JORNAL IEE

Ano XIV - Nº 78 - Mar/Abr 2022 Uma publicação do Instituto Espírita de Educação

Cuidar do Corpo e da Alma

"Somos um Corpo que tem um Espírito? Ou somos um Espírito que tem um Corpo?"
Página 4

Crônica Espírita

"A oração pode tornar-se parte do nosso dia a dia e não ser apenas um dos nossos rituais semanais, e isso pode nos deixar cada vez mais alinhados com Deus, não somente no centro espírita e no lar, mas também em todos os momentos da rotina" . *Página 6*

Matéria Doutrinária

"Apesar da influência do organismo ser um fato natural e parte do aprendizado espiritual, a condição evolutiva e maturidade espiritual podem superar as restrições e impedimentos naturais da ligação Espírito e Matéria, permitindo que a expansão das capacidades espirituais transcenda a matéria." *Página 7*

Projetos do IEE

"Os Projetos Construindo o Futuro e Divulgação da Doutrina Espírita relatam seus trabalhos recentes e a importância para a manutenção das finalidades estatutárias do nosso IEE." *Página 7*

LEIA TAMBÉM

Conhecendo a agenda 2030 da ONU

"Não deixar ninguém para trás: isso motivou líderes mundiais e representantes da sociedade civil a criar a Agenda 2030, um plano de ação global para 'erradicar a pobreza, proteger o planeta e garantir que as pessoas alcancem a paz e a prosperidade." *Página 3*

Evangelização Infantil

"Quando o Espírito está doente, o corpo inevitavelmente sente o reflexo dessa enfermidade. E quando o corpo adoece, o espírito sofre a influência desse machucado. Isso acontece através do perispírito, que interliga um com o outro." *Página 3*

O Céu e o Inferno

"Os Anjos são Espíritos puros, que alcançaram a perfeição e encontraram a verdadeira felicidade. E todo Espírito pode chegar lá, através do trabalho e da evolução moral e intelectual." *Página 5*

Juventude

"A fase da juventude exige cuidados e atenções redobradas para o Espírito encarnado, pois ocorrem grandes transformações hormonais no corpo do adolescente impactando seu humor, comportamento, desejos." *Página 5*

Assunto em Família

"Para facilitar o diálogo há um recurso interessante que podemos dispor: combinar um momento da semana para trocar ideias sobre ensinamentos de alto teor filosófico-moral que Jesus nos deixou." *Página 6*

Matéria Especial

"Viver decentemente é um direito e não um privilégio. Temos que trocar a caridade temporária pela dignidade definitiva." *Página 8*

EDITORIAL

Em tempos de desafios e superações

Caros Leitores,

Iniciamos o ano ainda com inúmeras incertezas sobre os rumos da pandemia, mas não perdemos o entusiasmo para o trabalho e enfrentamento de novos desafios, pois como nos ensina Joanna de Ângelis "viver é um desafio sublime, e realizá-lo com sabedoria é uma bem-aventurança que se encontra à disposição de todo aquele que se resolva decididamente por avançar, auto superar-se e alcançar a comunhão com Deus" (Vida: Desafios e Soluções. Divaldo Franco, Espírito Joanna de Ângelis).

O IEE, adotando as medidas recomendadas pela Saúde Pública, abre suas portas para retomada dos cursos presenciais nas áreas doutrinária, educacional e filantrópica, na esperança de que em breves dias todas as restrições estejam superadas e novamente possamos estar unidos numa solidariedade fraterna, presencial.

Nesta edição estão tratados temas doutrinários relevantes, considerando os diferentes desafios enfrentados pelos homens no cotidiano, os quais exigem momentos de reflexão, ainda que a solução de problemas existenciais individuais dependa da prática do autoconhecimento e do esforço perseverante de cada ser, processo transformador nem sempre fácil de realizar.

Corpo e Espírito, tema central dessa edição, em análise sob a luz da Doutrina Espírita; Jesus no Lar, através da prática do Evangelho no Lar; a relevância da Evangelização na Infância; a responsabilidade coletiva perante o Planeta, dentre outros abordados na obra básica de Kardec.

"A cada dia o seu cuidado", ensina o Mestre! Essa diretriz exige de todos, indistintamente, cuidados continuados do agir, tendo em vista a adequada evolução moral.

Com votos de paz e harmonia interior, boa leitura para todos.

Esperamos uma leitura proveitosa das reflexões propostas e que tenhamos a oportunidade de vivenciar o arquétipo de beleza e bondade projetado pelo Criador na nossa essência.

Helga Klug Doin Vieira

Presidente Executiva

EXPEDIENTE

INSTITUTO ESPÍRITA DE EDUCAÇÃO
SEDE ARY LEX

Uma publicação bimestral: IEE - Instituto Espírita de Educação Tiragem: 500 exemplares - Endereço: Rua Prof. Atílio Innocenti, 669 - Itaim Bibi - São Paulo - SP - Tel: 11 3167 6333 - Site: www.ieesp.org.br - Equipe editorial: Diretoria executiva do IEE - Diagramação: José Luiz Mendieta e Sandra Alves

RECOMENDAÇÃO DE LEITURA

Helga Klug Doin Vieira e Mayara Pereira

Nossa recomendação de leitura é o tocante livro em exame pelo nosso Clube de Leitura*: "Paulo e Estevão", psicografado por Francisco Cândido Xavier e ditado pelo Espírito Emmanuel.

Através desta obra, o leitor tem a oportunidade de reexaminar a época do Cristianismo nascente, inteirando-se das dificuldades enfrentadas pelos pregadores do Evangelho de Cristo.

A história é sobre Estevão, cumpridor da Lei Mosaica, após sofrer diferentes reveses na vida, teve conhecimento da "Boa Nova", e Saulo de Tarso, o qual entedia que o Evangelho do Cristo representava uma ameaça ao seu povo e à Lei vigente.

Saulo abre seu coração à mensagem Divina de Jesus somente quando é abordado pelo Cristo e sua luz, que o cega momentaneamente. Sua transformação demandou esforço, paciência, sacrifícios, resiliência e tempo. Adotou novo nome, Paulo de Tarso, e foi denominado "Apóstolo dos Gentios" e preeminente apóstolo do Cristianismo.

A leitura é instigante e leva à percepção de que todos recebem convites para trabalhar na seara do bem, mas nem sempre o homem se dispõe a ver e ouvir esses chamados, por desatenção ou mesmo por comodismo. Essa leitura oportuniza uma retrospectiva existencial, levando bálsamo aos corações humanos.

*Contate a secretaria para mais informações sobre o Clube de Leitura do IEE!

NOTÍCIAS DO IEE

CAMPANHA DE ENXOVAIS: Iniciamos a campanha de enxovais que são entregues às gestantes do curso oferecido pela casa em diversas edições no decorrer do ano. Confira os itens dos kits em nosso site e redes sociais.

CURSO PARA GESTANTES ON LINE: Em fevereiro, realizamos nosso primeiro curso do ano com a participação de 15 gestantes.

CURSO DE ATENDIMENTO FRATERNO ON LINE: Também em fevereiro, realizamos o curso de atendimento fraterno, com 30 inscritos, que se estenderá em março com estudos de caso.

CURSOS DOUTRINÁRIOS: Iniciamos, nesse mês de março, os cursos Básico de Espiritismo e de Educação Mediúnica. Desejamos boas-vindas aos queridos alunos e um excelente ano letivo, que alcancem os esclarecimentos necessários ao progresso individual e coletivo.

CURSOS DA ÁREA EDUCACIONAL: Turmas novas dos cursos de idiomas iniciam suas aulas nesse mês de março. Igualmente, desejamos boas-vindas a todos e esperamos que possam tirar proveito do estudo.

VOLUNTÁRIOS ÁREA EDUCACIONAL: Solicitamos voluntários para ministrar aulas de Inglês, Francês e Espanhol. Faça sua inscrição na secretaria do IEE.

VOLUNTÁRIOS ÁREA FILANTRÓPICA: Solicitamos voluntários com aptidão em artesanato e trabalhos manuais em geral (tricô, tapeçaria, mosaico, pintura, bordado). Faça sua inscrição na secretaria do IEE.

APOIO

Marina Flandoli

Conhecendo a Agenda 2030 da ONU

De acordo com matéria publicada no site da ONU, “se não fosse pela Covid-19, a taxa de pobreza provavelmente teria caído para 7,9% em 2020. Com a pandemia, esse percentual ficará entre 9,1% e 9,4% da população global, semelhante ao registrado em 2017”.

Num primeiro momento, notamos o percentual fantástico de mais de 90% da população mundial vivendo fora da extrema pobreza. Porém, há mais de 20 anos não se via um retrocesso nesse índice, e não há como deixar de considerar que os 9,4% representam **715 milhões de pessoas que ainda vivem nessas condições (com menos de US$ 1,90/dia).**

Não podemos “deixar ninguém para trás”, e foi isso que motivou líderes mundiais e representantes da sociedade civil a criar, em 2015, na sede da ONU, um PLANO GLOBAL de ação para “erradicar a pobreza, proteger o planeta e garantir que as pessoas alcancem a paz e a prosperidade”.

**Acesse o QRCode na imagem e navegue pelo site das Nações Unidas para saber mais!*

O plano recebeu o nome de **Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável,** resultando na criação de **17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)** com a adesão de 193 Estados Membros.

"Os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e 169 metas que estamos anunciando hoje demonstram a escala e a ambição desta nova Agenda universal. (...) Eles buscam concretizar os direitos humanos de todos e alcançar a igualdade de gênero e o empoderamento das mulheres e meninas. Eles são integrados e indivisíveis, e equilibram as três dimensões do desenvolvimento sustentável: a econômica, a social e a ambiental" (Trecho do Preâmbulo do documento final da Agenda 2030 "Transformando Nosso Mundo: A **Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável”)**

Dentre as 17 ODS encontram-se planos para solução da fome, saúde, educação, igualdade de gênero, falta de água, fornecimento de energia, dentre outros que vocês poderão conhecer aqui no IEE em palestras, campanhas e ações que iniciamos esse ano.

A Agenda 2030 guarda relação direta com os ensinamentos de Jesus e a Doutrina Espírita. É nosso dever contribuir para o desenvolvimento sustentável daqueles que se encontram ao nosso redor, colocando em prática a caridade e o amor fraterno com consciência e responsabilidade.

Junte-se a nós nessa jornada!

Fontes: https://news.un.org/pt
https://www.unodc.org/lpo-brazil/pt/crime/embaixadores-da-juventude/conhea-mais/a-agenda-2030-para-o-desenvolvimento-sustentvel.html

EVANGELIZAÇÃO INFANTIL

Carla Oliveira Nascimento

O Meu Corpinho

Durante uma gestação, a mulher carrega uma sementinha que cresce, toma forma e se torna um corpinho muito complexo. Ali começa mais uma oportunidade de evolução, aprendizado e crescimento – a Encarnação. Nesse período que estamos encarnados, somos corpo e espírito!

Desde pequenos aprendemos que somos os grandes responsáveis por manter esse corpo saudável e, se iniciarmos desde cedo, colheremos frutos durante a vida toda!

Por outro lado, através do livre arbítrio, somos também os responsáveis pelos cuidados e progresso de nosso espírito. O caminho para termos sucesso é seguirmos os ensinamentos de Jesus.

A Evangelização Infantil tem um papel importante nessa integração da criança com ela mesma e com os que estão ao seu redor, tudo isso à luz dos ensinamentos de nosso Mestre!

Crédito do desenho: Angelina, 8 anos, aluna da Evangelização do IEE

O que desejamos enquanto pais, tutores e evangelizadores é que nossos pequenos reflitam sobre as consequências de seus atos na sua jornada de evolução. Durante nossas conversas e dinâmicas abordamos ações e vivências do dia a dia sobre o cuidar, fazer o bem, amar ao próximo e tantas outras iniciativas que buscam auxiliá-los a cumprir seu plano reencarnatório e dar mais um passo em seu desenvolvimento.

Antes de começar a escrever esse texto, sugeri a Angelina (minha filha de 8 anos) que fizesse um desenho para ilustrar o tema “Cuidar do Corpo e do Espírito”. Num primeiro momento, pensei em conversar sobre o tema para que ela traduzisse nossa conversa no desenho, mas mudei de ideia e dei o tema deixando-a livre para trazer a representação das suas ideias.

Minha maior surpresa é que ela trouxe uma visão que eu não tinha pensado. Ela me mostrou o desenho e explicou. “Mamãe, quando não cuidamos de nosso corpo durante a nossa vida, veja o que acontece com o nosso Espírito. Ele fica todo machucado.”

Quando o Espírito está doente, o corpo inevitavelmente sente o reflexo dessa enfermidade. E quando o corpo adoece, o espírito sofre a influência desse machucado. Isso acontece através do perispírito, que interliga um com o outro.

Que possamos apoiar e incentivar nossas crianças nesse aprendizado: integrar corpo e alma com equilíbrio. Lembrando que o melhor aprendizado chega através do exemplo prático: cuidar dos seus corpinhos através de boa alimentação, exercícios físicos e bons hábitos e do seu espírito através da prática do amor, do perdão e da caridade!

Sueli Inês Arruda Issa

Cuidar do Corpo e da Alma

Novos tempos. Tempos de novas escolhas significativas, de equilíbrio, de priorizações e de valores reais.

Temos uma visão clara de que devemos cuidar do corpo e isto passou a fazer parte dos cuidados diários e semanais, com dedicação a esportes, academias, práticas, higiene, alimentação. E realmente é necessário. Mas necessário, também, se faz entender como se dá esta relação entre Corpo e Espírito.

Somos um Corpo que tem um Espírito? Ou somos um Espírito que tem um Corpo?

E aí reside a grande diferença que norteará as escolhas decorrentes deste entendimento, que nos levará à consciência de quem somos e da importância de nossas experiências enquanto encarnados.

Bem, se somos Espíritos em evolução, esta é a nossa origem. E, para que esta evolução ocorra no atual estágio em que nos encontramos, necessitamos reencarnar em um corpo.

Seguindo esta linha de raciocínio, o Corpo é instrumento do Espírito para sua evolução. Este último necessita do primeiro para viver experiências (Evangelho Segundo o Espiritismo, Cap. XVII).

Se valorizarmos a 1ª Premissa "Somos um Corpo que tem um Espírito", daremos prioridade ao Corpo e com isso teremos o culto do Corpo. Em atitudes extremas, chegaremos ao culto da beleza, vaidade, desfrutes baseados só no prazer, sexualidade extrema, desfiles físicos, competitividade, egocentrismo, enfim, uma consciência limitada sobre o sentido da vida e, muitas vezes, nos esqueceremos do Espírito.

Ao adotarmos a 2ª Premissa, "Somos um Espírito que tem Corpo", daremos prioridade ao Espírito com a valorização da conquista das virtudes, muitas vezes nos esquecendo do corpo, quando também levado ao extremo.

Então, somos Espíritos originalmente que necessitam de Corpos bem cuidados, consolidando a parceria adequada para vivências significativas ao longo da caminhada evolutiva.

Por que reencarnamos, então? Para nos lapidar e conquistar a LUZ que trazemos em nossa essência. Para que ela irradie sua beleza em todas as áreas de nossa vida/existência, espiritual e material.

Fomos criados Espíritos simples e ignorantes e estamos aqui reencarnados para aprender. Fomos criados para transformar a ignorância em sabedoria, através de várias vidas sucessivas, até tornarmos Espíritos Crísticos, libertos da ignorância.

É extremamente importante que busquemos nos identificar com nosso EU DIVINO para podermos nos religar a DEUS e absorver o SEU FLUXO de AMOR e VIDA.

Logicamente, temos e vivemos situações de limitações físicas que tem suas origens em atitudes de encarnações passadas ou provocadas nesta própria encarnação por descuidos ou excessos.

Devemos, então, zelar por nosso Corpo como um TEMPLO DO DIVINO, um instrumento de elevação. E sendo o Corpo fundamental para nosso estágio evolutivo, os medicamentos quando necessários, atividades físicas, higiene, alimentação, respeito ao ritmo biológico, descanso, lazer, sono, vestuário, são cuidados importantes, uma vez que ele é perecível.

O equilíbrio entre Espírito e Matéria é fundamental à saúde integral do ser.

Como temos percebido e utilizado nosso corpo? Um degrau para nossa Evolução?

O lazer e o repouso são necessários ao restabelecimento das atividades realizadas no trabalho. O lazer deve ser fonte de revigoramento e não de stress.

E qual o tempo que dedicamos ao Espírito?

Os cuidados fundamentais, segundo Emanuel em "Caminho, Verdade e Vida":

- Vigiar o Campo Interno (Mental)
- Valorizar as disciplinas e aceitá-las (Dever consciencial).
- Examinar as necessidades do Coração (Autoconhecimento).

Para Alírio Cerqueira Filho, em Saúde Existencial: "Existem em nossa Vida 3 grandes valores representados pelos verbos: SER/FAZER/TER – fundamentais para o equilíbrio da vida (quando estão em harmonia).

SER – através do SER entramos em contato com os valores intrínsecos da vida, experimentando a sensação de sermos conscientes, responsáveis pela nossa felicidade e plenitude. É o estado de identificação com o SER ESSENCIAL que somos.

FAZER – tem origem na energia criativa que permeia todo o universo. Tornamo-nos cocriadores e podemos agir criativamente quando em sintonia com o SER ESSENCIAL. Assim realizaremos harmoniosamente as nossas atividades em família, no trabalho, no lazer, nos estudos e em sociedade.

TER – através do Ter nos relacionamos com as pessoas e coisas em nossa vida. Entramos em contato com as posses, bens e relacionamentos. É através do Ter que usufruímos aquilo que fazemos e desenvolvemos o desapego daquilo que nós temos, fundamental para o aprimoramento do SER.

Neste desenho poderemos compreender melhor estes 3 itens:

FAZER e TER - são valores horizontais, pois estão relacionados às questões transitórias da VIDA.

SER – é o ápice do triângulo, é um valor vertical, porque está relacionado às questões permanentes da VIDA."

Jesus nos ensinou: "Porque onde está o teu tesouro, também estará o teu coração." (Matheus 6,21)

Estamos encarnados para vivenciarmos situações que geram aprendizados importantíssimos para o nosso autoconhecimento e, portanto, evolução, desde momentos alegres, leves e felizes a situações de dores, insucessos, perdas e sofrimentos de diversas intensidades.

Recursarmos seguir em frente, negando a busca de outros caminhos e nos colocar como se nosso mundo tivesse acabado, sem saída, interromperá um aprendizado essencial, perdendo a oportunidade de superar obstáculos, derrubando cercas que a nossa limitada visão colocou ao redor de nós. É preciso SUPERAÇÃO para acessar nossa FORÇA INTERIOR.

Baseados nesta reflexão ficam 3 pontos significativos: ORAÇÃO, MEDITAÇÃO, VIVER o EVANGELHO na VIDA = LUZ

Um breve resumo:

- Cuidados com nossa MENTE - nossos pensamentos, sentimentos e emoções. O autoconhecimento com certeza nos guia nas lapidações das arestas.
- Cuidados com o CORPO – para que as experiências que viveremos não sofram interferências evitáveis.
- Cuidados com a ESPIRITUALIDADE – para que estejamos alinhados aos valores divinos e, com isso, as nossas escolhas também estarão.
- Cuidados com nossas IMPERFEIÇÕES – aceitar como somos, com nossas inseguranças e erros para que transformemos em oportunidades de esclarecimentos, aprendizados e mudanças significativas.

Pensamentos, sentimentos, ação, espiritualidade, aceitação, humildade, envolvimento, dedicação, responsabilidade, cada item destes permeia Corpo e Espírito numa comunicação constante.

O Espírito se comunicando com o Corpo e o Corpo se comunicando com o Espírito, e disso colheremos os resultados: AÇÃO E REAÇÃO.

Boa caminhada amorosa a todos nós!

MENSAGENS DE AMIGOS

Mensagem recebida no pronto socorro espiritual Allan Kardec

"Todos os elementos servem à evolução. Jesus nos falou de maturidade, o respeito por todos os elementos da natureza faz parte de nosso caminho evolutivo.

Mesmo os insetos, criaturas tão fascinantes em sua pequenez física sabem trabalhar juntos, como as abelhas e as formigas.

Sabem que não produzem grandeza sozinhos, tem o pensamento de grupo.

Ah, é tanto que os humanos têm a aprender! Construíram na ideia do indivíduo o caminho da humanidade, Grande equívoco.

Não existe divisão entre o individual e o coletivo. Não é uma escolha. É inerente a qualquer ser humano, qualquer espírito. Caminhem juntos, de forma que seu caminho dependa do caminho do próximo. Só assim entenderão a palavra do Cristo."

Simone Leon

Capítulo VIII e IX: Os anjos e os demônios

Ao nos debruçarmos no estudo da história veremos que todas as religiões tinham seus anjos, mas é na Igreja Católica e seus dogmas que eles encontram mais relevância. Segundo a última expressão sobre esse assunto, da pastoral de Monsenhor Gousset, para a quaresma de 1864 e 1865, confrontando a Doutrina Espírita e citando o concílio de Latrão, "só há um Deus verdadeiro, eterno e infinito, o qual, no começo dos tempos, tirou juntas, do nada, ambas as criaturas: a espiritual e a corporal, a angélica e a mundana, e, em seguida, formou, como intermediária dessas duas, a natureza humana composta de corpo e Espírito."

Kardec vem, então, refutar os três pontos que a Igreja defende como a base de criação de Deus. Os animais e as plantas, por exemplo, seriam uma quarta ordem da criação? Se a Bíblia situa a criação há 6.000 anos, como Deus é eterno e infinito? O concílio contrapõe ao falar do início de tudo, em uma era indeterminada do passado. Fala também que a alma e o corpo formam uma pessoa e essa é sua destinação, estar unida ao corpo. O espírito só duraria o tempo que duraria o corpo? Se não tiver corpo não tem espírito? A alma deve aprender através dos órgãos corporais porque é incompleta. E uma criança que morreu poucos dias depois de nascer não teria adquirido nenhum conhecimento e seria condenada à nulidade? Será que a alma não progride após a morte? Se progride, podemos evoluir e alcançar a perfeição espiritual? Então, por que existiriam seres como os anjos com privilégios especiais? Deus teria sido injusto?

O concílio vai comparar, também, Deus aos reis e majestades, ostentando o brilhantismo pelo número de anjos. Seria Deus um ser que julga e mostra-se orgulhoso, precisando de "adoradores incessantemente prosternados"?

Kardec traz que, segundo o Espiritismo, a vida espiritual é a verdadeira vida e não a material. O corpo é um invólucro temporário para o Espírito (alma) e quando este atinge certo grau de evolução não mais precisa habitar um corpo: "Todos têm que percorrer os mesmos graus, com o mesmo trabalho a cumprir. Deus não dá uma obrigação mais pesada nem mais leve a uns do que a outros, porque todos são seus filhos e sendo Ele justo, não tem preferência por nenhum." Os Anjos, por sua vez, são Espíritos puros, que alcançaram a perfeição e encontram a verdadeira felicidade. E todo Espírito pode chegar lá, através do trabalho e da evolução moral e intelectual.

Sobre os demônios, Kardec nos lembra que o homem primitivo se mostra incapaz de compreender as coisas abstratas, preocupando-se com o sustento e a satisfação material e vendo o bem como algo natural e o mal como um poder extra-humano. Não conseguia à época, ver que o mal poderia trazer um poder benéfico de nos fazer evoluir. Criou-se a doutrina dos 2 princípios, do bem e do mal, do céu e inferno, dos anjos e demônios. No entanto, quando o homem ganha a capacidade intelectual e moral, percorrendo o caminho da evolução, consegue compreender que são os males e as adversidades que o levam ao adiantamento. O bem é seguir a lei de Deus e o mal é infringi-la.

Demônios, segundo o Espiritismo, são espíritos imperfeitos que se encontram, ainda, embaixo da escala, mas que irão evoluir. Ou seja, "uma só espécie de seres inteligentes, submetidos à lei do progresso, é, pois, suficiente". Todos partimos do mesmo lugar elevando-nos por mérito próprio e livre-arbítrio.

JUVENTUDE

Texto elaborado por Juliana Silva, Adriana Marins e Claudio Marins, em nome da equipe da Juventude Espírta do IEE.

Nosso Corpo e Espírito, quando somos jovens

"Todo corpo físico merece respeito e cuidados, carinho e zelo contínuos, por ser a sede do Espírito, o santuário da vida em desenvolvimento." *Joanna de Ângelis – Dias Gloriosos – Cap. 14*

Uma das maiores contribuições que o Espiritismo pode fazer por nós é o de esclarecer que somos um Espírito habitando um corpo que nos é concedido para auxiliar em nossa jornada evolutiva. Necessário, assim, cuidar do corpo e da alma de forma equilibrada.

A fase da juventude exige cuidados e atenções redobradas para o Espírito encarnado, pois ocorrem grandes transformações hormonais no corpo do adolescente impactando seu humor, comportamento, desejos.

Namoros, amizades, programas sociais, vestibular, trabalho – são novas experiências vivenciadas pelo

Photo by Chris Brignola on Unsplash

jovem abrindo a ele um novo mundo, passando a ter acesso ao sexo, festas, drogas lícitas e ilícitas, e isso tudo afeta, sobremaneira, seu corpo físico e sua saúde psíquica.

Hoje em dia, o que mais vemos e escutamos na mídia é sobre uma onda de desequilíbrios mentais e emocionais nos jovens, apresentando-se na forma de depressão, transtornos de ansiedade, síndrome do pânico, dentre outras doenças mais sérias.

A Doutrina Espírita nos explica que a causa encontra-se não somente no corpo biológico, mas também no Espírito.

Sabemos que na fase da adolescência, o Espírito reencarnante traz suas antigas tendências à tona e, com elas, suas dúvidas, desejos e inseguranças. Nesse turbilhão de hormônios, pensamentos e emoções desajustadas o jovem pode fazer escolhas infelizes, levando-o a caminhos tortuosos.

Onde o Jovem pode encontrar direcionamento para essa fase do desabrochar?

Jesus disse: "Eu sou o pão da Vida, o pão vivo que desce do céu e dá vida eterna aquele que o come". (João 6:35)

Ao buscarmos Jesus, em nosso íntimo, nossa fome de esclarecimento, paz, alegria e consolo é saciada. Assim, somando a inúmeras opções saudáveis para o cuidado com o Corpo, como esportes e alimentação, o jovem também pode contar com as Juventudes Espíritas, que ensinam e mostram o caminho até o Mestre, conquistando o equilíbrio do Espírito.

A Juventude Espírita é um espaço seguro para acolhimento, estudo da Doutrina Espírita, bate papo em grupo, reflexões e norteamento do Jovem.

O IEE possui uma Juventude Espírita que aceita inscrições de forma permanente, pelo site: www.ieesp.org.br.

Soraia de Oliveira Gatto

Busca pela riqueza

Há dois tipos de riqueza neste mundo: a material, fundamental para a sobrevivência, conforto e importantes realizações e a espiritual, essencial para o nosso bem-estar emocional, físico e espiritual rumo à perfeição.

Porém, muitas vezes não associamos que a busca pela "riqueza" espiritual pode proporcionar equilíbrio para que tenhamos um melhor desempenho no campo material e maior serenidade em tudo que vivenciamos na vida terrena. Podemos associá-la à vários exemplos, mas, aqui, vamos tratar do nosso maior desafio: o equilíbrio no lar.

A família é um importante terreno para a prática da tolerância, entendimento fraterno e amor sem apego. Para muitos, o diálogo edificante é difícil, por conta das diferentes individualidades e sua subjetividade. Para facilitar o diálogo há um recurso interessante que podemos dispor: combinar um momento da semana para trocar ideias sobre ensinamentos de alto

Photo by Priscilla Du Preez on Unsplash

teor filosófico-moral que Jesus nos deixou. Nós Espíritas o denominamos "Evangelho no Lar". Pode-se reservar 20 minutos para abrir o Evangelho Segundo o Espiritismo, ou um livro de cunho ético-moral, em uma página ao acaso ou seguir a sequência normal de capítulos. Detalhe importante: é fundamental que a escolha de livros* considere a faixa etária e nível cognitivo de todos, para manter o interesse e possibilitar o entendimento.

Alguns podem não querer essa rotina semanal ou podem ocorrer intercorrências diversas no horário escolhido como visitas ou ligações telefônicas inesperadas, ficar preso no trânsito, doenças etc. Esses cenários podem e devem ser considerados com serenidade, flexibilidade e persistência. A cada situação, refletir o que pode ser feito e não obrigar quem não deseja participar. Um visitante, por exemplo, pode ser convidado a participar ou não, contanto que respeite o momento.

Temos em casa não só a família convivendo, mas, também, pode haver espíritos menos esclarecidos com afinidade de pensamentos ou mágoas de outras vidas. Pela "sintonia vibratória", quando temos a prática da prece e leitura edificante, ocorre um tipo de "limpeza espiritual" no ambiente enquanto nossas energias são recompostas com o apoio de nossos mentores espirituais. Vale ressaltar que o Evangelho no Lar não é uma sessão mediúnica. Nada se deve temer, pois é um momento sublime para recarregarmos as energias, ampliarmos nossa visão de mundo e autoconhecimento! Portanto, vale a pena termos essa prática!

Luz, paz e amor para todos!

**Dicas de alguns livros:*

- O Evangelho Segundo o Espiritismo (há versão para crianças)
- SOS Família – Divaldo/ Joanna De Angelis
- A Busca do Melhor – Francisco E. S. Neto/ Hammed

CRÔNICA ESPÍRITA

Sérgio Campos Teixeira, aluno formado no Curso Básico de Espiritismo em dez/2021, inspirado no Capítulo 26 - Oração, do livro Pensamento e Vida de Chico Xavier pelo Espírito Emmanuel

Reflexão: orar ou viver em oração?

No livro Pensamento e Vida, Emmanuel nos fala, em uma das passagens, sobre oração. O texto é extremamente marcante por abordar, em apenas uma página, o tema de forma tão profunda e simples.

Oração é o ato de conversar com a divindade, pedir, agradecer ou exaltar – e vale lembrar a importância da prece, que nos ajuda a estreitar nossa conexão com Deus e com a espiritualidade amiga. Orar abre nossa mente para a iluminação divina no caminho do amor e da evolução.

E provavelmente em algum momento da vida você já parou para pensar: **"Estou orando do jeito certo?"** – E é nesse ponto que gostaria de refletir com você, leitor.

Na literatura espírita básica a principal informação que temos sobre jeito de orar é relacionado à intenção: se é genuíno, com fé e boa intenção,

Photo by Tengyart on Unsplash

agrada a Deus. Caso contrário, não tem efeito positivo, por mais belas que sejam as palavras.

A oração, segundo Emmanuel, é um processo de reflexão espiritual no qual pedimos amparo para o Criador, processo de reflexão tão natural para o homem pensante quanto para o mar buscando equilíbrio no movimento constante das marés.

E por que não orarmos todos os dias, todos os momentos, em todas as nossas reflexões?

Emmanuel diz que a reflexão, a concentração antes de qualquer edificação, é tão natural para o homem como o instinto animal. Então, por que não intencionarmos a Deus em cada um desses momentos de reflexão?

A oração pode tornar-se parte do nosso dia a dia e não ser apenas um dos nossos rituais semanais, e isso pode nos deixar cada vez mais alinhados com Deus, não somente no centro espírita e no lar, mas também em todos os momentos da rotina em que, muitas vezes, temos que tomar decisões muito difíceis e que impactam a vida, nossa e de nossos irmãos.

Quantas decisões poderíamos tomar de maneira diferente se nos alinhássemos ao divino no momento de decidir, por mais banal que seja o tema?

E não basta só refletir alinhados a Deus, mas também abrir nossas mentes e o nosso coração para escutar o caminho que devemos seguir.

Orar pode deixar de ser uma ação, um momento com rápidos minutos em nossas vidas, para ser o nosso modo de viver, viver em oração.

Maria Luiza Zilio Ferreira

Retorno à Vida Corporal e a Influência do Organismo

Para entendermos a influência do organismo no retorno do Espírito à vida corporal, é necessária uma leitura espírita de alguns conceitos fundamentais para a compreensão do tema.

A filosofia espírita não representa apenas um conjunto de ideias sobre a vida espiritual, vida material e reencarnação, entre outras. O processo evolutivo é a coluna mestra do Espiritismo.

A essência dos ensinos espíritas implica, também, Projeto Divino e questões do engajamento do Espírito na tarefa de autotransformação.

O trabalho essencial da vida do Espírito está relacionado a realizar transformação individual e profunda na sua natureza: do estado primitivo (insciente) à plenitude (perfeição).

Uma transformação radical cuja característica fundamental é um processo dinâmico de longo aprendizado. Este processo constante, múltiplo e intercalado pelo retorno do Espírito à vida corporal e do retorno à vida espiritual, constitui parte do processo evolutivo.

Faz parte da autotransformação do Espírito a Encarnação: ligação íntima e profunda com o elemento material, estabelecendo uma interação em que Espírito atua transformando a matéria que, por sua vez, desencadeia os potenciais espirituais; e pela Reencarnação, que é a repetição deste processo e das múltiplas vivências e experiências no mundo material.

Apesar da importância do elemento material no desenvolvimento do Espírito, ainda existe uma visão distorcida.

"O Espírito mais sábio não se animaria a localizar, como afirmação dogmática, o ponto onde termina a matéria e começa o Espírito." André Luiz (por Chico Xavier, No Mundo Maior cap.4)

A interação íntima e profunda entre Espírito e Matéria existe desde a sua criação. A dinâmica do Universo implica unidade Espírito e Matéria. É nessa interação que o Espírito desenvolve suas faculdades e a consciência de si mesmo.

São essas informações da Doutrina Espírita que nos possibilitam entender a influência do organismo neste retorno.

Das influências do Organismo: *A ligação do Espírito com o corpo biológico no processo de reencarne*

* ***Restrições temporárias na expressão dos potenciais*** - Como a densidade e características do corpo material são muito diferentes da natureza e constituição do Espírito, essa ligação estreita, profunda e íntima, provoca restrições temporárias, no que se refere à expressão das capacidades desenvolvidas em existências anteriores. É um fenômeno natural e sem prejuízos para a ação do Espírito no mundo material, já que tem acesso às capacidades necessárias e suficientes para seu novo projeto de aperfeiçoamento.

* ***O Esquecimento do passado*** - Um "véu protetor" para o Espírito. Permite que o Espírito, nos seus reencontros para ajustes e reparações, seja bem-sucedido. A invasão das experiências passadas, na mente, poderia impossibilitar qualquer convivência e provocar obstáculos intransponíveis na reparação.

* ***Registros das enfermidades espirituais no organismo*** - Os desequilíbrios espirituais podem alterar a estrutura do corpo biológico. São as conhecidas doenças genéticas, hereditárias. Estas doenças que, geralmente, comprometem significativamente corpo/mente, podem impor severas restrições para a ação no Espírito na vida.

* ***Cuidar do Corpo e do Espírito*** - O corpo é instrumento fundamental do Espírito na sua ação no mundo material. Descuidos com as necessidades, limites e saúde provocam desequilíbrios que interferem significativamente na vida do Espírito.

Porém, apesar da influência do organismo ser um fato natural e parte do aprendizado espiritual, a condição evolutiva e maturidade espiritual podem superar as restrições e impedimentos naturais da ligação Espírito e Matéria, permitindo que a expansão das capacidades espirituais transcenda a matéria. Vejamos Jesus.

Acesse os QRCodes de seu celular para acessar a programação completa.

AGENDA

CURSOS DOUTRINÁRIOS

CURSOS EDUCACIONAIS

PROJETOS DO IEE

CONSTRUINDO O FUTURO

Daiany Saldanha

O que falam as ONGs apoiadas pelo Projeto Construindo o Futuro

Nesta edição, trouxemos alguns relatos de organizações que foram beneficiadas pelo Construindo o Futuro em 2021. Afinal de contas, nada melhor do que ouvir delas o impacto que o Projeto proporcionou.

"Ampliei a minha visão do que é ter uma ONG" – Instituto Edificando.

"Por conta do que aprendemos no programa, conseguimos uma boa doação para custear nossas despesas administrativas" – Centro de Apoio e Pastoral do Migrante (CAMI).

"A equipe está mais consciente sobre os conceitos de gestão" – Sociedade Benfeitora Jaguaré.

"Foi um divisor de águas!" – Associação de Atendimento e Apoio ao Autista (Aampara).

"Melhoramos nossa capacidade de captação: aumentamos o valor de um recurso que já recebíamos da Prefeitura de São Paulo [para a creche administrada pela ONG] e recebemos mais doações de pessoas físicas" – Associação Renovo Esperança do Jardim Sydney.

Coletamos esses relatos durante as visitas técnicas que realizamos ao longo de todo o segundo semestre do ano passado e do Diagnóstico Organizacional Final, aplicado em novembro.

Siga o Projeto nas redes sociais: @ofuturoorg

DIVULGAÇÃO DA DOUTRINA ESPÍRITA

Eduardo Dellavolpi

Nosso projeto de Divulgação da Doutrina Espírita continua contribuindo com os Centros apoiados, CEFA e GEPA. Estamos entrando na reta final do programa, que foi iniciado há 1 ano, próximos de concluir os trabalhos. Durante a colaboração, foram identificadas as necessidades de cada um deles. Após essa conclusão, desenvolvemos, através de seminários e reuniões, treinamentos nas áreas solicitadas pelos apoiados, com a colaboração de diversos colegas do IEE e da USE, a quem agradecemos muito.

Em janeiro, realizamos reuniões para avaliação do trabalho executado e orientações para que possam continuar expandindo as atividades de divulgação da Doutrina Espírita, ressaltando a importância da manutenção das atividades online, site e canal do Youtube, nesse momento difícil que vivemos.

A partir daí, iniciaremos uma nova seleção de casas que necessitam de ajuda para aprimorar os conhecimentos e organização dos trabalhos.

Conheçam as casas apoiadas:
www.cefasp.org.br
e www.gepa.org.br.

Alexandre Caldini

Fome Zero e Agricultura Sustentável

"Não tinham pão esses infelizes, e seus filhos pequenos choravam, gritavam e repetiam estas palavras, que penetravam como punhais agudos no coração maternal: Estou com fome!" O Evangelho Segundo o Espiritismo – capítulo 13, item 11.

O segundo dos 17 Objetivos para Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 é vital e nobilíssimo: acabar com a fome no planeta.

Enquanto você lê este artigo, 811 milhões de pessoas na Terra passam fome. O Brasil, que graças a vários programas sociais e de distribuição de renda*1, havia saído do mapa da fome da ONU desde 2014, infelizmente regrediu de 2018 para cá - ou seja, mesmo antes da pandemia. Dados mostram que, hoje, mais da metade de todos os brasileiros (cerca de 116 milhões de pessoas) não sabem se terão como fazer a próxima refeição. Todos vimos as deprimentes cenas de brasileiros revirando lixo, disputando ossos e carcaças. Algo inaceitável num planeta que pretenda tornar-se um mundo de regeneração.

A caridade temporária versus a dignidade definitiva

Já foi dito que quem tem fome, tem pressa. Nós espíritas precisamos também nos apressar no apoio à solução definitiva desse terrível drama humano. Espíritas, somos reconhecidos pela caridade: levamos sopa para moradores em situação de rua e distribuímos cestas básicas. Mas será que essas ações, que têm o grande mérito do socorro imediato

Photo by Muhammad Muzamil on Unsplash

à fome, são suficientes? Ou deveríamos atuar também em algo mais duradouro, efetivo e definitivo? Vejamos o que dizem três das Leis Divinas do Livro dos Espíritos:

A desigualdade das condições sociais "é obra do homem e não de Deus." Lei de Igualdade - 806

"Há lugar ao sol para todos, mas com a condição de cada um ter o seu, e não o dos outros. A natureza não pode ser responsável pelos vícios da organização social nem pelas consequências da ambição e do amor-próprio." Lei de Conservação - 707, comentário de Allan Kardec

"Numa sociedade baseada na lei de Deus e na justiça, deve-se prover a vida do fraco sem humilhação e garantir a existência daqueles que não podem trabalhar, sem deixar sua vida sujeita ao acaso e à boa vontade." Lei de Justiça, Amor e Caridade - 888

A espiritualidade superior deixa claro que precisamos moldar uma sociedade melhor, mais justa. Devemos trabalhar já para que ninguém, nunca mais, dependa da boa vontade e da caridade alheia para ter o que comer. Por mais amor que haja no ato caridoso, a caridade é sempre constrangedora para aquele que recebe o benefício. A caridade da doação, ainda que por enquanto necessária e meritória é, para dizer o mínimo, incômoda. Ela tem que deixar de ser necessária. Temos que, como sociedade, suprir as necessidades mínimas dos menos afortunados – o miserável, o doente, o ancião e o incapaz – sem que isso seja um favor. Viver decentemente é um direito e não um privilégio. Temos que trocar a caridade temporária pela dignidade definitiva.

Houve solução. Há solução.

A erradicação da fome é uma questão moral e civilizatória, que independe de partidos ou ideologias. E é uma questão que pode ser resolvida, pois já foi por nós resolvida quando, depois de muito esforço, conseguimos retirar o Brasil do mapa da fome. Mas se a erradicação da fome não é uma questão partidária, os programas sociais de transferência de renda, que são comprovadamente o modo mais eficaz e digno de acabar com a fome*1, têm que ser aprovados por políticos do Congresso Nacional: deputados federais e senadores. Então é fundamental que, além da caridade imediata que mata a fome, como espíritas e cidadãos, votemos bem. Elejamos quem seja, de qualquer partido, alguém genuinamente e comprovadamente atento, comprometido e ativo nas questões sociais, no combate à miséria e à fome e a uma melhor distribuição dos recursos gerados pelos impostos que todos pagamos.

Com renda, ninguém passa fome.

A primeira despesa sempre é a comida. E com renda, ninguém passa fome. Uma melhor distribuição de renda para os mais pobres faz com que o campo floresça, os empregos cresçam, a saúde melhore, a educação se viabilize e haja mais segurança.

Só com políticas públicas de qualidade o Brasil conseguirá, uma vez mais e definitivamente, sair do vergonhoso mapa da fome, contribuindo para que alcancemos, como humanidade, o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 2: o fim dos 'punhais agudos da fome'.

*1 - Walter Belik - Pós-doutorado no University College of London e na University of California, é membro do painel de alto nível da ONU para segurança alimentar mundial. Entrevista para a Folha de São Paulo em 23.01.2022.

APOIO

Pensando em CONSTRUIR ou REFORMAR?

Não quer ter dor de cabeça em relação ao prazo de entrega, orçamentos estourados e má gestão de sua obra, fale com a gente!

A RFS CONSULTORIA é uma empresa especializada em planejamento, orçamento e controle de obras.

www.rfsconsultoria.com.br contato@rfsconsultoria.com.br

Economize até 20% em sua OBRA

(11) 3477-7573

(11) 99953-0079