

# O ar que respiras

Por: **Sandra Pagliuso**

Aluna do curso Primeiro Mediúnico da Seara Bendita e voluntária do Grupo de Alfabetização do Lar Meimei.

Diagramação: **Joaquim Roddil**

**V**ocê já parou pra pensar sobre o ar que respiras? Que ele é o veículo da vida para todas criaturas do mundo? O oxigênio regulado pela expressão divina movimenta-se junto com as moléculas distribuindo alegria. Além disso funciona como purificador do sangue abrindo caminho ao energismo espiritual, criação de Deus. O ar que respiras poderá ser enriquecido pelo modo que pensa ou também uma forma de degeneração se se você desprezar os meios de purificação mental. O pensamento elevado é a chave de luz da valorização do ar que respiras a todo segundo. É puro alimento para teu corpo. Entra pelas narinas, passa por todos seus meridianos e fortifica os seus centros de força para a realização dos teus ideais.

Quer ajudar a fortalecer-se na saúde? Visualiza energias espirituais positivas envolvendo seu amigo no ar que respiras: esse exercício de alegria e amor fará com que ele respire as puras bênçãos de Deus. Se deseja saúde, comece aprendendo que esse é um dos melhores caminhos.

É preciso que compreendas que muitos espíritos superiores, fora do entendimento humano, controlam os ventos e trabalham na purificação do ar que caminha junto do planeta.

Mas fique atento, não queira ser mestre em um dia, um ano ou um século. Isso é conquista de

milênios. Esse “toque” é apenas para despertar as lições que vibram dentro de ti.

O ar que respiras é teu irmão, servo e companheiro. Mesmo assim, se os homens pudessem ver o quanto respiram de miasmas criados por formas-pensamento deles mesmos, certamente iriam se esforçar mais emocionalmente para manterem o equilíbrio interior. O lixo mental causa muitas enfermidades que poderiam ser evitadas. A troca de elementos nocivos entre os encarnados que desconhecem o Evangelho de Jesus também pode acontecer através do ar que ambos respiram. Mas também podemos cooperar com as mentes mais elevadas encarregadas da purificação do ar, modificando nossa atmosfera psíquica. As inteligências elevadas desejam atender aos nossos pedidos, mas priorizam aqueles que oferecem melhores condições de serem ajudados.

Quem não medita não aprende, quem não aprende não serve e quem não serve deixa de cumprir o dever.

Comece valorizando mais esse ar que é teu companheiro de noite, de dia em qualquer das estações da casa planetária. Educa meu companheiro, a sua mente valorizando os positivos fluidos mentais que emanam da sabedoria do alto.

Começa hoje mesmo a te familiarizar com o próprio ar que respiras. Agradeça a ele os benefícios recebidos, que essa gratidão lhe virá em forma de luz.

No ar está a vida, soprando em todas as direções, por ordem divina e, aonde for chamada, pela voz da sabedoria.

## REFERÊNCIA

Miramez / João Nunes Maia do livro Saúde.