



A VOZ DE CATARINA

Publicação Mensal da Casa de Catarina - Janeiro de 2007

Rua Visconde de Figueiredo, 79 - salão 103 - Tijuca - Rio de Janeiro
www.casadecatarina.org.br - casadecatarina@yahoo.com.br

▶ COMECE O DIA

por Aluneiry Elferr Albuquerque Silva

Comece o dia na paz e Luz da Oração. A mentalização positiva é uma ferramenta indiscutivelmente poderosa em nossas realizações, que nos propiciam ambiente para as conquistas. Ores, ao acordar, envolvendo todo o seu dia em coragem e paz. Preparando-te para os possíveis tormentos passageiros que possam aparecer, treinando, assim, conhecer-te melhor. A cada instante em que buscamos nos preparar para as ocasiões onde seremos testados quanto a nossa paciência, determinação, indulgência, benevolência, caridade, estamos nos conhecendo melhor. Quando vamos nos preparar para um teste acadêmico de nossa escola, visamos toda a matéria a ser estudada, estudamo-la e estaremos preparados para respondê-la no momento propício, todavia, estudar uma só vez não basta, assim como, orar um só dia e nos preparar um só dia não bastam, haveremos de estar em constante preparatória para não cairmos na monotonia de ferir o próximo seja com palavras ou ações, e assim, conduzirmos nosso dia feliz e completo. A oração não se restringe em somente pensar, o nosso agir pode se transformar numa poderosa oração, desde que voltado para o bem, o respeito aos outros, a ajuda, enfim, praticando a caridade em sua mais vasta expressão. Começando o dia procuremos nos desarmar intimamente, desfazendo as amarras desditosas "do toma lá da cá". Não justificamos nossas ações ferindo primeiro, dizendo que o outro iria nos ferir, por isso, tomamos a iniciativa de agir primeiro. Ao invés disso, procuremos entender, assim como nós queremos ser entendidos. O bom tratamento para com os outros propicia uma relação mais profunda de um dia nem vivido, é só experimentar!! Desarmados interiormente, seguramente agiremos melhor, mais brandos e compreensíveis para com todos. Se ainda encontramos em nossos caminhos quem agrida a outros, é por que ainda agredimos também. Mudando essa condição primária de existência, passando a conduta de um bom relacionamento, sentiremos um grande alívio de um dia completo, ao invés de ao anoitecer, compreendermos que nosso dia foi um manancial de frustrações. Procuremos, pela manhã, antes de fazermos qualquer de nossas atribuições, prepararmos para o dia que começa, pois, assim como queremos ter um dia repleto de paz e tranquilidade, existem outros tantos querendo a mesma coisa que nós. Nos vemos em maioria de nossos momentos de existência, preparados para ferir como verdadeiros guerrilheiros preparados



para a guerra, sem ao menos nos preocupar com o nosso próprio bem estar, pois, a cada desferida contra o próximo cravamos em nós mesmos grandes chagas de sofrimentos que muitas das vezes tarda a se fazer sentida, mas que o tempo não esquece, por isso, preparemos nosso coração para o dia que iremos ter.

Busquemos em nossas orações visar principalmente nossas dificuldades emocionais, de coração aberto sempre conseguimos pensar edificadamente, sem interrupções, por isso, não desperdicemos estes momentos, ainda que sejam breves, aproveitemos para nos preparar para as conquistas felizes e as derrotas desditosas, sabendo acima de tudo que tudo concorre para o progresso das criaturas. Não sejamos os primeiros a violar ou propiciar o mal, ao invés, procuremos produzir o bem e o amor, pois de lá viemos. Conversemos com o nosso irmão mais próximo que é o nosso espírito protetor, pedindo dele envolvimento para o dia e nos momentos em que nos sentirmos mais fraquejados e desanimados, pensemos nele, pois ele estará nos dando forças para que possamos desempenhar aquilo que propusemos para nós mesmos, e confiantes sigamos. Se nos ferirem, ao invés de projetar ações ou pensamentos de vingança, peçamos a ele, nosso Espírito protetor, que também envolva o irmão que nos fere, em muita paz, facilitando assim, a aproximação de seu amigo protetor também, para que lhe possa orientar.

▶ JESUS E A PRECE

Vendo estes que, a uma ordem de Jesus, o terrível obsessor deixara imediatamente o jovem, que dantes vivia metido em correntes, como louco indomável, aproximaram-se do Senhor, em particular, e indagaram:

"- Por que não pudemos nós expulsá-lo?"

"- Esta casta de Espíritos", respondeu

Jesus, "só se consegue expelir à força da oração..."

(Marcos, 9;14-29; Mateus, 17;14-21).

▶ A IMPORTÂNCIA DA ORAÇÃO

por Carlos Alexandre Fett

"Por isso vos digo: Todas as coisas que vós pedirdes, orando, crede que as haveis de receber e que assim vos sucederá" (Jesus Cristo, no Evangelho de São Marcos, Capítulo, versículo 24).

Jesus Cristo veio trazer uma nova religião, diferente de tudo que até então se tinha dito. Sua doutrina era baseada no culto interior e na modificação moral do homem. O Mestre Galileu nunca pediu para acendermos velas, cultuarmos imagens ou praticarmos qualquer outro ritual, pois "Deus é Espírito, e deve ser adorado em espírito e verdade".

Entendendo isso, percebe-se que um dos atos mais importante da Doutrina do Cristo é a oração. Ele mesmo nos ensinou como a fazer, dizendo: "E quando orais, não faleis muito, como os gentios; pois cuidam que pelo seu muito falar se-rão ouvidos. Quando orais, não haveis de ser como os hipócritas, que gostam de orar em pé nas sinagogas, para serem vistos pelos homens". Estes trechos estão no Evangelho de Mateus, Capítulo 6, versículos 5 a 8.

Conforme estes ensinamentos, a oração se torna um ato interior do homem, pois é uma relação íntima da criatura com o Criador. Pede o Mestre para darmos mais importância ao sentimento que emana da prece do que às palavras. Não adianta orarmos muito e mecanicamente, como geralmente se faz, pois as coisas externas pouco significam para Deus e sim as que provêm do nosso coração.

Através da prece podemos nos dirigir a Deus de três formas: pedindo, louvando e agradecendo. Vamos entendê-las:

PEDIR: no trecho do Evangelho de Marcos que colocamos no início, Jesus fala que tudo o que pedirmos através da oração haveremos de receber. Temos que entender direito o que Ele quis dizer, pois o Pai Celestial sabe antes e melhor do que nós o que necessitamos. Mas, então, porque iremos pedir? Jesus assim aconselha porque, pedindo pela prece, nós nos colocamos numa posição de submissão em relação ao Alto. Essa atitude de humildade dará condições ao nosso Espírito de receber as boas influências provindas de Deus. Inspirações que nos levarão a vencer com mais tranquilidade e esperança nossas dificuldades ou as daqueles que amamos.

LOUVAR: Deus não precisa que nós O louvemos. Nele, não encontramos o desejo de grandeza, pois por Si só já é

onipotente. Precisamos, sim, quando orar-mos, entender esta condição do Pai, que a tudo criou. Louvá-Lo não significa adúlá-Lo, bajulá-lo, mas sim, reconhecer Sua justiça. Isso fortalecerá nossa fé nos seus desígnios.

AGRADECER: é de vital importância o agradecimento por tudo o que temos na nossa vida. Se formos fazer uma análise fria do que nos cerca, iremos perceber que temos muito mais coisas boas que dificuldades. Agradecendo pela comida que nos mantém vivos; pela roupa, a casa e o trabalho; e ainda por termos uma família, amigos e a oportunidade do lazer. Lembremo-nos que apesar de parecerem coisas corriqueiras na vida de todos, há muitos que por vários motivos não as têm. Embora Deus não precise de agradecimentos, ao reconhecermos Sua ajuda, estaremos nos predispondo a continuar recebendo-a, pois o grande beneficiado pela prece somos nós mesmos.

Jesus Cristo nos ensinou uma única oração: o Pai Nosso, que está no Sermão do Monte, dos Evangelhos. Esta prece contém tudo o que é necessário para a criatura entrar em contato com o Pai. Mas temos que fazê-la transformando as suas palavras em sentimentos, não ape-nas repetindo-as. Se você acha difícil o Pai Nosso, ore de outra forma. Simplesmente converse com Deus, falando de suas dores, de seus sofrimentos. Com certeza, seus problemas serão ouvidos e, na medida de sua fé, solucionados.

➤ **MAS AFINAL, O QUE É A PRECE?**

Poderíamos dizer que a prece é uma projeção do pensamento, a partir do qual irá se estabelecer uma corrente fluídica cuja intensidade dependerá do teor vibratório de quem ora, e nisto reside o seu poder e o seu alcance, pois nesta relação fluídica o homem atrai para si a ajuda dos Espíritos Superiores a lhe inspirar bons pensamentos. Por que pensamentos? Porque são a origem da quase totalidade de nossas ações. (Primeiro pensamos depois agimos).

Poderíamos dizer também que a prece é uma invocação e que por meio dela pomos o pensamento em contato com o ente a quem nos dirigimos.

A prece é a expressão de um sentimento que sempre alcança a Deus, quando ditada pelo coração de quem ora.

Pode-se orar para si ou para outrem.

O Espiritismo faz compreender a ação da prece explicando o processo da transmissão do pensamento: quer o ser por quem se ora venha ao nosso chamado, quer o nosso pensamento chegue até ele.

Para compreender o que se passa nessa circunstância, convém considerar todos os seres, encarnados e desencarnados, mergulhados no mesmo fluido universal que ocupa o espaço, como neste planeta estamos nós na atmosfera. O ar é o veículo do som com a diferença que as vibrações do ar são circunscritas ao planeta Terra, ao passo que as do fluido universal se estendem ao infinito.

Então, logo que o pensamento é dirigido para um ser qualquer na Terra ou no espaço, de encarnado a desencarnado, ou vice-versa, uma corrente fluídica se estabelece de um para o outro, transmitindo o pensamento, como o ar transmite o som. A energia da corrente está na razão da energia do pensamento e da vontade. É por esse meio que a prece é ouvida pelos espíritos onde quer que estejam; que eles se comunicam entre si; que nos transmitem as suas inspirações; que as relações se estabelecem a distância, etc.

Esta é sua visão científica.

➤ **O QUE PEDIR?**

Em Mateus C26:V39, há a passagem amarga do Cristo, que antecedia as suas dores supremas no calvário, onde Ele nos diz: "Pai, se quiserdes, afasta de mim este cálice, mas acima de tudo faça-se a Tua vontade e não a minha". Demonstrava-nos o Mestre que as Leis Naturais são sábias e justas e que são aplicadas indistintamente. Assim, não peçamos "milagres ou prodígios", mas tão somente forças para suportar aquilo que não está ao nosso alcance mudar, paciência, resignação, fé e coragem.

➤ **FORMAS DA PRECE**

A prece deve ser curta e feita em segredo, no recôndito da consciência e em profunda meditação. Preces prolongadas ou repetidas, tornam-se cansativas, sonolentas e, muitas vezes, delas não participam o pensamento e o coração.

Assim, a condição da prece está no pensamento reto, podendo-se orar em qualquer lugar, a qualquer hora, a sós ou em conjunto, em pé, deitado, de luz acesa ou apagada, de olhos abertos ou fechado; desde que haja o recolhimento íntimo necessário para se estabelecer a sintonia harmoniosa. Por isto a importância do sentimento amoroso, humilde, piedoso, livre de qualquer ressentimento ou mágoa, dessa maneira o homem irá absorver a força moral necessária para vencer as dificuldades com seus próprios méritos.

➤ **EFICÁCIA DA PRECE**

Existem aqueles que contestam a eficácia da prece, alegando que, pelo fato de Deus conhecer as necessidades humanas, torna-se dispensável o ato de orar, pois sendo o Universo regido por leis sábias e eternas, as súplicas jamais poderão alterar os desígnios do Criador. No entanto, o ensinamento de Jesus vem esclarecer que a justiça divina não é inflexível a ponto de não atender os que lhe fazem súplicas. Ocorre que existem determinadas leis naturais e imutáveis que não se alteram segundo os caprichos de cada um. Porém, isso não deve levar à crença de que tudo esteja submetido à fatalidade. O homem desfruta do livre-arbítrio para compor a trajetória de sua encarnação, pois Deus não lhe concedeu a inteligência e o entendimento para que não os utilizasse.

Existem acontecimentos na vida atual aos quais o homem não pode furtar-se; são conseqüências de falhas e deslizes de passado que necessitam de reajustes; é a aplicação da Lei de Causa e Efeito e isto explica porque alguns alegam que pedem benefícios a Deus, mas que nunca são concedidos; o que parece, a princípio, contrariar o ensinamento de Jesus citado em Marcos C11:V24 "O que quer que seja que pedirdes na prece, crede que obtereis, e vos será concedido".

Muitas coisas que na vida presente parecem úteis e essenciais para a felicidade do homem, poderão ser-lhe prejudiciais e esta é a razão por que elas não lhe são concedidas. Contudo, o egoísmo e o imediatismo não permitem que ele perceba com exatidão a eficácia da prece.

Porém, seus efeitos ocorrem segundo os desígnios divinos: A curto prazo na medida em que consola, alivia os sofrimentos, reanima e encoraja; a médio e longo prazo porque pelo pensamento edificante dá-se a aproximação das forças do bem a restaurar as energias de quem ora.

Àquele que pede, Deus está sempre pronto a conceder-lhe a coragem, a paciência, a resignação para enfrentar as dificuldades e os dissabores inerentes à natureza humana, com idéias que lhes são sugeridas pelos Espíritos benfeitores, deixando-nos contudo o mérito da ação, e isto porque não se deve ficar ocioso à espera de um milagre, pois a Providência Divina sempre ampara os que se ajudam a si mesmos, como asseverou o Mestre: "Ajuda-te e o céu te ajudará".

Portanto, de tudo o que foi dito anteriormente, podemos concluir que a eficácia da prece está na dependência da renovação íntima do homem, em que deve prevalecer a linguagem do amor, do perdão e da humildade para que ele possa assim, de coração liberto de sentimentos negativos, agradecer a Deus a dádiva da vida.

➤ **EXPEDIENTE**

ANO: 2007 - **EDIÇÃO:** MARÇO

TEXTOS, PESQUISA E DIAGRAMAÇÃO:

Carlos Alberto

COLABORAÇÃO ESPECIAL NESTA EDIÇÃO:

Nilo Mattoso

ARTE FINAL:

Fábio

SUPERVISÃO:

Luciene

SITE:

www.casadecatarina.org.br

EMAIL

zeus@olimpo.com.br

CONFIA e SEGUE. ORA e VIGIA.