

▼ Editorial

Destaca os trabalhos do IDE-JF direcionados ao apoio psicossocial e resalta o convite do Departamento Administrativo para a Assembleia Geral Ordinária2

IDE-JF convoca Assembleia Geral Ordinária

No próximo mês de março, os colaboradores ativos do IDE-JF deverão se reunir para discutir e deliberar sobre temas relevantes da casa, que dizem respeito à sua condução administrativa. Estão em pauta prestação de contas, escolha de diretores para o Departamento de Comunicação, definição de aspectos relativos à eleição da Diretoria e assuntos gerais.

Página 3

Confraternização de domingo

A tradicional confraternização de frequentadores e trabalhadores das atividades do domingo do IDE-JF ocorreu no último mês de dezembro. A diretora Claudia Nunes fala sobre a alegria da realização desse evento.



Página 8

Coleção Mais Simples

Há exatos 20 anos, o Instituto de Difusão Espírita de Juiz de Fora (IDE-JF) publicou o primeiro título da série “uma forma mais simples”. Depois d’*O Espiritismo de uma forma mais simples*, baseado em *O Livro dos Espíritos*, vieram os volumes referentes às obras *O Evangelho segundo o Espiritismo* e *O Livro dos Médiuns*. Por isso, esta edição d’ O IDEAL põe em relevo esse trabalho com uma reflexão proposta por Ricardo Baesso de Oliveira, um dos organizadores dos três títulos editados pela casa. O primeiro livro dessa lavra, por exemplo, já se encontra na sua terceira edição. Nesse mesmo texto d’ O IDEAL, conhecemos os depoimentos de três trabalhadoras que utilizam essa coleção, de maneira bem-sucedida, em diferentes atividades doutrinárias.



Crédito: Mariana Marques

Páginas 4, 5 e 6

Mocidade do IDE-JF nos últimos 10 anos

O coordenador da Mocidade Nelson Lougon Borges de Mattos e diretor do Departamento de Evangelização do IDE-JF, Lucas Rieger, faz um relato de experiência sobre o trabalho feito no grupo de jovens há quase 10 anos.

Páginas 7 e 8

Você costuma enxergar o lado bom da vida?

Neste artigo, o diretor Chrystian Barroso Chaves chama atenção para a importância de focalizarmos mais as coisas boas da vida, em vez de realçarmos apenas as coisas ruins. Por meio de referenciais da literatura espírita e da Psicologia Positiva, o autor aborda a nossa capacidade de nos contagiarmos também em relação aos estados de espírito e, por isso, a importância de sustentar sentimentos mais positivos.

Páginas 3 e 4

Confira as novidades e participe!



ide-jf.org.br



ide@ide-jf.org.br



@IDEJF



"Lives IDE-JF"



@idejf



@ide_jf



@ide-jf



Atividades do IDE-JF

Bazar*

Sábado: 9h às 11h30

Biblioteca

Quinta-feira: 19h45 às 21h

Sexta-feira: 14h30 às 16h

Sábado: 18h45 às 20h

Espiritismo para Crianças e Mocidade

Quinta-feira: 20h

Domingo: 9h30 às 10h30

Farmácia/CAEC*

Terça e sexta-feira: 14h às 17h

Tratamento Magnético (passe)

Sexta-feira: 15h e 18h30

Grupo Higiene Mental (on-line)

Terça-feira: 19h30

Livraria

Segunda-feira: 20h às 21h

Terça-feira: 19h às 20h

Quarta-feira: 19h às 20h

Quinta-feira: 19h às 21h

Sexta-feira: 15h às 16h e 18h às 19h

Sábado: 19h às 20h

Domingo: 9h às 10h

Passe – oferecido após a palestra

Quinta-feira: 20h

Sábado: 19h

* Funciona na Avenida Santa Luzia, 40 – Bairro Santa Luzia.

Trabalho

Desde o ano passado, teve início a campanha do Janeiro Branco, conforme Lei Federal nº 14.556/2023, que consiste no tarefa de conscientização sobre a saúde mental. A campanha tem como objetivo alertar a população sobre a importância de cuidar do bem-estar emocional.

Saúde mental é um estado de bem-estar que permite que as pessoas desenvolvam suas habilidades pessoais e lidem com os desafios da vida. É a capacidade de se relacionar com os outros e com as próprias emoções, sem se sobrecarregar.

O IDE-JF, sempre pautado no trabalho e preocupação com a saúde mental, tem um serviço executado pelo Departamento Social, de Promoção e Eventos, buscando auxiliar e amparar seus assistidos, por meio de ações voltadas à reestruturação da integridade emocional, psicológica e social; à satisfação com a vida; à capacidade de lidar com estresse; à habilidade de fazer escolhas, à qualidade das relações sociais e à qualidade de vida.

O Departamento Social, além do acolhimento, procura ouvir os casos de cada atendido, traçando estratégias para que cada pessoa possa se fortalecer mentalmente e ter o controle de sua caminhada com dignidade.

Nesta edição, o Departamento Administrativo, por sua vez, faz um chamamento para a Assembleia Geral Ordinária, a ser realizada em março de 2025, que deve reunir todos os trabalhadores ativos.

O IDE-JF vem trabalhando com seus departamentos com muito empenho, para entregar aos seus frequentadores o conhecimento e a vivência do Espiritismo, através de nossas atividades, como passes, tratamento magnético, atendimento fraterno, psicografia, Armazém Solidário, bazar e farmácia solidária, somando esforços para promover o bem sem olhar a quem.

Boa leitura!

Grupos de Estudos

Obra, Autor	Dirigente	Dia, horário Formato
<i>O Livro dos Espíritos</i> , Allan Kardec	Graça Paulino	Domingo, 9h-9h45 – Presencial
<i>O Livro dos Espíritos</i> , Allan Kardec	Thereza Cristina	Segunda, 19h-19h45 – On-line
<i>O Livro dos Espíritos</i> , Allan Kardec	João Luiz da Rocha	Segunda, 19h-20h Presencial
<i>Boa Nova</i> , Humberto de Campos / Chico Xavier	Léia da Hora	Segunda, 20-21h Presencial
<i>Revista Espírita</i> , Ano 1863, Allan Kardec	Ademir Amaral	Sexta, 20h30-21h-30 – On-line

PALESTRAS PÚBLICAS PRESENCIAIS

QUINTA-FEIRA ÀS 20H

SÁBADO ÀS 19H

Venha ouvir a exposição de temas espíritas,
tomar passe e colocar o nome de pessoas
queridas na vibração.
Traga a família e os amigos!

Diretoria do IDE-JF

Departamento Administrativo: Ademir Amaral e Marco Antônio Corrêa
Departamento de Comunicação: Elisa M. da Costa, Claudia Nunes, Lucas Rieger e Osvaldo Silva Filho
Departamento Doutrinário: Chrystian Barroso Chaves e Myrianceli Jorio
Departamento Editorial: Elisa M. da Costa e Osvaldo Silva Filho
Departamento de Evangelização: Izabela de Paula Gonçalves e Lucas Rieger
Departamento Mediúnico: Emilia Paro e Geraldo Marques
Departamento Social, de Promoção e Eventos: Claudia Nunes e Janezete Marques

Expediente

O IDEAL é uma publicação bimensal do Instituto de Difusão Espírita de Juiz de Fora
Rua Torreões, 210 – Santa Luzia – 36030-040 Juiz de Fora/MG
Tel.: (32) 3234-2500 – divulgacao.idejf@gmail.com
Departamento de Comunicação: responsabilidade compartilhada entre todos os departamentos, sendo o jornal O Ideal uma atribuição do Departamento Editorial
Jornalista Responsável: Allan de Gouvêa Pereira – MTE: 18903/MG
Editoração: Angela Araújo Oliveira
Tiragem: 500 exemplares
Impressão: W Color Indústria Gráfica – Tel.: (32)3313-2050
Os artigos não assinados são de responsabilidade do Departamento de Comunicação do IDE-JF.

IDE-JF realiza Assembleia Geral Ordinária em março

Departamento Administrativo

Conforme prevê o Estatuto do Instituto de Difusão Espírita de Juiz de Fora (IDE-JF), os trabalhadores voluntários devidamente registrados estão convocados a participarem da Assembleia Geral Ordinária de Membros, que é o órgão soberano do IDE-JF. Além de outras atribuições dispostas no estatuto, compete à Assembleia Geral Ordinária: eleger diretoria; reformar o Estatuto e decidir sobre questões omissas; deliberar sobre questões relevantes de interesse do IDE-JF, sempre que convocada; destituir membros da Diretoria, se for constatada a existência de motivos graves pela maioria absoluta dos presentes à Assembleia Geral. Para que ocorram as deliberações, é exigido o voto concorde de dois terços dos colaboradores efetivos presentes na Assembleia, especialmente convocada para este fim, não podendo ela deliberar

em primeira convocação, sem a maioria absoluta dos mesmos ou com menos de um terço nas convocações seguintes. A reunião será realizada em 28 de março de 2025, sexta-feira, às 19h30, em primeira convocação, com metade do número de membros cadastrados mais um; ou às 20h, com qualquer quantidade de voluntários. São considerados colaboradores todos aqueles que assinaram o Termo de Adesão ao Serviço Voluntário e que já têm, pelo menos, seis meses de trabalho desenvolvido no IDE-JF. Não é considerada atividade de voluntariado a simples frequência em grupos de estudo, cursos, reuniões públicas ou na evangelização. Os colaboradores de reuniões mediúnicas, passe, evangelização e equipe de eventos, coordenadores de atividades (quaisquer grupos), e plantonistas (farmácia, recepção, biblioteca, cantina e atendimento

fraterno) têm direito de participação na Assembleia, bem como de votar nas decisões a serem propostas. Também têm direito à participação e ao voto todos os colaboradores que assinaram a ata de fundação do Instituto. A pauta da Assembleia Ordinária de 2025 será: (1) prestação de contas; (2) composição do quadro de dois novos diretores do Departamento de Comunicação, tendo em vista o pedido de desligamento voluntário dos diretores eleitos no pleito anterior; (3) decidir se, nas próximas eleições para a Diretoria, serão escolhidos os seis ou sete diretores, conforme o número de departamentos em atividade; e (4) assuntos gerais. A presença dos trabalhadores é, desse modo, de suma importância para os rumos da instituição nos próximos anos, visando garantir a continuidade dos projetos e a criação de novos.

O lado bom da vida

Chrystian Barroso Chaves

Não estamos acostumados a olhar para a vida e para as coisas dessa vida com bons olhos. Tendemos a ressaltar o que de ruim nos ocorre, o que outros apresentam de negativo, replicamos as notícias que mostram as infelicidades e faltas alheias. Mas por que não fazemos tudo isso também com as coisas boas? Por vezes, tendemos até a ressaltar o que é bom em nós e fingir não ver o que o outro nos apresenta de melhor, o lado bom de cada um.

Quando convidados a enxergar a vida por essa perspectiva, muitas vezes ficamos desconsolados. Em avaliações de desempenho profissional das quais participei como avaliador, procurei fazer o questionamento: de que forma você acha que tem contribuído para o trabalho do grupo? Foi patente a dificuldade que os avaliados apresentaram para externar qualidades e contribuições positivas para o grupo. Por outro lado, rapidamente passaram a externar o que consideravam ser suas falhas e o que fariam para melhorar.

Sobre a tendência que temos de estudar e privilegiar as falhas alheias em detrimento de suas qualidades, Kardec nos fala¹:

Incorrerá em grande culpa, se o fizer para os criticar e divulgar, porque será faltar com a caridade. Se o fizer, para tirar daí proveito, para evitá-los, tal

estudo poderá ser-lhe de alguma utilidade. Importa, porém, não esquecer que a indulgência para com os defeitos de outrem é uma das virtudes contidas na caridade. Antes de censurardes as imperfeições dos outros, vede se de vós não poderão dizer o mesmo. Tratai, pois, de possuir as qualidades opostas aos defeitos que criticais no vosso semelhante.

Percebamos que Kardec apresenta um caminho muito claro no que diz respeito às coisas negativas. Não foquemos o erro, não transformemos os equívocos alheios em combustível que alimentará as conversações de grupos mal-intencionados. O codificador nos apresenta a alternativa de olhar para o espelho de nossa consciência e refletir sobre maneiras de sermos melhores do que nos apresentamos até então. Essa é uma bela estratégia, focar o que há de bom a se fazer e cuidar para não fermentar os aspectos negativos; permitir que os fatos ruins não sejam mais do que realmente são, ou seja, marcas desgastantes em um processo de aprendizagem.

O curioso é perceber que a ciência atual corrobora com o pensamento de Kardec. Um dos grandes escritores da Psicologia Positiva, Daniel Goleman², afirma que transmitimos e captamos modos uns dos

outros, algo como uma economia subterrânea da psique, em que alguns encontros são tóxicos, outros, revigorantes². Podemos concluir disso que, ao focarmos nossas atenções no que há de ruim, permitiremos um trânsito de ideias menos reconfortantes e revigorantes em nossas relações com outros. Por outro lado, ao procurarmos identificar o lado bom da vida, estabeleceremos vínculos potencializadores de boas influências. Não ocorre aqui a defesa de que olhar a vida com bons olhos transformará problemas em fumaça – mesmo que metaforicamente tenha alguma verdade nesse pensamento – mas, certamente, podemos afirmar que a montanha se torna mais ou menos íngreme, segundo o ângulo pelo qual a contemplamos.

Emmanuel nos alerta sobre o quanto nos influenciamos continuamente, plasmamos em torno de nós e dos outros boas ou más energias, segundo a forma como olhamos para a vida e disso personificamos atitudes e ações. Ele diz:

Em todos os domínios do Universo vibra, pois, a influência recíproca. Tudo se desloca e renova sob os princípios de interdependência e repercussão. O reflexo esboça a emotividade. A emotividade plasma a ideia. A ideia determi-

na a atitude e a palavra que comandam as ações³.

Parece que, nessa cadeia em que nossa atitude e nosso posicionamento mental diante da vida envolvem não apenas nós mesmos, somos também responsáveis pela higiene psíquica do ambiente no qual imergimos. Nesse caso, o exercício da caridade tem ampliado seu aspecto puramente concreto e pontual, e passa a ser um exercício constante que busca equilibrar-se entre o eu sou e o nós somos, entre o meu erro e o seu deslize. Enquanto companheiros de caminhada terrena, podemos ser motivadores ou desmotivadores, segundo a forma com a qual percebemos a vida, mas não podemos nos furtar ao fato de sermos influenciadores, sempre.

Kardec acende luz sobre nossa atitude nas relações, indicando-nos uma escolha a ser feita sobre a perspectiva que adotamos diante da vida, o que pode mudar substancialmente a essência da relação:

*Sede, pois, caridosos, praticando, não só a caridade que vos faz dar friamente o óbolo que tirais do bolso ao que volve-lo ousa pedir, mas a que vos leve ao encontro das misérias ocultas. Sede indulgentes com os defeitos dos vossos semelhantes. Em vez de votardes desprezo à ignorância e ao vício, instruí os ignorantes e moralizai os viciados. Sede brandos e benevolentes para com tudo o que vos seja inferior. Sede-o para com os seres mais ínfimos da criação e tereis obedecido à Lei de Deus.*⁴

Agora vejamos, então, como o pensamento kardequiano se aglutina aos estudos e às pesquisas atuais sobre a forma como nos influenciamos. Martin Seligman,

importante autor e um dos fundadores da teoria da Psicologia Positiva, refere-se a uma pesquisa realizada pela Universidade de Massachussets, nos Estados Unidos, da qual podemos concluir que afetamos e somos afetados emocionalmente pelo outro, segundo a perspectiva pela qual enxergamos a vida. Nela, diz que *quanto mais perto uma pessoa vivia de alguém que se sentia solitário, mais solitária ela se sentia. O mesmo aconteceu com a depressão. Já a felicidade, surpreendentemente, era mais contagiosa que a solidão ou a depressão*⁵.

Interessante notar que a felicidade é contagiante, vemos isso quando estamos na presença de pessoas que comumente chamamos de alto astral. São pessoas que normalmente expressam alegria de alguma forma e transmitem sensação de bem-estar ou tranquilidade. Pode ser que não façam isso intencionalmente, que seja natural. Porém, para os que não apresentam essa tendência, a boa notícia é saber que, se podemos nos contagiar, temos a liberdade de escolher como, com alegria ou com seu oposto. É uma escolha a ser feita ao longo de toda a encarnação e precisamos entendê-la como um benefício, já que ter alternativa é sempre melhor do que não ter opção. Kardec nos diz que *no mundo, a censura ou o elogio são feitos à intenção, isto é, à vontade. Ora, quem diz vontade diz liberdade*.⁶

Procurar na vida o seu melhor ângulo é uma questão de exercício diário de envolvimento com boas atividades e pensamentos, ou de um bom envolvimento com as atividades e os pensamentos cotidianos. Na Revista Espírita de março de 1860, Kardec conta o caso de uma médium notável, da qual podemos destacar uma importante característica que faz eco às linhas até aqui traçadas. Ela é reconhecida como portadora de um *caráter naturalmente alegre e jovial. Sua alegria é*

contagante como a fé que a alma e atua instantaneamente sobre os doentes. Vi muitos se retirarem com os olhos cheios de lágrimas, doces lágrimas de admiração, de reconhecimento e de alegria.⁷

Depois dessas confabulações, talvez possamos arriscar meditar sobre a ideia de que olhar o lado bom da vida, embora seja em princípio uma ação de cada individualidade, tenha se tornado também uma questão de saúde. No entanto, não falamos aqui apenas de uma saúde envolta em suas vestimentas psicobiológicas, falamos de uma saúde pública porque nos contagiamos continuamente, falamos de uma saúde em Jesus, na Lei Divina; porque por Ele fomos convidados a entender que a vida é mais do que suas vivências, ela é uma jornada que fazemos juntos rumo ao Pai e na qual aprendemos uns com os outros.

Jesus nos ensinou a ver o lado bom da vida e, mesmo diante de uma atitude de indiferença e crueldade, ensinou-nos a ver as coisas de uma forma incomum: *eles não sabem o que fazem*.

Referências bibliográficas

- ¹ Kardec, Allan. *O Livro dos Espíritos*, questão 903.
- ² Goleman, Daniel. *Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente*, cap. 8.
- ³ Xavier, Francisco Cândido [pelo Espírito Emmanuel]. *Pensamento e vida*, cap. 1.
- ⁴ Kardec, Allan. *O Livro dos Espíritos*, questão 888, por São Vicente de Paulo.
- ⁵ Seligman, Martin E. P. *Florescer: uma nova compreensão da felicidade e do bem-estar*, cap. 7.
- ⁶ Kardec, Allan. *O Livro dos Espíritos*, questão 872.
- ⁷ Kardec, Allan. *Revista Espírita*, março de 1860, um médium curador.

Espiritismo de uma forma mais simples

Ricardo Baesso de Oliveira

Quando se examinam as causas do processo civilizador e da aceleração dos sentimentos humanitários, que se iniciaram nos séculos XVI e XVII e se estendem aos nossos dias, a aquisição de conhecimento é colocada como das mais relevantes. O conhecimento é um recurso inesgotável de força psíquica, e quanto mais se usa, mais se tem. Segundo Steven Pinker, neurocientista de Harvard, a ordem dos eventos segue essa direção: avanços tecnológicos na atividade editorial, produção em massa de livros, expansão da alfabetização e popularidade do romance

e as grandes reformas humanitárias dos séculos recentes. A reforma humanitária, caracterizada por uma crescente redução das taxas de violência e criminalidade, associada a uma maneira diferente de ver o outro – não como um estranho a quem devo rejeitar, mas como semelhante a quem me cabe acolher – foi precedida por uma revolução da leitura.

Acredita Pinker que ler é uma tecnologia para mudança de perspectiva. Quando nós temos na cabeça os pensamentos de outra pessoa, observamos o mundo do ponto de vista dessa pessoa e

compartilhamos suas atitudes e reações. Abre-se para nós outras janelas para o mundo, entendemos que as coisas podem ser diferentes, sem que sejam necessariamente melhores ou piores, e encontramos recursos emocionais para acolher o outro. Os romances, nesse particular, trazem à vida as aspirações e privações de pessoas comuns, e exercita a nossa habilidade de nos pôr no lugar do outro, o que, por sua vez, nos indispõe contra punições cruéis e outras violações dos direitos humanos. Os filósofos do Iluminismo louvavam o modo como os romances levavam o leitor



a identificar com outras pessoas e sentir por elas um interesse compassivo.

Os povos mais esclarecidos, via de regra, possuem menores índices de criminalidade, portanto, são mais pacíficos. O hábito da leitura pode ter contribuído para a revolução humanitária, criando nas pessoas o hábito de sair de seu ponto de vista limitado, gerando um viveiro de novas ideias em torno dos valores morais e da ordem social. Quantos livros se notabilizaram não apenas pelo expressivo número de leitores, mas pelas mudanças políticas e sociais que induziram! Pinker cita alguns: *A cabana do Pai Tomás* mobilizou os sentimentos abolicionistas nos Estados Unidos; *Oliver Twist*, de Charles Dickens, abriu os olhos das pessoas para os maus-tratos a crianças nos orfanatos britânicos; e o livro *Dois anos ao pé do mastro*, de Richard Henry Dana Jr., ajudou a pôr fim ao açoitamento de marinheiros. Foram livros que trouxeram ao conhecimento do público os sofrimentos de pessoas que, sem eles, poderiam continuar ignorados.

Allan Kardec, educador por excelência, teve extremado cuidado em estimular, em todas as suas obras, o hábito da leitura, o estudo e a pesquisa continuados. Com a doutrina espírita, aprendemos que não basta sermos bons, precisamos ser bons e esclarecidos, instruídos e bem-informados. Quantos males incursos em nossa vida, não por deficiências morais, mas por desinformação e falta de esclarecimento! Por isso, são desafios reencarnatórios: a leitura enriquecedora, a instrução permanente, a luta contra a preguiça intelectual e o comodismo mental.

No que se refere à literatura espírita em particular, tem-se notado uma notória dificuldade: a quase totalidade dos bons livros é inacessível à compreensão de muitas pessoas, notadamente aquelas sem formação escolar, ou com pouco hábito de leitura de textos mais complexos. Frequentemente nos dizem que não conseguem compreender os textos espíritas, e acabam desistindo de fazê-los.

Procurando contornar esse sério obstáculo, o Instituto de Difusão Espírita de

Juiz de Fora – IDE-JF desenvolveu um projeto que objetiva apresentar as ideias espíritas de uma forma mais simples. Reescrevemos três livros de Kardec, *O Livro dos Espíritos*, *O Evangelho segundo o Espiritismo* e *O Livro dos Médiuns*, dando ao texto a leveza e a simplicidade que os tornariam acessíveis a todas as pessoas. Nossos textos foram editados e estão disponíveis para os que desejarem. Receberam os seguintes títulos: *O Espiritismo de uma forma mais simples*, *O Evangelho de uma forma mais simples* e *Mediunidade de uma forma mais simples*.

Sentimo-nos recompensados com os resultados. No *Projeto Ser Feliz*, obra social que ocorre no IDE-JF, nas manhãs de domingo, esses livros são estudados em grupo, e sentimos que nossas parceiras e nossos parceiros participam ativamente, lendo e comentando os textos.

Esperamos que outras iniciativas como essa se desenvolvam, dando ao movimento espírita um caráter mais inclusivo, mais fraterno e mais afetoso.

Depoimentos

Luciana Pacheco Marques – tarefeira do Geahm

O Grupo Espírita Alfredtz Halzeireing Müller (Geahm) desenvolve diferentes projetos que envolvem a evangelização e assistência das, aproximadamente, 200 famílias que buscam nosso auxílio nas Quintas de luz, recebendo, neste dia, o pão material e o pão espiritual. Tais famílias têm seus endereços registrados e, aos sábados, a equipe do Mensageiros da Esperança sai em grupos de três a quatro tarefeiros do Geahm para realizar o Culto do Evangelho no Lar destas famílias, tendo como obra básica de leitura para tal *O Evangelho de uma forma mais simples*, do IDE-JF. O propósito do uso desta obra é a melhor compreensão do Evangelho por parte de todos os que fizerem parte desses cultos nos lares das famílias assistidas

para que cada membro das mesmas possa, sendo evangelizado, se renovar espiritualmente; a fim de que cada lar onde o culto se realiza seja iluminado pelo amor, auxiliando para que a família possa caminhar com Cristo e seja célula de iluminação de sua comunidade. Há uns anos, pudemos doar esta obra para cada família, que na época fazia parte do nosso trabalho, e percebemos que em muitos destes lares ela foi incorporada à leitura durante as preces nas mesmas. Exaltamos, pois, a importância de *O Evangelho de uma forma mais simples* para a evangelização de nossa comunidade e agradecemos aos que trabalharam nesta obra, trazendo a doutrina consoladora mais acessível às pessoas.



A Mediunidade de uma forma mais simples (2016)

IDE-JF

R\$ 30,00

Disponível na Livraria



Que somos nós? Um estudo da interação Espírito, corpo e ambiente (2015)

Ricardo Baesso, Geraldo Luciano Marques, Carlos Alberto Mourão Júnior, Carlos Eduardo Nogueiras, David Sérgio Gouvêa, Eliane Banhato e Lyderson Viccini

R\$ 22,00

Disponível na Livraria





Izabela de Paula – diretora do Departamento de Evangelização do IDE-JF

Os textos da *Coleção Mais Simples* trazem Kardec para mais perto da gente na medida em que nos estimula a ler suas obras, ao mesmo tempo em que simplifica a leitura e facilita seu entendimento.

Em tempos em que o aprofundamento nas obras fundamentais do Espiritismo se faz mais do que nunca necessário, uma literatura que nos remete aos ensinamentos trazidos por Allan Kardec e pelos Espíritos Superiores é de imensa importância.

Particularmente, utilizamos esses livros em nosso momento semanal familiar de reflexão sobre os ensinamentos de Jesus à luz do Espiritismo. As páginas com expressões inteligíveis para todas

as idades alcançam a atenção de todo o grupo, uma vez que traz os assuntos essenciais do Espiritismo de uma forma mais simples.

Da mesma maneira, durante as aulas na escola de educação espírita da criança, é possível trazer temas esclarecedores da Doutrina Espírita, sem correremos o risco de transmitir conceitos e ideias que não sejam aqueles trazidos por Kardec.

A *Coleção Mais Simples* tem tornado possíveis momentos de aprendizado de tópicos da Doutrina dos Espíritos, sem a necessidade de alegorias ou imagens que poderiam deturpar ou desviar o entendimento do que é fundamental: os ensinamentos dos espíritos trazidos por Kardec.

Graça Paulino – voluntária do IDE-JF, coordenadora do estudo realizado todos os domingos no âmbito do Projeto Ser Feliz

Tanto “*O Evangelho de uma forma mais simples*” quanto “*O Espiritismo de uma forma mais simples*” são utilizados no grupo de estudo aos domingos; uma das atividades oferecidas dentro do Projeto Ser Feliz, que é um projeto criado pelo Departamento Social do IDE-JF, com o objetivo de atender à comunidade do bairro Santa Luzia e adjacências, notadamente aquelas pessoas que estão em situação de vulnerabilidade social.

Ambos os livros foram utilizados para estudo logo após os seus lançamentos, portanto, há quase vinte anos. Nesse período, já retornamos ao estudo dessas obras, visto que há, no decorrer do tempo, uma renovação do público frequentador do projeto. Atualmente, estamos estudando “*O Espiritismo de uma forma mais simples*”.

O motivo de a *Coleção Mais Simples* ter sido adotada foi exatamente por ser uma obra de fácil entendimento, que traz uma linguagem simplificada, mantendo as ideias centrais das originais codificadas por Kardec.

As versões mais simples permitem que os ensinamentos espíritas cheguem às camadas sociais não alcançadas pela versão original, infelizmente. Sabemos que por causa da nossa realidade social, que por razões históricas no Brasil (onde o Espiritismo tem maior número de adeptos) a educação, entre outras questões, ostenta uma desigualdade de proporções gigantescas, fazendo com que a maioria da população não consiga assimilar literaturas e textos mais complexos, e com palavras desconhecidas de seu dia a dia. Com a *Coleção Mais Simples*, é possível proporcionar um conhecimento, que seria para poucos privilegiados, para muito mais pessoas; efetivamente, as que têm

dificuldades de entender esses textos. A finalidade é romper as barreiras que dificultam o conhecimento universalizando os ensinamentos espíritas.

O impacto causado nas pessoas é altamente positivo. Os participantes compreendem os conteúdos, participam, trazem suas contribuições, complementam os raciocínios e, não raro, surpreendem-nos com a exposição de suas conclusões sobre o tema estudado. É gratificante perceber o quanto todos avançaram; avançamos, na verdade, em todo o processo de aprendizado.

No grupo do projeto social (embora esteja aberto a qualquer pessoa que queira conhecer a doutrina espírita), observamos pessoas com imensos desafios no seu dia a dia, mães soltas, com vários filhos, avós provedoras, pais soltos, crianças e jovens repletos de carências, desde as de ordem psicológica até as materiais. O estudo da *Coleção Mais Simples* permite uma intensa participação de todos, que narram durante o estudo todas as questões de dificuldades pessoais, no trabalho, no seu entorno (relações com vizinhos), mas também nos relatam o quanto o estudo os ajudaram a mudar a forma de agir diante dos desafios, deixando visível o trabalho de mudança interior de muitos dos frequentadores. O estudo da *Coleção Mais Simples* está alcançando o objetivo do Projeto Ser Feliz, que é não só a ajuda material, mas também e principalmente a promoção humana, o crescimento espiritual de todos os participantes. Temos gratos exemplos de irmãos modificando suas trajetórias para melhor, a partir das reflexões propostas no estudo da *Coleção Mais Simples*.



Breve história de todos nós – Uma síntese do tema Evolução e Espiritismo (2014)

Ricardo Baesso, Geraldo Luciano Marques,
Carlos Eduardo Nogueiras, David Sérgio
Gouvêa e Lyderson Viccini

R\$ 25,00

Disponível na Livraria



Maco, o prego feliz (2013)

Léia da Hora

R\$ 15,00

Disponível na Livraria

Mocidade Espírita Nelson Lougon Borges de Mattos: um recorte de uma década

Lucas Rieger

Há quase dez anos, tenho a honra de coordenar a Mocidade Espírita Nelson Lougon Borges de Mattos, do Instituto de Difusão Espírita de Juiz de Fora (IDE-JF).

Durante esse tempo, testemunhei a transformação de muitos jovens que passaram por essa casa. Chegaram como adolescentes, repletos de sonhos e incertezas, e partiram como adultos prontos para enfrentar os desafios do mundo. Alguns seguiram para a faculdade, outros em busca de suas vocações, e muitos, felizmente, permanecem ligados ao Espiritismo como trabalhadores voluntários da casa.

Com muita gratidão e orgulho, olho para trás e vejo o impacto que a mocidade teve na vida de tantos. A cada estudo, dinâmica, confraternização e evento, nossa missão sempre foi proporcionar um ambiente acolhedor, onde os jovens pudessem aprender sobre a doutrina espírita e desenvolver valores essenciais para suas vidas. A espiritualidade é importante no nosso grupo; por isso, os temas são escolhidos pensando nos acontecimentos do cotidiano, sempre atrelados aos ensinamentos da filosofia espírita.

Os eventos anuais, como as caravanas para outras mocidades e os encontros regionais, sempre foram alguns dos momentos mais aguardados. Esses encontros permitiam que os jovens se conectassem com outros grupos, ampliando suas redes de amizade e fortalecendo o sentimento de pertencimento ao movimento espírita. Não foram poucos os relatos de jovens que, ao participar de um evento como a Confraternização das Mocidades Espíritas de Juiz de Fora (Comejus) encontraram o que consideravam “o impulso que faltava” para seguir mais firmemente o caminho do Espiritismo. Inclusive, há mais um evento

de carnaval programado para o início do mês de março, e a Mocidade do IDE-JF estará presente.

Outro ponto que sempre fez parte de nossa rotina foram as dinâmicas de integração.

Dinâmicas em grupo, jogos, discussões abertas e momentos de reflexão conjunta criaram um ambiente extrovertido para que os jovens se sentissem seguros para compartilhar suas ideias e seus sentimentos. Muitos deles, tímidos no início, acabaram assumindo papéis de liderança e protagonismo nas atividades, o que foi um verdadeiro privilégio observar.

As confraternizações sempre tiveram um lugar especial no calendário da Mocidade. Seja em encontros externos, seja em idas ao cinema, seja no lanche compartilhado depois do estudo, esses momentos ajudaram a consolidar a amizade entre os jovens. Cada encontro foi uma oportunidade de criar memórias que, sem dúvida, seguirão com eles pelo resto de suas vidas.

Hoje, novos jovens ocupam os lugares daqueles que seguiram outros caminhos. Eles chegam com o mesmo brilho nos olhos e a mesma sede de aprendizado. E, embora o ciclo de renovação seja natural, ele nunca deixa de me emocionar. É como se estivessemos sempre reiniciando, com novos rostos, mas com o mesmo propósito. Essa nova geração carrega a esperança de que, assim como seus predecessores, eles também encontrarão na mocidade um alicerce para seus sonhos e desafios.

As expectativas para o futuro são as melhores possíveis. O movimento espírita em Juiz de Fora, especialmente voltado para os jovens, está mais forte

do que nunca. A renovação constante de ideias e a participação ativa dos jovens em eventos, como as caravanas e os projetos sociais, mostram que a semente plantada lá atrás continua a florescer. Para além do conhecimento doutrinário, a mocidade ensina aos jovens o valor do trabalho em equipe, da empatia e da solidariedade – qualidades que, com certeza, levarão para suas vidas adultas.

E é assim, com essa mistura de gratidão pelo que já vivemos e esperança pelo que ainda está por vir, que continuamos nossa caminhada. A Mocidade Espírita Nelson Lougon Borges de Mattos é mais do que um espaço físico. Ela é, e sempre será, um ponto de encontro de corações, em que jovens de todas as idades podem encontrar acolhimento, aprendizado e inspiração para seguir em frente.

Sabemos que muitos daqueles que passaram por aqui estão deixando suas marcas no mundo, onde quer que estejam. E temos certeza de que os jovens que hoje frequentam a Mocidade também seguirão seus próprios caminhos de glória. Que o futuro seja tão brilhante quanto o presente, e que possamos continuar sendo parte da jornada desses jovens, independentemente de onde a vida os leve.

Se você é jovem, ou tem jovens em casa, e ainda não faz parte desse grupo, fica aqui o nosso convite! A Mocidade do IDE-JF está de portas abertas para receber novos integrantes. Venha conhecer, participar e vivenciar essa experiência transformadora. Independentemente de onde você estiver no caminho, haverá sempre espaço para mais um coração que busca aprendizado, amizade e crescimento.

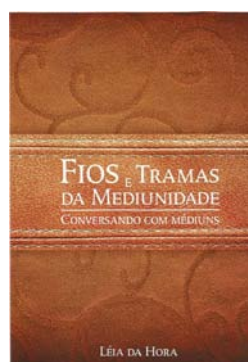


**Fios e tramas da mediunidade:
no âmbito da reunião
mediúnica (2018)**

Léia da Hora

R\$ 15,00

Disponível na Livraria



**Fios e tramas da mediunidade:
conversando com médiuns
(2012)**

Léia da Hora

R\$ 15,00

Disponível na Livraria

A alegria de confraternizar

O domingo no IDE-JF é sempre um encontro de estudos e troca de ideias sobre a doutrina espírita, sobre a vida material e da importante interação para quem busca compreender, na teoria e na prática, os ensinamentos doutrinários do espiritismo. Temos o compromisso de uma nova visão, na qual os questionamentos fazem parte da construção da relação de quem frequenta os domingos. O conhecimento de si e do outro são prioritários em nossos encontros semanais. A

confraternização anual tem a finalidade de comemorar esse laço de cooperação entre os diferentes, que trazem aprendizado e ruptura com o assistencialismo. A comemoração é sempre realizada em dezembro, quando os integrantes do estudo e das palestras de domingo, os cooperadores e os colaboradores participam, em comunhão de alegria, da oportunidade de comemorar, nessa data, os encontros semanais.

O domingo tem atividades como estudo

Claudia Nunes
da doutrina, palestras, evangelização infantil, Armazém Solidário, e projeto saúde do corpo, que promove a integração da instituição dentro da comunidade.

A interação social praticada com empatia é uma maneira de fortalecer laços, na qual diferentes pessoas interagem.

As fotos ilustram um pouco da alegria de estarmos juntos mais um ano nesse processo contínuo de aprendizado, dentro dessa grande família que é a humanidade.

Confraternização de domingo



Crédito: Padinha.

Confraternização da Mocidade



Crédito: Lucas Rieger.