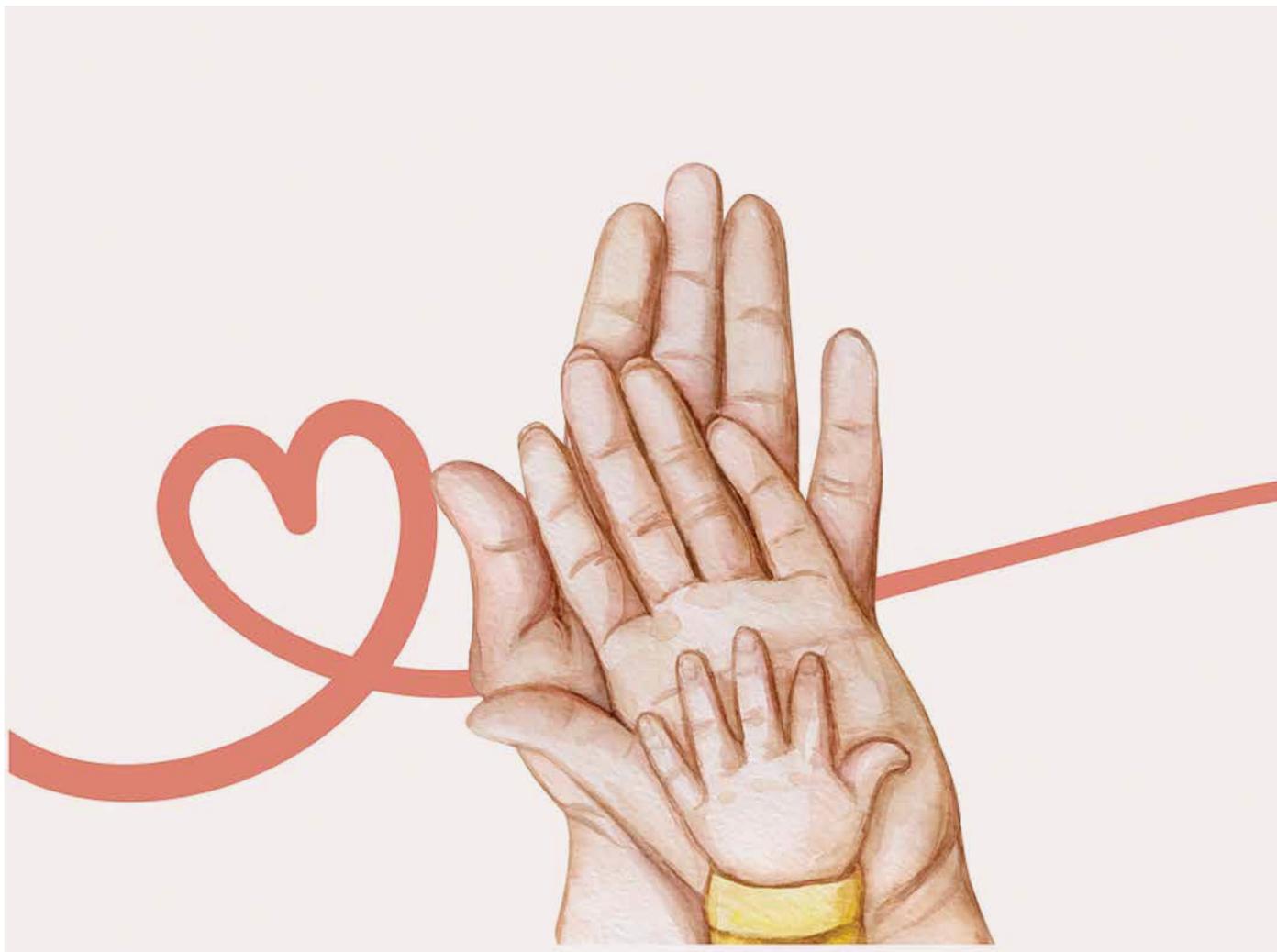


Família Contemporânea

“Podemos dizer também que, em uma família, há a reunião de almas em processo de evolução, de reajuste e de aperfeiçoamento moral e espiritual.”

Página 4



www.pixabay.com/pt/

Crônica Espírita

“Meditação é o ato ou condição de refletir ou concentrar-se profundamente em determinado tema.” *Página 6*

Matéria Doutrinária

“O Espiritismo nos ensina que a guerra tem raízes profundas no orgulho e no egoísmo humanos.” *Página 7*

Parceria IEE x ONG Juntos pelo Capão

“... o impacto social do projeto pôde ser verificado através dos resultados obtidos, com uma taxa de aprovação de 62,5% ...” *Página 7*

LEIA TAMBÉM

Conhecendo

“A Associação Maria & Sininha é uma organização civil e filantrópica que, há 35 anos...” *Página 3*

Evangelização Infantil

“Em vez de nos perdermos em comparações diante de redes sociais que insistem em nos mostrar “vizinhos com a grama mais verde”...” *Página 3*

O Livro dos Médiuns

“A psicografia é um dos meios mais eficientes de comunicação com o mundo espiritual.” *Página 5*

Juventude

“Como a doutrina espírita pode ajudar esses jovens a encontrarem sua vocação e seu propósito de vida?” *Página 5*

Assunto em Família

“Aprendi desde pequena a admirar “Maria”, ela de Nazaré, mãe de Jesus.” *Página 6*

Matéria Especial

“A reflexão sobre a importância do pensamento em nossas vidas é fundamental.” *Página 8*

A Família Contemporânea

Nesta edição do jornal do IEE, trazemos reflexões sobre o tema da família contemporânea. Não podemos deixar de analisar que sua composição, assim como as responsabilidades, mudou significativamente durante as últimas décadas. Antigamente, o papel de provedor era basicamente desempenhado pela figura masculina. Atualmente, temos as mães solo, que muitas vezes são abandonadas a cuidar dos filhos e de seu sustento material, sendo o pilar da família.

“O Evangelho Segundo o Espiritismo” nos traz profundas reflexões e esclarecimentos sobre o tema família, sobre as uniões e a utilidade das encarnações, alertando que Deus nada faz de inútil. Os verdadeiros laços de família não são os consanguíneos, mas sim os de simpatia e comunhão de pensamentos, onde as vivências através do respeito, aprendizados, ideais, sofrimentos e sonhos nos fortalecem e nos fazem progredir no verdadeiro amor, mesmo com convivências nem sempre desejadas. O Evangelho nos serve sempre de base e exemplifica que o amor aos nossos semelhantes deve ser sem julgamentos, principalmente os mais perversos, carregados de preconceitos e intolerâncias.

Intolerância e conflitos que estamos vivenciando diariamente nas guerras entre países por conta de poder, ambição e dinheiro, em uma fase em que a humanidade já evoluiu muito na base intelectual. São momentos em que devemos nos fortalecer em nossa fé raciocinada e na moral tão ensinada por nosso Mestre Jesus. Em alguns momentos da nossa vida, nos pegamos refletindo sobre como a humanidade está vivendo em cenários tão cruéis e se não estamos piorando. Vale sempre a consideração de que as reencarnações trazem novas oportunidades de regeneração, mas que nem sempre são utilizadas como foi proposto ou planejado. Hoje também temos o benefício da internet, que possibilita o conhecimento de tantas ações que no passado eram encobertas.

Boas reflexões e uma ótima leitura a todos!

Andrea Rejane dos Santos
Presidente

EXPEDIENTE

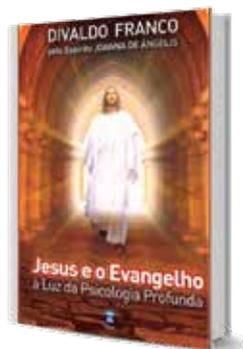
Presidência: Andréa Rejane dos Santos; Vice-presidência: Marcela Dolce Ribeiro; Secretária I: Jussara de Souza; Vice-Secretária I: Ana Alice de Camargo; Diretoria Financeira: Clayton Harada; Diretoria Doutrinária: Mirella Sato; Diretoria de Educação: Adriana Aprigliano; Diretoria de Filantropia: Glaucia Bitencourt; Diretoria de Patrimônio: Rogério Fabiano de Souza.

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

Marcela Dolce Ribeiro

Jesus e o Evangelho à Luz da Psicologia Profunda

Divaldo Franco, pelo Espírito Joanna de Ângelis



Nesta obra profunda e inspiradora, a Mentora Espiritual Joanna de Ângelis, por intermédio de Divaldo Franco, oferece uma análise lúcida e transformadora dos ensinamentos de Jesus sob a ótica da Psicologia Profunda. Com linguagem clara e sensível, o livro propõe uma reflexão sobre o Evangelho como ferramenta terapêutica, capaz de curar as dores da alma e promover o autoconhecimento.

Ao integrar os postulados da psicologia, especialmente aqueles de base junguiana, com os ensinamentos morais e espirituais do Cristo, Joanna nos conduz a uma compreensão mais ampla da natureza humana e do processo de individuação. A figura de Jesus é apresentada não apenas como o Mestre divino, mas como o maior psicoterapeuta da história, cujos ensinamentos seguem atuais e essenciais para o equilíbrio emocional e espiritual.

Cada capítulo é uma oportunidade de mergulho interior, favorecendo a transformação íntima e o despertar da consciência. A obra é indicada para todos que buscam compreender o Evangelho com mais profundidade, bem como para estudiosos do comportamento humano, espiritualistas e simpatizantes da Psicologia.

Mais do que um estudo, este livro é um convite à vivência do amor, da compaixão e da autotransformação à luz do Cristo.

NOTÍCIAS DO IEE

DIRETORIA DOUTRINÁRIA: Em março, realizamos o Workshop para Dialogadores, com participação de 55 trabalhadores. Os cursos doutrinários, presenciais e on-line seguem sua programação normalmente.

DIRETORIA DE FILANTROPIA: Finalizamos a Campanha Solidária entregando os kits de higiene pessoal da Campanha Solidária à Casa de Apoio a pacientes com câncer. Foram realizados o 1º curso de Gestantes do ano e de Cuidadores de Idosos.

DIRETORIA EDUCACIONAL: Iniciamos em fevereiro uma parceria com a ONG Juntos pelo Capão, por meio da qual o IEE oferece lanche e transporte para 30 jovens participantes. Professores voluntários ministram o curso preparatório para a ETEC, realizado às segundas e quartas-feiras, das 15h às 21h. Venha conhecer o projeto! Quem desejar se voluntariar para colaborar de alguma forma pode se inscrever na recepção ou pelo site.

Outra novidade na área é a prática de Yoga, que agora acontece às quartas-feiras, das 17h às 18h, somando-se ao Coral Francisco de Assis, realizado às terças-feiras, das 19h30 às 21h.

EVANGELIZAÇÃO INFANTO JUVENIL: Ocorre aos sábados, das 9h50 às 11h, com cinco turmas organizadas por faixas etárias, de 0 a 20 anos. Participe! As inscrições são permanentes e podem ser feitas pelo site ou diretamente na recepção.

ERRATA: Na edição nº 96 do nosso jornal, a crônica “O Ciclo da Vida e os Recomeços” foi publicada com autoria incorreta. Informamos que a verdadeira autora do texto é Marcela Dolce Ribeiro e não Regina Fagnoli, como constou na publicação.

APOIO



Torne-se coparticipante do Instituto Espírita de Educação e ajude na formação de muitas pessoas e manutenção da casa.



palestras



filantropia



doutrina



educação

Seja um associado você também.



Lar Maria & Sininha

Gláucia Bitencourt

A Associação Maria & Sininha é uma organização civil e filantrópica que, há 35 anos, dedica-se à promoção e defesa dos Direitos Humanos de crianças, adolescentes e jovens em situação de vulnerabilidade pessoal e social, no Jardim Mata Virgem, zona sul da cidade de São Paulo. Fundada com o objetivo de proporcionar um futuro melhor para os jovens da comunidade, a associação tem sido um pilar de apoio e esperança para muitas famílias.

Ao longo de mais de três décadas, a Associação Maria & Sininha tem impactado positivamente a vida de centenas de crianças, adolescentes e jovens, promovendo segurança alimentar, educação, cultura e lazer. Os projetos da organização ocorrem durante todo o ano, semanalmente, na sede da instituição, de forma gratuita.



Arquivo diretoria de filantropia

Entre as atividades oferecidas, destacam-se aulas de reforço escolar, oficinas de arte e cultura, atividades esportivas e recreativas, além de programas de orientação e apoio psicológico.

Para a realização e manutenção desses projetos, a Associação Maria & Sininha conta com o apoio de várias outras instituições. Nós, do Instituto Espírita de Educação (IEE), direcionamos, no último ano, muitas doações e, assim, tivemos uma participação crucial no impacto dos atendimentos aos beneficiários, doando cobertores e cestas básicas. A colaboração do nosso Instituto permitiu que a associação ampliasse o seu alcance e oferecesse ainda mais recursos para as famílias atendidas.

Essas ações incentivam a Associação Maria & Sininha a continuar na incansável luta em prol da infância e adolescência, garantindo que mais jovens possam ter acesso a oportunidades e um futuro melhor. A dedicação e o compromisso da equipe da associa-

ção são fundamentais para o sucesso dos projetos e para a transformação da vida dos jovens da comunidade. Com o apoio contínuo de parceiros e voluntários, a Associação Maria & Sininha espera expandir suas atividades e impactar ainda mais vidas, promovendo um ambiente seguro e acolhedor para todos.

A Associação Maria & Sininha acredita que, por meio da educação e do apoio social, é possível oferecer várias oportunidades. Uma das novidades foi o curso de gestantes online, que proporcionou orientação e contribuiu com enxovais, ajudando as futuras mães e promovendo uma sociedade mais justa e igualitária, onde todas as crianças e adolescentes tenham a chance de desenvolver seu potencial e alcançar seus sonhos.

EVANGELIZAÇÃO INFANTIL

○ Papel da Família na Formação Moral das Crianças

Daniele Madureira

Muito em breve, nosso planeta deixará de ser um mundo de provas e expiações para se tornar um mundo de regeneração — onde o orgulho, o egoísmo, a coibição e a violência deixarão de existir.

Nossas crianças merecem esse mundo e precisam estar prontas para essa nova etapa, desenvolvendo um aprendizado à altura da evolução esperada para o terceiro milênio.

A própria ciência já indicou o quão espertas, atentas e sensíveis são as novas gerações. Aprendem e compreendem tudo muito rápido. São inteligentes e amorosas, ainda que, em certa medida, “birrentas”, como todos nós já fomos um dia. Ainda assim, são, em média, melhores do que nós — mais uma prova da evolução humana, conforme determina a vontade de Deus.

Mas vivemos tempos tensos e exigentes. Mães e pais querem dar aos filhos o que eles mesmos, muitas vezes, não tiveram. Nesse afã, precisam cumprir obrigações profissionais e financeiras que lhes tiram o bem mais precioso: o



evangelização infanto juvenil

tempo. A criança e o adolescente ficam entregues às telas — a nova babá moderna —, que muitas vezes entretêm e divertem, mas também deseducam, reforçam preconceitos e incitam ao crime.

Em vez de nos perdermos em comparações diante de redes sociais que insistem em nos mostrar “vizinhos com a grama mais verde”, é fundamental que nós, pais e mães, nos voltemos para dentro de casa e estejamos prontos para incentivar o diálogo, a troca de experiências, a cooperação nas tarefas do dia a dia. Entrar um pouco no universo deles e trazê-los também para o nosso. Dar a eles atenção — algo que não se compra, mas que precisa estar no topo da lista de prioridades.

Vamos nos lembrar da advertência de Santo Agostinho, no capítulo XIV de O Evangelho Segundo o Espiritismo:

“Compreendi que, quando gerais um corpo, a alma que se encarna vem do espaço para progredir. Tomai conhecimento dos vossos deveres e ponde todo o vosso amor em aproximar essa

alma de Deus: é essa a missão que vos está confiada e da qual recebereis a recompensa, se a cumprirdes fielmente.”

A Evangelização Infantil é uma aliada poderosa nessa empreitada. As lições de Jesus, sob a ótica da Doutrina Espírita, são o maior bálsamo para curar pequenas ou grandes feridas do dia a dia — algumas que já começam a aparecer nos corações juvenis. O ensinamento do Mestre, o único ser verdadeiramente perfeito que passou pela Terra, é tão simples quanto poderoso:

“Amar a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a si mesmo.”

Em outras palavras: não faça aos outros o que não gostaria que fizessem com você. Esta é a base do respeito mútuo na construção de uma sociedade justa, igualitária e fraterna — como desejado pelo próprio Cristo.

No IEE, as aulas acontecem aos sábados de manhã, das 9h50 às 11h, em turmas divididas por faixas etárias. Traga seu filho para este encontro terno com Jesus!

Família Contemporânea - Entre Desafios e Conexões à Luz do Espiritismo

Ana Racy

Para falar sobre o tema “Família Contemporânea”, é preciso, em primeiro lugar, compreender o significado da palavra família. No livro *Um desafio chamado família*, de Joamar Z. Nazareth, encontramos a seguinte definição: “...aquele grupo de convivência mais restrita no dia a dia: pai, mãe, filhos e, eventualmente, outros parentes próximos mais íntimos.”

Podemos dizer também que, em uma família, há a reunião de almas em processo de evolução, de reajuste e de aperfeiçoamento moral e espiritual.

A Doutrina Espírita diz que existem as famílias consanguínea e espiritual. A consanguínea é composta pelos laços biológicos ou legais, e dela fazem parte os parentes de sangue, os pais adotivos e os irmãos. Já a família espiritual é formada por espíritos que têm uma afinidade profunda entre si, independentemente dos laços de sangue ou da convivência física.

A formação do grupo familiar se faz por espíritos que precisam reparar erros antigos, por desafetos do passado ou por espíritos amigos em trabalho mútuo. Todos têm por objetivo o crescimento feito pelo enfrentamento das provas e, também, pelo desenvolvimento das virtudes.

Muitas vezes, as pessoas dizem que enfrentam as maiores adversidades dentro do próprio lar, e é nesse momento que podemos identificar as provas ou até mesmo as expiações necessárias para o crescimento moral e espiritual dos envolvidos.

Atualmente, faz-se necessário refletir sobre a visão contemporânea de família



www.pixabay.com/pt/

e, para isso, é preciso pensar sobre a diversidade familiar. Hoje, há diferentes configurações familiares, tais como as monoparentais, as homoafetivas, os casais sem filhos e famílias reconstituídas.

Outro fator diferente na atualidade é a igualdade de responsabilidades assumidas pelos diferentes gêneros. Tudo parece ser um pouco mais fluido, sendo mais distante a possibilidade de encontrar famílias no formato mais conservador, onde há o pai provedor e a mãe trabalhando sozinha na educação dos filhos e nos cuidados do lar, como era no passado.

Vale ressaltar que não há crítica alguma às famílias com essa formação, porque a educação de um ser é tarefa das mais nobres. No entanto, o que percebemos é que a sociedade foi se reestruturando ao longo dos anos, vemos que a vida é dinâmica e que a humanidade está sempre em evolução. Essa mudança constante reflete no aprimoramento moral e espiritual dos seres e na forma como a humanidade se comporta.

O Espiritismo é uma doutrina evolucionista, conseqüentemente acompanha a mudança do mundo. Não por acaso, a frase que abre O Evangelho segundo

o Espiritismo é: “Não há fé inabalável senão aquela que pode encarar a razão face a face, em todas as épocas da humanidade.” A fé não mudou ao longo dos anos, porém, valores como igualdade, respeito e inclusão mudaram muito. Ao falarmos a respeito desses três pontos no sentido familiar, veremos que a Doutrina Espírita reforça que o amor e os laços espirituais são mais importantes que qualquer outra coisa.

A Doutrina Espírita tem por princípio a prática dos valores éticos, morais e espirituais e, por ser evolucionista, ajuda na compreensão das mudanças que ocorrem nas diversas áreas que compõem o desenvolvimento da humanidade.

As novas composições familiares oferecem oportunidades de aprendizado e crescimento, e a base continua sendo o amor e o respeito.

A visão contemporânea sobre os novos núcleos familiares mantém o entendimento de que a família continua sendo a “célula mater” da sociedade e é o lugar onde se educam sentimentos, a fim de que a humanidade siga seu caminho evolutivo.

No livro *Jesus no Lar*, de Néio Lúcio, psicografado por Chico Xavier, encontramos a seguinte orientação de Jesus: “O berço doméstico é a primeira escola e o primeiro templo da alma. A casa do homem é a legítima exportadora de caracteres para a vida comum... A paz do mundo começa sob as telhas a que nos acolhemos. Se não aprendermos a viver em paz, entre quatro paredes, como aguardar a harmonia das nações? Se não nos habituarmos a

amar o irmão mais próximo, associado à nossa luta de cada dia, como respeitar o Eterno Pai que nos parece distante?”

Jesus, com toda Sua sabedoria, nos diz que o 1º maior mandamento é “Amar a Deus sobre todas as coisas” e o 2º é “Amar ao próximo como a si mesmo”. Isso mostra a importância do autoamor para amar ao próximo com a mesma qualidade e respeito com que nos amamos. A partir disso, estaremos prontos para amar ao Pai.

Joanna de Ângelis, no livro *Constelação Familiar*, diz que há um planejamento para que os agrupamentos familiares se formem e ali haverá espíritos comprometidos, positiva ou negativamente, para que as devidas reparações aconteçam. É preciso refletir sobre o quanto a tolerância e o perdão serão necessários para que o crescimento e a harmonia se estabeleçam na vida dos espíritos ali reencarnados.

Em qualquer situação, percebemos que o amor é o que vai fazer com que, pouco a pouco e pelas inúmeras reencarnações, os espíritos se aperfeiçoem.

Na família aprendemos a lidar com o diferente, aprendemos a praticar a paciência, a compreensão, a tolerância e o perdão. A diversidade nas novas formações familiares traz oportunidades para exercitarmos o respeito e o amor.

E onde encontrar o entendimento necessário para que a família mantenha sua força e importância na atualidade e no futuro? No Evangelho, porque é nele que encontramos os ensinamentos de Jesus sobre o amor incondicional. E, não importa a pergunta, o amor será sempre a resposta.

MENSAGENS DE AMIGOS

Mensagem do grupo mediúnico Leon Denis

Eu vejo a vida
Mais plena e bela
Um arco íris de amor
Chuva de pétalas
Azuis como a flor
A flor do silêncio
Que mora aí
No mais íntimo do SER

Sou cantor
Trovador
Poeta da vida
Da vida bela
Leve, linda,
Isso é amor
Amor que invade
A alma

Que acende a fogueira
Do caminhante
Do agricultor
Que cultiva a
Virtude do SER
Um bom trabalhador
Trabalhador da SEARA,
da Seara de amor

Onde o Senhor é Ele, Nosso Pai
de amor
Seja você também
Um tarefeiro,
Um bom trabalhador,
Dessa imensa SEARA de Amor!

Um amigo em Cristo, Nosso Senhor

Da Psicografia: Segunda Parte, Capítulo XIII

Eduardo Dellavolpi

A Psicografia e sua Importância no Estudo da Mediunidade

O capítulo 8 da segunda parte de *O Livro dos Médiuns*, de Allan Kardec, fala sobre a psicografia, um dos principais meios pelos quais os Espíritos se comunicam com os encarnados. De forma simples, a psicografia é a escrita mediúnica, ou seja, os Espíritos utilizam um médium para escrever suas mensagens. Esse tema é fundamental para entender como ocorre a comunicação entre os dois mundos e como podemos identificar uma mensagem autêntica.

Tipos de Psicografia

Kardec explica que a psicografia pode acontecer de três maneiras principais:

1. Psicografia Mecânica – O médium não tem controle sobre o que está

escrevendo. Sua mão se move sozinha, guiada pelo Espírito. Esse é o tipo mais confiável, pois há pouca interferência do pensamento do médium.

2. Psicografia Semi-Mecânica – O médium percebe o movimento da sua mão, mas ainda não tem total controle sobre o que está escrevendo. Ele sente a influência do Espírito, mas sua mente pode participar um pouco do processo.

3. Psicografia Intuitiva – Nesse caso, o Espírito transmite a mensagem em forma de pensamento, e o médium a escreve de acordo com sua própria interpretação. Aqui, há um risco maior de a mensagem sofrer influência das ideias do médium.

Por que a Psicografia é Importante?

A psicografia é um dos meios mais eficientes de comunicação com o mundo espiritual. Por meio dela, os Espíritos podem transmitir ensinamentos valiosos, mensagens de conforto para quem perdeu entes queridos e até mesmo orientações sobre nossa vida.

Médiuns famosos, como Chico Xavier, usaram essa capacidade para escrever livros inteiros ditados por Espíritos, ajudando a espalhar os ensinamentos da Doutrina Espírita e levando consolo a muitas pessoas.

Nem toda mensagem psicografada vem de Espíritos superiores. Kardec alerta que é preciso analisar com bom senso e critério o conteúdo das comunicações. Os Espíritos podem ter diferentes níveis de evolução, e alguns podem tentar enganar ou confundir. Por isso, é fundamental estudar e avaliar as

mensagens com base nos ensinamentos do Espiritismo.

Outro ponto importante é a humildade do médium. Se ele se deixa levar pela vaidade, pode acabar misturando seus próprios pensamentos com as mensagens dos Espíritos, o que compromete a autenticidade do que está sendo escrito.

O estudo da psicografia em *O Livro dos Médiuns* nos ajuda a compreender como a escrita mediúnica funciona e como ela pode ser usada para transmitir ensinamentos e conforto. Allan Kardec nos ensina que a prática mediúnica deve sempre estar ligada ao estudo, ao bom senso e a uma postura ética. Dessa forma, a psicografia se torna uma ferramenta valiosa para a comunicação com o mundo espiritual e para a nossa evolução espiritual.

JUVENTUDE

Vocação e Propósito: Como encontrar um caminho profissional com significado

Turma de Jovens IEE

Na juventude, chega a temida hora da escolha profissional, e muitas incertezas e inseguranças tomam conta do coração dos jovens. Como a doutrina espírita pode ajudar esses jovens a encontrarem sua vocação e seu propósito de vida?

Aqueles que acompanham a doutrina espírita, seja através dos pais, familiares ou da evangelização infantojuvenil, têm a oportunidade de se instruir e buscar seu autoconhecimento, conectando-se com seu propósito de vida. Assim, podem recordar inconscientemente seu planejamento encarnatório, que ilumina seus pensamentos e atitudes na busca por seu caminho profissional e pessoal, combinado no plano espiritual.

O espírito encarnado na fase jovem age mais por instinto do que por inteligência, pois seu corpo ainda está em desenvolvimento e suas faculdades ainda estão adormecidas. Eles ainda não sabem que



Foto dos arquivos da evangelização infanto-juvenil

possuem talentos a serem desenvolvidos, mas, à medida que vão amadurecendo, percebem seu papel no mundo e como o trabalho pode contribuir para seu crescimento pessoal e profissional, além de sua evolução espiritual.

Perguntamos aos nossos jovens da evangelização sobre a visão do trabalho e seu propósito de vida, e eles relataram suas experiências, como:

“O trabalho ajuda em situações pequenas que mudam tudo, como me ensinou a ser mais simpático e social” — resultado da transformação moral.

A vivência em sociedade, onde o papel do “trabalho profissional torna as pessoas mais responsáveis e maduras e também nos ensina a trabalhar em equipe”.

Às vezes, “podemos unir nossa crença ao trabalho, mas às vezes não será possível diretamente”.

Mas, “se conseguir trabalhar com o que te faz feliz e contribuir no meio em que vivemos fazendo o que gostamos, terá encontrado um grande significado”.

No trabalho, é possível “interagir com pessoas, seja ajudando em algo simples ou até algo mais complexo, como técnico de TI ou cuidador/enfermeiro — cada um ajudando pessoas com

problemas diferentes... Independentemente do modo que a ajuda foi dada, desde que haja esse impacto/mudança pra melhor, já haverá algum tipo de melhora geral”.

Nota-se a preocupação em buscar um trabalho que produza o bem, tanto para si quanto para o próximo, construindo um futuro melhor.

Para encontrar um caminho profissional com significado, precisamos conhecer nossos talentos, exercitar o autoconhecimento e utilizar os dons que recebemos com sabedoria, sem negligenciá-los. O caminho é longo, mas, com capacitação, cultivando e aperfeiçoando nossos talentos — assim como os servos multiplicaram suas riquezas — encontraremos nosso caminho profissional com significado, vivendo bem em sociedade e contribuindo para a transformação do mundo.

A Mãe Perfeita Não Existe - e Tudo Bem!

Leila Muniz

Apreendi desde pequena a admirar “Maria”, ela de Nazaré, mãe de Jesus. Um exemplo maior de mãe perfeita. Achava que, quando chegasse a minha vez, faria como li nos livros, escutei nos ensinamentos religiosos e no dia a dia. Mas tenho que confessar que não consegui, não por falta de tentativa e sim por falta de evolução. Demorei a entender isso, porque, como todas as mães, queremos fazer o melhor para os nossos filhos. É bom termos exemplos e entendermos que precisamos não só de teoria, mas principalmente vivenciar cada momento, de acordo com a prova que nós escolhemos e entender que cada um tem as suas conquistas, o seu histórico, a sua jornada. Fiz e faço ainda tudo que posso. No começo me vi perdida, com muita vontade, sem uma direção certa, indo para vários lugares e não chegando aonde procurava. Faz parte. Depois



www.gecasadocaminhosv.blogspot.com

descobri que o que vale é essa palavra mágica, pequena, mas valiosa: “amor”. Esse que faz coisas que nós mesmos duvidamos que poderíamos fazer. Praticamos o que Jesus nos ensinou: perdão, não sete, mas setenta vezes sete; a renúncia; se preocupar com o outro mais do que com você; amar o próximo como a si mesmo.

Às vezes paro, reflito e vejo que ser mãe é uma das maiores conquistas espirituais e morais que podemos ter, porque realizamos condutas que são muito difíceis de serem realizadas nas encarnações, mas com os filhos vai no automático, como se fossem fáceis.

Obrigado, Senhor, por mais essa oportunidade de poder servir em Teu nome sem precisar alcançar poder, glória e

nem recompensa. Tentando, de uma maneira pesada e leve, bonita, carinhosa, ser alguém importante na vida de um ser que procura a luz mesmo sem saber. Essa é a função da mãe: que erra, que é julgada e se julga, que foi escolhida para desempenhar esse papel. Temos que mostrar um caminho, nunca deixar de lado as nossas responsabilidades e obrigações, respeitar e ser respeitada neste planeta de provas e expiações. Cada uma do seu jeito, sem comparações. Não existem parâmetros a serem seguidos. O que vale é sua boa intenção junto a esse ser que procura uma nova oportunidade de vida. O mundo mudou, muitos hábitos mudaram, mas o coração de mãe continua o mesmo durante séculos e milênios.

Parabenizo todas essas mães que assumiram esse compromisso. Abraço fraterno.

CRÔNICA ESPÍRITA

Meditação e Saúde

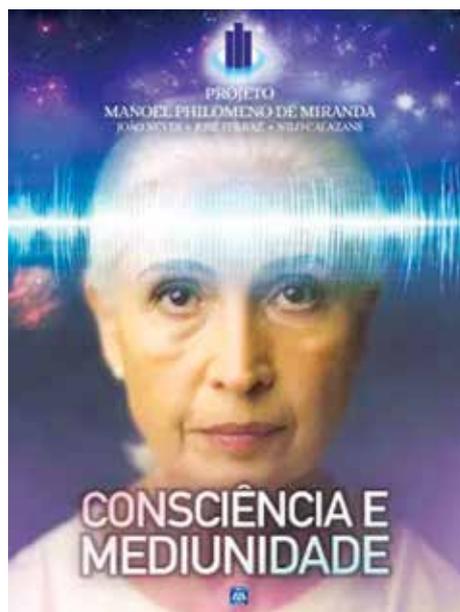
Grupo de estudo em Saúde e Espiritualidade

Meditação é o ato ou condição de refletir ou concentrar-se profundamente em determinado tema. Para Joanna de Ângelis (Alegria de Viver), a meditação é um método de análise profunda do Si, que, sem depender de religião, oferece os melhores recursos para o autoconhecimento.

A mente humana é dispersa, vaga entre pensamentos passados e futuros, especialmente nos tempos atuais está sempre em movimento, encontrando dificuldade para fixar-se em algo. Há a necessidade de acalmá-la para podermos ter um pensamento mais claro e centrado.

No livro Consciência e Mediunidade, os autores, com base nas obras de Joanna de Ângelis, discutem o tema refletindo a respeito da importância da meditação.

Se executada diariamente, a meditação promove relaxamento do corpo, melhora os estados depressivos, diminui a ansiedade, pois aumenta o foco no presente, evitando o desperdício



www.marcelacris.blogspot.com

de energia, tendo como consequência melhora da memória, da criatividade, aumento da produtividade, diminuição da pressão arterial.

Segundo Joanna (Alegria de Viver), meditar significa reunir fragmentos da emoção num todo harmonioso, que elimina as fobias e as ansiedades. O exercício da meditação favorece o autoconhecimento e as transformações que dele advêm.

No livro Vida: Desafio e Soluções, Joanna de Ângelis enfoca que cada pessoa encontre o melhor método para si, mas sempre é necessário um bom controle da respiração para melhorar a eficiência respiratória, com melhor oxigenação para o cérebro, postura relaxada, mas atenta, que não seja cansativa, e selecionar em que meditar e como fazê-lo. Pode-se meditar onde se esteja, sempre que necessário. Se pode fazer andando ou parado, trabalhando ou repousando, na ação física ou na psíquica.

Joanna de Ângelis sugere que devemos reservar um local agradável, bem como uma hora calma. Inicialmente durante poucos minutos e depois ir aumentando. A meditação deve ser iniciada por

meio da respiração, que deverá ser lenta e consciente, seguida por um relaxamento dos músculos. Manter-se sereno e imóvel com o pensamento em algo belo e superior. Para poder se preparar para esse contato íntimo e gradativo com a própria mente.

“O exercício constante da meditação promove eficazmente o aperfeiçoamento mediúnico em linha reta, de forma mais produtiva e equilibrada, sem vacilações, que são decorrentes da falta de hábito de aquietar-se. ... a meditação torna-se indispensável por se constituir a chave que abre as portas para o conhecimento (da faculdade mediúnica, de si mesmo, do mundo, enfim), tanto quanto para a aquisição da consciência, esse valor importantíssimo que possibilita a conquista do Si, bem como a programação de um vir a ser de plenitude e paz.” (Consciência e Mediunidade)

Que tal começarmos a praticar hoje mesmo?

A Guerra na Visão Espírita – Causas, Consequências e o Caminho para a Paz

Glauca Savin

A guerra é um dos maiores desafios enfrentados pela humanidade ao longo da história. Apesar dos avanços morais e intelectuais, os conflitos armados ainda persistem, gerando sofrimento, destruição e profundas marcas no espírito humano. À luz do Espiritismo, podemos refletir sobre suas causas, impactos espirituais e os caminhos para a verdadeira paz.

O Espiritismo nos ensina que a guerra tem raízes profundas no orgulho e no egoísmo humanos, características ainda predominantes em nossa sociedade. Allan Kardec, em O Livro dos Espíritos, questiona sobre a origem das guerras e os Espíritos superiores respondem que elas decorrem das imperfeições humanas, especialmente do desejo de dominação e da falta de fraternidade entre os povos.

Além disso, a busca pelo poder, a ganância material e as disputas ideológicas também são fatores que fomentam os conflitos. Enquanto o homem priorizar seus interesses pessoais ou nacionais em detrimento do bem coletivo, a guerra continuará sendo uma realidade.

Do ponto de vista espiritual, a guerra não apenas destrói corpos, mas também gera impactos profundos na alma dos envolvidos. Os Espíritos que

desencarnam em meio a combates violentos muitas vezes se veem presos a sentimentos de ódio, revolta e sofrimento, dificultando sua elevação espiritual. As consequências para a humanidade também são severas, pois os resgates coletivos decorrentes de guerras podem se manifestar por gerações, refletindo-se em desequilíbrios sociais e desafios morais.

Entretanto, a Lei de Causa e Efeito rege os destinos humanos, e aqueles que promovem o mal serão chamados a reparar os erros cometidos. O sofrimento gerado pela guerra serve como aprendizado e expiação, auxiliando no progresso do Espírito rumo a um estado de maior consciência e amor.

A paz verdadeira não será alcançada apenas por tratados ou acordos políticos, mas pela transformação moral da humanidade. O Espiritismo nos convida ao autoconhecimento, ao desenvolvimento do amor e da fraternidade como ferramentas essenciais para a construção de um mundo sem guerras.

A educação espiritual das novas gerações é um passo fundamental nesse processo. Ao compreendermos que todos somos irmãos, filhos do mesmo Criador, e que a vida na Terra é uma

experiência transitória, diminuimos os motivos para o conflito e ampliamos os esforços pela conciliação.

Jesus, nosso guia e modelo, nos ensinou a amar o próximo como Ele nos amou, mostrando a face do amor diante da agressão. Essa postura de humildade e pacificação deve ser incorporada ao nosso dia a dia, desde pequenas ações de tolerância até esforços concretos para promover a justiça social e o respeito às diferenças.

A guerra é um reflexo das imperfeições humanas, mas também um convite à evolução. Através da compreensão espiritual e da prática do bem, podemos colaborar para a construção de um mundo mais fraterno, onde os conflitos sejam resolvidos pelo diálogo e pela compaixão, e não pela violência.

O Espiritismo nos oferece a esperança de que, com o tempo e o progresso moral, a paz se tornará a realidade predominante na Terra, ainda que em um futuro distante do momento atual. A guerra não é um destino inevitável. Com esforço e compromisso, a humanidade pode superar essa fase primitiva e ingressar em uma era de paz duradoura, levando a Terra a um novo patamar de evolução.

Acesse os QR Codes de seu celular para acessar a programação completa.

AGENDA



CURSOS DOCTRINÁRIOS



CURSOS EDUCACIONAIS



PARCERIA JUNTOS PELO CAPÃO-IEE

Um Novo Começo, Um Futuro De Possibilidades!

Teresa Weyll

Acreditando que uma educação de qualidade abre portas para que jovens em situação de vulnerabilidade socioeconômica possam construir um futuro mais promissor, transformando suas vidas e, conseqüentemente, a de suas famílias, o Instituto Espírita de Educação (IEE) firmou uma parceria com o projeto Rumo à ETEC, da ONG Juntos pelo Capão.



Arquivos diretoria educacional

Rose Borges, profissional da área de educação, fundadora e presidente da ONG, e Fernanda Cobra, diretora geral da organização, cientes da defasagem de jovens do 9º ano devido às desigualdades sociais e educacionais, buscaram um modelo para estruturar um projeto que atendesse especificamente

a esses jovens. Nessa busca, conheceram o Curso Alberto Santos Dumont (CASD), uma ONG que atende mais de 700 alunos por ano em São José dos Campos. Juntas, implantaram a metodologia desenvolvida pelo CASD,

além de acessarem o material didático e obterem apoio consultivo da diretoria e do conselho administrativo. Assim, nasceu o projeto Rumo à ETEC, um curso preparatório para ETECs e bolsas de estudo na rede privada.

Logo no primeiro ano de atuação, 2024, o impacto social do projeto pôde ser verificado através dos resultados obtidos, com uma taxa de aprovação de 62,5% no vestibulinho das ETECs, além do crescimento acadêmico e pessoal de todos os jovens atendidos. Com esse resultado, surgiu um grande desafio: ampliar a atuação do projeto, aumentando o número de vagas de 30 para 60. Para isso, seria

necessário encontrar novos parceiros que também compartilhassem do mesmo propósito: acreditar no poder transformador da educação.

A parceria do IEE com o projeto financia o transporte e o lanche de 30 jovens, além de oferecer suas instalações para a realização das atividades de reforço escolar durante o ano de 2025. Nas segundas e quartas-feiras à tarde, podemos encontrar esses jovens nas instalações do Instituto. Jovens que descobrem que podem ir além, que carregam consigo não apenas um sonho, mas o potencial de mudar seu próprio futuro e o de toda uma comunidade.

○ Pensamento Guia o Espírito; Uma introdução

Zelma Cincotto

A reflexão sobre a importância do pensamento em nossas vidas é fundamental. Embora pensar seja um ato natural do ser humano, ter pensamentos, refletir sobre eles e tirar conclusões úteis e objetivas não é tão simples quanto parece.

Este tema é abordado de diversas formas no ambiente espírita, destacando sua importância. É crucial entender o que é pensamento, a diferença entre pensar e ter pensamentos, e a qualidade do pensamento tanto no intercâmbio espiritual quanto nas relações sociais.

Nosso objetivo é estabelecer uma base sólida de compreensão sobre a função do pensamento e seu modo de operação, integrando as informações presentes nas obras da Codificação Espírita e nas complementares, bem como em temas acadêmicos e na ciência nova — Logosofia. Será abordada, por exemplo, a necessidade de aprender a pensar e os benefícios que podem ser obtidos ao se dedicar ao processo de aprendizado.

Em um outro momento, refletir sobre a relação do pensamento no exercício da mediunidade, considerando a questão da qualidade do pensamento do trabalhador espírita na relação com a espiritualidade nos atendimentos oferecidos na casa espírita.

Um aspecto importante a ser considerado em relação ao pensamento é que ele é força psicológica. É crucial entender como os pensamentos afetam as ações e fundamentam todas as nossas ações. Eles nos definem e representam nossas vontades, desejos e emoções, destacando nossa identidade como seres pensantes. Refletem a qualidade de



nossas interações sociais e familiares.

Joanna de Ângelis, por meio da psicografia de Divaldo Franco, apresenta um extenso material sobre a questão psicológica nos processos de comunicação mediúnica. Ela afirma que o médium é sempre um instrumento passivo, cuja educação moral e psíquica lhe fornece recursos para um intercâmbio correto. No entanto, vários impedimentos podem surgir durante o fenômeno, que somente um exercício prolongado e bem direcionado pode resolver. Entre esses, destacam-se as fixações mentais, os conflitos e os hábitos psicológicos do sensitivo, que se manifestam a partir do seu inconsciente e, durante o transe, influenciam a faculdade mediúnica, resultando em ocorrências anímicas.

Pode-se afirmar que nem todas as ocor-

rências na esfera mental configuram fenômenos mediúnicos, o que nos leva a considerar a seriedade com que devemos tratar as manifestações do pensamento exteriorizado em qualquer situação.

No livro “O Livro dos Médiuns”, é destacado que a qualidade do pensamento é fundamental na comunicação com os espíritos desencarnados. Como espíritos encarnados, utilizamos o mesmo processo de comunicação; portanto, essa regra se aplica igualmente a nós.

É essencial desenvolver, educar e controlar esta faculdade do espírito, tanto em relação ao mundo espiritual quanto ao material, especialmente no trabalho, na família, na casa espírita e na sociedade.

Além disso, o ser humano é essencialmente um espírito imortal em constante processo de evolução, independentemente de estar encarnado ou desencarnado. A transcendência é uma característica intrínseca à vida. Para o ser humano, o transcendente representa a dimensão que o motiva em uma busca contínua e o projeta em sua dimensão espiritual e divina.

A transcendência do ser humano encarnado refere-se à capacidade do indivíduo de superar suas próprias limitações, buscando constantemente novos horizontes e rompendo barreiras. Esta noção propõe uma nova forma de unidade, considerando que o homem é simultaneamente um espírito encarnado e corpo.

A transcendência refere-se também a um caminho para a conexão com o divino, a projeção do ser humano para

uma dimensão espiritual, onde podem ser encontradas as respostas para as profundas questões humanas.

A integridade das criaturas decorre de uma única causa e direciona-se para um único objetivo. De acordo com o pensamento de Tomás de Aquino, isso implica que a causa e o fim de todas as coisas são idênticos. Como todo efeito busca refletir sua causa, e a própria causa tende a gerar o que lhe é semelhante, todas as coisas buscam representar Deus, que é a causa primeira e o fim último de tudo.

Emmanuel, por sua vez, nos convida a transcender em direção a Deus através dos pensamentos na introdução de “Pensamento e Vida”:

“(…) que o nosso pensamento cria a vida que procuramos, através do reflexo de nós mesmos, até que nos identifiquemos, um dia, no curso dos milênios, com a comunicação da Sabedoria Infinita e com o Infinito Amor, que constituem o Pensamento e a Vida de nosso Pai.”

Em conclusão, compreender como o pensamento funciona e como o inconsciente influencia a vida espiritual atual e futura é o que leva o ser humano à individualização e aproxima o espírito de Deus.

*<http://www.maxwell.vrac.puc-Rio.obr> – Existência humana como transcendência

** Emmanuel/ Francisco Cândido Xavier. Pensamento e Vida.

* Instruções Psicofônicas - Lourenço Prado

** “O fim último do homem segundo Tomás de Aquino” - Autor: Sávio Laet de Barros Campos. Bacharel-Licenciado e Pós-Graduando em Filosofia Pela Universidade. Federal de Mato Grosso. E-mail: saviolaet@filosofante.org

APOIO

3160
Produção de Eventos

Corporativos
*Coffee break
*Happy Hour
*Coquetel

Festas
*Infantil
*Temática
*Casamento

Buffet em domicílio

(11) 91488-7199
hel@producaoeventos@gmail.com
End. Rua Ziza nº24 - Vila Guarani

pão e talho
CATERING

Soluções eficientes em Coffee Break
Café da Manhã | Coffee Break | Working Lunch

www.paoetalho.com.br | (11) 94027-5027 | @paoetalho

**Anuncie sua empresa
no jornal do IEE**

Entre em contato com
a secretaria: (11) 3167-6333



**Anuncie sua empresa
no jornal do IEE**

Entre em contato com
a secretaria: (11) 3167-6333

