

**Alguns textos dos trabalhos de meditação e estudo do
Grupo Ibero-americano
Julho e Agosto de 2026**

Meditação de A Grande Invocação

Texto 01

A palavra "espiritual" tem a ver com atitudes, relações, a passagem de um nível de consciência para o seguinte. Faz referência ao poder de obter uma nova visão e de vislumbrar novas e melhores possibilidades. Refere-se a todos os efeitos gerados pelo processo evolutivo que levam o ser humano a ampliar sua sensibilidade; refere-se às expansões da consciência e às atividades que levam a novas formas de desenvolvimento. As descobertas da ciência ou a produção de alguma grande obra no campo da literatura ou da arte são tão evidências da mobilização espiritual quanto as experiências do místico ou o registro do discípulo de um contato com sua alma.

Reconhecer a própria natureza espiritual permite que o indivíduo reconheça a divindade nos outros e em todas as formas de vida. Ao aprender a pensar nos outros como almas, começamos a agir de acordo. À medida que cada um dá um passo para a frente, com uma compreensão mais inclusiva e compassiva, há uma ajuda para elevar a família humana, aproximando-a do seu destino espiritual: o estabelecimento do Reino de Deus na Terra.

Como a palavra "espiritual" se aplica a todos os campos da vida, ela descreve o que leva à percepção, compreensão e integração ampliadas com as várias formas que a vida adota. Espiritualidade implica em uma esfera de influência e de responsabilidade em constante expansão.

A palavra-chave nesse desenvolvimento é: disciplina. Uma vida autodisciplinada mental, emocional e fisicamente pode se conectar com a alma. Os contatos iniciais e ocasionais entre alma e personalidade, nutridos pela meditação, podem aumentar em duração e intensidade, à medida que a personalidade disciplinada oferece um canal pronto para ser utilizado pela alma.

Texto 03

A disciplina cuidadosa, destituída do fanatismo dos veículos da personalidade egocêntrica – veículos que são estados de consciência – estabelece uma relação frutífera entre a personalidade e a alma, alinhando a vida da personalidade com o propósito da alma.

A disciplina da meditação diária, como meio de estabelecer contato com a alma, desenvolvendo a consciência e a fusão com a alma, é um dos principais meios de espiritualizar a vida neste planeta e ajudar a externalizar o Reino de Deus.

Meditação de terça-feira 29 de julho 2026

TEXTO 1

O estudante de meditação precisa de uma fonte de ensinamentos práticos nos quais tenha confiança e que possa aplicar e testar em si mesmo. Cada expansão da consciência, que é sempre autoiniciada, prepara-se para expressar a consciência da alma de maneira mais clara e precisa. Existe uma "corrente"

hierárquica em relação com a vida da alma que relaciona todos os que, em certa medida, são capazes de expressar as qualidades e princípios da nossa vida planetária em evolução. Todos estão relacionados entre si e são interdependentes na unidade ao todo, e a realização de qualquer indivíduo afeta profundamente o todo.

A alma humana inclui a personalidade através da qual a vida se expressa, mas não é limitada por ela. Por meio da meditação e da contemplação, e do propósito sustentado do discípulo, a alma ilumina a mente e inspira o coração que, por sua vez, transmite compreensão e sabedoria ao cérebro. A psique ou alma, o sujeito ou pensador que percebe, é a centelha imortal e imperecível da divindade, o Filho de Deus, a inteligência espiritual que é o verdadeiro homem.

O reconhecimento da dualidade na natureza humana provoca oportunamente a intenção de construir a ponte entre a personalidade e a alma, já que a alma sempre busca a união consciente com a personalidade que é sua expressão. Embora a aspiração possa proporcionar a motivação, o trabalho real da construção da ponte se processa no nível mental, baseado na capacidade de controlar a mente por meio da disciplina de uma meditação regular.

Texto 3

A meditação estabelece a relação entre a alma e a personalidade. É uma relação de cooperação, que leva finalmente à fusão da alma com a personalidade. O trabalho se baseia na simples premissa de que a energia segue e se conforma ao pensamento. O uso correto do poder da mente cumprirá qualquer propósito, bom ou não tão bom. A meditação oculta implica em uma mente concentrada, na capacidade de visualizar, na habilidade de construir formas mentais e em usar a imaginação criadora, além de uma compreensão precisa do propósito da alma.

Esse tipo de meditação eleva a qualidade de vida. Cria um caminho iluminado de relação e comunicação entre o domínio subjetivo da alma e sua expressão objetiva, a personalidade. À medida que a personalidade se adapta e se subordina ao domínio da alma como o verdadeiro Eu, ela é por sua vez redimida pela luz e energia da alma, e todos os aspectos da vida no plano físico são irradiados e elevados.

Meditação de terça-feira, 4 de agosto de 2026

TEXTO 1

A meditação é, ou deveria ser, uma experiência profundamente espiritual. Ela leva a uma relação correta com Deus e a corretas relações humanas na vida cotidiana. É essencialmente o meio por excelência de estabelecer um alinhamento entre os diferentes aspectos da vida planetária que, do ângulo da consciência e da forma, parecem estar separados.

A meditação criativa começa com um exercício de alinhamento e resulta em um alinhamento mais profundo, mais extenso e sustentado entre aquele que medita e tudo que está ao seu redor. O alinhamento coloca os diferentes níveis e estados de consciência em "linha" uns com os outros. Na meditação, o

alinhamento afeta o corpo mental - a mente; a natureza emocional/sensível - o coração; o corpo etérico e o eu físico. Quando esses componentes estão integrados em uma unidade, podem se alinhar com a própria alma, o Eu espiritual. Isso cria um canal de comunicação que conecta cérebro, coração, mente e alma; assim a energia vital da alma, com seu poder de iluminar e inspirar, pode rapidamente se transformar em atividade, exercendo efeito sobre todos os aspectos da vida cotidiana.

Nesse processo, a mente é o princípio ativo... vê, visualiza, concentra a energia necessária e enfoca a atitude necessária. Sem necessariamente estar consciente dos resultados obtidos, a mente pode atuar triunfantemente como se o alinhamento necessário tivesse sido criado. A repetição constante e a atenção concentrada proporcionam os materiais básicos para a construção.

Uma vez criado na consciência, o alinhamento essencial está sempre presente, precisando apenas de um momento de pensamento direcionado para ser atualizado como um elemento ativo na relação entre a vida interior e externa.

Compilação de A Grande Invocação, pág. 60

TEXTO 3

A meditação é um meio de harmonizar ou resolver o aparente conflito entre os aspectos material e espiritual da vida... é um caminho de descoberta do verdadeiro Eu... O objetivo básico é capacitar o indivíduo a ser, na manifestação externa, aquilo que é sua realidade interna; e leva à capacidade de ser, saber e fazer. Portanto, a meditação compreende toda a expressão da vida, subjetiva e objetiva. Tem por objetivo o uso da mente pela alma para empreender ações de acordo com o Plano estabelecido para a humanidade. Nesse processo, o ser humano é estimulado e iluminado, e a ele é apresentada a oportunidade de contribuir para a evolução planetária com a riqueza que ela contém em potencial. A verdadeira meditação oculta é praticada como um serviço à humanidade.

Compilação de A Grande Invocação, pág. 60-61

01 08 26

Texto 1...

... Não duvidem de que, nas profundezas do coração há uma verdade eterna que diz "sim" a tudo que é verdade e automaticamente diz "não" ao que é falso. É a voz que nasce quando há uma integração perfeita de princípios, a inteligência funciona corretamente, a vontade está livre da imposição dos elementos. Por quê? Porque está dominando os elementos, criando um campo magnético no éter, um mistério que deve ser revelado aos outros, e isso é chamado de inspiração e se expressa por meio do verbo, da palavra, e todos podemos expressar essa palavra depois de criar um vazio no seio do éter onde estamos imersos... Então temos uma grande responsabilidade pelo simples fato de aceitar... o princípio de que estamos imersos em um éter e que esse éter é ocupado por uma multidão de vidas que desconhecemos, e que são elas que nos trazem controle ou falta de controle, equilíbrio ou desequilíbrio, paz ou guerra, um princípio de unidade ou um princípio de separatividade...

Quando estivermos centrados em um ponto estável, quando o mecanismo de recepção das energias, o poder da mente tiver aberto os canais da intuição, o coração for puro, o sentimento tiver conseguido penetrar na radioatividade divina, quando pudermos expressar um sentimento verdadeiramente criador, então poderemos dizer que estamos em contato com as forças angélicas da natureza e que colaboram conosco para realizarmos aquele arquétipo para o qual fomos programados, por isso as conversas que têm a ver com a unidade, não de pensamento, mas de alma, devem nos capacitar para criar um vazio dentro do éter contaminado por pensamentos e emoções degradantes, e reconhecer, por meio do espírito, que realmente podemos e devemos dominar essas dimensões.

Barcelona, 12 de abril de 1975 VBAnglada

Texto 3

A unidade de propósito permite estabelecer diferenças tanto nos campos de sua manifestação como nos métodos e meios pelos quais ela é realizada. Pode haver uma grande variedade de planos para realizar um propósito central... Mas, se a unanimidade de propósito for forte e clara, ela não será afetada por tal diferenciação, mas simplesmente interpretada para atender cada nova situação que surge.

... não é fácil de alcançar, pois, por boas que sejam as nossas intenções, a nossa concepção e ideias sobre os melhores métodos que devemos empregar podem muito bem diferir; porém, existem técnicas que são de grande ajuda e é possível uma colaboração baseada no contato interno e nas relações de boa vontade.

Grupo de Meditação para a Nova Era. Ano 1, Caderno 4

Textos: Meditação de 11 de agosto de 2026

TEXTO 1

Atualmente, a alma da humanidade está no processo de assumir o controle do modo de vida da personalidade. O longo processo que leva à infusão da alma racial teve início. A prática da meditação agora pode servir para acelerar e implementar o processo planetário como um todo. No passado, a cooperação com o ritmo planetário da meditação foi, por um tempo, serviço reservado a alguns pioneiros; hoje pode se tornar um modo de vida para muitos.

A técnica da meditação rege todas as expansões da consciência, inclusive todo o processo de desenvolvimento evolutivo planetário. É a técnica de contato e apreensão espiritual, o meio de fomentar a evolução da inteligência humana, a capacidade de amar e a vontade pessoal em alinhamento com a vontade divina.

A meditação é o meio mais eficaz de transcender o sentido de separatividade e isolamento que aprisiona a consciência humana e a torna inútil. É o principal agente criador no nosso planeta. O efeito da meditação humana, neste momento, é mudar as condições, invocar as potências espirituais superiores, trabalhar com concentração – vertical e horizontalmente – no mundo humano e divino. É essa atividade que contém o segredo da meditação criadora.

A intenção de servir à humanidade é o motivo essencial para toda meditação verdadeiramente criadora. A expansão da mente humana baseia-se na capacidade de amar e de servir aos outros. O resultado final na consciência individual é: iluminação, sabedoria e vontade-para-o-bem, além de uma crescente capacidade de cooperar em propósitos criadores e redentores da nossa vida planetária. A meditação como serviço planetário é tão prática quanto eficaz.

Compilação de A Grande Invocação, pág. 61

TEXTO 3

No caminho da meditação, segue-se uma trajetória para alcançar um objetivo. Há certas armadilhas que podem surgir para o viajante. A meditação não é prejudicial em si, mas se for usada de maneira inadequada ou praticada de com imprudência, pode criar problemas pessoais.

A melhor proteção durante a meditação é o bom senso e uma atitude equilibrada. O bom senso desloca entusiasmo excessivo, o fanatismo ou a concentração rígida sobre a meta, o que pode levar à fadiga física ou mental. A atitude equilibrada nos permite entender que o desenvolvimento da consciência é gradual e de longo prazo e, portanto, as mudanças não acontecem da noite para o dia. Isso evita o desânimo que o neófito sofre quando as grandes revelações não chegam tão rápido quanto ele deseja.

Compilação de A Grande Invocação, pág. 61

045 Textos 18 08 26

Um dos maiores e mais conhecidos obstáculos para a meditação é o caso daqueles que se perdem tão profundamente em seu próprio mundo subjetivo que tendem a se afastar da realidade física. A meditação deve levar a uma expressão muito específica da vida. Esforço mental excessivo ou superestimulação podem ser corrigidos pela expressão de experiências mentais em fatos de ordem física. Isso pode ser feito tentando traduzir as visões e ideias mais elevadas em algum projeto ou atividade que possa beneficiar outros indivíduos.

Um segundo possível perigo na meditação é a superestimulação emocional. A meditação traz um fluxo crescente de energia para a vida do meditador, que tende a acentuar tanto as qualidades positivas como as negativas, trazendo-as à superfície onde podem ser claramente percebidas. Cada meditador é responsável por administrar esse aumento do fluxo de energia, tendo que descobrir suas próprias debilidades emocionais e buscar manter um foco equilibrado de atenção no plano mental.

O estudante da meditação deve avançar devagar e com cautela. Qualquer coisa que valha a pena exige tempo e esforço. Os resultados obtidos em um processo de construção lento provavelmente serão mais duráveis do que os resultados de trabalhos realizados às pressas na esperança de sucesso imediato. O estudante também deve buscar regularidade na meditação. Vinte minutos de trabalho diário

valem mais e são mais seguros do que quatro horas de trabalho uma vez por mês.

A proteção mais segura está na vida de serviço. A meditação produz energia e inspiração. Se isso não se expressar em algum tipo de serviço, pode ocorrer congestionamento ou superestimulação. Serviço é o uso correto da energia, visão e inspiração da alma.

Compilação de A Grande Invocação, pág. 61

Texto 03

Embora a meditação em seus inícios possa se desenvolver como uma atividade solitária, assim como qualquer outro campo de interesse, o indivíduo cedo ou tarde se torna parte de um todo maior do qual ele extrai significado e propósito. Por meio da meditação, emerge-se para um estado de consciência compartilhado com outros, um estado tão real quanto a existência física, embora caracterizado por diferentes tipos de percepção.

O meditador encontra uma comunidade ou fraternidade na consciência. É assim que ele entra na meditação em grupo. Isso não significa que os indivíduos devam trabalhar juntos no mesmo lugar e ao mesmo tempo. O verdadeiro ponto de encontro do grupo é no plano mental, o plano da mente.

Textos 046 Medita LGI 25 08 2026

... A meditação ocorre fora do tempo e do espaço, mas o que é importante na meditação grupal é o senso de enfoque e interesse comuns, de atenção grupal no objeto da meditação. Os indivíduos que compõem um grupo são unidos por uma ideia e interesse compartilhados, e não tanto por um relacionamento pessoal. Os grupos podem trabalhar juntos e meditar, mas o tema subjacente é o serviço à humanidade, assim desempenha seu papel na vida planetária.

Os grupos podem trabalhar para produzir maior luz nos assuntos humanos e condicionar a atmosfera subjetiva do planeta. Trabalham com energias como luz, amor e vontade-para-o-bem, ajudando a liberar essas energias subjetivas na vida física diária. Embora esses grupos possam estar trabalhando para iluminar o ambiente humano, não usam força. Não procuram direcionar a energia para a mente de um indivíduo ou grupo com a intenção de mudá-los ou influenciá-los. No entanto, liberam luz, ou criam uma condição subjetiva na qual um indivíduo ou nação pode permanecer mais facilmente à luz de sua própria alma.

A participação em uma meditação grupal muitas vezes produz efeitos secundários nas pessoas envolvidas. À medida que se trabalha em meditação grupal, gradualmente se adquire maior discernimento sobre seus próprios assuntos, os assuntos mundiais e a natureza da inter-relação de grupos. Os meditantes desenvolvem um senso de integração com seus colaboradores, assim como um senso de unidade e identidade com todos que servem à humanidade. No processo, os participantes adquirem conhecimentos

inestimáveis: aprendem que existe uma força para o bem no mundo, que existe um Plano para a evolução humana e que o que fazem em suas vidas que contribui para o serviço traz mudanças.

Compilação de A Grande Invocação, pág. 62

Texto 3

Existe uma meditação grupal gigantesca que atua em diferentes fases sobre o nosso planeta. Todas as unidades de meditação e grupos reflexivos estão relacionados por meio de seu propósito espiritual unificado. Esse propósito é o serviço ao Plano para a promoção da evolução humana. Nessa meditação, dois grandes centros ou grupos planetários estão trabalhando com o reino humano: a Hierarquia espiritual do planeta e o Novo Grupo de Servidores do Mundo. A Hierarquia Espiritual... compreende aqueles filhos de Deus que, ao longo do caminho da evolução, viajaram mais longe do que o restante da humanidade, tendo transcendido as limitações da consciência estritamente humana, mas continuam a servir à humanidade e ao Plano.

Compilação de A Grande Invocação, pág. 62