

- Dia Mundial da Liberdade de Imprensa(UNESCO)
- Dia do Sol

A ESPIRITUALIDADE E O SOL



O Sol é uma estrela, e nós, que estamos na Terra, somos o terceiro planeta que giramos em torno dele. Ele nos fornece calor e é uma grande fonte de energia luminosa, sendo fundamental para a sobrevivência de muitos seres vivos.

Com 10 a 15 minutos de sol por dia você tem vários benefícios. Ele fornece boa quantidade de vitamina D a nossa pele e organismo. Isso fortalece o sistema imunológico facilitando a absorção do cálcio, a saúde dos ossos e das

articulações, prevenindo doenças autoimunes, como artrite, doença de Crohn, entre outras. A exposição é regular ao sol equilibra o ciclo de sono, promovendo o bem-estar e a disposição. O organismo consegue definir os horários de trabalho e descanso. Raios do sol melhoram o humor, prevenindo o risco de desenvolvimento de doenças emocionais, como a depressão pois auxiliam a produção de endorfina e da serotonina, também conhecidas como os hormônios da felicidade. Até a visão é aprimorada prevenindo contra diversas doenças. Agora lembre-se que, para usufruir desse benefício, não se deve olhar diretamente para o sol, ok? Caso contrário, você poderá colocar a saúde da sua visão em risco.¹

Sim há na luz solar diversos raios que em excesso podem provocar queimaduras, envelhecimento precoce, em razão da destruição de fibras de colágeno e elastina, responsáveis pela elasticidade da pele; como os principais raios responsáveis pelo bronzeamento solar também podem provocar cânceres.

Reconhecer os benefícios e os perigos do sol não é suficiente para adorá-lo como alguma divindade.² Nem mesmo os outros astros de nossa galáxia. Essa atitude é adorar a criação e não o Criador. Somente ao Criador o ser humano deve reconhecer como único Deus a quem se assemelha em imagem e semelhança. A idolatria as forças dos céus e da terra é desistir da humanidade com amor, justiça e verdade.

- Essa mensagem responde à pergunta: **O que significa para o ser humano prestar culto aos astros e não ao criador?**
- Aplicação para sua vida: Preste atenção às influências que promovem a adoração aos astros, à natureza e não ao Criador revelado por Cristo Jesus. Trata-se de um espírito da rebelião e incredulidade.

¹ https://www.tendaatacado.com.br/dicas/conheca-4-beneficios-do-sol-para-nossa-saude/?gclid=CjwKCAjwiuuRBhBvEiwAFXKaNMxAfBsBhU5JOIXKCsZhdqcmkMLN4d8KhaFoVnOtRQ58SBnmaUmSxoCvVUQAvD_BwE

² Deuteronômio 4:15b Uma vez que nenhuma forma vistes no dia em que Yahweh vos falou no monte Horebe, do meio do fogo, 16 não vos permitais corromper, fazendo para vós uma imagem esculpida em forma de ídolo: uma figura de ser humano, homem ou mulher, 17 figura de qualquer animal em toda a terra, de qualquer ave que percorre os céus, 18 de qualquer criatura que se move rente ao solo, ou figura de qualquer animal que vive nas águas debaixo da terra. 19 Tudo isso para que, ao levantardes vossos olhos em direção ao céu e observardes o sol, a lua, as estrelas e todos os demais corpos celestes, não vos deixeis seduzir por esses astros para adorá-los e a eles servir! Porquanto, são apenas coisas que Yahweh, vosso Deus, distribuiu entre todos os povos que vivem debaixo do céu. 20 Contudo, quanto a vós, o SENHOR vos tomou e tirou do meio da fornalha de fundir ferro, do Egito, a fim de que sejais o povo da herança de Yahweh, como hoje se observa claramente!"