

28	Julgamentos	65
29	Distúrbios Emocionais	67
30	Fortuna	69
31	Inimigos Outros	71
32	Falar e Ouvir	73
33	Familiares Queridos	75
34	Apoio Espiritual	77
35	Tua Posse	79
36	Em Matéria de Fé	81
37	Paz de Espírito	83
38	Reações	85
39	Auxiliarás por Amor	87
40	Nossos Problemas	89
41	Indicação da Vida	91
42	Perante os Caídos	93
43	Perto de Ti	95
44	Conversa em Família	97
45	Amparo Mútuo	99
46	Auxílio Moral	101
47	Ofensas e Ofensores	103
48	Provações e Orações	105
49	Dar e Fazer	107
50	Como Perdoar	109
51	Não Somos Exceções	111
52	Opositores	113
53	Discussões	115
54	Na Sublime Iniciação	117
55	Nossa Parcela	119
56	Deus Virá	121
57	Acontece o Melhor	123
58	Serviço a Quem Serve	125
59	Em Torno da Virtude	127
60	Confia em Deus	129

## PREFÁCIO

*Nesta hora, em que tantos povos têm a sua paz conturbada e inúmeros lares se debatem, desajustam e dissolvem para agravar as aflições da humanidade, o mundo está mais do que nunca necessitado e ansioso por um lenitivo, uma luz que brote da alma e do coração, e não mais do cérebro frio e nebuloso. Daí a oportunidade deste livro, cujo título condiz muito bem com o seu contexto, tão ameno e acolhedor que se nos afigura um prado florido e risonho, aberto ao cansado viajor que ali busque passar horas de descanso e reflexões.*

*Acode ainda a circunstância de haverem suas linhas fluído da pena de alguém que, tendo feito do sadio Espiritualismo o seu sacerdócio mais sagrado, tem dedicado toda a sua vida a aliviar as agruras morais e físicas de seus semelhantes, tanto por seus atos como por suas palavras. Isto porque ele não é um simples teórico, mas um praticante vivo e sempre ativo do bem.*

*Assim é que o leitor terá aqui, à sua frente, uma estimuladora mensagem, distribuída em sessenta curtos e bem concatenados capítulos sobre variados temas confluindo todos, qual regatos de luz, para o mesmo oceano da Verdade, que é Deus, e sedentar as almas peregrinas provenientes de todas as origens.*

*Em cada capítulo poderá o interessado ter um tema para meditação. Se em cada um deles meditar, e o praticar até o fim, logrará construir dentro de si um mundo feliz, que o ajudará, nesta existência, a aproximar-se um pouco*

*mais da fonte da tão sonhada e decantada felicidade, porém realmente buscada por tão poucos.*

*Publicando esta obra, cremos estar contribuindo para que sua mensagem logre alcançar tôdas as almas, iluminar seus corações e harmonizar suas mentes, e desta sorte levá-las a trilhar nobremente a senda da espiritualidade, a única capaz de lhes aliviar as amarguras da vida e conduzi-las ao "reino de Deus", que está mais dentro do que fora de cada um de nós.*

*Oxalá se confirme e concretize nossa crença, para que tanto o autor como os editôres se sintam compensados em seu intento e esforços.*

OS EDITÔRES.

## ALMA E CORAÇÃO

A ti, leitor amigo, uma ligeira explicação quanto às páginas dêste livro.

Não resultam de aturados estudos, no recinto de bibliotecas preciosas, porque tôdas nasceram na fonte da experiência.

Reunidos à luz da oração <sup>(1)</sup>, — os companheiros encarnados e nós outros, os amigos domiciliados do Mais Além, — grafamo-las no curso de reflexões e debates sôbre milenares problemas do destino e do ser, da indagação e da dor. Após destacar êsse ou aquêle tópico da Doutrina Espírita que nos revive o Evangelho de Jesus, permutávamos impressões e comentários acêrca das verdades fundamentais e simples do Universo.

À face disso, são elas fragmentos de amor, colhidos em diálogos fraternos, no tentame de ajustar-nos às realidades do Espírito.

Muitas vêzes, os generosos interlocutores que nos honravam com atenção e palavra, procediam não só de círculos laureados de conquistas acadêmicas, mas igualmente de laboriosas oficinas da vida prática; não apenas de austeros deveres do lar, mas também dos torturados distritos da adversidade e da provação que burilam a existência. E muitos outros, por bondade, nos traziam os ouvidos ansiosos, lubri-

---

<sup>(1)</sup> Tôdas as páginas publicadas neste livro foram psicografadas em reuniões públicas da Comunhão Espírita Cristã, em Uberaba, Minas Gerais. (Nota do Médium).