

# Sinans

de FIGUEIRA

Janeiro a abril de 2005

nº 7

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

O místico prático.....	3	Programação anual 2005 .....	6	A propósito do câncer.....	11
O uso correto do tempo.....	4	Práticas nas fazendas.....	8	Irldin Editora.....	12
Perguntas a Trigueirinho .....	5	As quatro etapas da nossa evolução 9		Pensamentos diários.....	Encarte

## A busca da perfeição

A perfeição é inerente ao nosso ser e, de uma maneira ou de outra, a certa altura somos levados a conscientemente aspirar a ela. Buscá-la é um processo riquíssimo, de descobertas contínuas, em que vamos pouco a pouco nos adestrando. Sem dúvida, exige persistência. Mas, ao contrário do que muitos pensam, a perfeição não é algo a ser construído ou acrescentado. É a própria essência da vida, a que chegamos pelo despojamento e pela simplicidade. Para isso é preciso silêncio diante do que nos é desconhecido.

No profundo de nós mesmos existe um modelo que corresponde à idéia original que nos trouxe ao mundo. Para reconhecer esse modelo temos de nos desidentificar da natureza humana, isto é, temos de saber que não somos as forças instintivas, emocionais e mentais. Nossa consciência transcende tudo

isso. E aqui está uma chave importante: esforçarmo-nos nessa direção, mas sem contar com resultados.

Se nos mantivermos nessa disposição, notaremos surgir em nós uma força, um movimento interior que vai tomando o lugar da luta. Embora esforço seja necessário e gere tensão positiva, em que permanecemos sempre prontos a acolher essa intervenção superior, cabe-nos observar até que ponto temos de exercê-lo e até que ponto essa ação interna teve início. E, também, até que ponto outras energias, cósmicas, já estão colaborando nesse processo. Vamos então, cada vez mais, deixando-nos guiar por um sentido interior. Isso é possível hoje como nunca antes, e imensa é a ajuda disponível para os que realmente se voltam para a luz.

Assim, podemos estar em contínua invocação. O pensamento

se torna magnético, uma vez que surge de uma aspiração impessoal. Deixamos de usar a sua força de maneira egoísta e nos aproximamos de um pensamento criativo, que ao se dirigir a um ser ou a um objeto pode trazer à tona a perfeição que mora ali dentro.

É conhecida a história de um ser evoluído que à beira de um caminho deparou com um animal morto em avançado estado de decomposição. Ao olhar para aquele corpo que a todos causava repulsa, disse apenas: “Que belos dentes!”, como se nos mostrasse o que fazer com as pessoas, com as coisas e com tudo. Isso não quer dizer que não perceberemos o que estiver degradado ou desordenado. Veremos também isso, mas apenas de relance, e nosso pensamento logo tomará outra direção. □

# Nova etapa

**D**esde janeiro de 1996 temos ofertado periódicos com temas de cunho espiritual. Por intermédio deles, expressamos lampejos da instrução e do conhecimento esotérico do passado e buscamos assinalar rumos para o contato consciente com os níveis suprafísicos da existência.

A partir de agora publicaremos predominantemente textos e depoimentos de participantes efetivos deste centro espiritual e notícias sobre as atividades que nele se desenvolvem. No presente número procuramos selecionar assuntos condizentes com as necessidades do grande grupo de colaboradores e estudiosos de vários países que nos acompanham e informamos sobre misticismo prático, uso correto do tempo, diferentes etapas do Caminho, atitude a cultivar perante uma enfermidade e vida de serviço, equilíbrio e harmonia.

Apresentamos também algo do nosso convívio com os reinos da Natureza, tão vivos nas fazendas onde este centro se manifesta. Delicadas são as mensagens que esses reinos trazem a todos os que sabem ouvi-las. Podem ecoar unidas à voz silenciosa da alma de cada um.

Esperamos que a atual fase deste boletim corresponda à aspiração do leitor, que vá ao seu encontro e a vive sua disposição a acolher os impulsos que continuamente lhe são enviados do Alto.

A Redação

*Sinais*

de FIGUEIRA | ano 3 nº 7

PUBLICAÇÃO QUADRIMESTRAL DE DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

IRDIN EDITORA LTDA.

CNPJ 01.303.476/0001-64

Telefax (55 35) 3225-2103 info@irdin.com.br

**BRASIL** : editor Ana Maria Freitas MTb 15.670-SP  
tiragem 100 mil exemplares em português  
impressão Gráfica e Editora O Lutador (Belo Horizonte MG)

**ARGENTINA** : editor Angelita B. de Rodríguez  
tiragem 16 mil exemplares em espanhol  
impressão Agencia Periodistica Cid  
Diario del Viajero (Buenos Aires)

PARA RECEBER SINAIS, BASTA SOLICITÁ-LO.

FIGUEIRA



ano 18

## FIGUEIRA

Centro espiritual que presta serviços informalmente, sem constituir sociedade, seita nem instituição. Suas atividades são realizadas por voluntários e mantidas por doações espontâneas.

Caixa Postal 29 CEP 37225-000

Carmo da Cachoeira/MG Brasil

Tel. (55 35) 3225-1293 (das 6h30 às 20h)

Fax (55 35) 3225-1428 (a qualquer hora)

- EXTENSÕES DE FIGUEIRA**
- no Céu Azul
    - Rua Astolfo Bueno, 20
    - Belo Horizonte/MG CEP 31545-350
    - Tel. (31) 3496-1019
  - na Granja Vianna
    - Rua Otelo Zeloni, 333
    - CEP 06351-160 Carapicuíba/SP
    - Telefax (11) 4169-8118
  - em São Carlos
    - Rua Abraão João, 1114
    - Jd. Bandeirantes São Carlos/SP
    - CEP 13562-150
    - Tel. (16) 3307-6790
- OUTROS CONTATOS**
- ATIBAIA – SP (DDD 11)
    - Maria Helena Rolli 4412-4937
  - BELO HORIZONTE – MG (DDD 31)
    - Elizabeth Picorelli 3332-4579
    - Maura Julieta 3344-3960
    - Walma Gomide 3225-4098
  - BRASÍLIA – DF (DDD 61)
    - Helena Gonçalves 568-1241
    - Maria Lúcia Tourino 272-3541
    - Neyde Barreto 242-3639
  - CAMPINAS – SP (DDD 19)
    - Adriana Aggio 3258-8900
    - Maria de Lourdes 3243-5732
    - Ana Teresa 3287-7889
  - CAMPO GRANDE – MS (DDD 67)
    - Cristiane Esteves 324-5642
  - CURITIBA – PR (DDD 41)
    - Maria Helena Matte 273-4433
  - FLORIANÓPOLIS – SC (DDD 48)
    - Livia Tauil 338-1202
  - FORTALEZA – CE (DDD 85)
    - Ângela Magalhães 265-1823
    - Cairamir Arruda 273-6304
  - GOV. VALADARES – MG (DDD 33)
    - Clewerthon Cabral 3275-6949
  - JUNDIAÍ – SP (DDD 11)
    - Valderez D'Angel 4601-2251
  - LONDRINA – PR (DDD 42)
    - Lia Mertzig telefax 3334-2165
  - MONTE CLAROS – MG (DDD 38)
    - Dolores Dias 3222-6498
  - PORTO ALEGRE – RS (DDD 51)
    - Lúcia Sirangelo 3221-2571
  - RECIFE – PE (DDD 81)
    - Lenilza Cabral 3459-4332
  - RIBEIRÃO PRETO – SP (DDD 16)
    - Giselda Barban 625-5224
  - RIO DE JANEIRO – RJ (DDD 21)
    - Vera Beatriz
    - telefax 2537-3001/2539-0393 (com.)
    - Cléia Castro 2541-5509
    - Vera Elian 2239-3670
  - SALVADOR – BA (DDD 71)
    - João Dersulino 351-9268
  - SÃO CARLOS – SP (DDD 16)
    - Roberto Paterlini 3371-0299
  - SÃO PAULO – SP (DDD 11)
    - Denise Fernanda 3501-1332
    - Gizelda Ladeira telefax 3816-6889
    - Leila Aravechia 3865-4630
    - Lúcia Drumond 3722-4448
  - VITÓRIA – ES (DDD 27)
    - Léa Regina 3345-0528
- EXTERIOR**
- Argentina (DDI 54)
    - BUENOS AIRES (DDD 11)
      - Angelita B. de Rodríguez
      - 4832-8528 2ª à 6ª de 16 às 19h
      - Leticia Nizzero telefax 4791-0078
    - POSADAS (DDD 3752)
      - Sara Gutiérrez 45-8646 fax 42-7570
    - CÓRDOBA (DDD 351)
      - Graciela Suárez telefax 471-0077
  - Austrália (DDI 61)
    - SIDNEY (DDD 2)
      - Isabel Portaro 9726-2408
  - Chile (DDI 56)
    - SANTIAGO (DDD 2)
      - Trinidad Varas Cuevas 231-4060
  - Espanha (DDI 34)
    - BARCELONA (DDD 93)
      - Carmen Sanchez 437-4009
    - CASTANAR DE IBOR (DDD 92)
      - Antonio Bernal 755-4729
  - Estados Unidos (DDI 1)
    - TAHLEQUAH (DDD 918)
      - John Cutrell 431-0260
    - TRUMANSBURG (DDD 607)
      - Alan Berkowitz 387-3789
      - fax 387-9615
  - Inglaterra (DDI 13)
    - BERKS (DDD 4)
      - Cecilia Tavares 488-4744
  - Paraguai (DDI 595)
    - ASSUNÇÃO (DDD 21)
      - Maria Epifania 48-0297
  - Portugal (DDI 351)
    - COLARES (DDD 96)
      - Ana Sofia 825-1890
    - OEIRAS (21)
      - Margarida Pereira 441-4869
    - PORTO (DDD 22)
      - Maria Helena e José Pimentel
      - 600-9460 fax 600-9461
  - Venezuela (DDI 58)
    - CARACAS (DDD 414)
      - Nancy Rodriguez 256-0646

Para vir a FIGUEIRA ou a uma de suas extensões, contate-nos previamente.

# O místico prático

Estudo em Figueira • **Resumo**

## Trigueirinho

*Escritor, conferencista, membro fundador de Figueira*

O misticismo é uma fase da evolução humana e por ela todos, mais cedo ou mais tarde, temos de passar. É um dos processos de aproximação à alma, núcleo profundo e elevado do ser.

A certa altura da evolução, a nossa pessoa externa é atraída pela alma. A união com esse núcleo é então aos poucos desejada, e a atenção da personalidade se volta para ele. É aí que começa o misticismo. Sentimentos, pensamentos e ações interagem e se juntam em busca de algo maior.

Assim, pouco a pouco a personalidade vai tendo suas forças reunidas e controladas pela alma e se aproxima cada vez mais dela. E o misticismo vai crescendo. Quando por fim a personalidade é absorvida na alma e se deixa coordenar totalmente por ela, termina o que se chama misticismo e tem início outro processo: o da união com a mônada, núcleo ainda mais elevado do ser.

Durante a fase do misticismo, a alma vai-se revelando cada vez mais à personalidade. Procura influir de forma que seja percebida, para que o eu externo possa seguir suas indicações e colaborar com o trabalho que ela está fazendo. Desse modo, os anseios profundos do místico revestem-se das coisas que ele mais ama. Se, por exemplo, tem um ser avançado como objeto de inspiração, a alma pode apresentar-se a ele em sonhos sob as vestes daquela personagem, visando a orientá-lo com mais facilidade.

Mas é preciso cuidado para que nessa etapa do misticismo não se criem fantasias. Quem entra no caminho místico deve saber desde o início que seu destino é a vida imaterial e que não deve contar com proteções especiais nem com favores das energias superiores, pois isso encheria a sua vida de quimeras.

O verdadeiro místico não procura consolo nem paz para si mesmo. À medida que ascende, compartilha o seu estado de alegria e bem-estar. Verte sobre a vida planetária o que lhe vem do mundo interior, embora nem sempre tenha consciência de estar fazendo isso. Se sua busca é de união superior, tudo o que lhe sucede reverte em ações benéficas.

O místico não retém as graças que recebe. Mesmo que viva uma experiência profunda e importante para si, entrega-a ao Alto com desapego e a deixa fluir sem alimentar desejo de continuá-la. Sua principal função é a de irradiar para todos o que está desenvolvendo em si.

O místico deve permanecer tranqüilo, neutro e impassível. Assim, por seu intermédio a alma pode canalizar energias. É importante frisar que ele trabalha de maneira efetiva também na vida externa, e pode-se ver que sua atuação é bem mais convincente e forte que a das pessoas comuns.

O misticismo autêntico é o dos dispostos a persistir, mesmo que nada de sobrenatural estejam percebendo. Há casos em que o místico nem mesmo sabe que é místico. Atravessa longos períodos sem ter sinal algum da vida interior. Mas persevera, sem nada ver, nada saber e nada sentir dos mundos superiores. Mantém-se paciente, voltado para



a alma. É observador e sabe valorizar o que de positivo vai acontecendo em sua vida, sem se esquecer de que a maior parte da sua atenção deve estar nos fatos interiores, ainda que deles não tenha indícios.

Tal místico não despreza solicitações externas e está pronto a servir, sem perder sua sintonia com o mundo interior. Sua necessidade é a de ir para dentro de si, e precisa aprender a fazer isso sem deixar de realizar o que lhe cabe no plano material. Esses místicos práticos são uma grande força para o mundo.

O místico prático lida com as leis da matéria em um nível que não podia atingir enquanto era uma pessoa comum. Cura, transforma, transmuta, purifica, regenera, constrói coisas novas, destrói as ultrapassadas.

No exercício do misticismo, seu ego vai sendo transcendido e sua vida vai se polarizando em núcleos superiores do próprio ser e do universo. Deixa de ser uma vida de deduções, reflexões e ilações mentais.

Quando o misticismo começa a crescer em alguém, é normal que despontem nele o orgulho e a vaidade. Costumam ser muito mais fortes que os das pessoas comuns e, não raro, vêm camuflados. Além disso, nesse caminho há que se ter cuidado com a imaginação, porque se torna também mais forte. Os pensamentos e sentimentos emitidos passam a atuar de maneira mais incisiva e magnética no campo mental e no astral planetários. Os conceitos formados sobre as pessoas podem influir nelas. O místico, consciente de tudo isso, busca purificar-se e dirigir-se decidido para a sua autêntica tarefa.

O místico prático tem de sintetizar sua experiência nos diferentes planos de consciência, fundi-los. Este é um dos seus trabalhos de hoje: manifestar algo que reúna sentimento, mente e alma. O resultado já não é tão pessoal, mas muito mais abrangente. É uma expressão universal, receptiva e intuitiva. Os místicos práticos não se submetem ao tempo material do mesmo modo que as pessoas comuns.

*Continua na pág. 10*

# O uso correto do tempo

Estudo em Figueira • **Resumo**

## Morris Safdié

Membro do Conselho de Figueira, coordenador do núcleo em São Paulo, economista

Muitas vezes ouvimos as pessoas afirmarem: "Gostaria que o dia tivesse 48 horas para dar conta de tudo o que tenho de fazer" ou então: "Não tenho tempo, estou muito ocupado". Porém, nunca ouvimos seres evoluídos dizerem que não têm tempo para resolver alguma coisa. Por quê?

Sri Aurobindo disse: "Se você for impulsionado pelo ego, pelo desejo pessoal, o tempo lhe será um elemento obstrutor, um inimigo, mas se você tiver aspiração verdadeira, se estiver receptivo ao Divino, consagrado ao Divino, o tempo se converterá em instrumento. Você começará a conseguir coisas, e avançará cada vez mais com a passagem do tempo".

Podemos perceber que o tempo tem várias dimensões. Existe a dimensão material, do relógio, do calendário, das agendas, que podemos chamar de tempo externo. E existem outras, internas, imateriais. Por exemplo, quando estamos no meio de um engarrafamento de trânsito numa cidade grande, cinco minutos se arrastam e parecem muito longos. Mas quando estamos contemplando um pôr-do-sol, esses mesmos cinco minutos têm valor completamente diferente. Vê-se então que para a percepção subjetiva o tempo pode se contrair ou expandir, conforme nosso estado de espírito. Trata-se da vivência de uma dimensão interna do tempo, diferente daquela do tempo do relógio. Temos certa familiaridade com isso, embora nem sempre prestemos muita atenção ao fato. Enquanto o tempo do relógio é linear e está fora de nós, esse outro tempo está dentro de nós e depende da nossa atitude e sintonia.

Se pensamos não ter tempo para nada é sinal de que ainda estamos presos ao esquema material das coisas e das situações e de que não permitimos à energia da alma fluir em nós e por nosso intermédio. Não ter tempo é ser escravo de ritmos alheios, de condicionamentos, de programas. Mas podemos liberar-nos disso sem deixar de cumprir nossas tarefas.

A primeira providência a tomar é a

de planejar o dia, a semana e, em alguns casos, o mês. E a partir daí ter clareza sobre as prioridades. Precisamos nos perguntar: "Qual é a prioridade da semana? E a de hoje? O que preciso alcançar, o que estou buscando? Qual é a minha meta?"

Ao procurar gerenciar o tempo da melhor forma possível, vamos ver que, conforme nossa meta, há atividades mais importantes e outras menos importantes. E veremos também que algumas são urgentes, enquanto outras não.

Estudos sobre esse tema mostram que se desempenhamos só atividades urgentes e importantes, se ficamos o tempo todo resolvendo crises e problemas, é sinal de que nos está faltando planejamento. Se, por outro lado, nos delongamos em atividades pouco importantes, desperdiçamos tempo. O ideal seria nos aplicarmos em atividades importantes e não urgentes. Assim poderíamos identificar oportunidades, planejar, e dessa forma evitar futuras urgências. Esse é um preceito prático que nos pode ajudar.

Contudo, o segredo não está no planejamento em si, mas na clareza quanto às prioridades. Sem ela, é difícil lidar com o tempo de forma correta. E só poderemos saber o que é mesmo prioritário se formos muito bem ordenados.

Algumas pessoas, ao despertarem de manhã, procuram ver tudo o que têm a fazer no dia. E às vezes vêm que são muitas as tarefas, mais do que caberia em seu programa. Porém, ao ofertarem o dia ao seu eu superior e ao se aquietarem diante desse quadro, vendo-o com desapego e distanciamento, enxergam que só há ali duas ou três tarefas de fato essenciais. Todo aquele acúmulo se desfaz e resta o que é realmente para ser feito. E com maior facilidade essas pessoas serão instrumentos para a obra do eu superior.

Pode ocorrer que, depois de planejarmos o dia e estabelecermos da melhor forma possível as prioridades, aconteça algo fora desse esquema. Devemos então perceber se aquilo é real, se deve mesmo ser atendido. Se estivermos conectados com nosso nível intuitivo e recebermos dele uma

indicação, poderemos com tranqüilidade sair do esquema previsto.

Na nossa organização, é da maior importância não ficarem pendências. Tudo o que temos de fazer hoje, não deixemos para amanhã. Se estivermos em dia, sem atrasos, poderemos nos concentrar melhor em cada momento. E o presente é sagrado, é tudo. Toda a nossa vida entra em harmonia e fatos inusitados começam a suceder, como o de uma pessoa pedir-nos ajuda e vermos os compromissos marcados se desfazerem por si mesmos para permitir-nos atender aquela necessidade. Mas se ficarmos sempre correndo atrás das coisas, na ilusão de estarmos atarefados demais, o que é verdadeiramente importante não virá porque não nos encontrará receptivos.

Para lidarmos bem com o tempo material precisamos estar bem atentos ao que se passa. Por exemplo, enquanto conversamos com alguém, será que permanecemos inteiros ouvindo a pessoa ou já ficamos pensando no que vamos fazer depois? É essencial observarmos isso.

Se a alma permeia o que fazemos, entra em ação uma energia maior, que dá outra qualidade ao cotidiano. E se pode, como disse Paul Brunton, "fazer de cada ato uma reverência à vida". Devemos reconhecer que todas as coisas têm valor, que nada deve ser banalizado. E passamos então a ser mais precisos, porque não ficamos antecipando com a mente o que vem em seguida. Tudo isso nos ajuda a entrar em outro ritmo, a fazer uso correto do tempo.

Mas para estarmos inteiros no momento, desapegados dos resultados da ação, não podemos ter dúvida de que aquela é a prioridade. Se houver dúvida, ficaremos divididos e a energia não fluirá. Vem a sensação de estar faltando algo. É aí que vamos prolongando inutilmente uma atividade. Do contrário, se soubermos ser aquela a prioridade e permanecermos concentrados no momento, tudo acontecerá e não haverá divisão. Se tivermos certeza de que devemos estar ali, nada mais contará. Poderá então ocorrer de a percepção do tempo externo deixar de existir e de entrarmos

Continua na pág. 10

# Perguntas a Trigueirinho

## **Como fazer se não agüentar a crise pela qual estiver passando?**

Nossas crises são sob medida para nós. Não há as que não podemos superar. Porém, a mente costuma sobrecarregar as crises com comentários inúteis. Aí elas ficam insuportáveis. As crises vêm para que nos desenvolvamos. Mas se a mente começa a inventar, a elucubrar, a colocar peso sobre a situação, tudo então fica difícil.

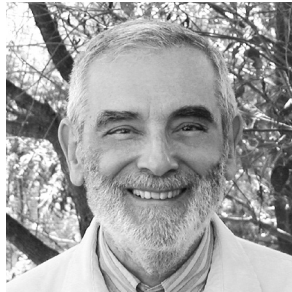
Para passarmos bem por uma crise e amadurecer é básico cultivar a atitude de aceitação. Aceitar o que se apresenta, sempre indagando que transformação está sendo requerida de nós. Uma crise pode trazer benefícios e assinalar evolução. Se nos dedicarmos ao serviço e deixarmos de pensar nela, quando menos esperarmos estará superada. O serviço altruísta, por exemplo, atrai a energia da alma, que é curativa e ajuda a transcender as crises.

## **Ao que posso atribuir os desconfortos e as dores físicas?**

Muitos dos desconfortos e das dores físicas que temos resultam da falta de fluência da energia da alma nos corpos. É ela que cura. Podemos fazer diferentes tratamentos, seguir diferentes métodos, mas devemos saber disso. Façamos tudo o que tivermos de fazer, mas não nos esqueçamos de deixar fluir essa energia. Isso significa não ter pensamentos contrários ao amor.

## **Como dissolver a violência incorporada em nossa mente e até mesmo em nossas células físicas, quando estamos rodeados por tanta violência no mundo?**

Para nos curarmos da violência temos de contar com a Graça, energia superior que provém de núcleos internos do nosso ser e transcende o carma material. Essa cura, hoje, dispõe de muita ajuda nos níveis suprafísicos. Nossa receptividade à transformação pode ser determinante nesse auxílio.



E, com respeito à relação com o mundo, é importante o empenho em não aderir à violência. Isso significa ter maior cuidado com os pensamentos e sentimentos, procurar elevá-los. Impor nossa vontade sobre outrem, por exemplo, é uma forma de violência.

## **Que é estar a serviço?**

Enquanto em nossas atividades fluírem apenas forças humanas, estaremos simplesmente trabalhando. Estaremos servindo quando a energia da alma passar a fluir na nossa ação. O serviço é a vocação da alma.

Não somos nós os servidores, mas sim a alma que habita em nós. Por isso é tão importante que cada ato nosso seja ofertado a ela; assim, uma conexão vai-se estabelecendo e a sua energia transcendente pode começar a emergir.

Refletimos sobre uma frase de São João da Cruz: "Pai, como estou agradecido por ter sido eleito para o Teu serviço!" Um ser a serviço agradece por isso, não importa o que esteja fazendo. Não se sente agraciado por estar realizando algum serviço agradável, importante ou que lhe seja adequado, mas simplesmente por estar a serviço.

Quando aceitamos o serviço e nos dedicamos a ele por inteiro, no seu desenvolvimento está incluído o nosso processo de aperfeiçoamento, a nossa cura.

## **E qual é a melhor maneira de ajudar o mundo?**

Ao elevarmos nossas vibrações, conseqüentemente elevamos as do ambiente e das coisas em torno. Se nossa consciência se amplia e se

passamos a agir em conformidade com isso, de nós emanam impulsos transformadores.

## **Como saber se o contato que estamos estabelecendo com planos sutis é evolutivo ou não?**

Pelo coração e pela intuição. Quando a consciência do coração se abre, ela começa a nos esclarecer. E, depois, nos conduz à intuição. Com ela ficamos mais livres. Coração e intuição, reunidos, são a mais segura fonte de informações. Antes de esmiuçar muito um assunto, coloque-o no coração e espere pela intuição. Assim, tudo poderá ficar claro.

Contudo, é bom saber que o mecanismo intuitivo não responde a curiosidades. Contempla a nossa íntima necessidade de evoluir e de servir ao mundo.

## **Por que hoje há tantas pessoas com medo?**

O medo decorre da falta de suficiente contato com o mundo interno. À medida que contactamos as áreas mais profundas do nosso ser esse sentimento vai-se dissolvendo.

Hoje os que estão tranquilos são exceção, porque na civilização atual tudo é feito para atrair as pessoas para fora, para exteriorizá-las. É, portanto, uma civilização que produz medo. Não pelo que está mostrando, mas por afastar as pessoas do seu centro de equilíbrio. A maioria se apóia no que a sociedade oferece: emprego, salário, bens materiais, seguro de vida. E, ao permanecerem sintonizadas com essas coisas, vêem sua insegurança aumentar. Quem só se volta para fora permanece no meio de um campo de batalha. Quando se dirigir para dentro de si mesmo é que atingirá um nível de existência sem conflitos.

# Programação anual 2005

FIGUEIRA é um centro de vida criativa, situado em área rural. Por ele somos estimulados a operar transformações profundas em nosso ser, desvinculados de doutrinas, seitas ou instituições. Nele aprendemos a colaborar com os semelhantes e com os reinos da Natureza. O cotidiano em FIGUEIRA é uma experiência grupal. Em todas as atividades procuramos, pelo serviço ao mundo, a transcendência de padrões ultrapassados e a livre expressão da alma. Aspiramos à harmonia, à cura e à entrega ao Alto para o bem do todo.

## ESTUDOS

O caminho espiritual como é trilhado hoje, o aspecto sutil da cura e da colaboração com a Natureza, o valor da nossa presença na Terra nestes tempos.

### Trigueirinho

- ▶ 17h quartas-feiras e sábados
- ▶ 11h30 domingos

### Clemente, Samuel ou colaboradores

- ▶ 6h quartas-feiras

### Artur

- ▶ 6h sextas-feiras (1ª e 3ª do mês)
- ▶ 9h vigílias mensais

## PRÁTICA DE MANTRAS

Mantras de Figueira são entoados em grupo ao alvorecer no primeiro domingo do mês.

## REUNIÃO DO MONASTÉRIO

A compreensão da vida monástica como um estado de consciência norteado por leis espirituais é ampliada pela reflexão, pela oração e pela receptividade a que as energias da alma permeiem as tarefas práticas e a vida como um todo. A reunião se realiza no segundo fim de semana do mês.

## VIGÍLIA MENSAL

Todo um dia – sempre a última quarta-feira do mês – dedicado ao estudo e ao silêncio. Aspectos nem sempre explícitos na palavra escrita dos livros de Trigueirinho são apresentados por ele, para que nos tornemos mais abertos à instrução viva que há dentro de nós. Veja, ao lado, a lista dos livros programados para este ano.

- ▶ 9h reflexão com Artur sobre temas correlatos
- ▶ 17h reflexão com Trigueirinho, e participação do Coral de Figueira

## PARTICIPAÇÃO NOS SETORES

Todos cooperam em atividades tais como: manutenção das casas, áreas externas, bosques, lagos e estradas; cultivo de ervas medicinais e plantios em geral; apiário; padaria e preparo de alimentos; costura; atendimento de necessitados; oficinas mecânicas. Fazem-se também retiros individuais e em grupo, interiorização no Labirinto, sono ao ar livre e vivência no Caminho Breve. Uma Vigília Permanente é mantida por pessoas que se revezam em oração silenciosa.

Nos encontros referidos no calendário, equipes são formadas para pesquisas, estudos e práticas:

**Manutenção e harmonia dos ambientes:** Marcenaria, pintura,

Janeiro	1º a 30	Fevereiro
	Ênfase aos trabalhos do Setor Manutenção e à harmonia dos ambientes	2 Dia de estudo
	2 Prática de mantras	4 Encontro com Artur
	5 Dia de estudo	6 Prática de mantras
	7 Encontro com Artur	9 Dia de estudo
	7 a 9 Reunião do Monastério	11 a 13 Reunião do Monastério
	12 Dia de estudo	16 Dia de estudo
	14 a 16 Encontro para atividades do Setor Plantios	18 Encontro com Artur
	19 Dia de estudo	18 a 20 Encontro para atividades do Setor Plantios
	21 Encontro com Artur	23 Vigília mensal
	21 a 23 Encontro dos grupos do Coral de Figueira	24 a 27 Práticas com alimentos
	26 Vigília mensal	25 a 27 Encontro para atividades da EAI
Maio	1º	Junho
	Prática de mantras	1º Dia de estudo
	4 Dia de estudo	3 Encontro com Artur
	6 Encontro com Artur	3 a 5 Encontro das Equipes de Irdin Editora, dos Sinais e da Difusão de Livros e Gravações
	6 a 8 Reunião do Monastério	5 Prática de mantras
	11 Dia de estudo	8 Dia de estudo
	12 a 15 Práticas com alimentos	10 a 12 Reunião Geral do Monastério
	13 a 15 Encontro para atividades do Setor Plantios	15 Dia de estudo
	18 Dia de estudo	17 Encontro com Artur
	20 Encontro com Artur	17 a 19 Encontro para atividades do Setor Plantios
	20 a 22 Encontro para atividades da EAI	22 Dia de estudo
	25 Vigília mensal	24 a 26 Encontro semestral da EAI
	27 a 29 Encontro da Rede de Serviço em Figueira	29 Vigília mensal
Setembro	2	Outubro
	Encontro com Artur	2 Prática de mantras
	4 Prática de mantras	5 Dia de estudo
	7 Dia de estudo	7 Encontro com Artur
	8 a 11 Encontro Geral de colaboradores que assumem tarefas específicas	7 a 9 Reunião do Monastério
	14 Dia de estudo	12 Dia de estudo
	16 a 18 Encontro para atividades do Setor Plantios	14 Encontro com Artur
	21 Dia de estudo	14 a 16 Encontro para atividades do Setor Plantios
	23 a 25 Encontro para atividades da EAI	19 Dia de estudo
	28 Vigília mensal	21 a 23 Encontro dos setores Saúde e Cura, Rede de Serviço e EAI, para trabalhos integrados
		26 Vigília mensal

Figueira presta serviços informalmente, sem constituir sociedade, seita nem instituição. Suas atividades são realizadas por voluntários e mantidas por doações espontâneas. Para vir a Figueira, contate-nos e aguarde a nossa resposta.



instalação elétrica e hidráulica, consertos de aparelhos eletro-eletrônicos. (Janeiro e julho)

**Plantios:** Cuidados com hortas e pomares, culturas de cereais e leguminosas, desenvolvimento de banco de sementes genuinamente naturais. (Ver datas no calendário)

**Equipe de Ação Imediata – EAI:** Suprimento das necessidades prioritárias de Figueira, socorro a situações prementes na região e treinamentos para momentos de emergência. (Ver datas no calendário)

## ENCONTROS DE SETORES

Cultivam-se a união e o aprimoramento dos colaboradores e atualizam-se as metas dos setores.

ABRIL: Plantios, Solo e Água, Reinos, Equipe de Ação Imediata – EAI

MAIO: Rede de Serviço

JUNHO: Irldin Editora, Sinais de Figueira, Difusão de Livros e Gravações

JUNHO e DEZEMBRO: Equipe de Ação Imediata – EAI

JULHO: Saúde e Cura

OUTUBRO: Saúde e Cura, Rede de Serviço, Equipe de Ação Imediata – EAI

NOVEMBRO: Plantios, Elaboração de Alimentos

## LIVROS A SEREM ESTUDADOS EM 2005

JANEIRO . . . . . Nossa Vida nos Sonhos

FEVEREIRO . . . . . A Morada dos Elisios

MARÇO. . . . . Padrões de Conduta para a Nova Humanidade

ABRIL. . . . . Os Números e a Vida

MAIO . . . . . O Novo Começo do Mundo

JUNHO . . . . . Novos Oráculos

JULHO . . . . . A Energia dos Raios em Nossa Vida

AGOSTO . . . . . Passos Atuais

SETEMBRO . . . . . Toque Divino

OUTUBRO . . . . . Aos que Despertam

NOVEMBRO . . . . . A Nave de Noé

DEZEMBRO . . . . . Profecias aos que Não Temem Dizer Sim

## O CAMINHO BREVE, AGORA NAS TERRAS DO SOL

A força e a beleza do ambiente natural sugerem-nos a vida consagrada. O Caminho Breve passa a ser a vida diária nas Terras do Sol, área de Figueira dedicada aos plantios e à introspecção.

*“O Caminho Breve fundamenta-se no completo olvido do ego, na polarização da mente e do coração na realidade interior. É a trajetória dos que se entregam exclusivamente ao Eu Supremo.” (Paul Brunton)*

## NOVAS UNIDADES DE SERVIÇO

A Rede de Serviço supre necessidades básicas – materiais e espirituais – de pessoas carentes. Filiadas a ela estão as **Casas do Serviço**, já atuantes nas cidades de **São Paulo** (SP) e de **Carmo da Cachoeira** (MG). Essas casas começam a firmar seus passos e a oferecer cada dia mais oportunidades, pois têm recebido grande apoio de seres de boa vontade, sensíveis à atual situação do mundo. Voluntários realizam trabalhos de costura, tear, atendimento terapêutico, distribuição de alimentos, roupas e remédios, entre outras atividades. Toda colaboração é bem-vinda. Há ainda muito que fazer!

► **São Paulo** SP tel.: 5574-6578

Rua Loefgren, 2106 Vila Clementino CEP 04040-003

► **Carmo da Cachoeira** MG tel.: 3225-1575

Rua Eugênio de Souza, 30 CEP 37225-000

Novas unidades estão sendo formadas em outras cidades. □

SECRETARIA DE FIGUEIRA

tel.: (55 35) 3225-1293 das 6h30 às 20h

fax: (55 35) 3225-1428

# Frutos de um coração

## Chara

Publicitária, colaboradora de Figueira

As bananas, frutos que há milênios alimentam o homem, podem deixar de existir, pois estão ficando cada vez mais vulneráveis às mudanças climáticas, pragas e doenças comuns em nossos dias. E a situação dos bananais se agrava mais ainda devido aos fortes agrotóxicos que vêm sendo utilizados pelos agricultores.

Para se manterem saudáveis, as bananeiras precisam de cuidados constantes ao longo do ano: limpeza das folhas secas, capinas, adubação, colheitas semanais e a chamada "condução", procedimento em que se retiram os brotos da touceira que estiverem em excesso e se deixam outros estrategicamente distribuídos, para que se tenha ao mesmo tempo um pé frutificando, outro crescendo, outro soltando as primeiras folhas e outro nascendo.

Após dar o cacho, a bananeira morre. Por isso é preciso sempre uma sucessora que cumpra a bela tarefa de frutificar. Nas bananeiras essa tarefa revela a sua nobreza, já que os frutos se formam dentro de um "coração" que se abre à medida que eles crescem.

De muitos modos podemos reconhecer, como seres humanos, o nosso papel em relação ao reino vegetal. Ao afinarmos a sintonia com realidades maiores, ele vai-se revelando, e em Figueira buscamos oferecer oportunidades e a correta atmosfera para tal desenvolvimento. Com essa intenção, estamos formando grupos para cuidar das bananeiras cultivadas aqui, grupos que podem reunir-se em qualquer época do ano. Pessoas de boa vontade, que amem o reino vegetal e estejam dispostas a servir, podem participar ritmicamente dessa tarefa com estudos, pesquisas e trabalhos práticos.



Coração da bananeira

## Isto é mato?

Certas plantas nativas que surgem em qualquer pedacinho de terra trazem uma mensagem para nós. Possuem valor nutritivo e propriedades que as hortaliças nem sempre têm. Esses "matinhos", como são chamados, podem, por exemplo, neutralizar os crescentes efeitos da poluição que intoxica o organismo humano, o que a maioria das hortaliças que levamos à mesa não faz, por terem sido muito alteradas.

Pesquisas mostraram que as hortaliças comuns acumulam água e carboidratos inativos em lugar de elementos vitais para o organismo e que as plantas nativas, de modo geral, têm mais vitamina C que elas. Em resumo: há matos que podem ser alimento mais rico do que os que temos normalmente, e muitos deles ainda são fáceis de encontrar. Podemos citar alguns exemplos:

### Beldroega

(*Portulaca oleracea*)  
Planta rasteira que nasce fácil em hortas e jardins. Tem folhas pequenas, carnudas e brilhantes, ricas em proteínas. Pode ser usada crua ou cozida.

### Caruru

(*Amaranthus flavus*)  
Planta que pode ser refogada ou usada crua, em saladas. É muito rica em ferro e indicada em especial para os que têm problemas de fígado.

### Dente-de-leão

(*Taraxacum officinale*)  
Conhecida erva medicinal, pode ser usada crua, em saladas. Ótima para o fígado e rica em ferro e potássio.

### Lírio-do-brejo

(*Hedychium coronarium*)  
Tem flores brancas, grandes, de aroma muito agradável. Na alimentação, usa-se o rizoma. Tem sabor semelhante ao do gengibre.

### Mentruz

(*Lepidium americanum*)  
Crua, em saladas, essa planta é ótimo remédio para bronquite e tosse. Tem sabor forte e picante. É encontrada só na primavera.

### Serralha-brava

(*Sonchus oleraceus*)  
Pode ser encontrada em volta de qualquer horta. Tem folhas serrilhadas, triangulares. Usa-se antes que dê flor, refogada ou crua, em saladas.

### Tanchagem

(*Plantago major*)  
As folhas picadas podem ser acrescentadas às sopas ou refogadas, como o espinafre. Contém vitamina K e ajudam na coagulação do sangue.

Levando em conta tantas qualidades, passamos a olhar as "ervas daninhas" com outros olhos e, em vez de ir capinando tudo sem pensar, notamos sua presença. Esse gesto simples de comunhão com o reino vegetal e o respeito ao que ele nos traz podem amenizar os efeitos nocivos de muitos dos alimentos hoje comuns e fortalecer nosso sistema imunológico. Acabamos por perceber que todo o necessário nos é dado a cada momento.

## Participe do Setor Plantios

Toda a produção de alimentos em Figueira segue uma linha natural, não agressiva ao ambiente. Não visa a lucros e destina-se ao consumo dos colaboradores presentes e à doação a famílias necessitadas.



# As quatro etapas da **nossa** evolução

Estudo em Figueira • **Resumo**

## Artur

Membro do Conselho e da Coordenação de Figueira.  
Membro do Setor de Estudos, conferencista.

Quanto mais ampla for a nossa consciência, mais ampla será a maneira de lidarmos com a energia e mais elevadas as leis universais com que nos relacionamos.

Podemos reconhecer quatro etapas básicas da nossa evolução: a primeira é a do ser humano comum, que leva a vida normal desta civilização. A segunda é a do que tem certa aspiração por algo superior e começa a destacar-se da consciência de massa. A terceira é a do aspirante que já caminhou um pouco mais nessa direção ascendente. E a quarta é a do ser realizado, que alcançou uniões internas e se relaciona com a energia e com o mundo formal de maneira bem mais livre.

Os que se encontram na primeira etapa estão interessados em desfrutar a vida, mas pouco se importam com as conseqüências disso. Quase nenhum cuidado têm com o bem dos demais. Anseiam pelo convencional e esforçam-se apenas para extrair mais prazer daquilo que fazem. Sua segurança está enfocada nas coisas materiais. Disso decorrem muitos desequilíbrios e conflitos.

O aspirante inicial, que está na segunda etapa, percebe que os padrões convencionais da sociedade estão em franca degradação. Por isso busca, em certo grau, conduzir sua vida segundo outra ordem. Quer descobrir a verdadeira natureza dos bens materiais, do sexo, do sentimento e do pensamento. Quer descobrir a própria alma. Começa a disciplinar-se e a liberar-se de influências da vida comum. Todavia, esse aspirante, quando depara com alguém mais sábio ou experiente que ele, sente-se rebaixado, justifica-se, revela sua natureza humana ainda imatura, necessitada de alinhamento e de purificação. É que sua aspiração ainda não é forte o suficiente para sobrepor-se às forças da vaidade e da auto-afirmação.

Já o aspirante avançado assumiu por inteiro a busca de valores internos e procura exprimir em sua vida o mais alto padrão de comportamento possível. Está interessado em fazer tudo

com qualidade, em usar a energia com rigor. É capaz de autocontrole em qualquer campo. Para ele nada é problema; sua aspiração é firme e ele permanece estável no centro do ser. Espontaneamente busca orientação dos mais evoluídos e é reverente à instrução que recebe.

Os seres realizados, que atingiram a quarta etapa, transcenderam os condicionamentos do âmbito mental, do emocional e do físico do próprio ser; lidam com as forças que circulam nesses âmbitos com desenvoltura, sempre enfocados em um nível mais elevado. Uniram-se ao núcleo interno da consciência, que pode ser a alma, o corpo de luz ou a mônada, a depender do grau da sua realização. Não alimentam apegos nem paixões. Os centros de energia superiores dos seus corpos sutis estão ativos; portanto, diferente é o modo como se relacionam com a vida. O movimento das forças instintivas, astrais e mentais que existe no campo planetário não chega a turvar-lhes o entendimento, como ocorre em etapas anteriores. Assim, não necessitam de regras nem de disciplinas formais. Vivem segundo uma disciplina interna, estão unidos e são fiéis às leis superiores da evolução. Para eles nenhum conselho é cabível, pois recebem do próprio interior as orientações para o serviço que têm a desempenhar.

Em cada uma dessas etapas submetem-nos a leis específicas e temos condutas características. A não ser por um lampejo de intuição ou por obra da Graça, não nos é possível compreender alguém que caminhou mais do que nós. Não podemos penetrar sua perspectiva porque nos faltam os devidos parâmetros.

Ao percorrermos essas etapas, precisamos reconhecer com exatidão aquela em que estamos e dar ali o melhor que pudermos, a fim de passar à seguinte. É bom sabermos que a condescendência com estados de etapas anteriores obscurece a percepção. Do ponto de vista energético, essa condescendência representa uma queda. Quando ocorre, certas pétalas nos centros magnéticos do ser se fecham. Por exemplo, se estamos desenvolvendo o amor incondicional, próprio do centro cardíaco, e somos compla-

centes com reações de centros inferiores, tais como a auto-afirmação, os desejos intensos e as paixões, o centro cardíaco se retrai. É necessário rigor para que a ampliação da consciência prossiga sem percalços. Mas, também, se tentarmos viver algo de uma etapa mais avançada artificialmente, não o conseguiremos.

Sobre esse tema, pode-se contar uma história bem instrutiva. Um ser evoluído passava a vida peregrinando de aldeia em aldeia. Aonde chegava, era muito amado. Ajudava a todos, instrua e curava. Nada levava consigo, além da túnica que lhe cobria o corpo.

Uma vez, hospedou-se na casa de um jovem casal, e o marido insistiu para que o aceitasse como discípulo. O santo, apesar de perceber que ele não estava amadurecido o bastante para fazer tal proposta, aquiesceu. Impôs uma única condição: para acompanhá-lo, o rapaz nada deveria levar consigo.

Partiram ao alvorecer. Teriam de cruzar um deserto para chegar ao próximo lugarejo. Após caminhar por toda a manhã sob o sol, o rapaz já se mostrava cansado e impaciente. Além disso, era quase hora do almoço e ele sentia muita fome. Pararam para descansar e beberam água de uma pequena poça de lama. O santo permanecia sereno, em silêncio. O rapaz não se conteve e com olhar astucioso retirou de dentro da roupa um pequeno bernal com alimento para os dois. O santo recebeu sua cota impassível, agradeceu aos céus pela oferta e ao término da refeição voltou-se para o rapaz e disse: "Para você, esse alimento é fruto do seu esforço e esperteza. Para mim, foi enviado por Deus por seu intermédio. É melhor que você retorne para casa e viva conforme as leis que lhe cabe viver. Quanto a mim, seguirei meu caminho".

Vemos, com isso, que cada etapa evolutiva tem suas leis. Nas etapas iniciais há uma maneira determinada de lidar com a subsistência. Se essa aprendizagem é feita, o aspirante pode depurar-se e atingir o grau seguinte. Quem já se realizou segue uma evolução supranatural. Está unido aos aspectos superiores da lei universal. ➔

Sempre houve, através dos sé-

## ➡ As quatro etapas da nossa evolução

culos, a possibilidade de os que aspiram a essa elevação fazerem um trabalho intensivo nesse sentido. Nas escolas de mistérios e nos mosteiros antigos provia-se a devida disciplina e atmosfera para que se pudesse assumir o próprio degrau e passar ao seguinte. Ali, à natureza humana imprimia-se um novo ritmo.

Por longo tempo essa busca da verdade revestiu-se da roupagem mística conforme os impulsos que então permeavam o planeta. De maneira geral, os aspirantes eram pouco práticos. Expressavam devoção e anseio sincero de se entregar a Deus, mas faltava-lhes a capacidade de concretizar grande parte da realidade que em seu mundo interior pressentiam.

Hoje, algo mudou. Estamos sob a regência de novos impulsos, que nos trazem ordem, ritmo e um modo mais direto de nos relacionarmos com a vida universal. Em outras palavras, não nos basta ser místicos, cabe-nos ser ocultistas também, isto é, conhecer as leis da manifestação e aprender a aplicá-las com acerto.

Esses novos impulsos estimulam a humanidade à consciência grupal, que corresponde à vida das almas. Abrem caminhos para que essa consciência se projete no mundo externo. Incentivam-nos a uma vida cotidiana disciplinada, a um ritmo de realização. Porém, o que as pessoas fazem das oportunidades que tais impulsos trazem depende da etapa em que se encontram.

Se estamos a caminho de uma evolução supranatural, podemos reconhecer esses impulsos evolutivos de agora e aderir a eles. Podemos, como nunca antes, disciplinar-nos. Seja na etapa do aspirante inicial, seja na do avançado, temos de aprender a usar a energia segundo a nossa meta. Dessa aprendizagem decorrerá o modo como lidamos com a palavra, com o tempo, com os bens materiais, com o dinheiro, com o sexo, com o desejo, com o sentimento, com o pensamento. Temos de ser precisos e corretos em tudo isso, para que a vida do espírito possa de fato expandir-se.

E, é bom lembrar, cada um é provado em seu ponto mais fraco. □

Continuação da pág. 3

## ○ místico prático

Vêem-se num eterno agora e, assim, mais próximos da realidade.

Os que vivem essa espécie de misticismo têm nesta época a evolução acelerada. Há muitas forças positivas introduzindo-se na Terra, forças aqui desconhecidas. Compete a eles abrirem-se a essas novas energias, irradiá-las sem se darem a perceber. Terrenos de todo virgens estão para ser descobertos no interior do ser. □

Continuação da pág. 4

## ○ uso correto do tempo

na sua dimensão imaterial. Continuaremos ali enquanto for preciso. Não um minuto, nem dois, nem cinco, mas o tempo necessário. E assim a ação adquire outra qualidade. Transcenderemos a idéia de tempo e a idéia de que não temos tempo.

Quando alguém se conecta com o eu superior, sua vida externa fica influenciada pela interna. É por isso que os seres evoluídos sempre têm tempo para fazer tudo o que é importante. □

As palestras completas de  
Trigueirinho, Artur, Clemente e Morris  
apresentadas neste número encontram-se  
disponíveis em CDs na Irdin Editora

info@irdin.com.br telefax: (35) 3225-2103

Obras do

Dr. JOSÉ MARIA CAMPOS  
(Clemente)

### CDs

(pela Irdin Editora)

- ▶ ALIMENTOS – *Um convite à simplicidade*
- ▶ PERGUNTAS SOBRE DOENÇAS E CURA
- ▶ A PROPÓSITO DO CÂNCER

### LIVROS

(em português pela Editora Pensamento e em espanhol pela Editorial Errepar)

- ▶ PLANTAS QUE AJUDAM O HOMEM  
*Guia prático para a época atual*  
(em co-autoria)
- ▶ GUIA PRÁTICO DE TERAPÊUTICAS EXTERNAS  
*Métodos e procedimentos terapêuticos de grande simplicidade e eficácia*
- ▶ O ETERNO PLANTIO  
*Um reencontro da Medicina com a Natureza*
- ▶ CURAS PELA QUÍMICA OCULTA  
*Realidades suprafísicas na Medicina*
- ▶ JORNADAS PELO MUNDO DA CURA
- ▶ RECEITUÁRIO DE MEDICAMENTOS SUTIS  
*Elaboração e prescrição*
- ▶ A MEDICINA RESGATADA  
*Uma introdução à Praxis Vertebralis*  
(em co-autoria)
- ▶ O PODER DE CURA NO SER HUMANO
- ▶ OS SETE REMÉDIOS SOLARES  
*A ação curativa das flores e dos metais*
- ▶ TERAPÊUTICAS PARA A REGENERAÇÃO CELULAR
- ▶ A REGENERAÇÃO DO SOLO

## CHOQUES PSÍQUICOS E O CÂNCER

**Câncer de estômago:** conflitos familiares intensos; estados de cólera impossíveis de transmutar.

**Câncer de fígado:** rancor profundo ante uma injustiça; sentimentos fortes de inveja e ciúme; medo da morte pela fome.

**Câncer de intestino grosso:** grandes contrariedades; forte repúdio a ações vis, dificuldade de digeri-las.

**Câncer de mama:** quebra marcante da harmonia na relação mãe-filho.

**Câncer de pele:** conflitos de perda da integridade física; sentimento de ter sido ultrajado, difamado ou insultado.

**Câncer de osso:** baixa auto-estima, sentimentos de inferioridade arraigados.

**Câncer de tireóide:** sentimento de impotência diante de circunstâncias adversas da vida.

**Câncer de colo de útero:** graves conflitos de frustração sexual.

# A propósito do câncer

**Dr. José Maria Campos (Clemente)**

Médico clínico, pesquisador, escritor, membro do Conselho de Figueira

**E**m uma tarde de sol, um médico neurologista passeava pelo cais com o filho adolescente. De súbito apareceu um homem fora de si, que atirava a esmo com uma arma de fogo; uma bala perdida atingiu seu filho e o matou instantaneamente. Essa experiência, inesperada e brutal, causou profundo abalo no médico, que se viu impotente para evitá-la. E, um mês após, surgiu nele um câncer de testículo, que foi então operado e tratado da forma convencional. A partir dessa experiência, ele começou a suspeitar da existência de alguma relação entre o choque psíquico vivido e o câncer que o acometeu.

Dois anos depois, ao trabalhar em uma enfermagem feminina de oncologia, esse médico percebeu pelas histórias clínicas que muitas das pacientes tinham sofrido traumas semelhantes. Nas tomografias cerebrais ele observou imagens curiosas, até então tidas como interferências do aparelho. Eram círculos concêntricos, parecidos com os que se formam quando atiramos uma pedra sobre a superfície calma de um lago. Surgiam em áreas diferentes do cérebro. Após anos de pesquisas, e após ter estudado milhares de casos, o médico conseguiu relacionar o tipo de trauma vivido com a área cerebral em que se viam as imagens e com o órgão em que o câncer se instalava. Assim estabeleceu, pela primeira vez e de forma bem clara, três níveis de manifestação do câncer: o psíquico, o cerebral e o orgânico. Essa foi uma descoberta marcante para a ciência médica, que ainda hoje procura na célula ou no DNA a causa do câncer.

A ciência espiritual, por outro lado, sempre reconheceu a origem cármica das enfermidades. E, segundo nos informa, o câncer é a exteriorização de cargas psíquicas negativas geradas pelo ser humano em vidas anteriores. Essas cargas correspondem a atos destrutivos cometidos: matança de animais, crueldade nas relações com os semelhantes e extermínio de outras formas de vida. Parte dessas

cargas pode ser dissolvida no decorrer das encarnações subseqüentes ou também nos intervalos entre elas. Mas a parte não resolvida cria a predisposição ao câncer. Essa doença é, pois, uma oportunidade de purificação.

Baseados nessas informações, podemos afirmar que os choques psíquicos apenas desencadeiam a liberação do aglomerado cármico que é a raiz última do câncer. Para compreender isso melhor, podemos usar uma analogia: quando as comportas de uma represa se abrem de uma vez, produzem a vazão violenta e potencialmente destrutiva de suas águas. Do mesmo modo, traumas intensos são capazes de abrir as comportas do plano psíquico e liberar sua carga desorganizadora. Esse impacto atinge o cérebro sutil, a seguir o cérebro físico e por fim o órgão. Sim, porque segundo a ciência espiritual, além do cérebro físico existe um sutil, feito de matéria mais fluida. É ele que, ao receber o impacto, cria os círculos concêntricos vistos nas tomografias.

O neurologista a que nos referimos relacionou diferentes cargas psíquicas com áreas cerebrais específicas e com órgãos. Viu, por exemplo, que homens, depois de terem passado por conflitos relativos à perda de filhos, apresentavam em suas tomografias imagens de círculos concêntricos na região occipital do cérebro e eram acometidos de câncer de testículos. E que o mesmo tipo de conflito criava nas mulheres imagens também na região occipital, sendo que nelas o câncer se manifestava nos ovários.

Entretanto, é essencial ter a atitude correta diante de tudo o que nos acontece. Não há doenças nem situações aleatórias, ninguém impondo-nos castigos. Não existem vítimas. Nós mesmos geramos o que predispõe a manifestação das enfermidades. Devemos reconhecer as grandes oportunidades de transformação que nos oferecem. Para a verdadeira cura, é necessário, em princípio, acolher a doença sem ressentimentos.

Quando reconhecemos a dinâmica sutil que há por trás do aparecimento de um câncer, podemos orientar-nos para o equilíbrio cármico. Os choques

psíquicos que levam à precipitação dessa enfermidade têm íntima relação com nossas ações passadas e podem dar-nos referências sobre o que nos cabe trabalhar. Devemos realizar ações contrárias às que a provocaram. Uma atitude receptiva à transformação proposta pela doença passa a atrair circunstâncias e instrumentos para auxiliarem nesse equilíbrio e no conseqüente processo de cura.

Fatos insólitos podem então ocorrer. Caso interessante é o de um engenheiro especialista em armas e também colecionador delas. Em certo momento foi acometido por uma leucemia, fatal na época. Em vez de reagir de maneira negativa diante do curto prazo de vida que lhe foi estimado, de apenas três meses, teve uma atitude inesperada. Refletiu consigo: "Já que vou morrer, quero doar minha vida para salvar vidas". Na cidade em que morava, na década de 70, havia muitos atentados terroristas com bombas-relógio em locais públicos. Ele então se ofereceu para desarmá-las. E só após ter desarmado dezenas de bombas é que se deu conta de que o seu tempo de vida previsto havia muito já tinha sido ultrapassado! Ele tinha intuído a solução. Ficou curado e ainda viveu algumas décadas. E, vale dizer, desfez-se de sua coleção de armas.

O sangue é símbolo da vida, é nosso fluido vital. A leucemia, que é uma das formas de manifestação do câncer de sangue, costuma surgir nos que destruíram vidas em encarnações passadas. Mas esse passado pode ser neutralizado por ações contrárias às que o geraram. No caso do engenheiro, a doação incondicional da própria vida para salvar a dos demais pôde promover a cura de forma simples e inesperada.

E ainda que as ações positivas possam não ser suficientes para interromper a evolução de uma doença física, nossa postura diante dela deve mudar essencialmente, pois isso é decisivo para o verdadeiro processo de cura, interior.

Uma enfermidade, qualquer que seja, traz sempre consigo uma transformação a ser feita. Mesmo um simples resfriado tem isso por detrás. □

Além deste boletim quadrimestral, a Irdin Editora é responsável por difundir gravações dos estudos feitos em Figueira por Trigueirinho, Artur, Clemente, Samuel e outros que compartilham dos impulsos espirituais destes tempos. Toda a atividade da Irdin é sem fins lucrativos.

A lista completa dos CDs, fitas cassete, vídeos e livros já disponíveis pode ser solicitada, e pedidos de compra podem ser feitos por e-mail, fax ou correio. Há gravações com tradução para o inglês, bem como vários livros de Trigueirinho nesse idioma. **Em destaque, alguns dos CDs lançados recentemente:**

### TRIGUEIRINHO

#### Série BASES ESPIRITUAIS DE FIGUEIRA

- A disciplina imperceptível e constante (junho, 2004)
- A humildade e trabalhos sobre nós mesmos (maio, 2004)
- Aos grupos de serviço, cura e mantras (maio, 2004)
- Caminhos para a elevação da energia criativa – 2 CDs (julho, 2004)
- Para construir a consciência grupal (novembro, 2003)
- Para viver a lei do serviço (maio, 2004)

#### Série LEITURA ESPIRITUAL

- A criação – Nos caminhos da energia (abril, 2002)
- A cura da humanidade (agosto, 2003)
- A hora do resgate (novembro, 2004)
- A quinta raça (março, 2004)
- A revelação que ERKS nos traz (novembro, 2002)
- A trajetória do fogo – 2 CDs (novembro, 2003)
- A voz de Amhaj (julho, 2003)
- Aurora, o centro planetário (outubro, 2002)
- Bases do mundo ardente (setembro, 2003)
- Caminhos para a cura interior (janeiro, 2004)
- Chegar à realidade pela ação desinteressada – *Do irreal ao Real* (janeiro, 2003)
- Considerações sobre ERKS, o mundo interno (novembro, 2002)
- Encontro interno – A consciência-nave (abril, 2004)
- Hora de curar (maio, 2004)
- Miz Tli Tlan e sua mensagem (dezembro, 2002)
- Niskalkat (outubro, 2004)
- Novos sinais de contato – 3 CDs (setembro, 2004)
- O mistério da cruz na atual transição planetária (julho, 2004)
- O ressurgimento de Fátima – 2 CDs (maio, 2002)
- O visitante (fevereiro, 2004)
- Os Jardineiros do Espaço (junho, 2004)
- Os oceanos têm ouvidos (julho, 2002)
- Outros sinais – 2 CDs (setembro, 2002)
- Sinais de contato (agosto, 2004)
- Um livro que nos inspira à vida interna (julho, 2002)
- Um livro sobre curadores (junho, 2002)

#### Série MEDICINA

- Alopatia e Homeopatia (outubro, 2004)
- Contar com a energia de cura (janeiro, 2004)
- Diagnósticos e depressão (junho, 2004)
- Fontes de energia e a cura de algumas doenças (junho, 2004)

#### Série NOVAS VIAS SUPRATERRESTRES

- Novas vias supraterrrestres – 1 (setembro, 2004)
- Novas vias supraterrrestres – 2 (setembro, 2004)
- Novas vias supraterrrestres – 3 (setembro, 2004)
- Novas vias supraterrrestres – 4 (setembro, 2004)

#### Série REFLEXÕES

- A alma do mundo e outros temas (agosto, 2004)
- A cruz, o mal e a fé na proteção (março, 2002)
- A luz da magia branca (setembro, 2004)
- A vida, uma mudança contínua (outubro, 2004)
- Dos sonhos à pura experiência interior (dezembro, 2001)
- Elevadas consciências e justiça (maio, 2004)
- Em contato com o espaço (março, 2004)
- Miz Tli Tlan, Samana e consciência-nave (abril, 2004)
- Nuanças do serviço grupal (março, 2004)
- O planeta Terra e diferentes níveis de leis (maio, 2004)
- O reino animal, um estado de consciência (junho, 2004)
- O trabalho com as nossas vibrações (abril, 2004)
- Os medos (dezembro, 2002)
- Outra visão de certa história (fevereiro, 2004)
- Posições de vida (fevereiro, 2004)
- Profecias e trabalhos atuais do homem (março, 2004)
- Rumo à alegria nas tarefas (abril, 2004)
- Sementes espirituais para o bem comum (julho, 2004)
- Sintonias (julho, 2004)
- Temas especiais para estudo – 1 (agosto, 2004)
- Temas especiais para estudo – 2 (outubro, 2004)

#### Série REVISÃO DOS RAIOS

- Como trabalhar com os raios (setembro, 2002)

### ARTUR

- A circulação da energia (julho, 2004)
- Aura, um campo magnético (agosto, 2004)
- Cooperação e serviço: uma lição de vida (junho, 2004)
- Fogo que transforma a vida (maio, 2004)
- Interações sutis em um grupo (setembro, 2004)
- Vida em comunidade, vida criativa e vida espiritual (setembro, 2004)

#### Série JARDINEIROS DO ESPAÇO

- Nós e os Jardineiros do Espaço (junho, 2004)
- Portadores da luz estelar (julho, 2004)

**Pedidos: Irdin telefax (55 35) 3225-2103 info@irdin.com.br**

TRIGUEIRINHO escreveu 73 livros, em que apresenta os mais diversos temas espirituais de maneira clara e adequada para esta época, entre eles: o valor simbólico dos sonhos, as chaves para o contato com os níveis superiores do nosso ser, a intuição, a descoberta do mundo interior e de suas leis, a harmonia e a cura profunda, os centros suprafísicos do planeta, o relacionamento do ser humano com a Fraternidade da Luz, o preparo para a nova vida que se anuncia. Originalmente lançados em português pela Editora Pensamento, no Brasil, foram todos publicados em espanhol pela Editorial Kier, na Argentina, e agora começam a surgir em inglês, pela Irdin Editora, e em francês, pela Vesica Piscis, na Espanha. A obra não apenas informa, mas abre caminhos.



Editora Pensamento • Brasil  
e-mail: pensamento@cultrix.com.br



Editorial Kier • Argentina  
e-mail: info@kier.com.ar



Irdin Editora • Brasil  
e-mail: info@irdin.com.br



Vesica Piscis • Espanha  
e-mail: edito@vesicapiscis.org

*Sinais* de FIGUEIRA 2005 • Colabore no custo da impressão e distribuição  
DEPÓSITOS Irdin Editora Ltda. conta corrente 680176-5 Bradesco agência 1487-7 TODA AJUDA É BEM-VINDA!

- 1** Não há o que não possa ser transformado pela Vida.  
*Trigueirinho*
- 2** Ai de mim se, mesmo em medida diminuta, me prendesse aos bens da Terra!  
*João XXIII*
- 3** Quando o olhar da mente é límpido, vemos tudo como realmente é, de modo natural.  
*Shundo Aoyama Rôshi*
- 4** Se não houver verdadeira virtude, Deus é só uma palavra.  
*Plotino*
- 5** Passado e futuro ocultam Deus de nossa vista; ponha fogo em ambos.  
*Rumi*
- 6** Faça sempre o que você sabe ser o melhor, mesmo que seja a coisa mais difícil de fazer.  
*A Mãe*
- 7** Depender de um poder fora de nós mesmos é sempre o erro.  
*Joel Goldsmith*
- 8** Muito poucos compreendem o silêncio como ação.  
*Agni Yoga*
- 9** Aquele que conhece a paz esqueceu o desejo.  
*Bhagavad Gita*
- 10** Em um instante, por mínimo que seja, pode-se ganhar ou perder o céu.  
*Anônimo*
- 11** Liberdade é uma qualidade e uma atividade que nos é oferecida como hóspedes da vida.  
*Joel Goldsmith*
- 12** A vida interior é um banho de amor em que a alma mergulha.  
*Vianney*
- 13** O vulgar deve ceder espaço ao sagrado.  
*Trigueirinho*
- 14** Muito sorriso demonstra falsidade, muito riso falta de serenidade e gargalhada caráter debochado.  
*Pitágoras*
- 15** O propósito interno da vida não está relacionado com o futuro e sim com a qualidade da nossa consciência no momento presente.  
*Eckhart Tolle*
- 16** Saber que o sol brilha em paz por trás das nuvens mesmo durante a tempestade é o meu desafio.  
*Carol Parrish-Harra*
- 17** Manter-me sempre abandonado à Divina Providência, reconhecer sempre o meu nada, organizar sempre o meu dia com clareza e em perfeita ordem.  
*João XXIII*
- 18** Nada em sua vida é real ou tem para você algum valor, apenas o que seu pensamento ou crença fizeram com que assim fosse.  
*Joseph Benner*
- 19** O vício da vanglória é de se temer tanto mais quanto menos virtude contrária houver para combatê-lo.  
*Padre Pio*
- 20** O homem humilde aceita tudo o que neste mundo o ajuda a encontrar a Deus e deixa o resto de lado.  
*Thomas Merton*
- 21** Eleva os olhos e contempla o Infinito: Ele é a tua morada.  
*Trigueirinho*
- 22** O seu próprio ser é o silêncio. Ele fala à alma em silêncio.  
*Yogananda*
- 23** Ascendi em meio à escuridão. É favorável uma perseverança tenaz.  
*I Ching*
- 24** Não te enganes: tudo o que agora vês desaparecerá como um sonho.  
*Rumi*
- 25** Sua vontade e todos os seus poderes são apenas aspectos da Minha Vontade, que Eu lhe ofereço de acordo com sua capacidade de usá-la.  
*Joseph Benner*
- 26** Deixe a paz do Divino reinar sempre em seu coração e em sua mente.  
*A Mãe*
- 27** Que cada um dê segundo a decisão do seu coração, sem tristeza nem coação, pois Deus ama aquele que dá com alegria.  
*Paulo de Tarso*
- 28** Nunca há um tempo em que a nossa vida não seja "este momento".  
*Eckhart Tolle*
- 29** A vida percorre caminhos silenciosos e seu mistério não pode ser penetrado pela razão.  
*Trigueirinho*
- 30** Quando Deus concede a uma alma a luz da verdade, tentações e obstáculos mais a ajudam.  
*Teresa de Ávila*
- 31** Que pode temer aquele que foi tocado pela imortalidade?  
*Trigueirinho*

- 1 Não devemos ser juizes do mundo, mas servidores.  
*Trigueirinho*
- 2 O serviço é a própria expressão da energia interna na matéria.  
*Clemente*
- 3 Quando reparas em algo, deixas de arrojá-lo ao todo.  
*São João da Cruz*
- 4 Quando se ama, a vida se torna abundante.  
*Carol Parrish-Harra*
- 5 Jamais pare de esculpir sua própria estátua.  
*Plotino*
- 6 A melhor maneira de expressar gratidão pelo Divino é sentir-se simplesmente feliz.  
*A Mãe*
- 7 Na realidade, na vida não existem culpados, mas aprendizes.  
*Trigueirinho*
- 8 Toda forma que vês tem seu arquétipo no mundo *sem lugar*. Se a forma esvaece não importa: permanece o original.  
*Rumi*
- 9 A humildade consiste em sermos precisamente as pessoas que em realidade somos diante de Deus.  
*Thomas Merton*
- 10 Na perda e na dor, aquieta o coração; descobrirás nele o teu tesouro.  
*Trigueirinho*
- 11 Os olhos iluminados vêem claramente a imagem das coisas em eterno movimento e reconhecem que um instante é diferente de qualquer outro.  
*Shundo Aoyama Rôshi*
- 12 O que quer que o momento atual contenha, aceite-o como escolha sua.  
*Eckhart Tolle*
- 13 Não há coragem maior que a de reconhecer os próprios erros.  
*A Mãe*
- 14 Na simplicidade de nos alegrarmos com tudo o que nos é dado está uma chave de libertação.  
*Trigueirinho*
- 15 Aquele cujo pensamento almeja de corpo e alma o impossível, esse é o vencedor.  
*I Ching*
- 16 Lembra-te de que o ser humano só é senhor daquilo que pode dispensar. Aquilo que não pode, é escravo.  
*Pitágoras*
- 17 Sou um peregrino sobre a Terra; fito o céu, meu fim, minha pátria, minha habitação.  
*João XXIII*
- 18 Abra-se cada vez mais à força do Divino e seu trabalho progredirá com firmeza rumo à perfeição.  
*A Mãe*
- 19 No auto-esquecimento encontra-se a passagem para a transcendência.  
*Trigueirinho*
- 20 Abra sem restrições a alma, a mente e o corpo e respire Meu sopro de vida!  
*Joseph Benner*
- 21 Tudo está pronto em certo nível da existência. Basta reconhecê-lo.  
*Clemente*
- 22 A eternidade é o espelho do tempo; e o tempo, o espelho da eternidade.  
*Rumi*
- 23 Cada virtude em ti despertada alça-te além do bem e do mal, da alegria e da dor.  
*Trigueirinho*
- 24 O esquecimento de mim mesmo é o meu verdadeiro eu. O amor é o meu verdadeiro caráter.  
*Thomas Merton*
- 25 Deus se dá a Si aos que tudo deixam por Ele. Não faz exceção de pessoas, a todas ama.  
*Teresa de Ávila*
- 26 O que quer que pensem de nós, em nada parecerá ao que somos.  
*Rumi*
- 27 Eis um sinal do poder maior: ser capaz de fazer bom uso até do mal.  
*Plotino*
- 28 Diante das coisas como são e que não poderiam ser de outro modo, ao homem espiritual cabe o silêncio.  
*Trigueirinho*

- 1** Quando um coração é puro, nele a sabedoria ressoa.  
*Trigueirinho*
- 2** Humilde é aquele que se esconde no próprio nada e se abandona em Deus.  
*São João da Cruz*
- 3** Para as almas que amam a Deus, as tribulações são mais preciosas que o ouro e o repouso.  
*Padre Pio*
- 4** É impossível termos problemas quando a nossa atenção está inteira no agora.  
*Eckhart Tolle*
- 5** A intuição aumenta quando é usada e quando é obedecida.  
*Paul Brunton*
- 6** Sê igual diante do pequeno e do grande.  
*Trigueirinho*
- 7** Nem toda espécie de madeira serve para construir uma estátua.  
*Pitágoras*
- 8** O homem superior recolhe-se a seu valor interno. Não permite que o honrem com recompensas.  
*I Ching*
- 9** A Graça é concedida quando vivemos mais com a consciência da alma e menos concentrados no ego.  
*Yogananda*
- 10** A todo minuto o universo é recriado em sua totalidade e em cada uma de suas partes.  
*A Mãe*
- 11** Aquele que trilha o caminho espiritual ama a solidão.  
*Trigueirinho*
- 12** Apenas quando o coração estiver completamente liberado de tudo que o prende poderá introduzir-se nele a presença divina.  
*Paul Brunton*
- 13** Deixe que o menor dos sinais se reflita em seu coração e lembre-se de que nas montanhas longínquas você tem Amigos que cuidam de você e trabalham por você.  
*Agni Yoga*
- 14** Para o trabalho, constância e regularidade são tão necessárias quanto habilidade.  
*A Mãe*
- 15** Lembra-te que por trás de tudo está a Vontade Superior.  
*Trigueirinho*
- 16** Não vos preocupeis, pois, pelo dia de amanhã. A cada dia basta o seu cuidado.  
*Sermão da Montanha*
- 17** O sábio não condenará os que sofrem, mas os conduzirá em direção ao raio dourado do amanhecer.  
*Agni Yoga*
- 18** Nada extingue o fogo interior tão rapidamente como a segurança quanto ao amanhã.  
*Helena Roerich*
- 19** Há um oráculo sagrado em nosso interior, para onde os problemas da vida podem ser levados em nossos momentos mais calmos.  
*Paul Brunton*
- 20** As trevas podem ter força, mas não suplantam o poder da Lei.  
*Trigueirinho*
- 21** O passado e o futuro são apenas um pálido reflexo da luz, do poder e da realidade do eterno presente.  
*Eckhart Tolle*
- 22** Não existe vitória maior que a de controlar a si mesmo.  
*A Mãe*
- 23** Para o Senhor, um só dia é como mil anos e mil anos como um dia.  
*Pedro apóstolo*
- 24** O elemento intuitivo deve ser aguardado com muita paciência e vigilante atenção.  
*Paul Brunton*
- 25** Jamais somos deixados a nós mesmos quando renunciamos ao livre-arbítrio humano.  
*Trigueirinho*
- 26** Não há alegria maior que a de estar diante do Divino como um recém-nascido.  
*A Mãe*
- 27** Não há situação que não possa ser transformada em alegria.  
*Agni Yoga*
- 28** O Senhor mora no coração de toda criatura. Nele refugia-te completamente.  
*Bhagavad Gita*
- 29** Cada feito luminoso é criado de modo inesperado.  
*Helena Roerich*
- 30** É apenas na proporção em que você toca o divino em você mesmo que sua ajuda é eficaz.  
*Joel Goldsmith*
- 31** A batalha, não a vence o mais forte, mas o que persevera.  
*Trigueirinho*

- 1** Humildade é a consciência de que tudo vem do Alto, é a identificação com a grandeza da Vida Única.  
*Trigueirinho*
- 2** Morra para o passado a cada instante. Você não precisa dele.  
*Eckhart Tolle*
- 3** A Graça nunca nos faltará – esta é a fé que precisamos manter constantemente no coração.  
*A Mãe*
- 4** Um pensamento sobre a liberdade das forças do espírito traz alegria criativa.  
*Agni Yoga*
- 5** Jamais se esqueça da verdadeira Fonte de energia presente em tudo o que você vê ao redor de si.  
*Yogananda*
- 6** A verdadeira beleza não ativa os sentidos, acalma-os.  
*Trigueirinho*
- 7** Devemos estar livres de todo egoísmo para bem servir à causa Divina.  
*A Mãe*
- 8** As plumas do medo puxam-nos para baixo, enquanto as asas da coragem nos transportam por cima dos abismos.  
*Helena Roerich*
- 9** Cada pensamento heróico e abnegado pode ser uma semente para gerar o mundo futuro.  
*Agni Yoga*
- 10** A aspiração a servir transformada em ação efetiva dissolve temores.  
*Trigueirinho*
- 11** Sinta o poder do momento presente e a plenitude do Ser. Sinta a sua presença.  
*Eckhart Tolle*
- 12** O que de graça recebestes, de graça dai.  
*Mateus, 10-8*
- 13** Onde o ego meramente acredita, a intuição sabe com certeza.  
*Paul Brunton*
- 14** As doutrinas somem quando o homem conhece a Verdade diretamente.  
*Trigueirinho*
- 15** No silêncio do coração há sempre paz e alegria.  
*A Mãe*
- 16** Aquele que teme não é perfeito no amor.  
*João apóstolo*
- 17** A alegria é maior que a saúde e que o sucesso. Pode existir também em meio à doença e à humilhação.  
*Agni Yoga*
- 18** O grande poder da vida está na renovação, e devemos acompanhar o seu movimento.  
*Trigueirinho*
- 19** Viva neste mundo como um convidado. O seu verdadeiro mundo não é aqui.  
*Yogananda*
- 20** O amor é um estado do Ser. Não está do lado de fora, está bem lá dentro de nós.  
*Eckhart Tolle*
- 21** Ao final, assim como no início, é melhor relegar uma importante decisão à quietude.  
*Paul Brunton*
- 22** Não basta buscar a verdade e ser devoto da verdade; é preciso também ser humilde.  
*Trigueirinho*
- 23** Não se pode enfiar uma corda em agulha, e uma grande mensagem não pode penetrar ouvido pequeno.  
*Agni Yoga*
- 24** Em concentração e silêncio devemos reunir as forças para a ação correta.  
*A Mãe*
- 25** A ajuda à necessidade do próximo é uma febre que vai lentamente consumindo a alma inflamada de caridade divina.  
*Padre Pio*
- 26** A Luz que ilumina a senda interior e a leva a resplandecer nasce da aspiração que se transformou em entrega.  
*Trigueirinho*
- 27** O melhor indicador do nível de consciência é a maneira como você lida com os desafios da vida.  
*Eckhart Tolle*
- 28** A verdade está em nós; só precisamos tomar consciência dela.  
*A Mãe*
- 29** Com plena confiança na mão que nos guia, criemos o trabalho portador de luz.  
*Helena Roerich*
- 30** A existência cósmica pulsa em cada um de nós.  
*Trigueirinho*