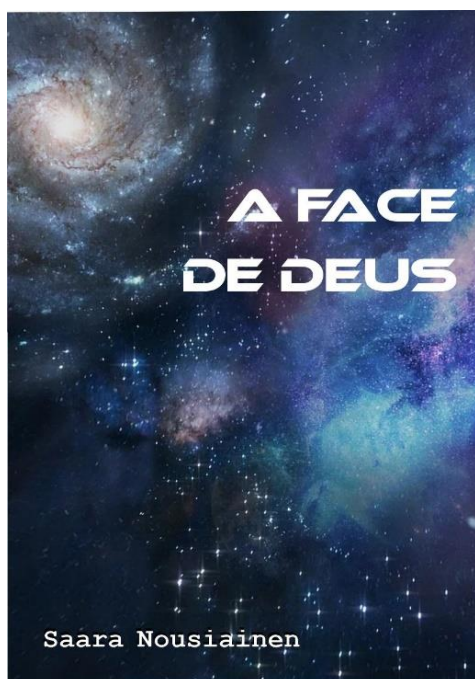




TÍTULO

A face de Deus

AUTOR

Saara Nousiainen

DIAGRAMAÇÃO e CAPA

Saara Nousiainen

De regiões desconhecidas onde pontificam o Amor e a Beleza, vez por outra fluem para nós, pobres mortais, emoções sublimadas, que amenizam as asperezas da jornada, iluminam o caminho e deixam-nos marcas indeléveis de felicidade.

Índice

PRIMEIRA PARTE

Luzes que se acendem ao longo do caminho.

Alma irmã.

A face de Deus.

A equação.

Calhandras de Deus.

Melodia.

Eu sei que chegarei lá.

Fontes da Vida.

O Amor em suas mais belas expressões.

Fronteira do Tempo.

Teus caminhos.

Deixa-me buscar-te oh Pai.

Rosa em botão.

Mais algumas estrelas.

Como é bom amar.

Sementinhas de Luz.

Senhor dos Mundos.

SEGUNDA PARTE

Cair e levantar

No campo

Presença de deus

Esperança

Preces

O Mestre

O poder da árvore

Dádivas divinas

Refúgio psíquico

Amor – Conf. Apóstolo Paulo

Junto ao lago

Olha-nos com amor

Viagem interior – O Mestre



Seja sempre o Amor a influenciar nossas atitudes e conduzir nossos passos, nos longos caminhos da Vida.

PRIMEIRA PARTE



Luzes que se acendem

Luzes que se acendem ao longo do caminho, palavras a ressoarem no silêncio da alma, preces que se elevam do subsolo da vida e ganham dimensões de resposta.

Almas que se afligem e se agitam no turbilhão de si mesmas; brisa soprando suave a conduzir o pensamento,

a canção fluando no ar e a noite alongando os braços num convite ao repouso, tudo isso é Vida, é Deus.

É a Vida que desperta e adormece, adormece e desperta nos braços do tempo, no seio do espaço, na alma insoldável do Eterno.

É Deus quem vive e dá Vida, quem ama e faz amar. É Sua voz que canta no infinito, na grandeza do universo, vibra na energia do átomo, na pureza da flor, na alma do próprio amor.

Na esteira do tempo, no passo da aurora, no abismo profundo, na montanha mais alta Teu olhar me acompanha, oh Pai; Tua mão me ampara, Teu coração me abriga, Teu amor me aconchega e me afaga; Tua voz me convida, Teu peito me atrai, Teus braços me abraçam, e em Teu nobre coração eu me oculto me escondo, e adormeço no mistério insondável de Teu Ser.



Alma irmã

Tudo na vida nos indica o Alto, desde o crescer da plantinha, até as mãos erguidas em prece.

As nuvens, passando ligeiras, elevam-nos o pensamento às dimensões maiores, e o fulgor das estrelas no manto celeste, parece até o aceno divino da alma irmã,

cuja voz, em murmúrio sublime, vinda das profundezas do infinito nos chama dizendo:

- Vem! ... Não permitas que a lama da Terra te prenda os pés. Faz um grande esforço a fim de alçares voo na azas da sublimação, em busca da Luz que emana, incessante, do Pai. Não te deixes prender aí, no visgo da animalidade. Faz o maior esforço da tua vida e, vem...

Vem conhecer os caminhos do infinito que nossos pés hão de perlustrar lado a lado; olhar as belezas misteriosas da vida que se estende além. Vem sentir as fragrâncias mais puras das flores mais belas e visitar as moradas divinas da Casa do Pai.

Vem viver o amor em sua profunda beleza, conhecer de perto os sentimentos mais nobres, que vibram e palpitam nos grandes corações, e encher o cálice de tua alma com o néctar sublime do amor fraternal. Vem!

Se os espinhos rasgarem tua carne, se teus pés se ferirem nos pedregulhos da subida e tua alma, cansada e sofrida, estiver prestes a desistir... Ergue de novo os teus olhos para o Alto e ouça mais uma vez a minha voz a te chamar, dizendo: vem!

As flores mais belas dos jardins divinos guardei para ti. Para os teus pés feridos tenho o bálsamo milagroso da fé, e para tua alma cansada e sofrida, o suave reconforto do amor.

Vem sentar-te a meu lado no banquete da vitória; esquecer todas as sombras do passado, e com a alma regenerada pelas árduas lutas da ascensão, vem vestir-te de Luz, oh alma amiga...

Vem vestir-te de luz, tu também...Vem!



A Face de Deus

Passei pelos séculos, venci milênios a procura de Deus.

Saía do corpo, deixando a matéria inerte na tumba fria, e partia em busca do Céu, daquele Céu tão falado, palácio divino, reino da Luz.

Queria ver Deus sentado em seu trono. Como seria, como estaria? Zangado, irado com os pecados do mundo, ou feliz, satisfeito, com sua criação? Estaria Ele cercado de anjos e arcanjos cantando em eterno louvor; ou silencioso, pensativo, procurando para nós um caminho melhor?

E se eu conseguisse escalar as escarpas, vencer as alturas e ao fim da jornada postar-me afinal aos pés do Criador? Será que Ele, Senhor da Glória, dono dos mundos, iria sequer olhar para mim?

E aquelas ideias, aqueles desejos me intrigavam, me instigavam e me impeliam a prosseguir, e assim, de repente, me encontrava de novo num ventre materno, renascendo na Terra e cada vez mais procurando por Deus. Mas chegava sempre a hora final, derradeira, e mais uma vez eu me via nos mistérios da morte, da outra vida e naquela vontade tenaz, incontida, de me postar aos pés

do Senhor e ver, enfim, o seu rosto, decifrar seus mistérios e compreender o "porquê" de tantos "porquês".

Houve então finalmente o encontro tão sonhado, esperado, desejado... Nem podia acreditar. Uma florzinha de luz, diamante divino em forma de flor, aproximou-se de mim. Sua luz era difusa, seu perfume etéreo e sua voz soava dentro de mim como a voz do infinito que repercute de astro em astro, cantando as glórias do Supremo Senhor.

Parti então no seu rastro, leve como a brisa, suave como um raio de luar que afaga o mar sereno, veloz como o pensamento... Parti ao encontro do Pai.

Escalei as colinas siderais, fugi de todas as dimensões e me perdi nas dobras do Tempo, no seio do Eterno. Vi então Sua Mente a elaborar o Grande Plano da Criação, a partícula primordial, origem de tudo, imprimindo nela todas as leis que comandariam o cosmo. Vi a inimaginável energia nela contida e depois, a grande explosão originando o universo... tudo previsto e comandado pelo Grande Plano Original.

Vi então a energia primordial a se espalhar pelo espaço infinito, e o pensamento divino dando forma aos corpos celestes, aos planetas, aos sóis, às galáxias... povoando aquela imensidão.

Muito, muito tempo depois vi as sementes de vida pousando no chão, estrelinhas de luz nascidas do seio do Senhor, e tudo então começou a se mover, a ter vida e crescer e, maravilha, uma dessas estrelinhas eu pude reconhecer. Era eu em meio a todos os meus irmãos.

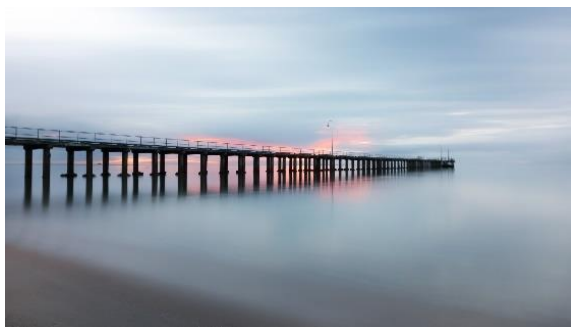
Pude vê-los estão crescendo e, num milagre divino se transformando, mudando o mundo em paisagens verdes da natureza, nos animais de todos os portes e, finalmente, no ser humano, meio caminho entre o princípio e sua destinação.

Mas tudo isso passou assim num relance e perguntei ao meu guia, minha florzinha de luz, onde estava Deus? Queria vê-lo, escutá-lo, senti-lo em sua grandeza divinal e nessa ânsia comecei a ficar pequena, muito pequena, cada vez menor. Já não tinha mais forma, era um átomo, menor ainda pois estava dentro do próprio átomo.

Que universo indescritível! Que força era aquela que fazia girarem os elétrons em torno do núcleo? Que ímã era aquele que conseguia sustentar suas órbitas e manter a harmonia de todos aqueles movimentos? Que mente extraordinária conseguia elaborar, coordenar e controlar tudo aquilo, aquele maravilhoso universo do microcosmo?

Ah, foi demais para mim. Senti-me ainda menor e assim, tão pequena, um grão de poeira tão completamente insignificante que me postei de joelhos, sentindo finalmente a presença do Supremo Senhor. Podia agora ver-lhe a face serena desenhada no céu daquele átomo e ouvir sua voz cantando no rastro dos elétrons, explodindo em jogos de luz.

Ah, foi preciso deixar as grandezas cósmicas, as contemplações exteriores e chegar às raízes do mínimo, para enfim poder Te encontrar meu Pai... assim difuso no universo, no infinito, no espaço que não tem fim; ver a Tua face a se desenhar nas alturas siderais e nas profundezas do micro sentir as Tuas raízes. Ouvir Tua voz cantando nos espaços sem fim e Tua mente gerando a força e definindo a direção de todos os movimentos de Vida com harmonia e beleza, equilíbrio e perfeição, em todas as dimensões... na indimensão de Teu próprio ser.



A equação

É preciso abrir uma galeria interior para que o sonho possa fluir, mas lembrando sempre de caminhar na realidade.

É preciso lutar para que o sonho se concretize, mas, sem sair do real.

É preciso abrir espaços para a fé, para que a realidade se amplie, porque além das nossas dimensões a mão de Deus escreve os destinos.

É preciso aprender a meditar, pois é na estática da meditação que Deus fala conosco; elevar o espírito em oração para ouvir a voz do universo falando à nossa alma.

É preciso amar com todas as forças, para que o amor seja a força maior dentro de nós; aprender a sofrer a dor com alegria porque é dela que brota a luz.

É preciso aprender a ver “filhos de Deus” em todos, nesse caminho de volta ao Pai, e nesse jornadaear extrairmos das dores da vida a força para o progresso moral.

É preciso pôr nova luz no olhar, para olhar a vida por um ângulo novo; aprender a viver para que a vida deixe de machucar.

Deus é Pai... Pai de todos, e todos caminhamos de volta para Ele.

Um dia saímos d’Ele para as distantes dimensões da matéria grosseira, mas somos todos filhos da Luz, e a Luz nos atrai e nos chama... E começamos então a crescer nessa Luz, mas as condições materiais nos sufocam. A Luz nos chama, a materialidade nos retém; o Alto convida, mas nossas raízes fincadas nas faixas inferiores nos prendem ao solo da vida.

Eis a equação da dor e do sofrimento.

Conhecer essa equação é o primeiro passo. Converter sofrimento em força interior é o segundo.

É preciso juntar sonho e realidade, esperança e conhecimento para seguir os passos da evolução, no caminho de volta ao nosso Criador.



Calhandras de Deus

“Nós somos calhandras de Deus”, disse o orador espírita Reinaldo Leite, numa de suas palestras.

E explicou que essa imagem fora colocada por uma das maiores sopranos do mundo que conseguia, com sua magnífica voz, cantar como as calhandras (espécie de cotovia, de belíssimo canto), e num momento de profunda tristeza e desânimo de uma sua amiga, contou-lhe a seguinte lenda:

“Quando Deus criou a Terra e os reinos da natureza até o homem, em seis períodos geológicos, em vez de descansar, resolveu examinar a própria obra. Fez-se pássaro e voou pelas paisagens dos continentes, olhando o verde da vegetação, o colorido das flores, o roçar das folhas ao toque da brisa e vibrou em sintonia com a natureza.

Sobrevoou os mares e os oceanos, abraçando toda aquela imensidão com seu pensamento divino e sentiu-se satisfeito.

Voou para as altas montanhas, as cordilheiras geladas, e viu seu reflexo nos espelhos de gelo; olhou toda a sua obra e sentiu-se satisfeito.

Mas faltava algo para ser visto, a peça mais importante da criação: o ser humano.

E Deus desceu então de novo das alturas, fez-se mais uma vez um pássaro, uma calhandra, sabiá do mato, e pousou onde havia gente.

Viu a mulher nas labutas do lar, cuidando dos filhos, sofrendo no parto e nas incompreensões humanas. Viu a criança faminta, abandonada; o jovem desgarrado, inseguro; o velho cansado e sofrido.

Voou mais um pouco e olhou o homem no cabo da enxada, o suor correndo pelo rosto, a roupa velha e rasgada, os pés sujos de terra.

Mas, o que mais tocou o Supremo Senhor foi o olhar de tristeza que observou no ser humano. O sofrimento, as lutas do dia a dia, o esforço pelo ganhapão, faziam parte do seu programa evolutivo, tal qual o diamante bruto trabalhado pelo buril que o vai transformando em joia de rara beleza, mas se a dor era um instrumento necessário a serviço da evolução, a tristeza não precisava existir.

Subiu então de novo para as alturas, criou um pássaro igual àquela cuja forma tomara para visitar o planeta. Pôs luz nos seus olhos e lhe disse:

- Vai calhandra, vai em meu nome cumprir a tua missão.

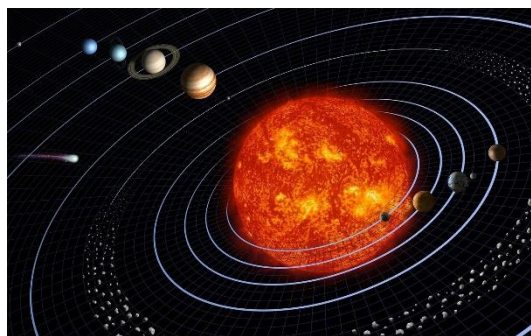
Ela entendeu, desceu à Terra e pousou no cabo da enxada daquele triste agricultor. Seu olhar profundo, cheio de luz, fixou-se nos olhos do homem. Abriu o bico, então, e soltou no ar o mais cristalino dos trinados. O homem levantou a cabeça e algo moveu-se em suas entranhas ao toque da emoção.

A calhandra cantou outra vez e seu canto fez o homem sorrir. Um novo trinado fez surgir uma luz misteriosa em seu olhar e a partir daí nunca mais foi triste.

Cumprida a primeira parte da missão a calhandra levantou voo e partiu a procura dos outros homens e mulheres para alegrá-los com seu canto, e todos entenderam que se os caminhos da Terra são difíceis, com lutas, sofrimentos e aflições necessários à evolução, é melhor seguir caminho cantando, com alegria e paz no coração.”

Todos podemos ser calhandras de Deus, seja qual for a nossa profissão, condição social, material, física, intelectual ou espiritual. Não é preciso ter dinheiro para levantar o ânimo de alguém; não é preciso ter estudo para falar com os tristes e mostrar-lhes que a vida é alegria, contentamento, vibração de amor, apesar de tudo.

Podemos todos ser calhandras de Deus.



Melodia

Obrigada, Senhor, pela música, pelos sons que Tua mente criou e a natureza realiza.

A melodia é a expressão da vida, dos nossos sentimentos, das nossas emoções...

E quando estamos em harmonia com o universo, o nosso “Eu” se deleita com a música sublimada, e a harmonia desses sons constrói os caminhos que nos ligam ao infinito.

A música assim, repercute nas profundezas da nossa alma, em nossas raízes siderais, e nos aproxima do Pai.

Ela nos leva a extrapolar nossas próprias dimensões, e deixamos então de ser unidade e nos integramos no Todo, e nessa integração podemos viajar pelo cosmo e ali, na magnitude do ilimitado, daquilo que não tem fim, podemos ouvir as melodias siderais tocadas por mãos divinas no cordoamento formado pelas órbitas dos mundos e dos sóis.

E quando a noite desce e o Sol se põem, a Terra queda silenciosa para escutar a sublime melodia da Ave-Maria. É quando a mãezinha do Céu abre o regaço para receber o louvor dos homens e a súplica daqueles que sofrem.

Purifica Pai Eterno nosso espírito, nossa mente e nossas emoções, a fim de podermos abrir a acústica da

alma e receber os sons do universo, melodias divinais que nos falam em Ti, nos colocam mais perto de Ti.



Eu sei que chegarei lá

Deixa-me buscar-Te, oh Pai, no canto dos pássaros que acordam o dia; nas luzes da aurora, testemunhas perenes de que tudo se renova; nas coisas belas e delicadas, como as flores e borboletas, a despertarem sensibilidade nos Teus filhos.

Deixa-me buscar-Te na brancura das nuvens que caminham entre a Terra azul e o azul do céu; na sinceridade das crianças, nos seus exemplos de inocência e contentamento; no olhar do transeunte, nas dores e alegrias que refletem o seu crescimento.

Deixa-me ver-Te também nas coisas feias da vida, que refletem os caminhos primeiros da evolução, como opção de escolha para a nossa liberdade; buscar-te na força dos furacões, terremotos e vulcões, a lembrarem que devemos aprender a controlar e disciplinar os furacões, terremotos e vulcões que rugem em nosso próprio interior.

Deixa-me buscar-Te na Terra e no céu, na matéria e no espírito, e ajuda-me a conhecer o bem e o mal, a conciliar todas as coisas, no divino equilíbrio das Tuas leis, na suprema harmonia do universo.

Deixa-me buscar-Te nas profundezas do meu espírito, nos ilimitados espaços do meu ser...

Mesmo que os caminhos sejam de pedras e espinhos, se puder sentir Tua mão a me guiar e vez por outra vislumbrar Tua luz nos horizontes distantes... Eu sei que chegarei lá.



Fontes da Vida

Parti nas asas da meditação e parei diante do infinito.

Minh'alma tremeu no patamar da eternidade quando vi diante de mim, a vida se desdobrando, e compreendi que não havia fim.

Parei assustada, com medo da imensidão, daquilo que não tem fronteiras, que nunca se acaba.

Fechei os olhos com medo da Luz, com medo da Verdade, e preferi voltar atrás, caminhar de novo para a sombra e ocultar a cabeça tímida sob a areia fria da negação.

Mas as sombras me faziam pavor e a areia escorria por meus cabelos, arranhando a Esperança que mal brotara, a rosa da fé ainda em botão.

Não resisti, voltei de novo sobre os meus passos e me debrucei nas Janelas do Infinito; agucei a sensibilidade para escutar a voz do Pai falando ao meu coração.

Alonguei o olhar, saudoso de Infinito, pelos horizontes sem fim e senti-me nos braços do Eterno, acariciada pela suavidade das suas mãos. Brisas de Esperança perpassavam por meus cabelos murmurando palavras de Felicidade e meu coração pulsou ao ritmo do grande Coração do Universo.

Sai de dentro de mim mesma, o finito se fez infinito, o dimensionado perdeu suas dimensões, o mundo os seus contornos, e integrou-se no Todo. E todas as coisas tomaram seus lugares, as pedras se encaixaram e o mosaico cósmico fulgurou diante do meu olhar... nos espaços sem fim.

A vida parou, o tempo se eternizou naquele segundo em que pude contemplar o universo, o infinito, a eternidade. Um momento único, solene, divino, em que pousei a fronte sobre o firmamento e deslizei meus dedos pelos contornos cósmicos, assim como o artista a admirar a obra do Gênio.

Foi um instante apenas, em que meu se transformou em Luz e vibrou nas Fontes da Vida, no seio do Criador.

Um instante divino que leva alguém ao Cósmico, à Eternidade, à Luz... para depois atirá-lo de novo no corpo pesado, no corpo cansado, no corpo fechado desta pobre dimensão.

Desta pobre dimensão.



O amor em suas mais belas expressões

Amo a Deus e ao universo, Sua morada.

Amo o Sol, fonte de luz e vida; a Lua serena em suas mutações e o brilho prateado de seu distante olhar.

Amo a brisa dos noturnos mistérios, a embalar as noites na suavidade etérea de suas mãos morenas; o campo florido ou pedregoso, o vale verdejante e o árido deserto de grandiosa beleza, onde o Sol despeja torrentes de luz.

Como adoro o mar! O mar verde abraçando a Terra e conduzindo em seu dorso o viajante e o aventureiro... A espuma branquinha, soluço das ondas, a tempestade que vem e passa levando o peso do ar.

E a chuva então, lágrima divina que lava Céu e chão, molhando a terra do lavrador, germinando a semente, crescendo a planta, continuando a Vida.

Ah, como amo a noite! A noite de prata, o céu cintilante e o mistério no ar, tão vivo tão presente que até se pode tocar.

Amo tanto o amor! Sentimento sublime que se expande e se toca em dimensões siderais, no amor a Deus e a todos os seres da criação, meus irmãos.

Ah, meu Deus, que jamais me falte qualquer das coisas que tanto amo, para que não me perca, para que não me desvincule, porque na desvinculação nada persiste no Reino do Senhor.



Fronteira do Tempo

Eu estava lavando o banheiro da minha casa, quando senti a presença de alguém.

Olhei e observei na porta um ancião, muito idoso. Todo o seu ser emanava um pedido, uma súplica, e por gestos pediu-me para escrever. Fui para meu birô, sentei-me, relaxei, e comecei a “ouvir” sua voz dentro da minha cabeça e comecei a sentir como se eu fosse ele, ou se ele fosse eu, e passei a escrever:

“Venho cansado da longa jornada, as marcas do tempo na pele enrugada, as mãos trementes, o olhar quase sem vida.

É a fronteira do tempo, limiar do outro lado, existência que finda, outra que virá.

É hora de meditar, olhar para trás, para os passos marcados na areia do mundo, os gestos de amor e de adeus; o olhar sereno ou alegre, a mão que recolhe as bênçãos do Céu e se estende em benesses de vida aos nossos irmãos; contar os sorrisos que o gesto de amor acendeu, os pontos de luz que a palavra sábia deixou, como estrelas no firmamento, prova maior e eterna do nosso Criador.

Mas se não foi assim, se a voz destilou amargura, azedume, ironia; se a palavra esteve ausente de fé, vazia de amor; se honra e dignidade foram só utopias, e honestidade palavra falsa, como falso terá sido o meu viver; se lágrimas alheias molharam meus passos e minha alma não se tocou, não vibrou no impulso de ajudar; se a mão recolhi, avara, para não dar, retendo bens, que no final de tudo não serão meus; e acima de tudo, se apaguei a luz da fé que nascia em corações irmãos, que posso esperar além da fronteira, depois que eu cruzar o limiar?

Se vivi só para mim, se plantei flores de vida somente no meu jardim, que posso ter lá fora, agora que devo partir?

Terei merecido a paz dos justos ou a aflição do pecador?

E depois do limiar, quando na outra dimensão eu despertar, terei merecido ser recebido por almas amigas, corações irmãos, por seres de Luz? Ou serei atraído, arrastado para o mundo das sombras, por causa da sombra que exista em mim?

Senhor Eterno, diante do altar da vida que termina, da outra que já vislumbro, eu me detenho súplice e humilde a rogar-Te a bênção da paz. Não Te peço morada nas cidades de luz, se elas não fiz jus, se meu viver na Terra não construiu a ponte que agora possa me elevar, não Te peço benesses que a Tua justiça não poderia me dar, mas

peço-Te uma benção oh Pai, que o Teu coração paterno não há de me negar, deixa-me ficar aqui mesmo nas vizinhanças da Terra, mundo escuro e vazio de amor. Deixa-me tentar além da morte, agora que já é tarde para a vida, deixa-me tentar nova conduta com mais amor por meus irmãos, com mais fé, mais luz no coração.

Mesmo que eu tenha de sofrer, carpir a solidão, romper a cada instante a sombra espessa da negação; que eu tenha de resistir à tentação de cair, ou de fugir aos compromissos que vou assumir, deixa-me ficar num posto de socorro dos Mensageiros do Bem, ser-lhes fiel servidor, o mais humilde todos, mas também o mais feliz, porque finalmente, após tão longos percursos, acabei por entender e já posso escolher com acerto o meu caminho.

Entrego a Ti, meu Pai, a minha vida, meu passado de sombras, meu futuro de LUZ... meu futuro de LUZ.”

Ao terminar a escrita, eu estava com o rosto molhado pelas lágrimas que ainda teimavam em descer.



Teus caminhos

Criança de olhar doce e sereno, trazes no semblante a pureza da infância e a candura do beija-flor.

Mas teus olhos já viram outros horizontes e o eco de tua voz, das eras distantes, ainda vibra no ar com mil modulações.

Teus pés já palmilharam muitos caminhos e tuas mãos, de novo pequeninas, semearam ao longo das jornadas amores e ódios, tristezas e alegrias. E hoje retornas à pátria dos teus anseios, ao ninho dos antigos afetos e desafetos, aos caminhos de espinhos e flores que tu mesmo tiveste o cuidado ou o descuido de preparar.

És um ser tão pequenino, e quem diria que és tão velho quanto o mundo, quanto a própria vida. Teus ouvidos escutaram a voz dos antigos e dos sábios de outrora recolhiste o pensamento sublime. Foste samaritano e malfeitor, pródigo e miserável, bom e mau..., mas posso ver que mudaste. Há um vislumbre de ansiedade em cada gesto, uma espécie de temor, quase oculto, nas entrelinhas de teu ser, mas bem no fundo de teu olhar brilha a chama da esperança, a certeza de que vencerás.

Não vieste à procura de vinganças, nem dos bens que o tempo destrói. No âmago de tua alma, nos escaninhos mais ocultos da subconsciência está o plano que elaboraste para a tua redenção: viver mais uma vez para amar, diluindo os ódios; levantar a quem chegaste a derrubar; amparar a quem desamparaste e acolher com amor a tantos que outrora rejeitaste; elevar tua voz acima da voz dos tumultos, pedindo paz; ao desespero sobrepôr a esperança e à descrença defrontar com a fé; no seio escuro das sombras acender uma luz, e à beira dos abismos afixar avisos de perigo.

Não... não é inútil a tua chegada, nem vãos os teus temores. Os caminhos são difíceis e perigosos, mas sabes melhor que ninguém o quanto serás ajudado.

Quando a vida se mostrar vazia e triste e os espinhos brotarem nos teus caminhos, lembrarás, por certo, de pedir amparo àqueles que do Alto acompanham tua

jornada. E sentirás, de novo, que não estás sozinho. Mãos invisíveis te sustentam e guiam os teus passos, e a chama da esperança que hoje brilha no teu olhar, mais uma vez há de se acender... e iluminar os teus caminhos.



Deixa-me buscar-te, oh Pai

Deixa-me buscar-te, oh Pai, no canto dos pássaros que acordam o dia, nas luzes da aurora, testemunhas perenes de que tudo se renova; nas coisas belas e delicadas, assim como as flores e as borboletas, que criaste para desenvolver sensibilidade nos teus filhos.

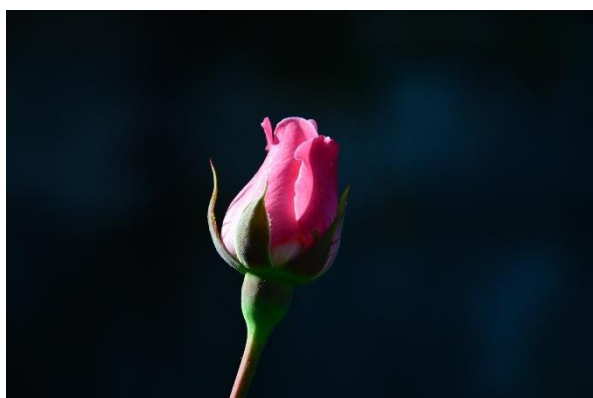
Deixa-me buscar-te na brancura das nuvens que caminham entre a Terra azul e o azul do céu; na sinceridade das crianças, nos seus exemplos de inocência e de contentamento; no olhar do transeunte, nas dores e alegrias que refletem o seu crescimento.

Deixa-me ver-Te também nas coisas feias da vida, que refletem os caminhos primeiros da evolução como opções de escolha para nossa liberdade; buscar-Te na força dos furacões, terremotos e vulcões a lembrarem que devemos aprender a controlar as forças primárias que rugem em nosso próprio interior.

Deixa-me buscar-Te na Terra e no Céu, na matéria e no espírito, e ajuda-me a conhecer o bem e o mal, a conciliar todas as coisas no divino equilíbrio das Tuas Leis, na Suprema harmonia do universo.

Deixa-me buscar-Te, oh Pai, nas profundezas do meu espírito, nos ilimitados espaços do meu ser interior, e mesmo que os caminhos sejam de pedras e espinhos se puder sentir Tua mão a me guiar e, vez por outra, vislumbrar Tua luz nos horizontes distantes... Eu sei que chegarei lá.

Eu sei que chegarei lá.



Rosa em botão

Sonhei que saia do corpo... do corpo cansado, pesado... do corpo fechado nesta pobre dimensão.

E a sair desse corpo, desse corpo fechado, eu me expandia, crescia, e tão leve me sentia que até podia voar...

Esvoaçar com a brisa, no sopro do vento, do pensamento, e a madrugada crescia, a sombra sumia, a luz se expandia num horizonte sem fim.

Uma estrela brilhou, e sua luz, do infinito, minha alma chamou, meu ser atraiu, e eu leve, etéreo, nessa luz me sumia, e em flor me fazia nas mãos do Criador.

Tu és uma rosa, Sua voz me dizia. Tua alma é uma flor do meu imenso jardim, mas retorna à matéria florzinha em botão, pois na Terra escura, na noite do tempo tua alma eu plantei; semente divina que ali deixei. E tua força, que é minha, cresceu, se expandiu, rompeu o chão, saiu da escuridão, mas tuas raízes te prendem ainda à terra fria, ao chão escuro, à sombra que se espalha em tua pobre dimensão.

Mas a aurora avança, a sombra se acaba e a luz vai brilhar... Brilhar sobre a Terra, no horizonte do mundo, no oceano profundo, e na mata fechada a luz da alvorada estende sua mão.

E tu rosa pequena, flor em botão, ao raiar da aurora de um novo tempo, tua alma em flor, plena de esplendor, não será mais apenas botão.

E a rosa pequena, flor embrião, caía do tempo, descia da aurora e se afundava no abismo de escuridão, no corpo cansado, no corpo pesado, no corpo fechado... nesta pobre dimensão.



Mais algumas estrelas

O Brasil assistiu, emocionado, no dia 17 de junho de 1996, às cenas do incêndio num edifício na favela de Heliópolis, em S. Paulo. O prédio inteiro em chamas e sobre a laje superior uma dezena de pessoas angustiadas esperavam por um milagre ou por mãos que lhes pudessem trazer socorro. Alguns bombeiros, arriscando a vida, conseguiram subir pelo meio das chamas e levar oxigênio às vítimas, já que a fumaça era espessa. Dois homens na ponta de uma corda presa a um helicóptero (pêndulo humano ao sabor dos ventos e da máquina) arriscavam a vida na ânsia de salvar os que estavam cercados pelas chamas. Outros, jogavam água sobre a laje onde estavam as vítimas, para esfriá-la e aliviar o calor.

Cenas comoventes de solidariedade humana...
Pessoas arriscando a vida para salvar outras pessoas.

Que força é essa que impele alguém a ajudar outro que está em perigo? Que poder é esse que brota de dentro de alguém e o faz esquecer de si mesmo para ajudar um estranho?

Essa força, esse poder tem um nome, **AMOR**, vibração divina que o Criador imprime em todo o universo.

É como diz o espírito Miramez: ***“Deus está presente dentro e fora de nós, numa vibração contínua de amor e saber”***. E então vemos gestos heroicos, atitudes heroicas partidas de pessoas comuns, não especiais, mas que já cresceram o bastante para conseguirem sintonizar com a vibração do Criador.

Também no caso da explosão no Osasco Plaza Shopping, o país inteiro emocionou-se com o choro do policial que já havia resgatado tantas vidas, mas sentia-se impotente para salvar outras. Aquelas lágrimas, gotas de luz a se transformarem em estrelas no céu das nossas consciências, sinalizam mensagens: o amor não morreu,

ainda há esperança, e ela se reacende a cada gesto de solidariedade partido de mãos anônimas.

Mas há o outro lado, corações imaturos, almas pouco evoluídas que se aproveitam da desgraça do próximo, dos momentos de aflição, para pilhar, levar vantagem. Isto faz parte do processo evolutivo. São os opostos, forças antagônicas em cujo bojo, e em cujos entrechoques e embates vão sendo gestados os verdadeiros valores, esses que haverão de prevalecer na próxima civilização em nosso planeta.

Nosso profundo agradecimento e comovido abraço a todos os muitos anônimos que criam com seus gestos mais algumas estrelas nos Céus da Esperança.



Como á bom amar, viver, trabalhar...

Como é bom olhar a natureza e sentir na essência de cada coisa a presença de Deus; ver a alma divina a vibrar na alma do mineral e do vegetal; olhar nos olhos dos animais e vislumbrar neles o embrião da inteligência, do sentimento, da emoção.

É bom olhar para o ser humano e perceber ali, no desencontro do bem e do mal que lhe palpita no peito, nas emoções e sentimentos que lhe estruturam a personalidade, na inteligência que se agiganta a procura da melhor direção... é bom olhar para ele e em seus pecados e virtudes encontrar a semente divina em evolução, rompendo a muito custo a terra bruta das emoções inferiores e das paixões animais; ver nele, em seus defeitos e pecados uma criança espiritual, crescendo e amadurecendo à custa do próprio esforço, das suas lutas e sofrimentos, amparado a cada passo pelas mãos do Pai.

É bom calar a voz por alguns instantes, voltar o olhar para o próprio interior e, em meio a tantas falhas e imperfeições, encontrar Deus. Acima e abaixo de tudo, na essência de cada coisa, na indimensão do próprio pensamento encontrar o Pai, aquele que nos chama sempre para o Alto, que nos atrai para o lado mais nobre da vida, para os valores imortais do espírito.

É tão bom ajudar alguém e ver nascer um sorriso, embora molhado de lágrimas, nos olhos que choravam.

É tão bom estender a mão ao irmão caído, que não encontra forças para se levantar.

Melhor ainda é elevar a voz acima da voz dos tumultos, pedindo paz... Ao desespero antepor a esperança e ao descrente falar em Deus; juntar a voz a todas as vozes da natureza para cantar as glórias do Ilimitado, em tão plena e perfeita vibração que o eco dessas emoções, desses sentimentos tão divinais, chegue até a mais distante das estrelas.



Sementinhas de luz

Imagine que se encontra no campo.

Ouça o canto dos pássaros e procure harmonizar-se.

Faça algumas respirações profundas.

Ao inspirar visualize esse ar luminoso, carregado de energia e de alegria, penetrando em seu corpo e espalhando-se por ele. Não pense, apenas sinta um estado de calma, de profunda paz.

Eleve seu pensamento ao Alto e diga mentalmente, procurando visualizar e sentir o que diz, com toda intensidade:

- Peço às Forças Universais do Bem para nos envolverem e a toda a humanidade, conduzindo-nos por caminhos retos; que elas nos protejam, florindo todos os lares, harmonizando e infundindo amor em todos os corações.

Que as Forças Universais da Justiça orientem os seres humanos a fim de que a Justiça se estabeleça na Terra, em toda a sua extensão.

Peço às Forças Cósmicas da Paz e da Luz para se refletirem sobre o nosso planeta, vibrando nos corações e

nas mentes de todas as pessoas, pacificando, iluminando, guiando a humanidade pelos caminhos da Paz e do Bem.

Peço às Forças Cósmicas do Amor para se manifestarem na Terra, vibrando nos sentimentos das pessoas, tornando-as melhores, mais fraternas e mais solidárias. Que esse sentimento divinal se transforme em **sementinhas de luz** nos corações de todos, crescendo e se desenvolvendo em fraternidade e em paz, ajudando a humanidade nesta difícil transição para um mundo melhor.

Guarda-nos, oh Criador, e a toda a humanidade, na Tua luz.



Fim do ano

Senhor dos Mundos, Senhor da Vida... No infinito do tempo e do espaço nós vivemos e nos movemos à procura de Ti.

Em Teu seio nos formamos, mas não chegamos sequer a Te compreender, porque Tu és o Todo. És aquele que nunca teve princípio e jamais terá fim.

Onde os nossos instrumentos e cálculos determinam o ponto mais distante, o limite máximo das regiões siderais onde esplendem sistemas e galáxias, ali está apenas a amostragem das nossas limitações, porque a vida e o universo, as vidas e os universos não conhecem limites, assim como também o tempo que se forja em Teu seio não sabe o que é princípio nem fim.

E Tu Senhor és a mente perfeita, o pensamento sem dimensões, o poder tão extraordinário que não conseguimos sequer sondar, muito menos compreender. Não fosses a inteligência suprema, a força que movimenta os mundos em regime de harmonia e perfeição tudo seria o caos.

Mas diante de Ti, da perfeição e beleza com que revestes a vida, o homem se ergue contra a natureza, afronta as Tuas leis, pisoteia a vida e ainda se proclama o “rei da criação”; cinge a fronte com a coroa do orgulho e da presunção; galga os míseros degraus das glóriolas terrenas e se acredita superior a tudo.

Mas em Tua grandeza compreendes a nossa pequenez, a nossa estultice, e permites que continuemos a enganar a nós mesmos até que o nosso crescimento espiritual nos favoreça a compreensão mais plena de nós mesmos em relação ao universo, ao infinito, em relação a Ti.

E enquanto isto Senhor, enquanto somos tão somente embriões da vida, as engrenagens do tempo formaram para nós mais um ciclo que se extingue. Nosso pequeno mundo completa mais uma volta em torno do Sol, coração do nosso sistema, que representa diante de nós a imagem do Teu fabuloso coração cósmico, a pulsar na eternidade, irradiando vida para o universo, para todos os universos que se perdem além dos limites das nossas conceituações.

Ao final deste período, quando as luzes de mais um ano se apagam no tempo, erguemos a Ti nosso

pensamento tÍbio e vacilante, para agradecer a benção da vida, das pequenas e grandes coisas que fazem a nossa jornada.

Pedimos também, como não poderÍamos deixar de fazer, posto que nossa existÍncia toda é sempre uma súplica, em razão da nossa pequenez; pedimos e suplicamos para que a Tua misericórdia nos favoreça um novo ano firmado nas brancas vibrações da paz; que a dor seja menor na vida dos seres e a ventura possa envolver os nossos corações.

Mas acima de tudo pedimos mais Luz, maior amadurecimento espiritual, mais um pouco de evolução, para que os nossos passos se façam mais firmes e mais rápidos no caminho que nos conduz de volta a Ti.

Assim seja.

SEGUNDA PARTE



Cair e levantar

Quando Jesus carregava a cruz, no caminho do Gólgota, caiu sob o seu peso, mas reergueu-se e continuou a caminhar, a carregar aquela cruz tão pesada, a cumprir o destino que o trouxera ao mundo.

Por que Jesus caiu?

Teria sido para mostrar à humanidade que ninguém consegue caminhar sem cair?

Teria sido, talvez, para nos dizer com a força do exemplo, que nós outros, ao cairmos, devemos nos reerguer e continuar a jornada?

Quantas e quantas vezes nós caímos espiritualmente! São as tentações que nos cercam por todos os lados, atraindo as nossas emoções, os nossos sentidos e, quando menos esperamos, percebemos que estamos no chão, que tornamos a cair.

É a tentação do sexo comprometedor que nos cerca e seduz e nós nos deixamos levar...

É o vício incontrollável do álcool, que nos atira mais uma vez à sarjeta...

É a reunião de amigos, onde a maledicência põe à mostra as chagas íntimas da vida alheia e, sem perceber, mergulhamos nesse mar de calúnias e de julgamentos precipitados e, depois, nos arrependemos...

É a praga lançada num momento de ira, o palavrão, a ofensa...

É a mão que recolhemos com usura, para não repartir as dádivas da vida com nossos irmãos... E depois nos arrependemos e nos sentimos indignos de perdão.

Quem foi, ou melhor, quem é Jesus?

É Ele um espírito puro; é o Mestre dos mestres... No entanto, ao carregar a cruz Jesus caiu... Caiu sob o peso do madeiro porque estava na matéria, e esta é fraca.

Ele caiu, mas levantou-se, para nos mostrar com seu exemplo, que se cairmos, como caímos sempre, devemos nos reerguer e continuar a jornada.

Se eu caí... Se tu caíste... Se nos encontramos ao rés-do-chão, sentindo toda a vergonha da queda e da nossa situação espiritual, vamos dar-nos as mãos e nos levantar mais uma vez, assim como Jesus ensinou.

Vamos erguer-nos mais uma vez e fixar o nosso olhar aflito e envergonhado nos olhos límpidos e serenos do Mestre e, assim, com os olhos fixos em Seu olhar havemos de encontrar a força e o equilíbrio que nos conduzirá sem tantas e tamanhas quedas até o final desta jornada.

Oh, Mestre, tu és o caminho, a verdade e a vida. Ergue a tua mão de misericórdia infinita sobre as nossas vidas e irradia sobre nós a energia que vivifica, a luz que ilumina o caminho e a paz de que tanto necessitamos, porque o mundo, oh Mestre, é um vulcão de paixões e um deserto árido das emoções mais elevadas; é o labirinto onde os nossos passos se perdem e a fogueira gigantesca na qual se queimam as nossas mais nobres aspirações.

O mundo é a discórdia, a agitação e a guerra, que não nos dá chances para a paz, mas tu mesmo pediste ao Pai para que Ele não nos tire do mundo, mas sim, nos livre do mal.

Pediste ao Pai para que nos ajude, não a vencer NO mundo, mas sim, a vencer o mundo das infinitas tentações que nos acenam dia a dia, minuto a minuto.

Ajuda-nos, oh Pai, a vencer o mundo frio e cruel, antepondo à sua crueldade a nossa compaixão e brandura, e à sua frieza o calor do nosso amor.

Vamos erguer-nos do rés-do-chão e mais uma vez fixar os olhos no olhar de Jesus e seguir seus passos no caminho da nossa evolução.



No campo

Estamos vivendo numa época de muito baixa vibração nos ambientes da Terra e as pessoas que possuem mais maturidade espiritual sentem esse magnetismo pesado com mais intensidade. Isto provoca muitos distúrbios, tais como estados de irritação, agressividade, depressão, medo, enxaqueca, e vários problemas de saúde.

Para aliviar ou corrigir esse quadro a solução está em elevar a própria frequência vibratória. Quer confirmar?

Elevar a frequência vibratória

Inspire calma e profundamente algumas vezes para equilibrar os ritmos internos.

Imagine que você está no campo, junto a um arbusto florido. Algumas nuvens pintam de branco o azul do céu.

Você vê flores e nuvens. As flores falam em alegria e amor. Sua vibração nos transmite ternura e contentamento.

As nuvens, passando, indicam que há céu, há luz, há vida que esplende em outras infinitas dimensões.

Ligue sua mente, sua alma, seu espírito nessa luz. Luz de Deus que está nas flores e além das flores; que está nas nuvens e além das nuvens; que está no azul do céu e além deste azul.

Repita mentalmente as seguintes palavras, procurando senti-las em toda a sua profundidade:

– Da mente divina, luz infinita, flua luz para a minha mente.

Que a minha se ilumine e se enobreça nessa luz. Que essa luz divina percorra todo o meu ser, para que eu vibre na paz e na harmonia.

A saúde e o bem-estar estejam presentes em todos os meus órgãos, em cada célula do meu corpo.

Do coração do universo, fonte infinita e eterna do amor, flua amor para o meu coração. Que meus sentimentos se engrandeam nesse afeto de Deus, nesse afeto que vibra em todo o universo, dando a tudo e a todos razões para o existir.

Que esse amor preencha todos os meus espaços interiores.

Paz e harmonia em todo o meu ser.



Presença de Deus

Mentalize um foco de luz em seu coração. Uma luz cheia de harmonia, cheia de amor, de alegria. É a presença de Deus em você.

Essa luz cresce, se expande e vai ocupando todo o seu tórax, a sua cabeça, todo o seu corpo.

Sinta a presença de Deus, o seu amor, a sua paz... em todo o seu ser.

Essa luz, que é a presença de Deus em você, cresce mais ainda, ocupando todo os seus espaços interiores. Sinta essa paz, essa harmonia divina, toda feita de amor. Ela extrapola o seu corpo formando uma aura luminosa em torno de você.

Sua mente e o seu coração se unem numa vibração de alegria e de amor... Sinta amor por si mesmo... amor sem nenhuma cobrança... apenas ame a si mesmo, a seu corpo, sua alma, seu espírito...

Sinta esse amor vibrando em todo o seu ser. Faça-o expandir-se mais irradiando-se para o seu ambiente, os seus familiares.

Pense no Criador de todas as coisas, essa Mente cósmica fabulosa, perfeita, fonte do amor, da harmonia, da sabedoria, da alegria, do bem-estar, e que está presente em todo o universo. Sinta essa presença, essa perfeição, esse amor em você.

Ame o seu ambiente... ame seus familiares com esse amor divino, profundo, sem nenhuma cobrança, sem nenhum questionamento. Deixe o amor fluir de você para todas as direções.

Estenda essa vibração de amor para o nosso país... para o nosso planeta.

Ame a Terra que nos abriga, a humanidade que está muito necessitada de amor...



Esperança

Falar em esperança é falar em vida, na beleza, no bom, no que faz bem. Ela é a âncora da alma no mar tempestuoso da existência.

Por que não a cultivar, se é ela o próprio alicerce da vida?

Já pensou como seria se não houvesse esperança de paz na Terra, de dias melhores, de que a tempestade passe e o amigo dobre a esquina e venha ao nosso encontro; de que os ódios se transformem em fraternidade, que o doente se restabeleça e que o sol continue a nascer todas as manhãs?

Ah, esperança, tua cor é verde como a vegetação que cobre nosso planeta. O verde é repousante, acalma, harmoniza.

Dizem que ela é a última que morre. Eu diria que ela não morre, nunca morrerá, nem mesmo com a própria

morte, que não é o fim, apenas transição para outra existência.

Se você é cego, não perca a esperança. Mesmo que nesta vida não haja chances para voltar a ver, na outra vida, depois da morte, você vai enxergar.

Se você é deficiente físico, não consegue andar, acredite na Vida, ela é bela mesmo assim, porque é a escola do espírito, onde aprendemos a viver e ganhamos experiência e valores interiores, com vistas à eternidade. Acredite na Vida e acenda a luz da esperança no seu coração, porque na outra vida, depois da morte, você volta a andar, a correr, a locomover-se com seus próprios pés.

Se sofremos aqui no planeta é porque estamos precisando das lições que o sofrimento proporciona. A dor é luz, se não, é o seu prenúncio.

O ser humano é frágil e é a esperança que lhe dá motivação para não morrer na praia depois de cada naufrágio.

Nós vivemos a naufragar. Quando menos esperamos as tempestades da vida nos atiram ao fundo e as ondas das derrotas e das dificuldades nos cobrem com seu peso. Mas a força da vida nos arrasta para a praia e aí, é a esperança que nos dá novas energias e alento para recomeçar. E é neste infindável recomeçar que vamos aprendendo a grande lição da Vida, a mesma que Jesus ensinou, e que pode ser sintetizada assim:

Se queres viver bem e ser feliz, faz com que a tua vida seja uma constante contribuição para a felicidade e o bem-estar dos outros; sê sempre uma presença benéfica onde estiveres, porque **“tudo que quiseses que os outros te façam, faze-o tu também”**.

São estas lições de fraternidade que vamos aprendendo a cada novo dia, sob as claridades da esperança e na força da fé.

E tem mais, a vibração da esperança, do otimismo, é boa para a saúde, para o bem-estar físico e mental. Também é boa para a prosperidade material, porque gera em torno de nós em campo magnético positivo, que atrai pessoas e situações também positivas.

Busquemos, pois, cultivar a esperança, como força da própria Vida, que nos vem pelas mãos do Criador.



PRECES



Na Luz do Anjo

Prece -01

Senhor dos Mundos, Excelso Criador de todas as coisas.
Estás presente na luz do Anjo e no coração humano...
Teu amor em tudo está... caminha com os ventos, dá
leveza às águas e beleza ao pôr-do-sol.
Só nos falta abrir espaços maiores para esse amor
em nosso viver.
Por isso te pedimos inspiração e assistência.
Ajuda-nos a desenvolver a fraternidade e a paz em
nossos sentimentos, como um primeiro passo na
conquista do amor universal.
Deixa-nos sentir esse amor vibrando em nossas
emoções, envolvendo nossos corpos, para que essa
divina harmonia chegue até o nosso inconsciente,
eliminando ao menos um pouco, das sombras que ele
ainda abriga.

Guarda-nos, Altíssimo Pai, em tua luz.



Por saúde e bem-estar

Prece – 02

Pai nosso que estás no Céu, e em toda a parte estás
manifesto.
Sinto que a Tua paz me envolve quando elevo,
assim, meu pensamento a Ti.
A energia divina interpenetra todo o meu ser, dando
mais vitalidade e equilíbrio a cada célula, a
cada neurônio do meu corpo.
Meu organismo vibra em plena harmonia com a
natureza e todos os meus órgãos estão trabalhando na
plenitude das suas funções.

Assim, ô Pai, Senhor do Universo, com o pensamento e as emoções voltadas para ti, a vida vibra em mim e a saúde plena se estabelece, de acordo com tua soberana vontade e a justiça e o amor que presidem toda a tua obra.

Minha alma se enche de gratidão e meu coração canta a alegria de viver na plenitude do teu amor.



Para difíceis decisões

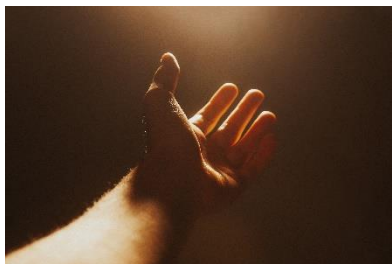
Prece 03

Deus, nosso Pai, justiça e bondade, em momento de difíceis decisões, ampara-me e me orienta.

Faz com que eu possa asserenar meu pensamento, harmonizar minha mente, iluminar minha alma, de tal forma a poder perceber a presença do meu anjo guardião, ou outro ser de luz, e acalmar meu coração.

E assim, mais calmo e confiante na ajuda divina, eu possa receber pelas vias da intuição, ou da inspiração, as orientações que me forem dadas pelos teus mensageiros e perceber as soluções que a Tua bondade me possa indicar, a fim de que eu sempre possa tomar as decisões mais acertadas para a minha vida e a daqueles que dependem de mim.

Guarda-me ô Pai na Tua luz protetora.



Luz nas mãos

Prece – 04

Senhor do universo, Altíssimo Pai, neste mundo tão envolvido em sombras peço que me ajudes a despertar a luz que jaz adormecida no íntimo do meu ser. Que ela brilhe na minha mente e no meu coração, se irradie pela minha boca, iluminando o ambiente quando eu falar; que ela brilhe nas minhas mãos, para que eu possa pôr luz em cada coisa que tocar.

Que a tua luz, Altíssimo Pai, clareie os caminhos de todos nós, seres humanos, para que possamos nos harmonizar com as tuas leis, com a natureza, com a vida... porque com as mentes harmonizadas podemos pensar melhor, com serenidade e equilíbrio, e com amor vibrando em nós, saberemos conduzir melhor as nossas vidas,

nossa fala, nossas ações.

Por tudo isso e por tudo o mais, te agradeço,
Altíssimo Pai.



Pelos que nos perseguem

Prece -05

Mestre dos mestres, venho humildemente pedir tua ajuda.

Auxilia-me a vivenciar o amor e a paz, para que essas vibrações tão divinais possam alcançar todos aqueles que me perseguem ou me odeiam.

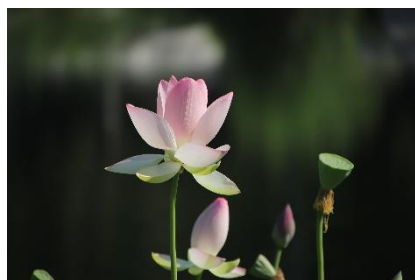
Auxilia-me a perdoá-los de todo o coração e, acima de tudo, envolve-os no teu soberano amor, para que eles também possam me perdoar.

Ilumina minha vida para que eu consiga modificar meus pensamentos, palavras, emoções e ações, ajustando-os às leis de Deus, a fim de ser uma presença benéfica, onde estiver.

Sei que a grande lei é a do amor e do perdão incondicional, mas como criança espiritual que sou, não aprendi ainda a cumprir essa lei.

Por isso estou pedindo tua ajuda, para que a minha mente se encha de luz; minha alma vibre no amor universal, e meus passos se tornem mais leves no caminho que leva ao Pai.

Guarda-me ô Pai na Tua luz.



A voz do Mestre

Prece -06

Deus, nosso Criador, somos seres em evolução, dormindo ainda o sono letárgico da materialidade.

Mas a voz do Mestre ressoa nas profundezas de nossas almas e a força da vida nos chama, convidando para o Alto.

Dá-nos, pois, a Tua mão, generosa e santa, e ajuda-nos a caminhar com luz nos pensamentos e amor e alegria em nossos corações.

Que a Tua paz seja a nossa paz a fim de podermos aprender a grande lição da fraternidade e compreender onde está a verdadeira felicidade.

Por tudo isso e por tudo o mais te agradecemos,
nosso Criador.



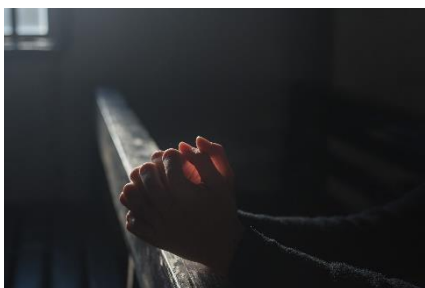
Se somos luz...

Prece -07

Senhor da Vida, Tu és luz e nós viemos de Ti, por isso
também somos luz, na essência mais íntima do nosso
ser.

Só que essas claridades ainda se encontram
adormecidas, aguardando nosso crescimento espiritual a
fim de começarem a brilhar em nós.

Então te pedimos: ajuda-nos em nosso crescimento
interior, na vigilância e controle que devemos ter com
nossos pensamentos, palavras, emoções e ações, a fim
de que vibrem o mais possível no esplendor das tuas
leis, no amor universal que emana de Ti.
Guarda-nos, Senhor da Vida em tua luz.



Pelos enfermos

Prece -08

Senhor dos Mundos, Excelso Criador de todas as
coisas.

Venho à Tua soberana presença neste momento, para
suplicar ajuda aos que estão sofrendo por
doenças do corpo ou da mente.

Sabemos que as enfermidades nos favorecem
momentos de reflexão, e de uma aproximação maior de
Ti, pelos caminhos da dor e do silêncio.

Mas apelamos para tua misericórdia e pedimos:
Estende Tua luminosa mão sobre os que se encontram
doentes, sofrendo limitações, dores e incertezas.
Faz a fé e a confiança brotarem fortes em seus
corações.

Alivia suas dores e dá-lhes calma e paz.

Cura suas almas para que os corpos também se
restabeleçam.

Dá-lhes alívio, consolação e acende a luz da esperança
em seus corações, para que, amparados pela fé e a
esperança, possam desenvolver o amor universal,
porque esse é o caminho da felicidade e do bem-estar...
é o

caminho que nos leva a Ti.

Que a Tua paz esteja com todos nós.



Pelos inimigos

Prece -09

Jesus, Mestre dos mestres, amor que
nos envolve e aquece.

Peço-Te ajuda para mudar meus sentimentos, minhas
emoções, com relação àqueles que me odeiam e aos que
me causam desgosto.

Se é tão difícil amar um inimigo, ajuda-me ao menos a
vê-lo como um irmão, a quem devo assistência
e afeto, apesar de tudo.

Que eu possa retirar de meu coração todo sentimento
de ódio, rancor e até mesmo os ressentimentos, para

que as minhas emoções se tornem mais suaves e minha
alma possa abrir-se ao esplendor do amor universal,
e que assim, mais leve, eu possa
aproximar-me mais de Ti.

Deixa-me sentir um pouco mais desse amor divino que
emana de Ti; que minha alma se abra para aninhar uma
parcela desse afeto e meus sentimentos se tornem
fraternos e minhas emoções vibrem na suavidade do
carinho fraternal.

Finalmente, ô Mestre, ajuda-me a enviar
sempre aos meus inimigos, encarnados e
desencarnados, um pouco dessa paz, dessa harmonia
divina, desse soberano amor que emana de Ti, a fim de
que eles também possam me perdoar e deixar que a tua
luz ilumine por completo suas almas e teu amor vibre
em seus sentimentos.

Por tudo isso e por tudo o mais te agradeço,
Mestre dos mestres, Jesus.



A procura da perfeição.

Prece – 10

Senhor da Vida, Pai de todos nós,
somos seres em evolução, em crescimento,
a procura da perfeição e da felicidade.
Só que, muitas vezes nos desviamos do caminho e
partimos para a agressão... Agredimos a vida,
ao próximo e a nós mesmos, e depois nos
afundamos num mar de sofrimentos, que
acabam nos ensinando o caminho do
respeito e da responsabilidade.
Dá-nos Pai, Tua mão generosa e santa e nos
conduz pelos caminhos da verdade, do bem,
da justiça e do amor, agora e sempre.



Pela humanidade

Prece – 11

Deus, inteligência suprema, causa primária de
todas as coisas.

Abençoa a humanidade inteira...

Aos bons, fazendo-os ainda melhores e aos maus,
ajudando-os a se tornarem menos maus.

Dá alívio a toda dor e abraça com tua ternura a todos
que estão sofrendo.

Abre um espaço maior em nossos espíritos para a
bondade, a honestidade, a justiça e a pureza de coração.
Reveste-nos com tua paz e dá-nos sabedoria, para que
possamos ser presenças benéficas, onde estivermos.

Por tudo te agradecemos, Soberano Pai de justiça e
amor.



Dá-nos tua mão

Prece – 12

Pai nosso que estás no Céu e em toda parte
estás manifesto.

Dá-nos tua mão generosa e santa e ajuda-nos a seguir
pelos caminhos da vida sem tantos tropeços,
sem tantas quedas.

E quando cairmos, estende-nos ainda a tua mão e nos
auxilia a levantar e a continuar a jornada.

Dá mais energia às nossas almas a fim de podermos
vencer todas as dificuldades que possam surgir
em nossos caminhos.

Dá-nos mais paciência e serenidade, mais harmonia
interior, a fim de podermos gerir nossas vidas
com mais equilíbrio.

Ajuda-nos a elevarmos os pensamentos e emoções para
o alto, a fim de podermos sintonizar com a Verdade e
que essa Verdade seja sempre a luz a direcionar nossas
ações e orientar nossas atitudes.

Por tudo te agradecemos, Pai nosso que estás no Céu e
em toda parte estás manifesto.



Luz protetora

Prece – 14

Deus, nosso Pai, sabedoria suprema,
soberana justiça e amor.

Neste mundo tão mergulhado em violência e em
maldade, envolve-nos em tua luz protetora. Que essa
luz, energia divina, guie nossos passos pelos caminhos
retos, sustente nossos pensamentos e emoções na paz,
na justiça e na fraternidade.

Que essa mesma luz ilumine também os nossos
governantes para que possam encontrar as melhores
soluções para os problemas que tanto afligem, a tantos
filhos desta nação.

Que haja mais fraternidade e mais honestidade nas
ações dos que gerem destinos, para um dia todos
possam vir a ter acesso aos bens da vida.

Guarda-nos Senhor dos Mundos na Tua luz protetora e
dá paz e contentamento às nossas almas.

Deus, nosso Pai, sabedoria suprema, soberana
justiça e bondade.



Ajuda-me a amar

Prece – 16

Senhor dos mundos, excelso Criador
de todas as coisas.
Tu és luz, és a paz, és vida, és o amor...
Por isso Te peço: ajuda-me a amar o meu ser com
profundo amor, porque saí das Tuas luminosas mãos.
Ajuda-me a amar o meu próximo com
profundo amor porque ele também saiu
das Tuas luminosas mãos.
Ajuda-me a amar todos os seres e todas as coisas,
porque tudo que existe, tudo que há foi
criado e é mantido por Ti, pela energia de vida
que emana do teu soberano amor.
Guarda toda a humanidade, Senhor dos Mundos,
na Tua luz.



Pelo ambiente do lar

Prece – 17

Pai nosso que estás nos Céus e em toda
parte estás manifesto.
Favorece a paz no meu lar, para que nele não haja
espaço para a discórdia ou a malquerença, mas sim para
harmonia, entendimento, bem-querer e alegria.

Sei que essa condição deve ser o resultado dos nossos esforços nesse sentido.

Mas nós, seres humanos, somos frágeis e imperfeitos e ainda não aprendemos a vivenciar os ensinamentos do Evangelho.

Por isso peço Tua ajuda, para que a minha presença no meu lar possa ser uma fonte de paz e tranquilidade, amor, alegria e confiança, e que os meus familiares possam harmonizar-se e todos juntos, aprendermos a vivenciar a verdadeira fraternidade.

Fica conosco, Senhor, e nos ajuda a melhorarmos a cada dia que passa, os nossos ambientes.

Assim seja.



Pelos viciados

Prece – 18

Jesus, Mestre dos mestres, amor que nos envolve e aquece.

No silêncio desta prece o pensamento se volta para pedir tua ajuda a todos que caíram nas armadilhas dos vícios.

Que a tua voz os convide a se levantarem e a tua luminosa mão se estenda para ajudá-los a se erguerem do abismo onde sofrem.

Que as nossas vibrações fraternas possam envolvê-los e a força desta prece ajudá-los a compreenderem com clareza a situação em que se encontram.

Que eles possam perceber que há luz além da curva do caminho, e sintam vontade, uma vontade soberana e forte de caminharem em busca do próprio equilíbrio.

Paz, equilíbrio e harmonia, nós pedimos para todos eles, Mestre dos Mestres, amor que nos envolve e aquece.

Guarda-nos Senhor dos Mundos, na Tua luz.



O Senhor é nossos Pastor

Prece - 19

Deus, nosso Pai, sabedoria suprema,
soberana justiça e amor.

Neste mundo tão mergulhado em violência
e em maldade, envolve-nos em tua luz protetora.

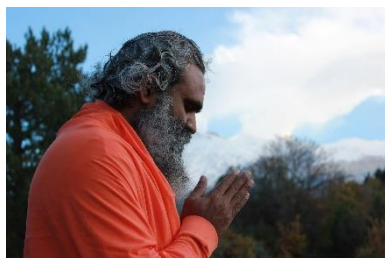
Que essa luz, energia divina, guie nossos passos pelos
caminhos retos, sustente nossos pensamentos e emoções na paz,
na justiça e na fraternidade.

Que essa mesma luz ilumine também os nossos
governantes para que possam encontrar as melhores
soluções para os problemas que tanto afligem,
a tantos filhos desta nação.

Que haja mais fraternidade e mais honestidade
nas ações dos que gerem destinos, para um dia
todos possam vir a ter acesso aos bens da vida.

Guarda-nos Senhor dos Mundos na
Tua luz protetora e dá paz e contentamento
às nossas almas.

Deus, nosso Pai, sabedoria suprema,
soberana justiça e bondade.



Agradecendo

Prece – 20

Senhor dos Mundos, Excelso Criador
de todas as coisas.

Quero agradecer-te pela natureza e por
tudo que ela nos dá... Pelos irmãos de jornada, pela
amizade, pelo amor; o trabalho ganha-pão e as
experiências que ele proporciona.

Graças dou pela alegria que é boa para o nosso
viver e pelas tristezas que nos ensinam a refletir;
pela escuridão na noite e as clarezas do amanhecer,
que trazem a cada dia renovadas esperanças ao coração.

Graças dou pelo meu lar, minha família e
por tudo o mais, porque em tudo encontramos
lições de vida neste caminho de evolução, em
busca de felicidade, em busca da perfeição.

Graças te dou, Senhor, pela vida... a vida
que encerra todos os mistérios da evolução,
a ciência cósmica que vamos descobrindo
pouco a pouco.

Graças dou pela paz, pela alegria e, acima de tudo,
pelo amor e a justiça das Tuas leis.

Fica Senhor, conosco, para alegrar nossos corações,
agora e sempre.



Para iniciar o dia

Prece – 21

Pai nosso que estás no Céu e em toda parte estás
presente.

No início de mais um dia, venho pedir-te paz,
saúde e alegria.

Peço também proteção e amparo a mim e à minha
família.

Guarda-nos em tua luz e nos protege de todos os
perigos.

Dá-nos sempre o necessário para nossa sobrevivência,
assim como também a alegria que faz tão bem ao corpo
e à alma.

Guarda-nos de todas as tentações que possam surgir em
nossos caminhos e nos auxilia em nosso crescimento
interior, na busca da plenitude, na luz que emana de ti.

Guarda-nos nessa luz, agora e sempre.



Ore sem falar

Prece -22

Respire fundo algumas vezes, dando a si mesmo
uma ordem para relaxar.

Pense em Deus como sendo a Luz Cósmica. Uma luz
que conduz em sua intimidade as mais puras
vibrações de amor e de paz.

Pense em Deus como sendo a Justiça perfeita. Uma
justiça que dá a cada um segundo as suas obras, mas
que também contempla a misericórdia.

Pense em Deus como sendo o Amor. Um amor que
permeia todo o universo, dando a tudo e a todos,
razões para existir.

Pense em Deus como sendo a PAZ. Uma paz
permeada de alegria, de felicidade.

Pense em Deus como sendo a harmonia cósmica,
Pai-Mãe, criador e mantenedor de tudo, que nos ama,
assiste e conduz pelos caminhos da vida, mesmo
sem o percebermos.

Mantenha-se nesse clima divino pelo maior
tempo que puder.

Verá como lhe faz bem.



Pela vítima da violência

Prece -23

Maria, mãe de Jesus, mãe espiritual dos sofredores.
Abriga em teu seio aquele que perdeu a vida pela
violência.

Envolve-o no teu amor, para que o doce afago das tuas
mãos maternais possa aliviar-lhe a dor, atenuar seu
desespero e dar-lhe conformação e paz.

Ampara também seus familiares e os amigos
que aqui ficaram.

Ajuda-os a aceitarem as ocorrências da vida,
sem revolta e sem tanta dor.

Enxuga suas lágrimas com as doces consolações do
conhecimento superior, da vida infinita a nos dizer que
não existe fim, mas apenas transições.

Deixa-os sentirem na intimidade dos seus corações que
o ente querido que partiu de forma tão cruel, necessita
muito do seu carinho tranquilo, das suas preces, da sua
paz, para que esta mesma paz também lhe
alcance o coração.

Mãezinha do Céu, abriga em teu seio aquele que partiu
pela violência, para que o teu coração amoroso possa
irradiar perdão para todos os envolvidos, da mesma
forma como perdoou aqueles que mataram nas
crueldades da cruz, o teu filho inocente.

Amém.



Pai Nosso

Prece -24

Pai nosso que estás em toda parte, ajuda-nos a santificar
o Teu nome, vivenciando a Paz, a Alegria, o Amor, a
Fé, a Confiança, a Humildade, o Perdão, o Bem em
todas as suas expressões.

Venha a nós o Teu Reino e seja feita a Tua vontade,
aqui e em toda parte.

O pão de cada dia dá-nos hoje e sempre,
o pão material e o pão espiritual.

Ajuda-nos a perdoar todas as ofensas e jamais guardar
mágoas ou ressentimentos.

Ajuda-nos também a não cairmos nas tentações e
livra-nos do mal.

Assim seja.



Alma divina

Prece -25

Pai, no princípio dos tempos, quando ainda dormia,
Tuas mãos me tocaram e despertei ao calor de Teu
magnânimo amor.

Em Teu seio cresço e me enobreço na arena
das lutas, dores e alegrias de cada dia.

É em teu pensamento que formulo o meu,
e é na Tua luz que posso ver as formas e
cores de tudo que criaste.

Em Tua sonoridade escuto os sons da
natureza e a minha própria voz.

Em Teu peito me agasalho, em Teu amor me
aconchego e em Teu carinho repouso de todos os
cansaços.

Acolhe-me em Teus braços e deixa-me ouvir o
cântico das esferas que ressoa no infinito do
tempo e nos espaços sem fim.

Deixa minha alma juntar-se à Tua e que eu
possa dizer, na plenitude do meu ser:

EU E MEU PAI SOMOS UM



O Mestre

Mentalize em torno de si um campo de energia luminosa cheia de vitalidade e de alegria.

Relaxe.

Inspire esse ar luminoso, carregado de energia e de alegria. Visualize essa onda de força luminosa penetrando em seu corpo, espalhando-se por ele.

Não pense. Apenas sinta um estado de calma, de profunda paz.

Imagine que se encontra no campo, na hora do crepúsculo...

Você olha o céu, as nuvens tingidas de rosa e dourado, e começa a sentir uma saudade imensa de algo que não consegue definir.

Vibrações de paz profunda aquietam os pássaros nos galhos do arvoredor e uma suave aragem anuncia a chegada de alguém.

De algum ponto do infinito o Mestre vem caminhando em sua direção. Seu passo é calmo e o semblante belo e sereno.

Aproxima-se mais. Seu olhar irradia afeto, amor profundo, e você se sente envolvido nessas vibrações.

Em seu coração todas as mágoas desaparecem, todos os sentimentos pesados, as tristezas e preocupações desaparecem.

Em suas emoções só há confiança, alegria, amor.

Alguém surge a seu lado. Você olha e vê que é um dos companheiros desta rede do afeto. E vai chegando mais um, mais outro, e logo você percebe que todos estamos com você, diante do Mestre.

Ele olha para todos com imenso afeto. Em seu olhar não existem perguntas, nem censuras, apenas carinho, amor profundo.

Aproxima-se mais um pouco. Dos Seus olhos e do Seu coração partem poderosas vibrações de amor e compreensão, envolvendo todo o grupo.

E Ele nos fala com uma voz suave como a dos ventos brandos do amanhecer, dizendo:

“Meus discípulos serão conhecidos por muito se amarem”.

E ali, na presença do Mestre, sentindo a grandeza do seu amor, a nossa alma se eleva e se toca em dimensões desconhecidas.

Em nossos corações só há fraternidade, confiança e alegria.

E assim, diante do Mestre, nutrindo-nos do Seu amor, lhe fazemos uma súplica silenciosa:

Mestre dos mestres, protege e fortalece o bem em todos os grupamentos humanos.

Abençoa e protege a natureza em nosso país e no mundo.

Ilumina, guarda e proteja as nossas famílias, ajudando-nos a desenvolver mais amorosidade, com paz e alegria no coração.

Estende Tuas mãos sobre o nosso planeta, em irradiações de luz e amor, que venham a minimizar as sombras espirituais que a envolvem.

Guarda-nos, e ao nosso planeta Terra, na tua luz.



O poder da Árvore

Respire fundo algumas vezes dando a si mesmo uma ordem para relaxar.

Imagine que está caminhando numa floresta e chega diante de uma bela árvore.

Observe o tronco firme, os galhos fortes, as folhas tocadas por suaves ventos...

Repare em sua postura majestosa. Pense na tranquilidade com que ela enfrenta as tempestades, as estiagens ou inundações, sempre serena e forte, maternal, com a própria natureza.

Aproxime-se mais... bem pertinho. Encoste-se nela, justaponha-se a ela, e sinta como se você fosse a própria árvore.

Observe a seiva subindo da terra, através dos seus pés, das pernas, passando para o corpo e a cabeça, trazendo energia e vida.

Perceba o balouçar das folhas ao toque da brisa... o canto dos pássaros... Você faz parte da natureza.

Sinta em si mesmo, em seu corpo e na sua mente a serena força, o tranquilo poder da árvore.

Faça um pensamento de gratidão à natureza e ao Criador de todas as coisas.



Dádivas divinas

Quando você estiver naquela da reclamação, achando ruim de tudo, pare um pouquinho para pensar nas inumeráveis bênçãos que a vida lhe proporciona.

E basta que analise um mínimo desse universo de dádivas divinas que estão embutidas nos mecanismos da vida.

Pense, por exemplo, na visão. Comece imaginando como seria se não visse, se você fosse por exemplo uma minhoca, que não vê. Como seria a sua vida, os seus dias embaixo do chão, fazendo força para se locomover dentro da terra. Aí, de repente, chegaria uma galinha ciscando e... comeria você.

Essa é uma imagem engraçada, mas às vezes é bom pensarmos nas situações opostas às nossas para aprendermos a valorizar o que temos.

A visão humana é uma dádiva divina que nos oferece um universo de bênçãos, das quais nunca nos lembramos. Aliás, só nos lembramos delas quando as perdemos. Quando a vista começa a nos faltar e já não vemos tão bem quanto antes é que começamos a perceber o quanto ela é importante e o quanto deveríamos agradecer a Deus por tê-la.

Mas vamos analisar um outro aspecto da visão procurando ver sua importância em nossa evolução. É por seu intermédio que registramos tudo aquilo que ela alcança e com esses registros construímos ou ajudamos a construir o universo dos nossos conhecimentos. Pela visão recebemos a imagem das coisas belas que nos dão prazer e também dos seus opostos, aquelas coisas que nos dão repulsa, que nos violentam a sensibilidade, e esses opostos geram uma série de reações em nosso espírito, como alavancas para nosso crescimento.

Com a visão vemos a flor, podendo sentir toda a ternura que expressa, o amor com que se oferece à nossa apreciação, na pureza de sua candidez, para encher um espaço em nosso ambiente interior, transmitindo sua ternura e harmonia para o nosso ser. É a força benéfica da vida, seu lado luminoso que reflete a luz de Deus pelo coração da natureza.

Mas é também pela visão que recebemos as imagens da violência, da crueldade, da feiura e essas imagens, quando lhes damos acolhida, obscurecem nosso mundo interno, induzindo-nos a sintonizar com a sombra, com as faixas primárias da vida. E nesse fervilhar dos opostos nosso espírito aprende a selecionar e guardar o que é bom, rejeitando o que não serve.

É importante nos lembrarmos sempre dos tesouros interiores que todos guardamos nas profundezas de nós mesmos. É porque essa essência mais profunda do nosso espírito é a mesma do nosso Criador. Só que em nós é embrionária, ou está adormecida. E é na sucessão das vidas, das reencarnações, das lutas, tristezas, dores e alegrias que vivenciamos no dia-a-dia que vamos despertando as qualidades divinas do nosso ser.

Podemos comparar isto à semente que guarda dentro de si mesma a planta que será no futuro. Você pega um caroço de manga e não vê nela a árvore altaneira e frondosa em que vai se transformar ou crescer. Você

enterra esse caroço no chão, na terra, e então começa todo um processo de trabalho e sofrimentos para o embrião da mangueira que terá de romper a própria casca, romper a terra para vir à luz, estendendo ao mesmo tempo suas raízes terra a dentro em busca de nutrição. Terá de enfrentar o sol inclemente, a chuva torrencial, as tempestades, os bichos e os seres humanos que o violentam até que a sua própria grandeza lhe sirva de proteção, impondo respeito pelo seu valor e amor, no benefício dos frutos.

Da mesma forma nós também somos enterrados num corpo de carne e enfrentamos um universo de dificuldades desde o berço até o túmulo, em muitas e muitas encarnações, e dessa forma vamos crescendo espiritualmente, descobrindo e despertando o potencial fabuloso de poderes e valores que dormem nas profundezas de nossa alma.

Por isso é importante sermos sempre gratos ao Criador por todas as condições e possibilidades que a vida nos dá, mesmo as que nos parecem ruins, porque tudo serve para o nosso despertar espiritual. E se queremos crescer mais depressa na conquista da plenitude, devemos aprender a selecionar o melhor para a nossa visão e também para os demais sentidos, aprendendo a guardar o que é bom e rejeitar o que não nos seve.

E quando quisermos reclamar das coisas ruins, lembremos que elas existem como a terra para a semente; que precisam ser vencidas com dignidade e amor para o espírito poder crescer em direção ao seu Criador.



Refúgio psíquico

Crie mentalmente um refúgio, onde possa esconder-se, afastar-se de tudo, repousar a mente e o corpo.

Você pode criar pela imaginação um recanto em meio à natureza.

Por exemplo: visualize a si mesmo flutuando em meio a flores. Escolha as mais belas que conhece, envolvendo-se nelas. Procure sentir o suave e perfumado toque de suas pétalas ao longo do seu corpo.

Sinta também o toque da brisa e deixe que essa energia penetre em seu organismo, espalhando-se por todo o seu ser.

Visualize os raios do sol envolvendo seu corpo em suave carícia e abra seus poros para receber a energia solar.

Ouçá ao longe o canto de um pássaro cujo gorjeio seja repousante. Pense com amor e gratidão no Criador que faz tantas coisas tão puras e belas.

Não se deixe sair desse lugar de paz, o seu refúgio psíquico, até sentir-se plenamente bem e perfeitamente integrado a essa ambiência.

Fixe em sua memória esse ambiente de harmonia,

de força divina e bem-estar. Guarde-o no seu mundo interno como um polo de energias benéficas e revitalizantes, que você pode buscar sempre que precisar.

Você pode, se preferir, criar o seu refúgio da forma como achar melhor, desde que seja um lugar onde possa realmente relaxar e o ambiente favoreça boa vibração. As flores são ótimas porque vibram em faixas de elevada sensibilidade, representando o amor, a ternura e a perpetuação da vida; o sol irradia continuamente energias vitais que podemos absorver em maiores proporções através da visualização e o canto de um pássaro, livre em meio a natureza, é muito repousante.

Condicione sua mente a desligar-se do mundo exterior enquanto estiver em seu refúgio, nem que seja por um minuto apenas.

Determine por quanto tempo poderá abandonar os cuidados, preocupações e todos os problemas da sua vida. Digamos que disponha de 3 minutos para isso. Nesses três minutos desligue-se completamente do exterior. Durante esses três minutos nada há no mundo além de você em seu refúgio de paz. Respire fundo interiorizando essa paz, esse ambiente agradável e não permita que o pensamento parta a procura de revolver os problemas na busca de soluções.

No decorrer do dia, procure lembrar-se do seu refúgio e esconder-se nele, nem que seja apenas por alguns instantes. Você estará criando formas-pensamento muito benéficas para si mesmo e também para as pessoas do seu convívio.

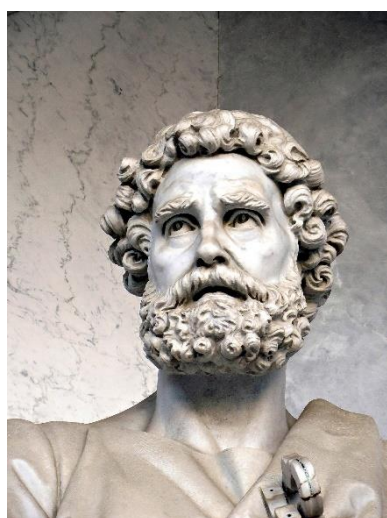
OBSERVAÇÕES:

1 - Os exercícios de relaxamento ou as visualizações, devem ser feitos em ambiente tranquilo.

2 - A visualização não é violenta. Nem mesmo é um comando. Ela deve ser feita na suavidade do amor e na

serenidade da paz.

3 - Quando nosso sistema psíquico está muito carregado de energias pesadas pode acontecer de surgirem figuras feias, agressivas, no ambiente que visualizamos, em vez das imagens propostas. Nesses casos devemos insistir até conseguirmos criar ou recriar o nosso refúgio na forma exata como desejamos. Esta é uma batalha que precisamos ganhar, e isto não é difícil. É só uma questão de persistência e força de vontade.



O AMOR - Conforme o Apóstolo Paulo

Ainda quando eu falasse todas as línguas dos homens e a língua dos próprios Anjos, se não tiver Amor serei como o bronze que soa, ou um címbalo que retine.

Ainda quando eu tivesse o dom da profecia, que penetrasse todos os mistérios e tivesse perfeita ciência de todas as coisas; ainda quando tivesse toda a fé possível, até o ponto de transportar montanhas, se não tiver Amor, nada sou.

E quando houvesse distribuído os meus bens para alimentar os pobres, ou entregue meu corpo para ser queimado, se não tivesse Amor, tudo isso de nada me serviria.

O Amor é paciente, é brando e benfazejo.

O Amor não é invejoso, não é temerário nem precipitado; não se enche de orgulho, não é desdenhoso e não cuida dos seus interesses; não se agasta nem se azeda com coisa alguma.

O Amor não suspeita mal, não se rejubila com a injustiça, mas sim, com a verdade; tudo suporta, tudo crê, tudo espera, tudo sofre.

Agora, estas três virtudes, a fé, a esperança e o Amor permanecem, mas dentre elas, a mais excelente é o Amor.



Junto ao lago

Respire fundo algumas vezes, procurando relaxar.

Mentalize em torno de si um campo de energia luminosa cheia de vitalidade e da pura alegria da natureza.

Inspire esse ar luminoso, carregado de energia e de alegria. Visualize essa onda de força luminosa penetrando em seu corpo, espalhando-se por ele.

Não pense. Apenas sinta um estado de calma, de profunda paz.

Imagine que se encontra à beira de um lago, na hora do crepúsculo...

Observe as águas límpidas e serenas, refletindo a natureza em torno e o azul do céu.

Sinta toda a tranquilidade desse lugar.

Pense nos companheiros desta Rede Mundial de Afeto e imagine que vão chegando e se aproximando de você.

Agora estamos todos juntos, respirando esta paz, esta energia pura, esta tranquilidade que a natureza nos oferece.

Vamos agora elevar o nosso pensamento ao “coração do universo”, à “mente cósmica”, e dizer mentalmente, sentindo em toda a sua profundidade o sentido do que diremos.

Senhor da Vida e do Universo, causa primária de todas as coisas...

Neste momento ligamos nossos pensamentos a Ti, pedindo às forças universais do Bem, do Amor e da Paz para envolverem o nosso planeta, em toda a sua extensão.

Que essa energia sublimada abençoe a natureza... na terra, nas águas e em toda a atmosfera terrena, protegendo-a, vivificando-a.

Que as forças universais do Amor envolvam toda a humanidade terrena, vibrando amorosidade em todos os corações, pacificando e predispondo à afetividade, ao perdão, ao respeito pelos outros, por suas vidas, por seus

direitos... Levando as pessoas a se tornarem mais solidárias, mais fraternas, mais afetuosas e pacíficas.

Pedimos também, neste momento, por todas as pessoas que estão sofrendo na Terra, seja por enfermidades, limitações, solidão ou situações angustiantes.

Suplicamos a proteção superior às crianças... que elas possam receber o necessário às suas vidas e evolução, além de afeto e orientação para o bem.

Pedimos auxílio para os viciados, para que percebam o abismo em que estão caindo e sintam necessidade de buscar ajuda.

Que as forças universais do Bem se estabeleçam nas mentes e nos corações de todos nós que nos ligamos a esta Rede, dando sempre um norte seguro e benéfico ao nosso jornadaear... protegendo, conduzindo, iluminando.

Te agradecemos Senhor da Vida, e pedimos a tua proteção para todos nós e para o nosso planeta Terra...

Permaneçamos todos, durante toda esta semana, envolvidos nas forças universais do Bem, do Amor e da Paz, e também vibrando por todos que sofrem em nosso planeta.



Olha-nos com Amor

Mestre dos mestres, Jesus, olha-nos com amor e nos ensina de novo que devemos amar... Amar o próximo como a nós mesmos.

Amar esse próximo que está perto, mas também aquele que está longe e que nem conhecemos.

Ajuda-nos a amar esse próximo distante de cujos feitos tomamos conhecimento através da mídia, feitos esses nefastos que nos revoltam e tendem a nos levar a odiá-los.

Mestre, esses são difíceis de amar. Isso é quase impossível devido à nossa pequenez espiritual, mas ajuda-nos ao menos a não os odiar. Ajuda-nos também a orar por eles:

– Pai nosso que estás em todo o universo. Tu que és a Vibração Primária do Amor, envolve nesse amor todos esses que praticam a violência, a maldade, a injustiça, a corrupção.

Faz vibrar em suas consciências uma centelha de luz, mesmo que ainda em estado latente, mas que virá a guiá-los, se não agora, no futuro.

Assim seja.

Vibremos agora Luz para as suas consciências,
Amor para seus sentimentos e Paz para suas almas.

Mesmo que essas nossas vibrações em nada favoreçam aos “maus”, estarão favorecendo nossa própria evolução espiritual.



Viagem interior - O Mestre

Façamos agora fazer uma “viagem interior” que nos reabasteça de força, fé e contentamento.

Vamos mentalizar o campo. E através do pensamento observar o tapete verde da natureza, salpicada de flores amarelas, vermelhas, branquinhas e azuis.

Fechando nossos sentidos para mundo exterior, podemos sentir-nos verdadeiramente no campo, nesta paz imensa e bela. Aqui só se ouve o farfalhar das folhas e a voz dos pássaros a cantarem as belezas da natureza.

Vem sentir esta paz e deixe que ela penetre em tua alma e vibre em cada uma das tuas células.

Olha este céu, tão azul, e imagina que de algum ponto dos caminhos do infinito o Mestre vem caminhando em nossa direção.

Seu passo é calmo como a obra do tempo e em seu olhar brilha a luz do conhecimento superior. Suas mãos têm o gesto do amparo, e seu rosto, sinais de bondade sobre humana.

Aproxima se mais, e numa voz suave como a voz dos ventos brandos do amanhecer, ele diz: “Vinde a mim, vós que estais cansados e sobrecarregados que eu vos aliviarei” ... “Eu sou a luz do mundo, quem me seguir nunca se perderá”.

E o Mestre segue seu caminho, deixando em nossas almas uma saudade imensa de infinito.

Ao longe, sua figura se perde no azul do céu, e, olhando suas pegadas, vamos encontrar em cada uma delas uma indicação, uma orientação.

Seguindo seus passos vemos de logo exortações para a humildade, a paciência e a mansuetude. Lembramo-nos então de que Jesus, sendo o Rei dos reis, foi o mais humilde de todos, o mais manso e paciente. Até hoje ele espera com paciência pela nossa renovação.

Caminhamos mais um pouco e vemos, grafada com letras de intensa luz, a palavra PERDÃO, e essa luz vibra em nosso peito com muita intensidade e podemos sentir que o perdão toma conta de nós, nos envolve, e sentimo-nos então, irmãos de toda a humanidade, solidários com os tristes e com os que sofrem. E essa vibração se faz tão intensa que neste momento rogamos ao Pai pelos nossos adversários, para que eles tenham paz e prosperidade e que, acima de tudo, possam também encontrar o caminho do perdão e da paz.

Seguimos adiante com a alma muito leve pelo perdão que concedemos a todos aqueles que nos ajam ferido.

O céu ficou mais azul e a voz dos pássaros tem modulações mais suaves, mais belas.

Estamos no limiar do horizonte e, ali, no portal da eternidade, vemos grafada uma palavra. É a palavra-chave da nossa evolução.

Vamos senti-la em toda a sua beleza, na vibração celestial que emite, a fim de podermos vivenciá-la no nosso cotidiano.

Essa palavra é o grande segredo, a porta misteriosa da evolução que todos os povos procuram desde o início dos tempos. Diante do nosso olhar embevecido vibra e fulgura a palavra sagrada AMOR.

Procuremos senti-la agora em toda sua intensidade, porque esse amor, vibrando no nosso peito, nos une ao Mestre e nos dá força e alegria; a força de que precisamos para seguir Seus passos, e alegria para suportar todas as asperezas do caminho.

Que tua luz, oh Mestre, possa fulgurar em nossos espíritos, e teu Amor imenso vibrar em nossas almas, agora e sempre.

FIM

OUTRAS OBRAS DA AUTORA, NA AMAZON.COM
a preços ínfimos

MEDIUNIDADE - Conexão entre dois Mundos



Este livro apresenta inúmeras informações e pesquisas científicas sobre Mediunidade, incluindo os 50 anos de vivências mediúnicas da autora, cujas narrativas representam conhecimentos importantes a quem deseja servir de conexão entre esses dois mundos.

NÓS E O MUNDO ESPIRITUAL EDIÇÃO ESPECIAL

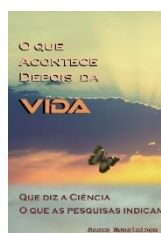


Na Edição Especial deste livro acrescentamos uma Parte (que fica sendo a Primeira) com informações importantes para este período de grandes sofrimentos e aflições pelos quais passa a humanidade.

O QUE ACONTECE DEPOIS DA VIDA

Esse livro apresenta uma centena de cientistas e pesquisadores com os resultados de seus trabalhos e investigações em torno da imortalidade do espírito e temas adjacentes. **Também apresenta várias atualizações, com fundamentação científica e racional.** Se no “mundo digital” são solicitadas atualizações constantes, será que nosso “mundo mental” também não esteja pedindo atualizações, como p. ex. em algumas crenças?

Em português



Em inglês



Em espanhol



NÓS E O MUNDO ESPIRITUAL

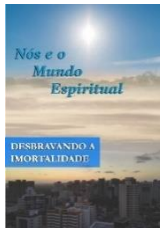
Edição normal

Revela detalhes sobre a dimensão espiritual e como as vivências atuais se refletem no após Vida, causando sofrimentos ou gerando alegrias.

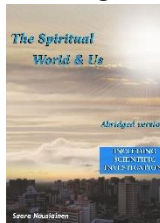
OBS. No Brasil, esse livro na forma impressa, se encontra em:

<https://aliancalivraria.com.br/>

Em português



Em inglês



Em espanhol



UM FORRÓ NO UMBRAL e outros 25 contos

Em português



Em espanhol



OBS. Em português, na forma impressa, se encontra em:

<https://aliancalivraria.com.br/>

CURSO INTERATIVO DE ESPIRITISMO E VIVÊNCIA ESPÍRITA

