

PAZ - AMOR - TRABALHO

Associação Cultural e Beneficente Mudança Interior

BOLETIM INFORMATIVO

NOVEMBRO 2009

ANO 2

NÚMERO 23

APARTADO 248 – 3731-901 VALE DE CAMBRA

Casal – Cepelos

geral@acbmi.org

VII CONGRESSO NACIONAL DE ESPIRITISMO



Podemos dizer, no rescaldo do VII CNE, que o mesmo foi de boa qualidade.

Foi dada oportunidade a que uma nova vaga de congressistas mostrasse a sua capacidade de comunicadores e, de um modo geral, saíram-se bem, afirmando (no dizer de elementos da “velha guarda”) que em Portugal há, cada vez mais, bons valores.

Teve também este Congresso como novidade a oportunidade dada aos espíritos de se comunicarem, através da psicografia, coisa que, pessoalmente, gostaríamos fosse mantida no futuro e alargada a outros modos de comunicação mediúnica.

Pode este ter sido o congresso da mudança... a todos os níveis (e como desejamos que sim!...). Para além disso, estes momentos são sempre bons pelo que se aprende, pelos conhecimentos que se travam, pelas amizades que se estreitam. Valem sempre a pena (tudo vale a pena se a alma não é pequena, como diria Pessoa).

FUJIR...

Fugir... Diariamente fugimos de perguntas que não queremos responder, de pessoas que preferimos fingir que nem existem e principalmente fugimos da tentativa de encontrar soluções para problemas que ensombram a nossa vida. Fugir dos problemas pode tornar-se num vício incontrollável, levando a que as pessoas percam o controlo da sua própria vida e fujam mesmo daqueles que amam e daquilo que gostam. Porque o fazem? Porque é mais fácil, rápido e menos penoso. Por vezes fogem da sua própria vida, caracterizando-a de cruel e dolorosa.

Mas....e quando fugir já não é solução? E quando chegam a um beco sem saída? Quando fugiram de todos os que amam e estão sozinhos? De que fogem agora? Da origem dos problemas, claro. Vão fugir de si próprios.

A última fuga que lhes resta é fugirem de si próprios, pondo termo à vida. Se por si só, o termo fugir é complexo, muito mais complexo é o suicídio. Enganem-se aqueles que acreditam que a morte lhes tirará o sofrimento. A morte é apenas o início de uma grande caminhada para a perfeição e o suicídio apenas prolongará de modo doloroso a duração dessa caminhada.

O suicídio não escolhe idade, sexo ou estatuto social. Mas quão importante se julga o Homem para decidir o fim da sua vida? Só Deus tem o direito de tirar a vida, a Ele e apenas a Ele cabe decidir quando a nossa existência deve terminar e aqueles que usem decidir por Deus sofrerão as consequências. Mesmo não considerando o sofrimento enquanto espírito desencarnado, atentemos nas dificuldades das almas em corpos com as funções naturais grandemente limitadas.

É ilusão sedutora pensar que aquele acto nos permitirá a libertação daquela dor que arde no peito e teima em não sair. Dor que não abate com medicamentos, terapias ou ajuda psicológica, dor para a qual ninguém tem solução. Mas será essa dor física? Será de medicamentos que precisamos? Reflectamos.

O melhor e maior medicamento é o amor, porque não experimentar amar a Deus, amar-se a si e amar a vida? Não irá a dor diminuir? Deus não dá a ninguém um problema senão souber que essa pessoa tem forças e armas para o resolver, esta apenas ainda não se conhece suficientemente bem para saber do que é capaz. É necessário ouvir o coração, ouvir a Deus. É necessário fazer silêncio deste mundo agitado e barulhento em que vivemos e aprendermos a ouvir-nos a nós próprios e principalmente ouvirmos a voz do nosso coração, Deus. Assim encontraremos todas as respostas que tanto procuramos e não tentaremos ir pelo caminho mais fácil. Pode ser penosa a nossa existência, mas no fim será compensadora. Por isso, devemos-nos lembrar que o caminho para a perfeição pode ter buracos, pode ser estreito e de difícil passagem mas Deus já nos preparou para ele. Se lutarmos com amor venceremos.

Sara Correia

Evangelho no Lar

04/11 – Àquele que é fraco na fé, acolhei-o, sem cair em discussões sobre as suas maneiras de pensar. – Rm 14,1

A fé é uma conquista gradual do espírito. Dados os diferentes estados evolutivos, o que para uns já é claro, para outros ainda é obscuro. É com estas diferenças quanto à capacidade de acreditar que temos de mutuamente nos aceitar. Além de que ainda nenhum de nós pode com toda a certeza dizer que já tem fé do tamanho do grão de mostarda.

11/11 – O mundo não pode odiar-vos; a mim, porém, odeia-me, porque sou testemunha de que as suas obras são más. – Jo 7, 7

Se as nossas obras são iguais às do mundo e estas são más, o mundo não nos odeia porque não temos boas obras que funcionem como acusação. Mas se as nossas obras são boas, isso já vai incomodar porque o mal não suporta o bem, porque quem é do mal sente o bem como uma acusação e isso não lhe agrada.

18/11 – O que quiserdes que os outros vos façam, fazei-lho vós também. – Lc 6, 31

Se às vezes até com o bem se colhe ingratidão, com o mal pode esperar-se colher o quê? Quem semeia cardos não pode esperar colher rosas e quem semeia joio não pode esperar colher trigo. Se queremos que nos respeitem devemos respeitar, se queremos que nos amem devemos amar. E assim sucessivamente.

25/11 – Jesus, suspirando profundamente, disse: «Porque pede esta geração um sinal? Em verdade vos digo: sinal algum será concedido a esta geração.» - Mc 8, 12

É ainda a questão da fé. Há quem diga que se vir, acredita; mas, regra geral, quem assim diz nem vendo acredita. E então não verão mesmo. É destas pessoas que Jesus em outro ponto diz que até o pouco que têm lhes será tirado, porque intimamente não estão dispostas a aceitar algo que seja contrário aos preconceitos e ideias feitas.

DIVULGUE E ENSINE A PRÁTICA DO EVANGELHO NO LAR.

NO ESPELHO:

JOAQUIM

Já estive aqui ontem e não me deixaram comunicar. Que não havia tempo, disseram. Mas estou cá hoje, novamente, tal como me prometeram. Afinal cumprem.

Bom, eu queria falar de perdão. Mas não sei que dizer. Porque é difícil. É difícil de falar e, naturalmente, muito mais difícil de praticar. Se fosse fácil de praticar, nada custava falar sobre. E é tão difícil, tão difícil, que até fica difícil falar, pese embora haja hipócritas que falam de tudo do que não sentem com tal ênfase que até parecem a sinceridade em pessoa.

Bom, eu sinto o que digo e sinto que não perdo. Não consigo. Não consigo mesmo. Dizem, “Ah, eu perdo mas não esqueço”: isso é perdão?

É assim: se me ofendem e eu ignoro, logo o mesmo volta a ofender-me. Uma vez e outra vez. Parece que tiram prazer do coitado. E eu sou uma espécie de coitado – mas sinto a ofensa. Todavia, calo-me. Mas não ignoro. E aquilo fica cá dentro a moer. E fico à espera de um castigo divino para aqueles que não ousam enfrentar. Por isso, não perdo. Se eu perdoasse não somente ignorava, mas pedia a Deus que não lhes levasse em conta a ofensa. Tal como Jesus fez no cimo da cruz. Mas eu não consigo, não tenho essa estatura moral. De facto, guardo as ofensas como bolores na minh'alma e aqui estou em auto-comiseração a desejar-me um valentão capaz de tirar desforço. Imagino-me a mandar uns socos valentes em quem de mim troça e me injúria. Mas, quem vir, acha que sou apenas um tolo capaz de sorrir ante a troça e a injúria. Sabe Deus, e eu, a agitação em que fico, com o coração a descompassar de raiva.

Se calhar sou apenas um covarde, que de santo nada tenho. (O santo não guarda estas mágoas; o santo permanece sereno e o sorriso não é o amarelo dos dentes, mas a luz do coração.)

Enquanto morar em mim esta mágoa, não perdoei. Acho que tenho também de perdoar a mim mesmo a fraqueza, a incapacidade de não guardar mágoa, quiçá rancor, para que possa perdoar o tal próximo.

Sim, eu já sei que devo amar o próximo como a mim mesmo, mas tenho consciência de que não amo esse próximo como a mim mesmo. (Às vezes pergunto-me se me amo a mim mesmo; às vezes - quando me detenho a pensar nestas coisas de amar com o amor que nos temos. Porque isto vejo: ao guardar a mágoa sou tudo menos meu amigo, pois faço-me infeliz. Então – olha que lógica! – não me amo realmente.)

Deus perdoa. Sei que devo, mas o problema é perdoar, extirpar esse mau sentimento que está ali, nem sei bem onde, agarrado como uma lapa. Por isso, ó meu Deus, perdoares-nos as nossas ofensas como nós perdoamos a quem nos tem ofendido é um bico d'obra para nós. Deus, tens de nos perdoar como nós não perdoamos, porque senão o peso das nossas faltas pregar-nos-á ao chão.

Pois, a questão é esta mesma: Tu até nos perdoas, nós é que não nos perdoamos mutuamente, e como cada um é o seu juízo para consigo mesmo, o mau juízo que fazemos aprisiona-nos às correntes do mal e do sofrimento. Afinal, ó Deus, nós próprios nos aprisionamos e nos guardamos prisioneiros. Prendemo-nos a grillhetas que lamentamos, sem cuidar de as abrir com a chave que temos em nossa posse. Não somos lá muito inteligentes. (Não sou lá muito inteligente; não tenho nada que generalizar, nada me autoriza a falar em nome dos outros. Cada um sabe de si. E eu nem de mim sei.)

Perdoar, perdoar!...

E perdoar sempre! Sim, ou se perdoa sempre, ou uma só vez que não se perdoe na prática equivale a falhar no perdão. Perdoar intermitentemente não é de uma alma boa, é de uma alma assim-assim, desengraçada. Tal como eu sou. Morno, túbio.

Vou-me embora.

Quantos sonhos, quantas lutas, quantas dores,
Quantos enganos, quantas tormentas, quanto pranto
Desde a humanidade tua os alvares!

Quanto de ignorância, de interrogações e de pavores
Nessas existências sem tréguas e insanas,
Quanta vileza antes da conquista dos amores!

Quanto riso eivado de angústia e solidão,
Quanta raiva, quanto ódio, quanto desequilíbrio
Antes de alcançares a mínima comunhão.

Quão longe ainda as pequenas harmonias
A quem ata os primeiros nós da pacificação
E suspira profunda saudade de futuros dias!

Quando já conseguis cantar as belezas naturais é ainda um pequeno passo face à imensidade da beleza, mas para vós não deixa de ser um grande passo nessa conquista em progresso – tal como o pequeno passo dado na Lua, que sendo embora pequeno para o homem foi grande para a humanidade; este, o vosso no caminho da beleza, sendo embora pequeno para a humanidade – no elo que sois – foi grande para vós, tomados individualmente, pois ainda ontem, no grande relógio do tempo, éreis de todo insensíveis a qualquer nascer ou pôr do sol, éreis insensíveis a qualquer fonte [onde a água cantava]. Sim, não vos sensibilizavam cores e sons, tudo para vós se resumia às paixões mais inferiores, aos mais básicos instintos. Que cuidáveis vós de saber quanto às questões que à estética dizem respeito? E melodias, que melodias eram coisas outras que não os vitupérios?

A beleza já vos ocupa o sentimento, que é o seu lugar próprio. É assim que, passo a passo, e dado este pequeno passo, vos preparais para a corrida, tendo em vista as excelsas belezas que maravilham o infinito.

Criai a beleza em vós, alimentando os sentimentos puros, generosos, fraternos, e a magnitude da infinita beleza arqueará sobre a vossa alma como um arco-íris na bonança que sucede à tempestade.

Louvado seja Deus, o Pai criador das belezas que extasiam os olhos da alma!

TRANSFORMAÇÃO

Não adianta! Não adianta a canseira, a azáfama, a inquietação! Nada disso adianta ainda que o intuito seja a mudança de algo, de um algo para outro algo, porque tudo o que for feito no bulício fica no borne sem atingir o cerne. É no silêncio que nos podemos encontrar. E encontramos-nos se desejarmos a transformação interior, porque quem não busca essa transformação jamais se encontra pois não se vê como outro: o outro dele mesmo. Se não se positiva como possibilidade diferente, jamais tenta essa transformação e, assim, fica-se pelo bulício, pela azáfama, pelo corropio: formas de aturdimento para esconder o vazio que resulta do desencontro com o silêncio.

Silêncio que permite a meditação; silêncio que permite um estado mental de consciência alterada. É evidente que os estados alterados de consciência podem conduzir a perigos, a distúrbios; mas a ideia aqui é, pela vontade de transformação moral e de oração, alçar-se aos níveis dos espíritos luminosos e haurir essas dulcíficas energias que alimentam a perseverança na luta contra as más inclinações, contra os mesquinhos sentimentos, contra os deletérios pensamentos.

A transformação é inevitável, porque a lei do progresso é da natureza e nós somos parte do que chamamos de natureza; pois que é natural tudo o que não surge da obra e da inteligência humanas.¹ Então, como somos “natureza” não podemos ficar indiferentes ao fluxo que faz com que tudo se transforme, que com o que existe seja resultado de evolução.

A nós, como seres conscientes, cabe-nos evoluir espiritualmente, o mesmo que é dizer, moralmente e intelectualmente.

“Podeis ser deuses”: quem o afirmou é alguém que ainda não pôde ser substituído por qualquer outro homem, tanto no conhecimento quanto na moralidade. Portanto, a despeito das nossas pretensões em contrário (talvez porque não convenha ou seja parte de frustrações), o facto é que temos mesmo que evoluir, porque é assim que tem sido e não se vislumbra que esse fluxo possa ser alterado, até porque também não se vislumbra que o artificial altere ou anule o material.

Silenciemos. Ouçamo-nos e ouçamos a voz da natureza. Previsivelmente adregaremos o equilíbrio que nos falta e, no domínio desse equilíbrio, ouviremos a intuição.

p/ aps

¹ A inteligência: se há inteligência artificial, a inteligência é artificial ou natural? Há duas inteligências? São duas formas do mesmo, ou são coisas diferentes? O que é inteligência? Como podemos ficar em discussão por toda a eternidade sem, possivelmente, chegar a acordo, ponhamos de outro modo: inteligência é aquele atributo que juntamente com o livre-arbítrio constitui a consciência.

NOTICIÁRIO DE OUTUBRO

Dias 4 e 5 – VII Congresso Nacional de Espiritismo (Viseu)

Trabalho apresentado pela ACBMI:
“Música e Espiritismo”



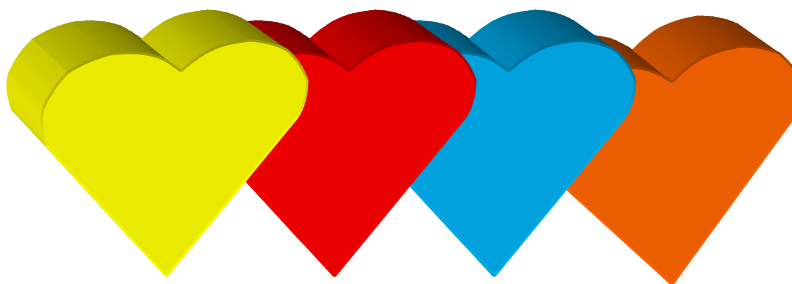
Dia 23: 3º aniversário da ACBMI

Uma receita para a caridade (Oferta do DIJ a todos os leitores)

Circule esta receita, prepare a sua e passe a palavra.

Ingredientes:

- 500kg de solidariedade
- * 200kg de amor
- * 700k vontade de ajudar
- * 500kg bondade
- * 400kg carinho
- * 550kg de alegria
- * 400kg de amizade



Uma receita para a vida, combine harmoniosamente os 500kg de solidariedade com o sentimento que o faz mudar, o amor (200 kg). Leve com cuidado e vigilância o preparado ao lume, assim que levantar fervura, misture os 500kg de bondade, num recipiente com forma de coração, untado com amizade e polvilhada com muita alegria.

Leve ao forno 45 minutos, não perca tempo enquanto o bolo coze, pode sempre efectuar uma leitura sobre o evangelho.

Por fim barre todo este bolo com alegria e muita dedicação.

Como sugestão de apresentação corte em fatias e partilhe com os que o rodeiam, com a boa vontade de ajudar.

Adoce a boca a todos os necessitados de um pouco de açúcar em suas vidas.

NOTA: Pode encontrar estes ingredientes todos no seu coração, procure-os, para isso basta que se conheça a si mesmo.

ENERGIA VITAL

Energia vital é aquela energia que envolve e penetra todo o corpo físico, transmitindo a cada órgão, a cada célula, a energia que a anima. Sem essa energia o nosso corpo não teria vida.

Ao longo dos tempos, essa energia tem sido rotulada com vários nomes, por povos diferentes. Não se trata, portanto, de nada descoberto recentemente. Os russos, nas suas pesquisas psíquicas, chamam-na de *bioplásmica*; Wilhelm Reich referiu-se a ela como *energia orgone*; os iogues da Índia oriental chamaram-na *pran* ou *prana*; Reichembach falou dela como *força ódica*; para os Kaunas ela é *mana*; Paracelso chamou-a *munia*; o termo comum chinês é *chi* ou *ki*; os manuscritos alquimistas falam de *fluido vital*; Erman descreveu-a como *força X*; Bruner chamava-a *energia biocósmica*; Hipócrates chamava-a *vis medicatrix naturae* (*força vital da natureza*). Tem ainda outros nomes, como bioenergia, energia cósmica, força vital, éter do espaço...

A energia vital tem-na todo o ser vivo, animal ou vegetal, pois é o que lhe dá vida.

A energia vital flui através do corpo como se estivesse seguindo um sistema circulatório invisível, carregando todas as células no seu caminho; por isso os centros de entrada de energia ou *chacras* principais devem estar sempre desbloqueados e limpos. Para isso contribuem bons pensamentos e bons sentimentos, boa alimentação, bons comportamentos e rectas acções.

A energia vital encontra-se no ar e é absorvida juntamente com o oxigénio. Existem no entanto lugares com cargas de energia vital muito elevada e outros em que quase não existe, como é o caso daqueles muito poluídos. Quanto aos lugares com maior quantidade dessa energia, são aqueles normalmente mais afastados das zonas povoadas, em florestas ou prados verdes, e principalmente junto a pequenos ribeiros ou riachos, onde conseguimos senti-la ao respirar, pois o ar torna-se semi-perfumado e como que sentimos a entrada de alimento em forma de energia, ajudando de imediato à melhoria da disposição geral, física e anímica.

Arlindo Pinho

