um verdadeiro divisor de águas. Tanto que hoje ela atua ativamente como expositora, instrutora de cursos e passista no Grupo Espírita Trabalhadores da Última Hora (Getuh), em Massachusetts, instituição que adotou como um segundo lar durante este período.

Isso não quer dizer, entretanto, que ela só teve contato com o mundo espiritual após a vida adulta. Ao olhar para trás, Luciana percebe que os sinais para que ela seguisse a Doutrina Espírita já estavam presentes desde sua infância. Como se fossem peças de uma quebra-

cabeça, só esperando ser montado.

Criada em uma família de católicos não-praticantes, ela tinha medo do “sobrenatural” quando criança. O motivo principal: o pavor que seu irmão mais novo tinha de “assombrações”, com as quais ele dizia se deparar de vez em quando. Na época, eles ainda não sabiam o que era mediunidade, habilidade que dava ao caçula essa sensibilidade aflorada.

Esse medo fazia com que um livro guardado na estante da sala de casa sempre chamasse a atenção de Luciana: “O Livro dos Espíritos”, de Allan Kardec, que lhe provocava também bastante curiosidade. A publicação era de seu pai, que apesar de não seguir a

doutrina, sempre dizia: “leia se quiser, é interessante”.

Mas ainda não estava na hora. Já um pouco mais velha, outra pequena peça do quebra-cabeça apareceu em sua vida. Por meio de amigos em comum, a família foi convidada a conhecer um centro espírita, ambiente que mais uma vez despertou a curiosidade da jovem. Mas foi só aos 15 anos de idade que ela realmente começou a conhecer um pouco mais sobre o assunto. Foi quando decidiu pegar aquele temido livro para ler. “Aqueles palavras fizeram todo o sentido para mim, eu achei tudo muito natural”.

O livro trouxe respostas a questionamentos naturais da então adolescente, que recorria sempre à Igreja Católica quando buscava se conectar com Deus, mas sem ali preencher completamente suas dúvidas sobre a Espiritualidade. As respostas encontradas no livro de Kardec foram marcantes para Luciana, mas ficaram momentaneamente adormecidas, sem que ela buscasse uma atuação mais efetiva no Espiritismo até muitos anos depois, incluindo aí uma mudança de país.

Aos 21 anos, ela decidiu passar algum tempo em Massachusetts, nos Estados Unidos. Veio sozinha para encontrar uma amiga, mas um mês depois conheceu o colombiano Ivan Millan Pulecio, de 44 anos, que desde então se tornou seu companheiro inseparável.

A Colômbia é o segundo país onde o Espiritismo é mais forte no

mundo, perdendo apenas para o Brasil. Então Ivan tinha um conhecimento superficial sobre o assunto, principalmente por ter uma tia espírita. “Mas na época ele achava que ela era bruxa”, diverte-se Luciana.

Entretanto, assim como o irmão de Luciana, Ivan tem a sensibilidade aflorada para detectar o mundo espiritual – embora ele não se sinta nem um pouco confortável com isso. Mesmo assim, não recusou o convite da esposa quando ela o chamou para conhecer uma casa espírita em Somerville, nos idos de 2006.

Essa necessidade de começar a frequentar um centro espírita surgiu gradualmente, pela vontade crescente de Luciana em se conectar com Deus por meio de uma religião que satisfizesse seus anseios e desse as respostas que procurava. Durante dois anos ela frequentou este centro espírita esporadicamente. “Neste grupo encontramos um amigo que já conhecíamos de fora do universo espírita, e foi ele quem nos indicou o Getuh, que ficava mais próximo de onde morávamos na época”.



Em março de 2015, no Getuh

# Uma mamãe na sala de aula

Em janeiro de 2008, Sofia chegou para fazer parte da família. A bebê foi a maior motivação de Luciana para se tornar mais assídua no Espiritismo. “Quería oferecer a ela um lar em que a religião fosse presente”.

Foi então que, em dezembro do mesmo ano, ela entrou de vez no Getuh. Primeiro, participando das reuniões públicas aos domingos.



Com Ivan, Sofia e Lorenzo

Depois, já em meados de 2009, decidiu iniciar o curso espírita – oferecido semestralmente pelo Getuh nas noites de segunda-feira.

Mas ela não estava sozinha: durante o curso, engravidou de Lorenzo, seu cacula, que a acompanhou ao longo das aulas até um dia antes de seu nascimento, em 5 de abril de 2011, uma terça-feira de manhã. Na noite anterior, Luciana estava na sala de aula, mesmo sabendo que a primeira coisa que faria no dia seguinte era uma cesárea.

E mesmo após o nascimento, lá estava ela em todas as aulas de segunda à noite, só faltando na primeira semana. Enquanto Luciana buscava alimento para

o espírito, o esposo ficava encarregado dos cuidados e alimentação do rebento.

Ainda durante o curso, surgiu a possibilidade de ela fazer a abertura das reuniões de domingo, desafio que Luciana, mesmo com “frio na barriga”, aceitou. E gostou tanto que hoje não é

expositora apenas no Getuh, mas também, esporadicamente, no Cantinho de Luz, em Peabody. “Hoje me sinto confortável em falar em público, e é algo que gosto muito de fazer”.

Outra realização é ser instrutora do curso inicial de Espiritismo, função que abraçou há pelo menos 5 anos no Getuh. “Tenho consciência de que aprendo muito mais com os alunos do que eles comigo. O aprendizado é constante, e meu desejo é contribuir ainda mais com a doutrina”.

Sua grande satisfação, entretanto, é ver os filhos participando ativamente do Espiritismo. Sofia, de 15 anos, e Lorenzo, de 12, frequentam a Evangelização Infantojuvenil do grupo, realizada todos os domingos. “Eles cresceram dentro da doutrina”.

## Memória

### Fatos Históricos e Personalidades

#### Outubro

- Dia 2 (1919) - Nascimento do médium e escritor espírita Rafael Américo Raniere.
- Dia 2 (1860) - Nascimento, na Espanha, de Angel Aguarod, fundador e presidente da Federação Espírita do Rio Grande do Sul.
- Dia 2 (1998) - Abertura do Congresso Espírita Mundial, realizado em Portugal.
- Dia 3 (1804) - nasce o codificador da Doutrina Espírita, Allan Kardec.
- Dia 3 (1947) - Abertura do 1º Congresso Espírita Pan-Americano, realizado na Argentina.
- Dia 5 (1949) - é assinado o Pacto Áureo na FEB, objetivando a unificação do Espiritismo em todo o País.
- Dia 6 (2001) - é fundada em Piracicaba (SP) a Casa Espírita Sementes de Luz.
- Dia 9 (1861) - data em que foi realizado o Auto de Fé de Barcelona, quando por ordem da Igreja Católica, através de um de seus ministros, foram queimados diversos livros enviados por Kardec a um livreiro espanhol.
- Dia 10 (1865) - desencarne de Francisco Leite Bittencourt Sampaio, médium e escritor.
- Dia 13 (1926) - desencarne de Manoel Vianna de Carvalho, militar e grande tribuno espírita. Fundador de várias Instituições Espíritas no país. Nascido em Icó, Ceará, em 10 de dezembro de 1874.
- Dia 17 (1841) - nascimento de Francisco Raimundo Ewerton Quadros, engenheiro militar, médium, e primeiro presidente da Federação Espírita Brasileira (FEB)
- Dia 19 (1909) - desencarna na Itália César Lombroso, criminalista e observador espírita.
- Dia 20 (1950) - fundação da Federação Espírita do Piauí.
- Dia 23 (1918) - desencarna Pedro Richard, um dos fundadores do Grupo Ismael.
- Dia 24 (1944) - desencarna Aura Celeste (Adelaide Augusta Câmara), médium espírita de atuação marcante no amparo à criança e à velhice.
- Dia 25 (1943) - desencarne de Luiz Olímpio Guillon Ribeiro, tradutor das obras de Kardec e de Roustaing. Foi presidente da FEB.
- Dia 27 (1937) - numa ação arbitrária da Polícia, sem qualquer justificativa, a FEB é fechada por um período de 3 dias.

Fonte: *Vade Mecum Espírita*

## RAIO-X

### Luciana Millan

Aniversário: 4 de outubro  
Idade: 43 anos  
Cidade natal: Belo Horizonte (MG)  
Profissão: gerente financeira em uma clínica dermatológica

### Esposo

#### Ivan Millan Pulecio

Profissão: dono de restaurante

### Filhos

Sofia (15 anos), Lorenzo (13 anos) e Zoey\* (3 anos)

\*cadelinha da raça Goldendoodle



# CANTINHO DO CHICO

## Em nossas tarefas

“...não ambicioneis coisas altas, mas acomodai-vos às humildes.” Paulo (Romanos, 12:16)

“Não ambicioneis coisas altas, mas acomodai-vos às humildes” - recomenda o apóstolo, sensatamente. Muitos aprendizes do Evangelho almejam as grandes realizações de um dia para outro...

A coroa da santidade...

O poder da cura...

A glória do conhecimento superior...

As edificações de grande alcance...

Entretanto, aspirar só por si não basta à realização.

Tudo, nos círculos da Natureza, obedece ao espírito de sequência.

A árvore vitoriosa na colheita passou pela condição do arbusto frágil.

A catarata que move poderosas turbinas é um conjunto de fios de água no nascedouro.

Imponente é o projeto para a construção de uma casa nobre, no entanto, é indispensável o serviço da picareta e da pá, do tijolo e da pedra, para que a arte e o reconforto se exprimam.

Abracemos os deveres humildes com devoção ao nosso ideal de progresso e triunfo.

Por mais árdua e mais simples a nossa obrigação, atendamo-la com amor.

A palavra de Paulo é sábia e justa, porque, escalando com firmeza as faixas inferiores do monte, com facilidade lhe conquistamos o cimo e, aceitando de boa-vontade as tarefas pequeninas, as grandes tarefas virão espontaneamente ao nosso encontro.

Fonte: capítulo 118, livro Fonte Viva, Francisco Cândido Xavier pelo espírito Emmanuel

“A tua ansiedade ou o teu receio não alterarão o curso das horas. Aguarda o que há de suceder, sem que te imponhas sofrimento desde a véspera”



## Filme do Mês

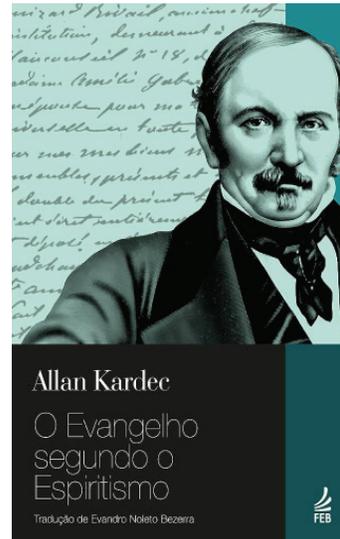


### Chico para Sempre (2022)

O filme-documentário Chico para Sempre, lançado ano passado nos cinemas, apresenta a partir de depoimentos inéditos de amigos pessoais, historiadores e pesquisadores um novo perfil do médium mineiro Francisco Cândido Xavier. O projeto, dirigido por Wagner de Assis, é uma realização da Cinética Filmes

com apoio da FEB Cinema, selo da Federação Espírita Brasileira voltado para adaptações às diversas telas.

## Livro do Mês



### O Evangelho Segundo o Espiritismo

Allan Kardec, abril de 1864

Terceira obra do chamado Pentateuco, que reúne os cinco livros básicos da Doutrina Espírita, o Evangelho Segundo o Espiritismo trata especificamente do aspecto religioso da Doutrina, reunindo inúmeras passagens do Evangelho de Jesus e seus ensinamentos, particularmente os de ordem moral,

aclarando assim a mensagem do Cristo com a realidade de vida espiritual. Em seus 28 capítulos, é um convite que a Espiritualidade nos faz para entendermos e vivermos a mensagem do Cristo.

### Jóuber Costa

AGENT

m (774) 346-0950 o (781) 398-8609

jvcosta@ft.newyorklife.com

201 Jones Road

5th Floor

Waltham, MA 02451

New York Life Insurance Company



Falo português

### Capítulo XIV

#### Piedade filial

3. O mandamento: “Honrai a vosso pai e a vossa mãe” é um corolário da lei geral de caridade e de amor ao próximo, visto que não pode amar o seu próximo aquele que não ama a seu pai e a sua mãe; mas, o termo honrai encerra um dever a mais para com eles: o da piedade filial. Quis Deus mostrar por essa forma que ao amor se devem juntar o respeito, as atenções, a submissão e a condescendência, o que envolve a obrigação de cumprir-se para com eles, de modo ainda mais rigoroso, tudo o que a caridade ordena relativamente ao próximo em geral. Esse dever se estende naturalmente às pessoas que fazem as vezes de pai e de mãe, as quais tanto maior mérito têm, quanto menos obrigatório é para elas o devotamento. Deus pune sempre com rigor toda violação desse mandamento.

Honrar a seu pai e a sua mãe, não consiste apenas em respeitá-los; é também assisti-los na necessidade; é proporcionar-lhes repouso na velhice; é cercá-los de cuidados como eles fizeram conosco, na infância.

Sobretudo para com os pais sem recursos é que se demonstra a verdadeira piedade filial. Obedecem a esse mandamento os que julgam fazer grande coisa porque dão a seus pais o estritamente necessário para não morrerem de fome, enquanto eles de nada se privam, atirando-os para os cômodos mais ínfimos da casa, apenas por não os deixarem na rua, reservando para si o que há de melhor, de mais confortável?

Ainda bem quando não o fazem de má vontade e não os obrigam a comprar caro o que lhes resta a viver, descarregando sobre eles o peso do governo da casa! Será então aos pais velhos e fracos que cabe servir a filhos jovens e fortes? Ter-lhes-á a mãe vendido o leite, quando os amamentava? Contou porventura suas vigílias, quando eles estavam doentes, os passos que deram para lhes obter o de que necessitavam?

**“Honrar a seu pai e a sua mãe, não consiste apenas em respeitá-los; é também assisti-los na necessidade; é proporcionar-lhes repouso na velhice; é cercá-los de cuidados como eles fizeram conosco, na infância.”**

Não, os filhos não devem a seus pais pobres só o estritamente necessário, devem-lhes também, na medida do que puderem, os pequenos nada supérfluos, as solitudes, os cuidados amáveis, que são apenas o juro do que receberam, o pagamento de uma dívida sagrada. Unicamente essa é a piedade filial grata a Deus.

Ai, pois, daquele que olvida o que deve aos que o ampararam em sua fraqueza, que com a vida material lhe deram a vida moral, que muitas vezes se impuseram duras privações para lhe garantir o bem-estar. Ai do ingrato: será punido com a ingratidão e o abandono; será ferido nas suas mais caras afeições, algumas vezes já na existência atual, mas com certeza noutra, em que sofrerá o que houver feito aos outros.

Alguns pais, é certo, descuram de seus deveres e não são para os filhos o que deviam ser; mas, a Deus é que compete puni-los e não a seus filhos. Não compete a estes censurá-los, porque talvez hajam merecido que aqueles fossem sem quais se mostram. Se a lei da caridade manda se pague o mal com o bem, se seja indulgente para as imperfeições de outrem, se não diga mal do próximo, se lhe esqueçam e perdoem os agravos, se ame até os inimigos, quão maiores não hão de ser essas obrigações, em se tratando de filhos para com os pais!

Devem, pois, os filhos tomar como regra de conduta para com seus pais todos os preceitos de Jesus concernentes ao próximo e ter presente que todo procedimento censurável, com relação aos estranhos, ainda mais censurável se torna relativamente aos pais; e que o que talvez não passe de simples falta, no primeiro caso, pode ser considerado um crime, no segundo, porque, aqui, à falta de caridade se junta a ingratidão.

Fonte: O Evangelho Segundo o Espiritismo, Allan Kardec

### Atributos da divindade

#### 10. Pode o homem compreender a natureza íntima de Deus?

“Não; falta-lhe para isso o sentido.”

#### 11. Será dado um dia ao homem compreender o mistério da Divindade?

“Quando não mais tiver o espírito obscurecido pela matéria. Quando, pela sua perfeição, se houver aproximado de Deus, ele o verá e compreenderá.”

A inferioridade das faculdades do homem não lhe permite compreender a natureza íntima de Deus. Na infância da Humanidade, o homem O confunde muitas vezes com a criatura, cujas imperfeições lhe atribui; mas, à medida que nele se desenvolve o senso moral, seu pensamento penetra melhor no âmago das coisas; então, faz idéia mais justa da Divindade e, ainda que sempre incompleta, mais conforme à sã razão.

Fonte: O Livro dos Espíritos, Allan Kardec

## Ciência

### Médiuns de efeitos físicos

160. Os médiuns de efeitos físicos são particularmente aptos a produzir fenômenos materiais, como os movimentos dos corpos inertes, ou ruídos, etc. Podem dividir-se em médiuns facultativos e médiuns involuntários.

Os médiuns os que têm seu poder e fenômenos por ato de vontade. inerente humana, dissemos, facultade de existir no mesmo se poucas quem ela seja facultativos são consciência do que produzem espíritos da própria Conquanto à espécie conforme já semelhante longe está em todos grau. Porém, pessoas há em absolutamente nula, mais raras ainda são as capazes de produzir os grandes efeitos tais como a suspensão de corpos pesados, a translação aérea e, sobretudo, as aparições. Os efeitos mais simples são a rotação de um objeto, pancadas produzidas mediante o levantamento desse objeto, ou na sua própria substância. Embora não demos importância capital a esses fenômenos, recomendamos, contudo, que não sejam desprezados. Podem proporcionar ensino a observações interessantes e contribuir para a convicção dos que os observem. Cumpre, entretanto, ponderar que a facultade de produzir efeitos materiais raramente existe nos que dispõem de mais perfeitos meios de comunicação, quais a escrita e a palavra. Em geral, a facultade diminui num sentido à proporção que se desenvolve em outro.



Fonte: O Livro dos Médiuns, Allan Kardec

## Crianças e Adolescentes

# Evangelização é ampliada e agora integra Projeto Recomeçar

Turma tem a chance de colaborar com projetos sociais da casa

A **Evangelização** do Grupo Espírita Trabalhadores da Última Hora (Getuh) está de cara nova. Retomado em setembro após dois meses de férias, o curso espírita voltado a esta faixa etária voltou a sua formação original – de antes da pandemia - com quatro turmas divididas por faixa etária, além de oito evangelizadores (ver quadro).

E as novidades não param por aí. Em setembro, o grupo passou a fazer parte do Projeto Recomeçar, uma das ações do Departamento de Assistência e Promoção Social Espírita (Dapse) do Getuh. Com isso, os evangelizando passam a participar ativamente dos projetos sociais da casa. A ideia é que, todo último domingo do mês, eles organizem cestas e façam decorações e cartões para mulheres atendidas por este projeto, coordenado pela também evangelizadora Rubi Fernandes Vieira.

No dia 24 de setembro, foram ao todo nove cestas, que fizeram a alegria das



Crianças e adolescentes participaram ativamente da montagem das cestas

crianças e adolescentes. Enquanto os menores ficaram responsáveis por desenhar corações para compor a decoração, os mais velhos escreveram em cartões e também executaram a montagem dos presentes, compostos por itens de cuidado pessoal como

toalhas, escovas, sabonetes, entre outros, tudo fruto de doação.



Recomeçar é levar esses presentes como uma forma de incentivo para elas recomeçarem a vida. Eu levei os produtos e as crianças e adolescentes montaram todas as cestas. É uma forma de eles também participarem dos projetos sociais e conseguirem ver o resultado do trabalho”, afirma Rubi.

O ‘Recomeçar’ está sempre em busca de voluntários e colaboradores. Mais informações podem ser obtidas com Rubi (978) 333-3496 ou Uli Hesnan (774) 498-0402, coordenadora do Dapse.

### Evangelização

As turmas de crianças e jovens até 17 anos se reúnem todo domingo, das 10h30 às 12 horas. Enquanto os pais assistem às palestras e reuniões públicas, seus filhos recebem aprendizado cristão em salas separadas por idade. Para participar, basta comparecer ao Getuh no dia e horário da Evangelização.

### TURMAS DA EVANGELIZAÇÃO TODO DOMINGO, DAS 10H30 ÀS 12 HORAS

Até 3 anos

Evangelizadoras: Rubi Fernandes Vieira e Livia

Dos 4 aos 8 anos

Evangelizadores: Maria Luíza Dias e Lucas Franco

Dos 9 aos 13 anos

Evangelizadoras: Virgínia Rasmussen e Gercieile Costa

Dos 14 aos 17 anos

Evangelizadores: Aline Foligno e Rafael Oliveira



### Click



**Campanha de Natal.** Parte dos voluntários do Departamento de Assistência e Promoção Social Espírita (Dapse) do Getuh se reuniu no dia 23 de setembro para planejar as ações de Natal do grupo. Assim como em anos anteriores, pessoas atendidas pelos projetos sociais receberão um mimo especial na época mais festiva do ano. Mais informações serão divulgadas em breve. O Getuh conta com a participação de todos!

Mídias Sociais

# Getuh lança novo canal no Youtube

**Agora internautas podem acessar palestras e reuniões públicas no GetuhUSA**

O Grupo Espírita Trabalhadores da Última Hora (Getuh) está lançando este mês uma importante plataforma de divulgação da Doutrina Espírita e dos trabalhos da casa. Trata-se do canal GetuhUSA, no Youtube. Neste espaço virtual os internautas poderão ter acesso a palestras especiais, reuniões públicas e, no futuro, possivelmente lives realizadas pelo grupo.

Getuh já vem registrando em vídeo suas palestras e reuniões públicas desde 2018. A princípio, a divulgação foi feita de maneira esporádica na página do grupo no Facebook. Depois, a frequência aumentou e, todos os domingos, eram transmitidas lives das reuniões.

A mudança da rede social para o Youtube é uma maneira de tornar a experiência mais

atrativa ao internauta, com uma melhor edição e conteúdo.

O projeto é encabeçado por Mônica Silva e Maria Elizabeth Gomes, carinhosamente chamada de Tia Eliza pelos frequentadores do Getuh.

Ambas são voluntárias da casa espírita e iniciaram os trabalhos em setembro, embora o projeto estivesse sendo planejado há bastante tempo.

Entretanto, para isso era preciso equipamento apropriado, o que foi providenciado recentemente, com a instalação de uma câmera no teto da sala de reuniões e a aquisição de um microfone próprio.

Enquanto Mônica se encarrega do conteúdo e curadoria do projeto, Tia Eliza está a cargo da parte visual e edição dos vídeos, que agora contam com vinheta de abertura.



## Reuniões públicas

As reuniões públicas são constituídas de Abertura, sempre com uma mensagem especial baseada em livros espíritas, seguida de prece inicial. Depois, ensinamentos do Livro dos Espíritos, de Allan Kardec – parte que conta com a participação dos presentes, que podem fazer perguntas e comentários. E, por último, palavras sobre o Evangelho Segundo o Espiritismo, seguidas de prece final. Cada parte fica a cargo de um expositor do Getuh.

## Palestras

Em ocasiões especiais, convidados realizam palestras com algum tema voltado à Doutrina Espírita. No canal do Youtube já estão disponíveis vídeos de palestras do médium

Roberto Barbosa, por meio do qual o espírito do Dr. Fritz realiza cirurgias espirituais no mundo todo – inclusive no Getuh - e dos palestrantes espíritas Débora Beldowicz e Vitor Antenori Rossi, por exemplo.

## Mídias

A plataforma é uma ótima opção para quem deseja conhecer mais sobre a Doutrina Espírita, ou mesmo sobre o funcionamento de uma casa espírita como o Getuh, em Massachusetts. O grupo mantém ainda o site [www.getuh.org](http://www.getuh.org), sua página no Facebook ([www.facebook.com/getuh.marlborough](http://www.facebook.com/getuh.marlborough)), o Instagram ([grupospirita.getuh](http://grupospirita.getuh)), além do Boletim Informativo mensal Última Hora, que está em sua 5ª edição.

## Reuniões Públicas

# Confira a programação de outubro

O Getuh realiza duas reuniões públicas semanalmente, que acontecem sempre às terças-feiras (7 às 9 pm) e domingos (10h30 às 12h30). Confira os expositores do mês de outubro\*.

<b>DOM</b> 1	Rafael Oliveira Luiz Neto Diene Bueno	<b>TER</b> 3	Deuzenir Macedo (Deuza) Albertina Kuhnen Uli Hesnan
<b>DOM</b> 8	Luciana Millan Dino Dantas Luiz Neto	<b>TER</b> 10	Salete Santos Albertina Kuhnen Uli Hesnan
<b>DOM</b> 15	Diene Bueno Luiz Neto Carlos Côte-Real	<b>TER</b> 17	Deuzenir Macedo (Deuza) Albertina Kuhnen Uli Hesnan
<b>DOM</b> 22	Aline Silva Carlos Côte-Real Luciana Millan	<b>TER</b> 24	Salete Santos Albertina Kuhnen Mônica Silva
<b>DOM</b> 29	Wallace Nascimento Carlos Côte-Real Diene Bueno	*programação sujeita a alteração	

Conheça o site do Getuh  
[www.getuh.org](http://www.getuh.org)



**GRUPO ESPÍRITA  
TRABALHADORES  
DA ÚLTIMA HORA**