

FEEMT

FEDERAÇÃO ESPÍRITA DO
ESTADO DE MATO GROSSO

APRESENTA:



Energia Mental e Saúde Espiritual

Estudo Reflexivo das
Dimensões do Espírito Imortal
Módulo 5



PROJETO
ESPIRITIZAR



A ENERGIA MENTAL
DAS VIRTUDES – 2ª.
parte

12º ENCONTRO

Objetivo – refletir sobre a energia mental das virtudes como instrumento de evolução.

Neste encontro, estudaremos a importância do exercício das virtudes para se desenvolver uma energia mental saudável, a partir do capítulo 6 do livro *No mundo maior* de André Luiz. As orientações são do Mentor Calderaro e da Irmã Cipriana: “Noite fechada, encontramos-nos à porta de aposento modesto, em santuário humilde.

“Gentil irmã de nossa esfera nos aguardava no limiar, saudando-nos, atenciosa.

“Avançou Calderaro, perguntando:

“– E Cândida? como passa?

“– Muito bem. Deve estar conosco, em definitivo, amanhã à noite. Irmã Cipriana recomendou-me vigiá-la para que o desenlace se realize placidamente. Creio que nossa desvelada amiga já poderia ter vindo; no entanto, ao que me parece, a filhinha, que deixará na Crosta, reclama certas providências.

“Entramos.

“No leito, uma senhora, prematuramente envelhecida, aguardava a morte. Na fisionomia, os fenômenos de extinção do tônus vital eram visíveis.

“Cândida, a irmã que nos merecia tanto carinho, prendia-se ainda ao corpo através de fios muito frágeis. Pela doce luz que lhe nimbava a fronte, emitida por sua própria mente, eu lhe observava a grandeza d'alma, o sereno heroísmo.

“Junto dela, uma jovem, de rosto pálido e corpo alquebrado, acariciava-lhe os cabelos grisalhos, enxugando, de momento a momento, as lágrimas em contínuo fluxo.

**“O Assistente indicou-me, explicando:
“– É a filha a despedir-se. Ouçamo-las.**

**“Cândida, amimando-a com dificuldade,
falava, comovida:**

**“– Julieta, minha filha, tenha cuidado consigo.
Você sabe que, provavelmente, não mais me
levantarei. Receio deixá-la entregue aos
embates do mundo, sem mãos amigas...**

**“A moça trazia a garganta comprimida. O
pranto copioso testemunhava-lhe a extrema
angústia.**

“A mãezinha, porém, refreando a custo a comoção, prosseguia, generosa:

“– Meus filhos abandonaram-nos. Estamos sozinhas e precisamos pensar. Noto-a perturbada e mais aflita nestes últimos dias. Tenho a impressão de que o dinheiro não dá para nossas despesas. Que estará acontecendo? Tenho sido tão pesada à sua juventude! Entretanto, permaneço confiante em Jesus. Diariamente rogo ao Senhor não nos desampare. Temo que seu destino se desvie do caminho reto por minha causa... De outras vezes, filhinha, receio que você acabe enlouquecendo...

“E depois de ligeira pausa, em que apertou mais carinhosamente a destra da mocinha, que não aparentava mais de vinte anos, a enferma continuou:

“– Ouça: você não ignora que nos últimos meses a despesa tem sido enorme. As intervenções que sofri foram melindrosas e longas. As contas são gigantescas. E o dinheiro? Tranquelize-me, querida!

“A moça enxugou as lágrimas abundantes e informou:

“– Não se aflija, mamãe! Temos o necessário. Estou trabalhando.

“– Mas a costura rende tão pouco! – acentuou a enferma em tom desalentado.

“– Oh! não se vexe tanto! Além dos nossos recursos naturais, tomei pequeno empréstimo. Dentro de alguns meses tudo retomará o ritmo normal.

“– Permita-o Deus.

“Findo intervalo mais longo, indagou a doente:

“– Onde está o Paulino?

“A filha ruborizou-se e respondeu, acanhada:

“– Não sei, mamãe.

“Não se veem há muito?

“– Não – tornou a moça, tímida.

“– Desejaria vê-lo. Temo partir de um momento para outro... E não vejo pessoa a quem solicitar assistência para a sua mocidade.

“Que será de você, sozinha, ao sabor das circunstâncias? O mundo está referto de homens maus, que espreitam o ensejo de flagiciar...

“Nesse instante, dos olhos lúcidos de Cândida escaparam algumas lágrimas, que me abrasaram o coração.

“– Se eu morrer, minha filha – prosseguiu com tocante acento –, **não se deixe arrastar pelas tentações. Procure recursos no trabalho digno, não se impressione com as promessas de vida fácil.**

“Você sabe que a minha viuvez nos deparou dificuldades angustiosas; seu pai, contudo, nos deixou uma pobreza honesta e cheia de bênçãos. Em verdade, seus irmãos, fascinados pelo ganho material, relegaram-nos ao abandono, ao esquecimento, mas nunca me arrependi da humildade e do trabalho... Cedo perdi a saúde e mui breve os desenganos me lancinaram o coração; todavia, neste grabato de silêncio e de dor, a paz é a coroa de minha alma e reconheço que não há fortuna maior que a consciência tranquila...”

“Sabe o Senhor os motivos de nossos sofrimentos e privações, e só nos cabem razões para louvá-Lo .. De tudo quanto padeci remanesce-me um tesouro: seu devotamento, minha filha. Seu carinho enriquece-me. Morrerei feliz, sabendo que um coração de filha me lembrará na Terra com as preces do amor que nunca morre...

“Entretanto, Julieta, não desejo que você seja boa e dócil tão somente para comigo; obedeça igualmente a Deus, consagre-lhe amor e confiança.

“Ele é nosso Pai de Infinita Bondade e de nós pede apenas um coração singelo e uma vida pura.

Conforme-se, filhinha, com os desígnios divinos, no turbilhão das provas humanas, e não descoroço!

“– Ó mãe! não prossiga – soluçou a jovem, desabafando-se –, não prossiga! Estaremos sempre juntas. A senhora não morrerá. Viveremos uma para a outra, jamais nos separaremos... Acalme-se! Não quero vê-la aflita... Tudo passará, o médico prometeu-me iniciar tratamento mais enérgico.

Tenhamos fé!

“Cândida esboçou triste sorriso, acariciou as mãos da jovem e falou:

“– Obrigada, minha filha! estou calma e feliz... Olhou, em seguida, os ponteiros do relógio próximo e acrescentou:

“– Vá sossegada! O horário de nossa palestra terminou.

“Beijaram-se, comovidamente. E Julieta, após carinhoso adeus, afastou-se.

“– Sigamo-la – disse Calderaro, atento; devemos assisti-la com recursos magnéticos. Tenho instruções de Cipriana a respeito.

“Em caminho, o instrutor esclareceu-me a história da agonizante:

– “Enviuvara Cândida muito moça, com três filhos: dois rapazes e Julieta, cuja educação lhe impusera amarga renúncia dos bens da vida. Lutara, trabalhara e sofrera, com resignação e coragem. Os filhos varões, a quem revoltava a pobreza do lar materno, abandonaram-na, buscando centros distantes, por atender a impulsos menos edificantes da mocidade.

“Perseverou a viúva na existência singela, consagrada à preparação do futuro da filha. Iniciou-a nos trabalhos de agulha, em que a menina se revelou, de pronto, excelente profissional, mas, depois de alguns anos de provações mais rudes, a nobre genitora caiu, extenuada. Hospitalizada, sofreu diversas intervenções no campo orgânico, sem resultados apreciáveis. Tão aflitiva se lhe tornou a situação, que o recolhimento à casa de saúde já se alongava por dez arrastados meses.

“A princípio, por si só, Julieta conseguiu satisfazer às exigências financeiras. Com o escoar do tempo, viveu, porém, a pobrezinha duelo tremendo entre a necessidade e o esgotamento. Exaustas as possibilidades de que dispunha, recorreu a parentes que se esquivaram, cautelosos; apelou para amigos, que se mostraram indiferentes.

“As despesas, no entanto, cresciam sempre, implacáveis. A costura não lhe oferecia a compensação necessária. Visitava a mãezinha diariamente, ao crepúsculo, pondo-se a par da situação cada vez mais grave. Louca de angústia, bateu a todas as portas e todas as portas permaneceram seladas. Incapaz de perscrutar aquela situação, em toda a sua profundidade, com a genitora, que naturalmente não lhe desejava o sacrifício, **cedeu Julieta a insidioso convite.”**

“Passou a valer-se da noite, a fim de trabalhar numa casa de diversões, com o intuito exclusivo de agenciar mais dinheiro; cantaria e dançaria, melhorando a receita.

“Desde então, passou a representar o papel de uma ovelha assediada por feras e, por mais que resistisse às solicitações dos sentidos, em dada circunstância não logrou furtar-se ao império das sensações. Atraída pelas propostas de um homem, aquele mesmo Paulino a quem a mãe se referira, não teve forças para resistir: aceitou-lhe a proteção prematura.

“Abandonou a máquina de costura e mudou-se do modesto quarto em que penosamente vivia. Fixou-se, então, no centro de diversões noturnas e, se comparecia a outros lugares, era sempre acompanhada por ele, interessado em tirar-lhe proveito da mocidade e beleza, qual cavalheiro vaidoso a ostentar uma joia.

“Julieta, no entanto, ocultava a realidade aos olhos maternos. Vestia-se com singeleza para a visita diária e, quando se fez acompanhar de Paulino, pela primeira vez, no hospital, apresentou-o a Cândida na qualidade de simples amigo.

“As aflições sucessivas da menina alteraram-lhe, porém, a saúde. Achava-se extenuada, doente. **Recordando os exemplos maternos, experimentava atrozes perturbações conscienciais.** Os prazeres fáceis não lhe amainavam o coração sensível e afetoso. O dinheiro abundante não lograva atenuar-lhe o desalento. A maneira que conquistava alheia admiração para os dotes físicos, parecia **perder a paz de si mesma.**”

“Presa de incoercível abatimento, passava os dias e as noites sob **os fortes atritos da própria razão.**

Por que não persistira na vida modesta até ao fim? Como não se confessar à mãezinha, obtendo-lhe a precisa orientação? Por outro lado, sentia-se desculpada: precisava da cooperação financeira de Paulino para socorrer aquela que lhe dera o ser; **buscara recursos em todas as fontes que lhe pareceram limpas e acessíveis e todas as mãos permaneciam cerradas aos seus rogos...**

“Mas, estaria procedendo com acerto? Não sentia coragem para tornar à oração de outros tempos. Debatia-se-lhe a mente, angustiada, entre as exigências do mundo material e as imperiosas postulações do espírito.

“No entanto – concluiu Calderaro, atencioso, – as preces maternas acompanhavam-na, através do escabroso caminho. E Cândida não tem sofrido em vão. Colaboradora fiel de muitos serviços e credora de muitas bênçãos...

“Depois de inteirar-me daquele drama comum a várias mulheres jovens dos nossos dias, segui o orientador até o aposento em que Julieta lhe receberia o socorro à organização psíquica em desvario. Rememorando as palavras ouvidas dos lábios maternos, acolheu-se a jovem num divã, em pranto convulsivo. Torturantes pensamentos se lhe entrechocavam no cérebro enfermo.

“Vibrações pesadas caracterizando-se pela cor muito escura, desciam-lhe da frente e fixavam-se no aparelho respiratório. Represavam-se na pleura, invadiam os alvéolos e daí passavam ao coração, influenciando as trocas sanguíneas, momento em que a substância fluídica das emissões mentais se esvanecia, absorvida pelas artérias. Notei, porém, que esse material oriundo da mente perturbada, imprimindo-se no mecanismo fisiológico, era assimilado pelo sangue, que, a seu turno, o restituía ao cérebro físico, acumulando-se em todas as zonas deste, mais próximas da substância cinzenta.

“Reparava, por isso, na jovem, não somente os olhos rubros e túrgidos de chorar, mas também os pródromos dos mais sérios distúrbios orgânicos.

“Identificando as manifestas perturbações no cérebro e no bulbo raquiano, encarei o meu orientador e perguntei:

“– Não estaremos aqui ante a misteriosa origem da encefalite letárgica?

“– Muito mais do que isto – respondeu Calderaro, sorrindo –; a mente desvairada emite forças destrutivas, que, se podem atingir os outros, alcançam, em primeiro lugar, o cosmo orgânico do emissor. Decidindo-se Julieta por um gênero de vida que lhe provoca violentos e contínuos conflitos na mente, passou a despedir energias fatais para ela mesma. Dotada de distinta educação, haurida ao contato materno que lhe aprimorou as concepções e lhe enobreceu os sentimentos, incompatibilizou-se com uma existência de nível mais baixo na Crosta Planetária: a preparação do espírito ilumina invariavelmente.

“Possuindo, destarte, sublime claridade interior para a jornada humana, colheria naturalmente paz, alegria e edificação no exercício de suas faculdades femininas, desde que se lhe oferecesse um campo de luta em que sentisse a sadia manifestação dos poderes de sua alma. O casamento digno é o campo indicável ao seu caso de mulher nobilitada pelo conhecimento e pela virtude. Cedendo, no entanto, às tentações de que foi alvo, sente-se intimamente precipitada escada abaixo.

“Todos os dias é constrangida, no silêncio, a recordar a exemplificação da genitora, a reconsiderar a própria atitude diante da vida e a reconhecer que se encontra desajustada. Nesse atrito incessante, agravado pelas péssimas emissões fluídicas do ambiente de que se tornou frequentadora habitual, sua mente desce à região dos impulsos instintivos, experimentando extrema dificuldade em subir ao castelo das noções superiores, de onde a luz da consciência lhe dirige vigorosos apelos para que retorne à simplicidade e à harmonia.

“Tal situação impede-lhe a prece fervorosa, santificante e regeneradora, e daí o caos em que a pobrezinha tateia. É suficientemente educada para colher qualquer benefício do meio onde levianamente se projetou e, dominada pela permanente angústia, faz demasiada pressão sobre a matéria cinzenta, dando causa a lamentáveis desequilíbrios orgânicos.

“– Não está ela, pois, simplesmente ameaçada pela encefalite letárgica: avizinha-se da loucura com estádios por distúrbios vários, provocados pela disfunção celular. Não somente isto. Julieta, nas circunstâncias em que a observamos, pode ser atingida noutros centros vitais. É capaz de apanhar uma pleurisia como antecâmara para a tuberculose. Com facilidade será vítima de deploráveis intoxicações do sangue, que se caracterizarão por moléstias indefiníveis dos vasos ou da epiderme, sem excluir as desarmonias fatais do fígado, prováveis portadoras da ruína e morte para o veículo denso.

“– Mas... a justiça divina jamais desconhece a compaixão. Às vezes, nossa queda precipitada constitui mero desastre parcial a que nos arrasta o desespero. A Eterna Sabedoria examina o móvel de nossas ações e, sempre que possível, pronto nos reergue. Somente quando nos mergulhamos no total eclipse do amor e da razão, deliberadamente fugindo aos processos do socorro divino, mantendo-nos nas trevas completas do ódio e da negação, defrontamos com absoluta dificuldade de receber influências salvadoras; então, deveremos esperar os atritos cruéis do tempo, aliados às forças, de caráter compulsivo, das leis universais.

“Se a jovem não pode elevar-se a plano superior, como ave ferida pelo tiro de caçador impiedoso, a **mãezinha doente permanece em poderosas orações transformadoras. Caiu a filha para socorrer-lhe o corpo, mas Cândida alcandorou-se mais por salvar-lhe a alma. Em vista disto, o amoroso poder de Cipriana agirá esta noite.**

“Calou-se o meu interlocutor, submetendo a lacrimosa menina ao auxílio magnético de nosso plano, **subtraindo-lhe certa quantidade de material escuro, segregado pela própria mente e acumulado ao longo do cérebro**, o que levou a efeito sem obstáculos dignos de menção. Todavia, como deixasse um tanto de tal substância na câmara cerebral, indaguei a causa dessa deliberação.

“O amigo tomou significativa expressão fisionômica e esclareceu:

“– Tenho instruções relativas ao caso. Julieta não deve receber hoje nosso concurso integral. Precisa manter-se enferma do corpo, de modo a ausentar-se das noitadas que costuma praticar. Em breves horas será conduzida, junto de Paulino, em espírito, ao quarto de Cândida, onde a irmã Cipriana pretende dirigir-se a ele, valendo-se das breves horas de desprendimento parcial pelo sono.

“Compreendi tudo e, mais uma vez, admirei a ordem imanente na esfera do espírito.

“Por volta das duas horas, em plena madrugada, regressou comigo o instrutor ao modesto aposento de Cândida; esta, fora do mirrado invólucro material, repousava nos braços de Cipriana, que lhe afagava a fronte com ternura de mãe.

“A doente, gozando extrema lucidez, fora do campo fisiológico, respondeu-nos às saudações, tranquila e feliz. Outros amigos conservavam-se ao lado dela, reconfortando-a para o transe definitivo.

“Permutávamos impressões, prazerosamente, quando dois irmãos de nosso plano penetraram o quarto, conduzindo Julieta e um cavalheiro que identifiquei por intuição.

“Confirmou Calderaro, esclarecendo:

“– É Paulino, que vem ouvir-nos.

“Diante de Cipriana, que sustentava a enferma nos braços carinhosos, ajoelharam-se ambos instintivamente, chorando comovidos.

“Ajudados pela assistência magnética dos mensageiros que os traziam até nós, contemplavam-nos a todos, sob forte admiração, relevando, porém, notar que a luz de nossa benemérita instrutora lhes reclamava atenção maior. Sentiam-se humilhados e aflitos. Reconheciam, ali, a presença de alguma coisa do poder celestial.

“Mantinhm-se confundidos e em lágrimas, quando Cipriana se dirigiu ao moço, de maneira particular:

“– Paulino, falo-te em nome da Divina Justiça. Que o Senhor te abençoe, a fim de que me ouças com os ouvidos da razão! Escuta! Não supões Julieta digna de teu braço vigoroso e trabalhador para a jornada terrestre? Que fazes da mocidade? Uma simples aventura dos sentidos? Não interpretas a experiência humana como estrada preparatória da eternidade?”

“Que juízo fazes da vida e dos seus sublimes dons?

Não partilhes o ingrato labor dos nossos irmãos menos esclarecidos, que pretendem converter a mulher numa cobaia infeliz para o jogo dos sentidos. Dignifica a tua existência de homem, honrando o sacerdócio feminino. Renasceste na Terra, guardado por seu devotamento cresceste sob os cuidados maternos, e encontrarás, ainda, na mulher, o vaso dileto para os teus sonhos de paternidade criadora. **Por que persistir no vaidoso domínio de uma criança pobre, por mero impulso de egoísmo e de ostentação?**

“Não te confrange contemplar a prolongada aflição de Cândida, atormentada por atroz pesadelo, ante a incerteza dolorosa do porvir da filha? Desperta para os teus compromissos de natureza superior. Não vieste ao mundo simplesmente para gozar. A existência terrestre, meu amigo, é abençoado colégio de iluminação renovadora. Que motivos te impelem a um condenável procedimento? És bom e útil, inteligente e nobre. Por que te furtas à responsabilidade santificante?”

“Nesse momento, Paulino, que chorava sob insopitável comoção, não falou, mas emitiu pensamentos que se fizeram claros para nos.

“Não hesitaria quanto ao casamento – ponderava, raciocinando –; todavia, encontrara Julieta fora do santuário doméstico. Conhecera-a num círculo de pessoas menos responsáveis, em clima de sugestões que não convidavam à elevação espiritual. Não seria prudente defender-se?

“Não lhe constituía obrigação organizar o matrimônio em bases mais sólidas?

“Aproximara-se da jovem num clube noturno. Encontrara-a sem lar.

“A Irmã Cipriana alcançou-lhe as ponderações, porque tornou, firme, após ligeira pausa:

“– Perante o teu critério de homem de bem, **as aflições de Julieta a tornam credora de maior amparo.**

“A pobrezinha não procurou uma casa de entretenimentos menos dignos, alimentando segundas intenções. Não lhe conheces, porventura, as preocupações absorventes de filha dedicada? Não sabes que seus pés ali buscavam trabalho e arrimo, proteção e recurso? Enquanto diligenciavas mera distração para a mente ociosa, Julieta vivia humilhações, tentando ganhar o remédio necessário à mãezinha enferma... Como absolver a ti mesmo e condená-la?”

“Com que direito chasqueaste a respeitabilidade de uma jovem que visava a tão sagrados objetivos? Haverá vileza no Sol quando seus raios incidem no pântano? Será culpado o lírio que adereça um cadáver? Paulino, sacode a consciência adormentada pelas facilidades humanas! Ainda não sofreste quanto devias, para santificar e amar a vida. Não desprezes o ensejo que se te oferece! Coopera no resgate de jovem mulher que te não surgiu no caminho por mero acaso.

“O amor e a confiança não constituem obras de improviso: nascem sob a bênção divina, crescem com a luta e consolidam-se nos séculos. A simpatia, no mais das vezes, é a realização de milênios. Não te aproximarias de Julieta, com tamanho apego, se ela já não figurasse em teu pretérito espiritual. Dedicá-te a ela, salva-a da loucura e da inutilidade.

“Oferece-lhe o braço de esposo, honrando a vida, antes que a morte te despedace o vaso físico nas mãos invencíveis. É mais nobre dar que receber, mais belo amar que ser amado, mais divino sacrificar-se que extorquir alheios sacrifícios. Não te cause moossa a crítica do mundo. A sociedade humana é venerável em seus fundamentos, mas injusta quando extermina os germes de regeneração espiritual para a vida superior, a pretexto de preservar-se.

“Vem a nós, Paulino! O Senhor abençoar-te-á o gesto digno. Amanhã Cândida viverá as horas derradeiras da atual existência. Dá-lhe a paz, restitui-lhe o bem-estar, pelo muito que se mortificou para conservar a filha em posição respeitável. Não permitas que o amor se perverta em tua alma. Santifica-o com a responsabilidade, fortifica-o com os teus dotes naturais e a Providência estará ao teu lado por todo o sempre.

“Calou-se a instrutora, mas de seu coração partiam raios de safirina luz, envolvendo o rapaz integralmente.

“O cavalheiro ergueu os olhos lacrimosos, contemplando-a, reconhecido, e declarou:

“– Recebo a vossa palavra como se fora a de minha Mãe Celestial.

“Fazei de mim o que vos aprouver. Estou pronto...

“Cipriana depositou Cândida no invólucro físico, afetuosamente, e dirigiu-se ao jovem par, acrescentando:

“– Que o Pai nos abençoe a todos.

“Julieta e Paulino foram reconduzidos ao aposento do qual tinham vindo e nós, de nossa parte, dilatamos a permanência no quarto da enferma, em auxílio ao processo desencarnatório.

“Às oito horas da manhã, Cipriana suprimiu-lhe a maior parte das forças. Chamado pela enfermeira vigilante, o médico prognosticou a morte próxima.

“Reclamada a presença da filha, compareceu a jovem depois do meio-dia, seguindo-se-lhe Paulino, visivelmente comovido.

“Que belo que é verificar a influência indireta do plano superior sobre os companheiros terrestres!

“Como haviam procedido nas horas de sono carnal, assim, ao observarem a venerável senhora em plena agonia, ajoelharam-se ambos, lacrimosos, quase na mesma posição de horas antes.

“Cândida fixou o rapaz em atitude suplicante e falou-lhe, com dificuldade, embora Cipriana lhe não deixasse fugir as energias, mantendo a destra luminosa sobre a sua cabeça.

“A agonizante comentou, comovedoramente, a angústia que lhe torturava o espírito. Receava deixar a filha inexperiente no mundo, à mercê das tentações. Apelava para o cavalheirismo de Paulino, que a não deixou terminar. De olhos rasos d'água, colocou o indicador nos lábios da respeitável moribunda, confortando-a.

“– Dona Cândida – disse, atencioso –, não fale mais nisso.

“Amanheci hoje com um propósito irremovível: Julieta e eu nos casaremos, dentro em poucos dias. Amanhã mesmo iniciaremos o processo de legalização do nosso compromisso, antes que qualquer circunstância interfira por empecer nossos desejos. Fique, pois, descansada. A partir de agora, sou também seu filho.

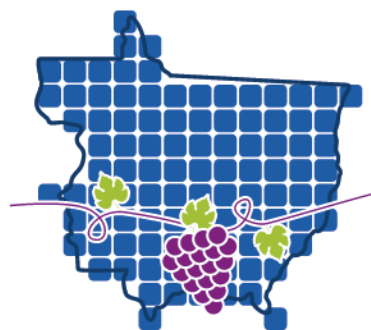
“A agonizante, chorando copiosamente, fez um sinal. Julieta aproximou-se, enquanto Paulino colava o rosto aos seus cabelos prematuramente encanecidos. Foi então que Cândida, amparada por Cipriana, lhes uniu as mãos, num gesto simbólico, osculando-as enternecidamente.

“Foi seu derradeiro movimento no corpo exausto. Em breves minutos, as pálpebras físicas cerraram-se para sempre, enquanto os olhos espirituais se abririam entre nós, para a contemplação dos trilhos refulgentes da Eternidade.”

**Avaliação reflexiva: Feche os olhos e entre em contato com você mesmo(a) em essência, buscando sentir o conteúdo estudado neste encontro:
Do conteúdo, o que você entendeu que se aplique à sua vida?**

O conteúdo estudado mudou a forma como você entende a importância da energia mental, composta de pensamentos, sentimentos e vontade? Em caso positivo, que mudança foi essa?

Neste encontro refletimos sobre a energia mental das virtudes. Como você avalia essa questão em sua vida? Você tem feito esforços para exercitar as virtudes tornando a sua energia mental mais saudável, utilizando-a para a construção de sua própria felicidade?



FEEMT

FEDERAÇÃO ESPÍRITA DO
ESTADO DE MATO GROSSO



FEEMT.OFICIAL



FEEMT.OFICIAL



FEEMTPLAY