

TEUS ALIMENTOS

Uma das preocupações de todos os lares é a alimentação. Ela é a base na sustentação do corpo físico. Sem os alimentos, o corpo deixa de existir. Vives em um corpo porque te alimentas todos os dias. Mesmo que não tenhas atingido a sabedoria de entender como convém comer, a veste carnal com toda a sua engrenagem é dotada de muita inteligência instintiva. Se colocares água em um carro feito para andar com gasolina, ele não andar. Assim acontece com o seu corpo que, feito para alimentar-se de coisas naturais, se tiver a alimentação mudada, igualmente mudará de comportamento, assimilando e transformando o desnecessário em necessário para o equilíbrio de que precisa. Já a máquina feita pelo homem não tem condições deste procedimento, faltando-lhe a inteligência instintiva que sabe escolher e transformar o alimento no prato suculento de seu agrado.

No entanto, mesmo dotado destes poderes, o corpo sofre algumas consequências por não ser alimentado dentro dos princípios do Universo, aquele repasto que a natureza sabe preparar e que veio com a missão de fazer. Procura não desvirtuar os alimentos naturais.

Pela simplicidade das coisas, Deus, na verdade, é a Bondade mais concentrada que existe, porém, a Lei da Justiça criada por Ele não pode te perdoar pelas lições que precisas receber; compete à Justiça Divina a tua educação. Pode te custar caro, mas como a vida continua em todas as faixas, a natureza te espera pelo tempo que for necessário, para que possas educar-te dentro da disciplina.

Entretanto, nunca poderás educar-te sem *ALEGRIA*, que é a meta desta conversa. Os grandes instrutores da Vida Maior nos falam que a *ALEGRIA* pura é contagiante e ergue nossas forças a qualquer nível que desejarmos atingir para o nosso bem; ela é capaz de curar enfermidades, de superar problemas e de formar um campo de esperança em torno das criaturas que acreditam nela. Tu e tua casa podem ser beneficiados com o contentamento de viver, dependendo de teu entendimento acerca desse júbilo.

Tu que estás lendo, faze-o com *ALEGRIA*, deixando que ela nasça do coração, porque os que te ouvem não deixarão de assimilar essa irradiação divina, iluminando os sentimentos de esperança. Exaltemos, pois, tudo de bom que possamos pensar, porque o divertimento sadio supera tempo e espaço e nos coloca como se estivéssemos no próprio céu. E ainda mais, meu filho, os alimentos que tiveres dentro de tua casa ficarão imantados pelo poder da *ALEGRIA* e passarão a ser medicamento e conforto para os que vivem neste lar. A água depositada nas vasilhas será magnetizada por esse bem-estar do coração; os teus vizinhos receberão a cota que o desprendimento deve lhes ofertar e os animais e as plantas não serão esquecidos por essa bênção de Deus – a *ALEGRIA*. No momento da alimentação, não deves esquecer-te de uma boa prosa, onde o contentamento elevado esteja presente. Para que o teu coração e a tua consciência não te acusem de desleixo mental, a vida não se esquecerá de fazer crescer a semente que plantaste com Amor.

(Fonte: Livro Tua Casa – João Nunes Maia, pelo Espírito Ayrtes, fl.27)