

Concentração Mental

Acreditamos que a concentração mental é algo essencial para a harmonia dos "homens de bem" no Universo que nos envolve e também para conseguirmos nos sintonizarmos com o Plano Maior com maior clareza e precisão.

Amigos, muito se fala em concentração mental. Circulos de fé concentram-se em apelos intempestivos ao Cristo. Concentram-se companheiros de ideal com impecável silêncio exterior, sustentando inadequado alarido interno.

No entanto, é forçoso indagar de nós mesmos que recursos estamos reunindo.

Simplesmente palavras ou simplesmente súplicas?

Sabemos que o justo requerimento deve apoiar-se no direito justo.

Situando a cabeça entre as mãos, é imprescindível não esquecer que nos cabe centralizar em semelhante atitude os resultados de nossa vida cotidiana, os pequeninos prêmios adquiridos na regeneração de nós mesmos e as vibrações que estamos espalhando ao longo de nosso caminho.

É por isso que oferecemos, despretensiosamente, aos companheiros, alguns lembretes, que consideramos de importância na garantia de nossa concentração espiritual.

- Não olvide, fora do santuário de sua fé, o concurso respeitável que compete a você dentro dele.
- Preserve seus ouvidos contra as turbas de calúnia ou da maledicência, sabendo que você deve escutar para a construção do bem.
- Não empreste seu verbo as palavras indignas, a fim de que as sugestões da Esfera Superior lhe encontrem a boca limpa.
- Não ceda seus olhos à fixação das faltas alheias, entendendo que você foi chamado a ver para auxiliar.
- Cumpra o seu dever cada dia, por mais desagradável ou constrangedor lhe pareça, reconhecendo que a educação não surge sem disciplina.
- Aprenda a encontrar tempo para conviver com os bons livros, melhorando os próprios conhecimentos.
- Não se entregue à cólera ou ao desânimo, à leviandade ou aos desejos infelizes, para que a sua alma não se converta numa nota desafinada no conjunto harmonioso da oração.
- Caminhe no clima do otimismo e da boa-vontade para com todos.

- Não dependure sua imaginação no cinzento cabide da queixa e nem mentalize o mal de ninguém.
- Cultive o auxílio constante e desinteressado aos outros, porque, no esquecimento do próprio “eu”, você poderá então concentrar as suas energias mentais na prece, de vez que, desse modo, o seu pensamento erguer-se-á, vitorioso, para servir em nome de Deus.

André Luiz

Fonte: Livro *Instruções Psicofônicas*, Espíritos Diversos, na psicografia de Francisco Cândido Xavier. FEB, 1995.