

# O Vaga-Lume

Literatura do GRAAL

## vitalidade

**O** que nos move? Experimentar momentos em que a energia parece minada faz parte da trajetória de cada um. Nas fases em que a saúde grita por atenção, por exemplo, é difícil manter o vigor íntegro. Mas num corpo saudável não significa obrigatoriamente que habita uma pessoa com vitalidade. Além dos cuidados que se pode adotar para conquistar a vitalidade do corpo, pode-se também cuidar da vitalidade interior ou anímica?



página 2

## Senso de utilidade

Nutrir-se com coisas boas é uma necessidade cotidiana: sejam coisas de comer, coisas de ler, coisas de sentir, nutrir-se de natureza... Tudo o que consumimos, lemos, escutamos, vemos e compartilhamos alimenta espaços importantes do nosso “eu”.

Além de todos esses alimentos que, quando bem selecionados, podem trazer satisfação, há um elemento que talvez não seja tão valorizado, mas que é capaz de promover uma existência com mais sentido: a utilidade.

“Só são verdadeiramente felizes aqueles que procuram ser úteis aos outros”, sugere Albert Schweizer. A reflexão proposta pelo filósofo faz pensar que a felicidade, comumente buscada numa relação amorosa, em bens ou em viagens, pode ter ainda mais endereços do que os imaginados.

*Dentro de nós pulsa a mesma energia de vida como nos astros, plantas e animais. Sentimo-nos mais alegres e sadios quando trabalhamos e fazemos algo de útil!*

Roselis von Sass

**SABÁ, O PAÍS DAS MIL FRAGRÂNCIAS**

Roselis von Sass  
Brochura • E-book



## Leia também

Estrada afora

página 3

Olho vivo

página 4

# Seguir adiante

**A** menina ruiva acena. No enquadramento da tela, o espectador não enxerga outras pessoas, apenas a imensidão de um campo de cultivo dourado. A menina sai em disparada pela plantação e abraça uma única árvore, que se destaca na paisagem. Sente o rosto contra a rugosidade do tronco. Com a ajuda de uma corda e um tanto de habilidade, sobe na árvore e ao olhar a paisagem lá de cima, ela diz, com cerimônia: “Sua perspectiva é maravilhosa!” A cena, que inicia a segunda temporada da série canadense “Anne with an E”, parece como uma rajada de ar fresco.

O contato com a natureza e com tudo o que é vivo é capaz de causar

essa sensação, de fortalecer a nossa vitalidade. Assim também acontece quando comemos fruta direto do pé, escutamos o ritmo da cachoeira, percebemos o movimento das asas do beija-flor ou visualizamos a paisagem de cima de uma árvore ou de uma montanha.

— *Os seres humanos lutam, sofrem com dúvidas e medos, cometem milhares de erros, não sabendo que tudo desencadeia um eco no mundo dos espíritos, eco esse que volta...*

*África e seus Mistérios,*  
Roselis von Sass

Isso acontece porque as coisas vivas parecem ser perpassadas por uma força que tudo abrange e que também alimenta a nossa existência. Essa força, que tudo vivifica, incentiva-nos a cultivar a conexão com algo maior do que nós mesmos. E essa conexão pode ser uma importante chave de fortalecimento da vitalidade.

A vitalidade pode ser compreendida como vigor, capacidade de desenvolvimento e antítese de paralisação. Ter vitalidade é estar alerta e disponível para a vida, ser capaz de buscar força para vivenciar o que vier, seja cachoeira refrescante, seja água estagnada. Enfim, ter energia física e emocional para levantar da cama e seguir adiante, quando um novo dia amanhece.

Se a vitalidade de um corpo pode ser cuidada com ar puro, boa comida, equilíbrio entre movimento e sono... como cuidar da vitalidade anímica? Crescemos desejando que a vida seja interessante para nós. Mais tarde, descobrimos que viver dá um pouco mais de trabalho e que nós também temos de ser interessantes para a vida: descobrir um propósito, cultivar aptidões, alimentar nossos interesses, tatear os próprios limites, responsabilizar-nos pelo que nos revigora e nutre, cuidar das próprias necessidades.

Assim, a vida interior pode ser nutrida e aquilo que uma pessoa anseia, pensa e busca atingir tem consequências. A vida interior estende fios conectores e gera efeitos também materialmente. A vitalidade anímica está interligada à vitalidade do corpo.

Segundo Abdruschin, autor de *Na Luz da Verdade*: “*aquilo que se esforça espiritualmente também se efetiva por fim fisicamente, visto todo o*



*espiritual perpassar a matéria grosseira, razão pela qual cumpre reter sempre em mente a lei da ação de retorno*". E a lei da ação de retorno abrange também os pensamentos.

Por isso, um estímulo para a vitalidade perseverar é não se deixar atormentar por coisas desnecessárias, tal como nutrir pensamentos martirizantes sobre o valor ou desvalor de si próprio e de outros, ou cismar com situações passadas. Não é aconselhável fazer com os pensamentos o mesmo que fazem aqueles que têm o hábito de cutucar a casca de uma ferida, não a deixando cicatrizar. Pode ser que a vitalidade anímica seja parceira da simplicidade no ser e no pensar: viver apreciando o agora e buscando elevar a própria atuação dentro do contexto em que se encontra, positivamente.

Muitas vezes, a forma de olhar determina o padrão dos pensamentos e vice-versa. Quando são construídas, por exemplo, diferentes versões interpretativas ao redor de um fato, a escolha de posicionamento perante essa realidade gera maior ou menor vitalidade. **"Diante do espinho, há aquele que só pensa em sua ferida e há o outro que percebe o quanto a rosa está próxima"**, sugere Fabrício Carpinejar, poeta gaúcho. Fato é que ninguém vai passar pela vida sem os espinhos, mas a grande diferença é a narrativa que cada um constrói acerca deles.

Talvez não seja necessário subir numa árvore para se ter uma perspectiva maravilhosa. Pode ser que não tenhamos habilidade com as cordas ou destreza física. Mas para se conquistar uma perspectiva diferente, com certeza, há que se cultivar uma grande vontade, destreza na maneira de olhar e a fé de que os espinhos são um indício de que existem as rosas. 



**ÁFRICA E SEUS MISTÉRIOS**  
Roselis von Sass  
Brochura • E-book

## ▶ Perseverança

### Estrada afora

**"Alexander von Humboldt, que chegou a conhecer a estrada real dos incas, denominou-a, na sua descrição de viagem, 'a mais útil e a mais admirável de todas as obras dos seres humanos'..."**

*Revelações Inéditas da História do Brasil, Roselis von Sass*

"O espírito empreendedor e a perseverança eram duas propriedades predominantes nos incas", escreve Roselis von Sass em **A Verdade sobre os Incas**.

O povo inca, evoluído espiritual e materialmente, desperta interesse ainda hoje. A grande extensão de estradas é um dos testemunhos da sua competência técnica nas construções.

Considerando a pouca estrutura que se tinha na época, pode-se imaginar o empenho dispendido para conectar povoados distantes, hoje cidades e países. O esforço e a simplicidade são inspiradores: quanto se pode fazer com pouca estrutura, gerando um grande feito?

O percurso denominado Qhapac Ñan, patrimônio cultural da humanidade pela Unesco, é notável pela altitude e pelo terreno adverso, ziguezagueando por milhares de quilômetros os picos nevados dos Andes, passando por florestas, vales e desertos.

Segundo a escritora, "essa extraordinária estrada, cujo percurso hoje é em parte conhecido, conduzia em linha ininterrupta através dos países hoje denominados Argentina, Chile, Bolívia, Peru, Equador e finalmente, atravessando a linha do equador, até a Colômbia".

Roselis von Sass narra ainda que "mais de cem pontes foram edificadas pelos incas e membros de outros povos. Pontes de pedra e madeira, ou então as famosas pontes pênséis ou de cordas. As pontes de cordas, feitas de fibras de agave, foram certamente únicas em sua espécie na Terra".

A vitalidade, a liderança e o poder do povo inca tinham como alicerce o saber interior, que se manifestava por meio de valores como confiança, pureza e alegria em trabalhar.



**A VERDADE SOBRE OS INCAS**  
Roselis von Sass  
Brochura • E-book

# Olho vivo

Uma vez passei uns dias numa região muito bonita, dormindo numa pouxada bastante simples. O quarto tinha uma cama, algumas prateleiras e um teto branco salpicado com manchas de mofo. O banheiro era pequeno o suficiente para ficar inteirinho molhado depois do banho.



precisa ser consertado e arrumado que não sobra espaço para acolher e usufruir o que está bonito e funciona bem.

Esse princípio se repete em outros setores: olhamos no espelho com reprovação uma imperfeição em vez de notar as partes íntegras do corpo. Prestamos nossas homenagens, supervalorizando derrotas que tivemos, em vez de usufruir as vitórias.

Cada um constrói uma visão específica sobre o que gera ou não conforto, e essa visão permeia a maneira como olhamos nossas casas, nossas férias, nosso ambiente de trabalho, a arquitetura da vida. Ao voltar para casa, depois daquele final de semana, tive um olhar novo sobre a minha casa e sobre as minhas crenças a respeito do conforto.

Algumas vezes, focamos tanto nas demandas que nos aguardam, no que

Sair e experimentar outras faces do mundo e da arquitetura é bom. Voltar apropriando-se melhor da respectiva realidade, com seus potenciais e falhas, é ainda melhor. Abrir-se para outros parâmetros pode ser refrescante, pode acordar o olhar viciado sobre a própria realidade e gerar uma consciência diferente a respeito dela. As imperfeições não devem brilhar tanto, a ponto de ofuscar o que é perfeito. 

• “ Certo dia estavam todos caminhando sob um céu claro, numa estrada •  
• margeada por campos verdejantes e floridos. Embora houvesse poeira •  
• na estrada, o panorama era belo ao redor deles. Os discípulos, no entanto, mais •  
• se preocupavam com o pó que os molestava do que com a beleza à sua volta. •  
• Jesus ia no meio do grupo, como de hábito. Percorria o olhar pela redondeza e •  
• regozijava-se ante o esplendor do colorido. Em dado momento, porém, notou •  
• o desinteresse dos que seguiam à sua frente por aquilo que tanto o encantava. •  
• Iam cabisbaixos e taciturnos. Observou os outros à sua volta e viu que tinham •  
• a mesma atitude. •  
• — Observai as flores dos campos! disse-lhes, então, Jesus. •  
• — Senhor, isso é erva daninha, que para nada serve. Só prejudica os cereais! disse •  
• Judas, admirando-se de que Jesus ignorasse isso. •  
• Ao que replicou Jesus: •  
• — Chamas toda essa beleza, criada por meu Pai, de erva daninha, Judas? Observa •  
• as flores. Cada qual é perfeita de acordo com a sua espécie. Que mãos humanas •  
• seriam hábeis o bastante para fazer coisa igual? ” •

Jesus, O Amor de Deus

## AO LEITOR

A Ordem do Graal na Terra é uma entidade criada com a finalidade de difusão, estudo e prática dos princípios da Mensagem do Graal de Abdruschin “NA LUZ DA VERDADE”, e congrega as pessoas que se interessam pelo conteúdo das obras que edita. Não se trata, portanto, de uma simples editora de livros. Se o leitor desejar uma maior aproximação com as pessoas que já pertencem à Ordem do Graal na Terra, em vários pontos do Brasil, poderá nos contatar:

**Por telefone:**  
(11) 4781-0006

**Por carta:**  
ORDEM DO GRAAL NA TERRA  
Caixa Postal 128 - CEP 06803-971  
Embu das Artes - São Paulo

**Internet:**  
[www.graal.org.br](http://www.graal.org.br)  
[graal@graal.org.br](mailto:graal@graal.org.br)  
[literaturadograal.blogspot.com.br](http://literaturadograal.blogspot.com.br)  
[www.facebook.com/OVagaLume](https://www.facebook.com/OVagaLume)

**Sucursais:**  
Apucarana - ☎ (43) 3422-3331  
Campinas - ☎ (19) 9 9288-8213  
Cuiabá - ☎ (65) 3624-8199  
Curitiba - ☎ (41) 3672-3500  
Fortaleza - ☎ (85) 3267-9004  
Franca - ☎ (16) 3701-0200  
Gravataí - ☎ (51) 3431-6843  
☎ (51) 9 9955-3548  
Santo Ângelo - ☎ (55) 3312-6123

*Os livros editados pela Ordem do Graal na Terra podem ser adquiridos em diversas livrarias e bancas, através da Internet ou do telemarketing. Também estão disponíveis para consulta em várias bibliotecas. Verifique na sua cidade.*

O Vaga-Lume  
Literatura do GRAAL

ORDEM DO GRAAL NA TERRA

Caixa Postal 128 - CEP 06803-971  
Embu das Artes - SP  
Fone e Fax: (11) 4781-0006  
[graal@graal.org.br](mailto:graal@graal.org.br)

Edição simplificada da Revista O Mundo do Graal editada pela Ordem do Graal na Terra e registrada no Cartório do 2º Ofício de Notas e Anexos, da Comarca de Itapetcerica da Serra, São Paulo.

Frases e trechos de livros citados nesta publicação, que não aqueles de livros editados pela Ordem do Graal na Terra, são apenas ilustrativos. A entidade é independente, não tendo relação

com outras filosofias e autores, nem com outras opiniões expressadas por eles.

Tiragem: 28.000  
Certificação FSC®

2018 - setembro/outubro/novembro/ dezembro

Redação/Jornalista Responsável:  
Sibélia Schuler Zanon  
MTb: 40.610

Ilustrações: Fátima Seehagen  
Projeto Gráfico e Diagramação:  
Indaia Emília Schuler Pelosini  
MTb: 19.109