

CONCENTRAÇÃO - NOÇÕES GERAIS

INTRODUÇÃO

Em [Nos Domínios da Mediunidade] o Instrutor Albério esclarece André Luiz: *"Precisamos considerar que a mente permanece na base de todos os fenômenos mediúnicos..."*. É através da mente que se manifestam os valores adquiridos pelo Espírito, as experiências acumuladas, as virtudes, os conhecimentos, os defeitos, os dramas vividos, as afeições, o rancor, a bondade, o ressentimento, a compreensão, a vingança, a alegria, a tristeza, o amor e o ódio. Todas estas características intrínsecas do Espírito exteriorizam-se através da mente, definindo o grau de evolução em que nos encontramos e a faixa vibratória em que vivemos.

Deus fez o homem para viver em sociedade. Nenhum homem possui faculdades completas - somente pela união social é que elas se completam, umas às outras. Dependemos dos nossos semelhantes, e constantemente agimos e reagimos uns sobre os outros. Estabelecemos laços, formamos grupos e nos influenciemos mutuamente. A natureza dos nossos pensamentos, as nossas aspirações, o nosso sistema de vida, a se expressarem através de atos, palavras e pensamentos, determinam a qualidade dos Espíritos que, pela lei de afinidades, serão compelidos a sintonizarem conosco nas tarefas cotidianas e, especificamente, nas práticas mediúnicas.

No [LM-it 232] somos alertados: *"Fora erro acreditar alguém que precisa ser médium para atrair a si os seres do mundo invisível. Eles povoam o espaço; temo-los incessantemente em torno de nós, intervindo em nossas reuniões, seguindo-nos ou evitando-nos, conforme os atraímos ou repelimos, A faculdade mediúnica em nada influi para isto: ela mais não é do que um meio de comunicação."* Por isso a afirmativa: Mediunidade não basta só por si. O importante é a utilização que fazemos da faculdade.

CONCENTRAÇÃO

Existe um estado da mente em que ela se atém àquilo que a atrai naturalmente ou para o que ela se propõe a fazer, estado este que chamamos **concentração**. Este estado mental é alcançado de duas formas:

- a) espontânea - inconsciente, involuntária;
- b) programada - fruto de esforço e de exercício continuado, tendo em vista um objetivo (adaptação psíquica).

No caso do médium, o conhecimento deste mecanismo é fundamental. É através desta atitude mental que se abrem as portas que permitem o trânsito do plano físico para o espiritual e vice-versa, ou seja, é um estado mental de predisposição perceptiva de outras condições vibracionais que não sejam as do sentidos físicos.

Podemos utilizar alguns métodos que facilitam alcançar este estado. Através de exercícios respiratórios, de música, de leituras edificantes, nos dispomos a um relaxamento físico e mental. Físico, em relação à musculatura do corpo físico; mental, em relação à abstração dos problemas que não dizem respeito à finalidade do momento.

Na concentração o médium cria um campo em torno de si, que exerce influência sobre si próprio. Emite vibrações que se estendem pelos espaços e, por um processo natural de sintonia, atuam em outras mentes que lhe são equivalentes, estabelecendo-se uma ligação com estas mentes.

O imprevisto nesta atividade mental, a invigilância, a falta de evangelho, o ociosidade mental e física irão provocar o cansaço psíquico, a inquietação em decorrência da instabilidade de pensamentos, a polivalência de idéias. Por isso é necessário uma constante preparação íntima, conseguida através da prece, de leituras salutares, do cultivo de pensamentos equilibrados, do trabalho no bem e dos cuidados com a saúde física.

Bibliografia

- 1) O Livro dos Médiuns - Allan Kardec
- 2) Nos Domínios da Mediunidade - André Luiz/Chico Xavier

CAPÍTULO 10

