

## A SINTONIA MENTAL

---

Publicado a 29 de janeiro de 2012 por Igm

Quer tendo a certeza de que somos Espíritos imortais, quer acreditando que a “mente” morre com o corpo físico, a tendência dos cientistas que estudam o pensamento é reconhecer o estado mental como elemento importante para a saúde física e psíquica ou o contrário.

Sabendo, como sabemos, que os pensamentos são emissões energéticas de alta potência, que cruzam o Universo e sintonizam com as de igual frequência, concluímos que nos sustentamos dentro de determinado nível de equilíbrio ou desequilíbrio junto com todos os seres que se nos assemelham.

A proximidade física, assim, nada tem a ver com a sintonia mental, pois que essa comunicação, que é a que realmente nos sustenta, é invisível e cobre distâncias inimagináveis.

Analisar o tipo de emissão que lançamos e assimilamos é de capital importância para verificar quem realmente somos. O ditado “diga-me com quem você anda que lhe direi quem você é” pode ser substituído pelos seguintes: “diga-me o que você pensa que lhe direi quem você é” ou “diga-me o que você pensa que lhe direi com quem você está sintonizado”.

Sentir-se interiormente bem ou mal é uma questão de sintonia: a felicidade real e a paz interior ou, ao contrário, a infelicidade interna e a intranquilidade são reflexos da sintonia mental que mantemos com seres encarnados e desencarnados que vivem, respectivamente, em função do Bem ou do Mal.

A Ciência vai cada vez mais avançando no rumo das descobertas relacionadas com a energia e essas descobertas se aplicam à energia mental, evidentemente.

Não devemos fazer como alguns religiosos sistemáticos, que renegam a Ciência: ela é útil para a fé raciocinada, adotada pela Doutrina Espírita.

No Universo existem apenas Deus e Sua Criação, estando esta última dividida, segundo o Espiritismo, apenas para fins didáticos, em: matéria, fluido cósmico universal e Espírito, mas esses três elementos são apenas uma seqüência na gradação evolutiva, pois a primeira evolui para o segundo e este para o terceiro. Todos esses elementos emitem energia, sendo que a energia emitida pelo terceiro chama-se pensamento.

A interação entre todos os elementos da Criação se faz a nível de emissão e recepção de energia, pois que, na verdade, tudo é energia, apenas que diferenciada pela frequência, ou seja, pelo nível de evolução alcançada.

Vigiar e orar foram as expressões que Jesus utilizou, por falta de melhores expressões, para nos aconselhar à autoanálise e à procura da autorreforma moral.

Não devemos simplesmente “deixar o barco correr”, vivendo sem reflexão e sem metas definidas de autoaperfeiçoamento intelecto-moral.

Em caso contrário, estaremos sintonizados com os ociosos e os irresponsáveis, que pululam em todos os pontos do Universo.

Para mudarmos para uma frequência mental (diga-se intelecto-moral) superior deve haver um esforço inicial e a continuidade no exercício da sintonia mais elevada, até que se torne espontânea e não mais exija nenhuma tensão.

A evolução do Espírito se processa dessa forma, mudando de frequência os seus pensamentos, que repercutem nos sentimentos e atitudes.

Evoluir proporciona Felicidade e Paz, mesmo que o mundo esteja em convulsão e as demais pessoas vivam em descontrole.

Evoluir é o resultado de uma decisão individual, mas somente é possível se colocarmos nossos irmãos e irmãs em humanidade dentro das nossas propostas, que se traduzem no Amor Universal.

Luiz Guilherme Marques