

**“DESPERTAR”**

**APRENDENDO A SER FELIZ  
COM O ESPÍRITO**

**AUTOR: ANDRÉ LUIZ  
Psicografia: FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER**

**HOMENAGEM A FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER – OS EDITORES**

**INTRODUÇÃO.**

**BIOGRAFIA: FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER.**

**CONTEÚDO: FRASES SELECIONADAS DO LIVRO “SINAL VERDE”**

**1<sup>A</sup>. Edição – BUTTERFLAY EDITORA LTDA - 2002 –São Paulo – SP.**

## **HOMENAGEM**

*A imensa gratidão e admiração que sentimos por Francisco Cândido Xavier; motivou-nos a levar adiante esta singela homenagem: um livro – verdadeira lição de vida recebida por seu intermédio – cujo autor espiritual, André Luiz, nele encontrou o instrumento ideal para trazê-la a público.*

*Integralmente publicadas em Sinal Verde, obra inesquecível editada pela Comunhão Espírita Cristã, as orientações de André Luiz resumem ensinamentos que nos despertam, sutilmente, para uma vida nova, plena de esperança e de felicidade. As imagens, que procuramos associar às mensagens selecionadas, na tentativa de emoldurar ensinamentos de tão grande alcance, buscam reforçar ainda mais a fixação do aprendizado.*

*Se o verdadeiro espírita é reconhecido pelo esforço que desenvolve no sentido de modificar o seu comportamento, Francisco Cândido Xavier foi – e continuará sendo – um modelo de reforma íntima para todos nós. Reconhecendo suas imperfeições – insignificantes diante daquelas que ainda acumulamos – sempre foi o primeiro a buscar nas psicografias que recebia, orientações para si mesmo, norteando sua conduta na direção da fraternidade.*

*Sereno diante das adversidades, prodígio na prática da caridade, benevolente para com os ingratos, e firme na determinação de levar adiante os ensinamentos de Allan Kardec, Francisco Cândido Xavier é um marco na história do Espiritismo.*

*O título escolhido para identificar nossa homenagem – Despertar – representa o reconhecimento público por aquele que despertou, em nós, o ideal de divulgar a Doutrina Espírita e que permanecerá, para sempre, presente em nossa memória e em nosso coração.*

Os Editores  
Buterflay Editora Ltda

Da Obra “*DESPERTAR*” – ESPÍRITO: ANDRÉ LUIZ –  
Conteúdo: Frases Selecionadas do Livro “*SINAL VERDE*”  
Psicografia do Médiun: FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER  
Digitado por: Lúcia Aydir.

# INTRODUÇÃO

*O Espírito André Luiz, por intermédio do médium Francisco Cândido Xavier, transmitiu as mensagens que transcrevemos, cumprindo a determinação desse elevado companheiro da espiritualidade em nos conduzir na direção da verdadeira felicidade.*

*Despertar para a felicidade – segundo a essência dos ensinamentos de André Luiz – é abrir os olhos para a necessidade de mudanças que devemos empreender em nós mesmos, renovando sentimentos, modificando posturas assumidas diante da vida e também superando conceitos e ideais arraigados em nosso íntimo – verdadeira reforma da personalidade.*

*Esse Despertar; que nos reserva gratas satisfações e que, certamente, beneficiará a todos àqueles que convivem conosco, se inicia onde nós mesmos determinarmos. Inicialmente atentos aos desdobramentos de nossas novas atitudes, em seguida mais corajosos, na direção de vãos mais altos, seremos capazes, finalmente, de alcançar a paz tão desejada, a consciência serena, o bem-estar de inestimável valor, o ponto de equilíbrio de nossa saúde física e espiritual, daquele que se sente realizado em suas melhores expectativas.*

*Despertar é, portanto, romper as barreiras das próprias limitações, que, se existem, foram arbitradas por nós mesmos, superando falhas e imperfeições, sentindo mais próximo de nós o halo divino da inspiração, que acompanha sempre de perto aquele que se determina no bem.*

Da Obra "DESPERTAR" – ESPÍRITO: ANDRÉ LUIZ –  
Conteúdo: Frases Seleccionadas do Livro "SINAL VERDE"  
Psicografia do Médium: FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER  
Digitado por: Lúcia Aydir.

# **BIOGRAFIA DE: FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER.**

*FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER ( 2/4/1910 – 30/6/2002).*

*Nascido em Pedro Leopoldo, Minas Gerais, Francisco Cândido Xavier – filho de João Cândido Xavier e de Maria João de Deus -, residiu nessa cidade até dezembro de 1958. Mudou-se para Uberaba, no ano de 1959, onde fixou residência. Aposentou-se como funcionário público da União.*

*Chico viveu três fases distintas no exercício da mediunidade, de acordo com sua afirmação: a primeira iniciou-se ainda na infância, quando o espírito de sua mãe o amparava e protegia, até os dezessete anos de idade. A segunda, de 1928 até 1931, quando recebeu centenas de mensagens, inutilizadas posteriormente, por tratarem-se apenas de sua iniciação na psicografia. O terceiro período, ainda segundo Chico, iniciou-se com a manifestação de Emmanuel, em 1931, assumindo a orientação de suas atividades espirituais.*

*Em julho de 1932 publicou seu primeiro livro, Parnaso de Além Túmulo, editado pela Federação Espírita Brasileira, uma coletânea de poesias mediúnicas, de autores renomados da língua portuguesa.*

*Exemplo de conduta íntegra, personalidade conciliadora e perseverante no bem, foi indicado para o Prêmio Nobel da Paz em 1973. Responsável por cerca de 418 obras psicografadas, as quais ultrapassaram a casa dos 25 milhões de exemplares, o procedimento de o médium no terminar um livro era sempre o mesmo: formalizar a doação da obra a uma instituição beneficente.*

*Desencarnou no dia 30 de junho de 2002 em Uberaba, Minas Gerais, no momento em que os brasileiros comemoravam, com grande alegria, a conquista de mais um campeonato mundial de futebol.*

Da Obra "DESPERTAR" – ESPÍRITO: ANDRÉ LUIZ –  
Conteúdo: Frases Seleccionadas do Livro "SINAL VERDE"  
Psicografia do Médium: FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER  
Digitado por: Lúcia Aydir.

## **CONTEÚDO: FRASES SELECIONADAS DO LIVRO "SINAL VERDE" – ANDRÉ LUIZ.**

\* \* \* \* \*

"Agradeça a Deus a bênção da vida, pela manhã".

\* \* \* \* \*

"Antes de sair para a execução de suas tarefas,  
lembre-se de que é preciso  
abençoar a vida para que  
a vida nos abençoe".

\* \* \* \* \*

"Mobilize o capital do sorriso e  
observará que semelhante  
investimento lhe trará  
precioso rendimento de  
colaboração e felicidade".

\* \* \* \* \*

"Converse com serenidade e respeito,  
colocando-se no lugar da pessoa  
que lhe ouve, e  
educará suas manifestações verbais  
com mais segurança e  
proveito".

\* \* \* \* \*

"Se você tem qualquer mágoa  
remanescendo da véspera,  
comece o dia, à maneira do  
Sol: esquecendo a sombra  
e brilhando de novo".

\* \* \* \* \*

"Voz de cada pessoa está carregada pelo  
magnetismo dos seus  
próprios sentimentos".

\* \* \* \* \*

"É sempre possível achar a porta do  
entendimento mútuo, quando nos  
dispomos a ceder, de nós mesmos,  
em pequeninas demonstrações de

renúncia a pontos de vista”.

\* \* \* \* \*

“Antes de observar os possíveis erros  
ou defeitos do outro, vale mais  
procurar-lhe as qualidades e  
dotes superiores para  
estimula-los ao  
desenvolvimento justo”.

\* \* \* \* \*

“A casa não é apenas um refúgio de madeira  
ou alvenaria, é o lar onde a união  
e o companheirismo se  
desenvolvem”.

\* \* \* \* \*

“O trabalho digno  
é a cobertura de sua  
independência”.

\* \* \* \* \*

“Muitas vezes a criatura  
complicada que se nos agrega à  
família, traz consigo as marcas  
de sofrimentos ou deficiências  
que lhe foram impostas por  
nós mesmos em passadas  
reencarnações”.

\* \* \* \* \*

“Se alguém feriu você,  
perdoe imediatamente,  
frustrando  
o mal no nascedouro”.

\* \* \* \* \*

“Enfeite o seu lar com  
os recursos da gentileza  
e do bom humor”.

\* \* \* \* \*

“Colabore no trabalho  
caseiro, tanto quanto  
possível”.

\* \* \* \* \*

“Nunca é impossível  
descobrir algo de bom  
em alguém ou em  
alguma situação para o  
comentário construtivo”.

\* \* \* \* \*

“Os pequeninos  
sacrifícios em família  
formam a base da  
felicidade no lar”.

\* \* \* \* \*

“A criança desprotegida que  
encontramos na rua não é motivo  
para revolta ou exasperação,  
e sim um apelo para que trabalhemos  
com mais amor pela  
edificação de um  
mundo melhor”.

\* \* \* \* \*

“O amigo é uma  
bênção que nos cabe  
cultivar  
no clima da  
gratidão”.

\* \* \* \* \*

“Para qualquer espécie de sofrimento é  
possível dar  
migalha de alívio ou de  
amparo, ainda quando  
semelhante migalha não  
passe do sorriso de simpatia  
e compreensão”.

\* \* \* \* \*

“ A amizade verdadeira  
não é cega, mas se  
enxerga defeitos nos  
corações amigos, sabe  
amá-los e entende-los  
mesmo assim”.

\* \* \* \* \*

“Quanto mais

amizade você der,  
mais amizade  
receberá”.

\* \* \* \* \*

“Se Jesus nos  
recomendou amar os inimigos,  
imaginemos com que imenso  
amor nos compete  
amar aqueles que  
nos oferecem o coração”.

\* \* \* \* \*

“A criança é um  
capítulo especial no  
livro do seu  
dia-a-dia”.

\* \* \* \* \*

“Toda criança é  
um mundo espiritual  
em construção ou  
reconstrução,  
solicitando material digno  
a fim de  
consolidar-se”.

\* \* \* \* \*

“Não existe criança,  
nem uma só, que  
não solicite amor e  
auxílio, educação  
e entendimento”.

\* \* \* \* \*

“Não tente transfigurar seus filhinhos  
em bibelôs, apaixonadamente  
guardados, porque são  
eles espíritos eternos, como  
acontece a nós, e  
chegará o dia em  
que despedaçarão perante você  
mesmo, quaisquer amarras  
de ilusão”.

\* \* \* \* \*

“Quem executa com alegria as

tarefas consideradas menores,  
espontaneamente se  
promove às tarefas consideradas  
maiores”.

\* \* \* \* \*

“A câmara fotográfica nos  
retrata por fora,  
mas o trabalho nos  
retrata por dentro”.

\* \* \* \* \*

“Se você puser amor naquilo  
que faz, para fazer os outros felizes,  
a sua profissão, em qualquer  
parte, será sempre um  
rio de bênçãos”.

\* \* \* \* \*

“Quando o trabalhador converte o  
trabalho em alegria,  
o trabalho se transforma na  
alegria do trabalhador”.

\* \* \* \* \*

“Se você busca melhorar-se,  
melhorando o seu trabalho,  
guarde a certeza de que o  
trabalho lhe dará  
vida melhor”.

\* \* \* \* \*

“Toda pessoa que  
serve além do dever,  
encontrou o caminho  
para a verdadeira  
felicidade”.

\* \* \* \* \*

“Ninguém evolui, nem prospera,  
nem melhora e nem se educa,  
enquanto não aprende a  
empregar o tempo com  
o devido proveito”.

\* \* \* \* \*

“O amor verdadeiro auxilia sem perguntar”.

\* \* \* \* \*

“Se você aproveitar o tempo a fim de melhorar-se, o tempo aproveitará você para realizar maravilhas”.

\* \* \* \* \*

“Indiscrição, leviandade, curiosidade vazia ou malícia, afastam de quem as cultiva as melhores oportunidades de elevação e progresso”.

\* \* \* \* \*

“Dê aos outros a liberdade de pensar, tanto quanto você é livre para pensar como deseja”.

\* \* \* \* \*

“A vida é sempre o resultado de nossa própria escolha”.

\* \* \* \* \*

“Não se aflija por antecipação, porquanto é possível que a vida resolva o seu problema, ainda hoje, sem qualquer esforço de sua parte”.

\* \* \* \* \*

“Em qualquer fracasso, compreenda que se você pode trabalhar, pode igualmente servir, e quem pode servir carrega consigo um tesouro ns mãos”.

\* \* \* \* \*

“Em matéria de felicidade convém não esquecer que nos transformamos sempre naquilo que amamos”.

\* \* \* \* \*

“A alegria do próximo começa muitas vezes no sorriso que

você lhe queira dar”.

\* \* \* \* \*

“Quem se aceita como é, doando de si  
à vida o melhor que tem,  
caminha mais facilmente para  
ser feliz como espera ser”.

\* \* \* \* \*

“A nossa felicidade será naturalmente  
proporcional em relação à  
felicidade que fizermos para os outros”.

\* \* \* \* \*

“Estude a si mesmo,  
observando que o autoconhecimento traz  
humildade e sem humildade é  
impossível ser feliz”.

\* \* \* \* \*

“Quando o céu estiver cinza, a  
derramar-se em chuva, medite  
na colheita farta que chegará do  
campo e na beleza das flores  
que surgirão no jardim”.

\* \* \* \* \*

“O auxílio ao próximo é o  
seu melhor investimento”.

\* \* \* \* \*

“Valorize os outros, a fim de  
que os outros valorize você”.

\* \* \* \* \*

“Se a solidão valesse, as leis  
de Deus não fariam o seu  
nascimento na Terra entre  
duas criaturas, convertendo  
você em terceira pessoa para  
construir um grupo maior”.

\* \* \* \* \*

“Você dominará sempre as palavras

que não disse, entretanto, se subordinará àquelas que pronuncia”.

\* \* \* \* \*

“O sorriso espontâneo é uma bênção atraindo outras bênçãos”.

\* \* \* \* \*

“Uma carta é um retrato espiritual de quem o escreve”.

\* \* \* \* \*

“Sempre que possível, as nossas notícias devem ser mensageiras de paz e otimismo, esperança e alegria”.

\* \* \* \* \*

“Quem fala menos ouve melhor, e quem ouve melhor aprende mais”.

\* \* \* \* \*

“Em toda comunicação afetiva, recorde a regra áurea:  
“Não faça a outrem o que não deseja que outrem lhe faça”.

\* \* \* \* \*

“Cada um tem hoje o que desejou ontem e terá amanhã o deseja hoje”.

\* \* \* \* \*

“Você receberá, de retorno, tudo o que der aos outros, segundo a lei que nos rege os destinos”.

\* \* \* \* \*

Da Obra “*DESPERTAR*” – ESPÍRITO: *ANDRÉ LUIZ* –  
Conteúdo: Frases Seleccionadas do Livro “*SINAL VERDE*”  
Psicografia do Médiun: *FRANCISCO CÂNDIDO XAVIER*  
Digitado por: Lúcia Aydir.