

# DIRETRIZES SEGURAS PARA EXERCITAR O AUTOAMOR



[www.espiritizar.com.br](http://www.espiritizar.com.br)



# 3º. ENCONTRO

## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

[www.espiritizar.com.br](http://www.espiritizar.com.br)



## 3º. ENCONTRO – OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- Objetivo – refletir sobre os obstáculos que criamos para o exercício do autoamor

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- Meditando sobre o obstáculos ao autoamor:
- Feche os olhos e entre em contato com você mesmo(a) em essência, buscando sentir-se um Espírito imortal, filho de Deus e aprendiz da Vida. Como você sente o autoamor em sua vida? Você percebe objeções ao pleno exercício do autoamor? Deixe os seus pensamentos e sentimentos fluírem, evitando qualquer mascaramento num processo de autoengano. Seja verdadeiro(a) com você, analisando-se com autenticidade.

# **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR**

## **– 2ª. parte**

- Reflexão doutrinária:
- Quais os obstáculos ao exercício pleno do autoamor?
- Como podemos nos libertar deles?

# **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR**

## **– 2ª. parte**

- Neste encontro continuaremos a refletir sobre os obstáculos ao autoamor, utilizando uma das parábolas mais profundas do Evangelho de Jesus: Parábola do Festim de Bodas, na qual Jesus aborda a questão do amor plenificador, analisando-a dentro de uma abordagem transpessoal-consciencial a partir da exegese oferecida pelo Mentor Honório por intermédio do médium Afro Stefanini II.

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- No livro Amor, imbatível amor a Mentora Joanna de Ângelis diz: “O amor é substância criadora e mantenedora do Universo, constituído por essência divina.
- “É um tesouro que, quanto mais se divide, mais se multiplica, e se enriquece à medida que se reparte.
- “Mais se agiganta, na razão que mais se doa. Fixa-se com mais poder, quanto mais se irradia.

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- “Nunca perece, porque não se entibia nem se enfraquece, desde que sua força reside no ato mesmo de doar-se, de tornar-se vida.
- “Assim como o ar é indispensável para a existência orgânica, o amor é o oxigênio para a alma, sem o qual a mesma se enfraquece e perde o sentido de viver
- “É imbatível, porque sempre triunfa sobre todas as vicissitudes e ciladas.



# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- “Quando aparente — de caráter sensualista, que busca apenas o prazer imediato — se debilita e se envenena, ou se entorpece, dando lugar à frustração.
- “Quando real, estruturado e maduro — que espera, estimula, renova — não se satura, é sempre novo e ideal, harmônico, sem altibaixos emocionais.

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- “Une as pessoas, porque reúne as almas, identifica-as no prazer geral da fraternidade, alimenta o corpo e dulcifica o eu profundo.
- “O prazer legítimo decorre do amor pleno, gerador da felicidade, enquanto o comum é devorador de energias e de formação angustiante.

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- “O amor atravessa diferentes fases: o infantil, que tem caráter possessivo, o juvenil, que se expressa pela insegurança, o maduro, pacificador, que se entrega sem reservas e faz-se **plenificador**.”
- “Há um período em que se expressa como compensação, na fase intermediária entre a insegurança e a plenificação, quando dá e recebe, procurando liberar-se da consciência de culpa.”

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- “O estado de prazer difere daquele de plenitude, em razão de o primeiro ser fugaz, enquanto o segundo é permanente, mesmo que sob a injunção de relativas aflições e problemas-desafios que podem e devem ser vencidos.
- “Somente o amor real consegue distingui-los e os pode unir quando se apresentem esporádicos.

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- [...]
- “O amor deve ser sempre o ponto de partida de todas as aspirações e a etapa final de todos os anelos humanos.
- “O clímax do amor se encontra naquele sentimento que Jesus ofereceu à Humanidade e prossegue doando, na Sua condição de Amante não amado.”

# **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR**

## **– 2ª. parte**

- No desenvolvimento do autoamor é fundamental exercitar o amor à Lei de Liberdade, utilizando-a com discernimento.
- A Lei de Liberdade é um fluxo divino presente em nossa consciência. Na parábola do Festim de Núpcias vamos verificar que somente nos entregando à Lei de Liberdade por meio do exercício pleno do livre-arbítrio, que é um atributo do Espírito, exercitando a vontade de evoluir, é que nos abrimos para que as outras Leis Divinas cooperem dentro de nós.

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- Quando a pessoa, então, por meio de sua livre vontade, quer evoluir, ela se conecta amorosamente à outra Lei que vai auxiliá-la: a Lei de Responsabilidade.
- Quando o Espírito, conectado com a Lei de Liberdade, fazendo bom uso do livre-arbítrio, em um ato de responsabilidade intelecto-moral, aciona o fluxo da Lei de Responsabilidade em sua consciência, saindo da intenção de evoluir para o pleno exercício da Lei de Evolução, constituindo-se em um profundo ato de autoamor.

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- A Lei de Responsabilidade, no entanto, pede um parâmetro, que é oferecido pela Lei de Amor, Justiça e Caridade.
- Somos responsabilizados pelo nível de amor, de justiça e de caridade com que atuamos na existência, em nossa relação com Deus, com nós mesmos e com o próximo.



## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- Quando nos afastamos da Lei de Amor, Justiça e Caridade não deixamos de ser responsabilizados, mas nesse caso é a responsabilidade de ter feito mal uso do livre-arbítrio e termos escolhidos nos afastar das Leis ao invés de cumpri-las.
- É por meio das Leis Divinas que nós nos relacionamos com Deus na mais profunda concepção.

## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- Estudemos a seguir a parábola em Mateus 22: 1 a 14:
- *Falando ainda por parábolas, disse-lhes Jesus: O reino dos céus se assemelha a um rei que, querendo festejar as bodas de seu filho, despachou seus servos a chamar para as bodas os que tinham sido convidados; estes, porém, recusaram ir...*

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- *O rei despachou outros servos com ordem de dizer da sua parte aos convidados: Preparei o meu banquete; mandei matar os meus bois e todos os meus cevados; tudo está pronto; vinde às bodas...*
- *Eles, porém, sem se incomodarem com isso, lá se foram, um para a sua casa de campo, outro para o seu negócio.*

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- *Os outros pegaram dos servos e os mataram, depois de lhes haverem feito muitos ultrajes...*
- *Sabendo disso, o rei se tomou de cólera e, mandando contra eles seus exércitos, exterminou os assassinos e lhes queimou a cidade...*

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- *Então, disse a seus servos: O festim das bodas está inteiramente preparado; mas, os que para ele foram chamados não eram dignos dele...*
- *Ide, pois, às encruzilhadas e chamai para as bodas todos quantos encontrardes...*

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- *Os servos então saíram pelas ruas e trouxeram todos os que iam encontrando, bons e maus; a sala das bodas se encheu de pessoas que se puseram à mesa...*
- *Entrou, em seguida, o rei para ver os que estavam à mesa, e, dando com um homem que não vestia a túnica nupcial – disse-lhe: Meu amigo, como entraste aqui sem a túnica nupcial?...*

## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- *O homem guardou silêncio. – Então, disse o rei à sua gente: Atai-lhe as mãos e os pés e lançai-o nas trevas exteriores: aí é que haverá prantos e ranger de dentes – porquanto, muitos são os chamados, mas poucos escolhidos...*

## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- *Falando ainda por parábolas, disse-lhes Jesus: O reino dos céus se assemelha a um rei que, querendo festejar as bodas de seu filho, despachou seus servos a chamar para as bodas os que tinham sido convidados; estes, porém, recusaram ir...*



## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- O *rei* representa o Ser Essencial que somos. É a consciência profunda na qual estão escritas as Leis de Deus.
- *Querendo festejar as bodas.* O Ser Essencial quer festejar *as bodas*, ou seja, a plenificação da consciência.
- O Ser Essencial quer festejar o divino dentro de nós, o movimento de tornar a consciência lúcida e transcendente em si mesma.

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- *As bodas de seu filho.* O filho representa o ego. O Ser Essencial quer, portanto, festejar a plenificação do ego dentro de nós.
- *despachou seus servos a chamar para as bodas os que tinham sido convidados; estes, porém, recusaram ir...*
- Os primeiros servos do Ser Essencial, em sintonia com a parábola da Grande Ceia, simbolizam o amor. A Lei Divina nos convida sempre pelo amor em primeiro lugar. Aceitar o convite é um ato de autoamor.

## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- E chamar a quem? *Os convidados*, que representam os sentimentos na alma para que se plenifiquem, *estes, porém, recusaram ir...*
- Ao convite do amor, o Ser negligencia a oportunidade de plenificação devido à preguiça moral.
- Se pararmos para pensar com sinceridade de propósito, verificaremos que grandíssima parte de nossas dores acontecem hoje porque em episódios anteriores nós recusamos o convite do amor.

## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- Se auscultarmos a nossa intimidade e perguntarmos: se eu tivesse agido com os parâmetros da Lei de Justiça, Amor e Caridade naquela situação, eu tenho certeza que esta dor que eu estou sentindo agora não precisaria estar acontecendo comigo agora.

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- *O rei despachou outros servos com ordem de dizer da sua parte aos convidados: Preparei o meu banquete; mandei matar os meus bois e todos os meus cevados; tudo está pronto; vinde às bodas...*
- O Ser Essencial despachou outros servos. Esses outros servos continuam a ser os servos ligados ao amor, mas estão vinculados a outros níveis de amor plantou. São outras virtudes da alma. As virtudes da alma vêm a convidar, ainda não é o servo dor da parábola da Grande Ceia.

## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- Estes outros *servos* recebem uma *ordem do rei*, ou seja um **convite-convocação**. Os primeiros servos fazem um convite, os segundos, um convite–convocação. Ainda está no campo das possibilidades de aceitarmos o convite para desenvolvermos as virtudes, mas é um convite claro na acústica da consciência: *preparei o meu banquete; mandei matar os meus bois e os meus cevados; tudo está pronto; vinde para as bodas. Vinde para a plenificação.*

## OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

- Vejamos o símbolo do *banquete*. Está em sintonia com outra parábola, a Parábola dos Dois Filhos, também chamada do Filho Pródigo. Quando o filho cai em si e volta para a casa do Pai e diz: *Pai, não sou digno de ser chamado como seu filho, faz-me um de seus servidores*. O Pai o aceita como servidor? Não, o Pai o chama de filho, porque Deus jamais vai nos ver de outra forma, em quaisquer situações somos Seus filhos.

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- Esse valor já é nosso. É uma dádiva, não se destitui um valor que Deus nos ofertou.
- O banquete representa o desenvolvimento das virtudes.
- O que é que alimenta o Espírito de felicidade? É o desenvolvimento das virtudes que verdadeiramente alimenta o Espírito de sentido.



## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- *Bois e cevados* representam as experiências, que a cada momento alimentam o Espírito de conhecimento fazendo com que ele supere a simplicidade e ignorância.
- Nós fomos criados simples e ignorantes, mas para passar de etapa a etapa, até a plenificação somos convidados a passar pelas experiências que nos alimentam o Espírito.

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- **Passar por experiências é fundamental e ninguém pode delas fugir. Mas ter consciência do que a experiência significa para nós é uma atitude do Espírito que busca isso por livre vontade, porque caso contrário, as experiências-desafio e estímulo acontecem e ele não aprende com ela.**
- **As experiências ajudam o Espírito a sair da simplicidade e ignorância, estimulando-o a criar noções do bem e do mal.**

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- É a ação da Previdência e Providência Divinas, que oportunizam a plenificação. Do ponto de vista divino o que é que nos falta na existência? O que é que falta nas obras de Deus? Nada!
- Trazemos, às vezes, uma ilusão de que certas coisas estão faltando em nossa vida. Mas se alguma coisa em essência faltasse na nossa vida Deus não seria onipotente nem onisciente. Portanto, nada está faltando para o nosso progresso.

## **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte**

- Somos nós que não temos *olhos de ver e ouvidos para ouvir* o significado das experiências em nossa vida.
- Então, quando acreditarmos que algo está faltando significa que não estamos utilizando as experiências-desafio e experiências-estímulo de uma forma essencial e sim de forma egoica, muitas vezes transferindo para Deus aquilo que é de responsabilidade nossa.
- Estudemos, a seguir, alguns esquemas que abordam o sentido das experiências em nossas vidas.

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

EXPECTATIVAS EM RELAÇÃO À PRÓPRIA EVOLUÇÃO  
NAS VÁRIAS CIRCUNSTÂNCIAS DA VIDA

EGOICAS

AUSÊNCIA DE SENTIMENTO DE APRENDIZ  
LIMITAÇÃO DE TEMPO PARA EVOLUIR

PRESSÃO INTERNA

EXIGÊNCIA DE GARANTIA DE  
SATISFAÇÃO DAS EXPECTATIVAS

ESTADO DE FRUSTRAÇÃO E  
ANSIEDADE DECORRENTE DA NÃO  
REALIZAÇÃO DAS EXPECTATIVAS

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

EXPECTATIVAS EM RELAÇÃO À PRÓPRIA EVOLUÇÃO  
NAS VÁRIAS CIRCUNSTÂNCIAS DA VIDA

ESSENCIAIS

SUBMISSÃO À VONTADE, ONIPOTENCIA, ONIPRESENÇA E ONSCIENCIA  
DE DEUS – DESENVOLVIMENTO DO SENTIMENTO DE APRENDIZ

TEMPO DE DEUS PARA EVOLUIR – LEVEZA E SUAVIDADE

ENTREGA CONVICTA À GARANTIA DE  
SATISFAÇÃO DAS EXPECTATIVAS

ESTADO DE  
SERENIDADE  
CONSCIENCIAL

# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR – 2ª. parte

**EXPERIÊNCIAS-DESAFIO  
(DESAGRADÁVEIS)**

**EXPERIÊNCIAS-ESTÍMULO  
(AGRADÁVEIS)**

**EXPERIÊNCIAS-APRENDIZADO**

**ACERTOS  
(CONQUISTAS-ÊXITO)**

**ERROS  
(CONQUISTAS-APRENDIZADO)**

**CUMPRIR AS LEIS DIVINAS, DESENVOLVENDO AS  
VIRTUDES ESSENCIAIS – BOA UTILIZAÇÃO DO  
TEMPO**

**VIVER EM SERENIDADE CONSCIENCIAL, COM SUAVIDADE  
E LEVEZA**

# **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR**

## **– 2ª. parte**

- **Avaliação reflexiva: Feche os olhos e entre em contato com você mesmo(a) em essência, buscando sentir o conteúdo estudado neste encontro:**
- **O que você entendeu do conteúdo que se aplique à sua vida?**
- **O conteúdo estudado mudou a forma como você entende os obstáculos ao autoamor? Caso positivo, que mudança foi essa?**



# OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR

## – 2ª. parte

- Neste encontro refletimos sobre os obstáculos ao autoamor, de modo a que nos esforcemos para superá-los. Como você sente esses obstáculos? Como é realizar esses esforços para você?

# **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR**

## **– 2ª. parte**

- **Como você sente a sua vida aplicando o conteúdo estudado? Você sente que ele pode melhorar a sua vida em sua busca de autotransformação e nas suas atividades na prática do Bem?**

# **OBSTÁCULOS AO EXERCÍCIO DO AUTOAMOR**

## **– 2ª. parte**

- **Sinta-se, agora, um Espírito imortal que traz em si mesmo a determinação divina de evoluir até à perfeição relativa, pelo conhecimento pleno e cumprimento das Leis Divinas, pela prática das virtudes e pela busca da unidade com Deus. Mergulhe profundamente nessa verdade espiritual. Sinta-a, veja-se desenvolvendo todas as virtudes essenciais da Vida ao longo do tempo, buscando o poder real em si mesmo, sentindo as possibilidades que se abrem para você em virtude do desenvolvimento de suas potencialidades.**