



Shin

Verdade



Zen

Bem



Bi

Belo

*“A Verdade é o Caminho, o Bem é a Ação e o Belo é o Sentimento”
Meishu-Sama*

ENSINAMENTO DE MEISHU-SAMA

A RESPEITO DOS ELOS ESPIRITUAIS

A expressão “elos espirituais” tem sido pouco utilizada até aos dias de hoje. (...) Entretanto, não se deve menosprezar a influência que os elos espirituais exercem em tudo o que se relaciona com os seres humanos, sendo que eles são a causa da felicidade ou da infelicidade. (...) Portanto, é imprescindível que as pessoas conheçam o seu significado. (...)

Mesmo o princípio da relatividade, os raios cósmicos e questões referentes à sociedade e ao indivíduo, estão relacionadas com os elos espirituais. Citarei a relação entre eles e o ser humano.

Tenhamos uma pessoa como exemplo, que pode ser o próprio leitor. Este não sabe o incalculável número de elos espirituais com os quais tem ligação, pois podem ser dezenas, centenas ou milhares. Há elos espirituais grossos e finos, compridos e curtos, corretos e incorretos, que constan-

temente exercem alguma influência e provocam mudanças no ser humano. Portanto, não é exagero dizer que nos mantemos vivos graças aos elos espirituais. (...)

A espessura dos elos espirituais modifica-se constantemente, tornando-se mais grossos ou mais finos. Quando há harmonia entre o casal, ele é grosso e brilhante; quando há conflito, torna-se mais fino e perde o brilho. (...)

A seguir, deve-se prestar atenção quanto aos elos espirituais entre pais e filhos. Como estão sempre a pensar uns nos outros, existe reciprocidade e os filhos sofrem influência da índole dos pais, por intermédio do elo espiritual. Portanto, se os pais desejam melhorar os filhos, em primeiro lugar, devem melhorar o próprio espírito. (...)

O ser humano vai para o Mundo Espiritual após a morte, isto é, nasce nesse mundo. (...) Lá efetua-se a ação purificadora →



dos vários tipos de impurezas e pecados cometidos pela pessoa no Mundo Material e, após atingir certo grau de purificação, o espírito reencarna. Assim sendo, as pessoas que em vida foram malvadas, ao morrerem, arrependem-se por causa das punições e outros motivos, compreendendo que o ser humano não deve praticar o Mal de forma alguma. Fazem o firme propósito de se tornarem virtuosos a qualquer custo ao reencarnar e quando isso ocorre, dedicam-se enormemente ao Bem. (...)

Muitas pessoas, enquanto estão vivas, não acreditam na vida após a morte e depois de morrer, não conseguem encontrar paz no Mundo Espiritual. Pelo apego à vida, reencarnam antes de estarem suficientemente purificadas e, por este motivo, sofrem várias purificações no Mundo Material, pelos pecados e impurezas que ainda restam no seu espírito. Como o processo de purificação acarreta sofrimento, o facto de uma pessoa ser infeliz, apesar de ser boa desde que nasceu, deve-se ao princípio acima exposto. (...)

Os elos espirituais não ligam o ser humano apenas aos parentes próximos que estão vivos, eles também o ligam àqueles que se encontram no Mundo Espiritual, sendo que também existem elos que se ligam às forças do bem e os que se ligam às forças do mal. Evidentemente, as forças do bem estimulam a prática do Bem e as do mal, o contrário. Assim, o ser humano é constantemente influenciado pelo Bem ou pelo Mal.

Além disso, o espírito que foi purificado até certo ponto no Mundo Espiritual, é escolhido para ser um espírito protetor guardião que, por meio do elo espiritual, protege a pessoa confiada à sua guarda. (...)

A quantidade de elos espirituais varia de acordo com a posição social da pessoa. (...) Quanto mais elevada for, maior será o número de elos espirituais. Neste sentido, o carácter de alguém que se torne chefe de Estado deve ser nobre. Se a sua alma estiver nublada, isso refletir-se-á sobre um grande número de pessoas e prejudicará

os seus pensamentos. Por esse motivo, o primeiro-ministro de um país, por exemplo, deve ter uma grande sabedoria da percepção verdadeira, além de ser uma pessoa de carácter idóneo para tratar dos assuntos com Makoto*. (...) Os educadores, em especial, se soubessem que o seu carácter se reflete sobre os alunos através dos elos espirituais, deveriam polir a própria alma constantemente e tornar-se pessoas exemplares, dignas de exercerem essa profissão.

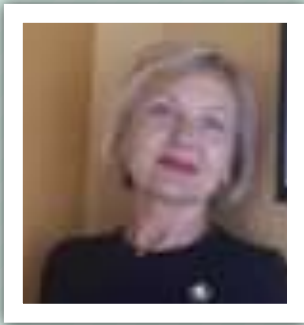
Especialmente os religiosos, como o fundador de uma religião, o seu presidente e os seus sacerdotes devem ter em mente que, por serem venerados por um grande número de fiéis como se fossem um deus vivo, devem ter muita atenção, pois a sua alma possui um notável poder de se refletir nas pessoas. Assim sendo, se praticarem atos condenáveis, aproveitando-se da sua posição elevada, isso refletir-se-á em todos os fiéis e no final, a decadência dessa religião será inevitável. (...)

Os elos espirituais não se limitam aos seres humanos. As divindades também se ligam aos seres humanos por meio desses elos. No entanto, a diferença é que os elos que nos chegam das divindades são de luz intensa. (...)

Uma vez que os elos espirituais das forças do bem são de luz, quando oramos e as veneramos constantemente, a alma do ser humano é purificada. Pelo contrário, através das forças do mal, a pessoa recebe influências negativas, que corrompem as suas ideias e fazem com que se torne infeliz. Portanto, ao professar uma fé, é essencial discernir se a divindade pertence ou não às forças do bem. Mesmo entre estas, a intensidade da luz varia de acordo com o seu grau hierárquico. Quanto mais elevado for, maior será o número de milagres, pois a luz dos seus elos espirituais é forte. (...)

5 de setembro de 1948

*Makoto: Sinceridade, fé, amor, lealdade, honestidade, fidelidade, cordialidade, verdade, devoção, correção, constância e altruísmo.



“Se não tivesse recebido Johrei diariamente, não teria tido a força e a vitalidade para superar esta grande purificação.”

Chamo-me **Iryna Strelchenko**, sou ucraniana, moro em Itália há 30 anos e sou membro do Johrei Center de Milão.

Conheci a Igreja Messiânica Mundial graças a uma amiga em agosto de 2016. Na época, era muito agitada e ansiosa devido a problemas com o meu marido. Essa amiga, querendo ajudar-me, começou a transmitir-me Johrei. Na primeira vez que o recebi, senti-me calma e aliviada. Comecei a receber Johrei regularmente e, aos poucos, passei a ter pensamentos positivos sobre o meu marido e acabamos por fazer as pazes. Por este motivo, o Johrei despertou-me curiosidade e comecei a frequentar o Johrei Center.

Alguns meses depois, a minha mãe ficou doente. Tinha uma pneumonia aguda, sentia-se fraca e não conseguia caminhar. Devido a esta situação, não conseguia comer e necessitava de uma sonda para se alimentar. Os médicos disseram-me que ela tinha apenas alguns dias de vida e, por isso, decidiram levá-la para uma clínica de cuidados paliativos, onde eu também iria receber apoio psicológico para suportar a sua passagem para o Mundo Espiritual.

Nesse período, a minha amiga messiânica ia visitá-la diariamente para nos transmitir Johrei e dar assistência religiosa. Para minha surpresa, após a primeira meia hora

de Johrei, a minha mãe começou a reagir, a mover-se e a recuperar a lucidez. Não pude acreditar! Os pacientes presentes na sala e os médicos também ficaram maravilhados com este milagre.

Dessa forma, teve alta, levei-a para casa e comecei a cuidar dela com muito amor. Além da minha amiga, outros membros do Johrei Center passaram a vir diariamente para lhe transmitir Johrei. Com muita paciência e constância, a minha mãe recuperou-se, dando-me muita alegria e felicidade a cada dia que passava. Assim, decidi receber o Ohikari, para ser útil às pessoas, da mesma forma que foram connosco. Comecei então a dar assistência a pessoas doentes, retribuindo assim o bem que fizeram à minha mãe.

Contudo, passados dois anos, em maio de 2019, comecei a sentir-me mal e, como tinha fortes dores intestinais, fui ao médico. Após uma série de exames, foi-me diagnosticado um tumor no intestino. Foi chocante! Passei a viver dias sombrios e sentia-me sempre triste.

Apesar de tudo, graças ao milagre que vivi com a minha mãe, estava confiante e cheia de esperança. Avisei imediatamente o Ministro e, diariamente, durante todo o período da doença, recebi bastante Johrei.

Optei por realizar os tratamentos médicos, que consistiam em sessões diárias de radioterapia e dois ciclos de quimioterapia, por um período de trinta dias. Fiquei muito assustada e na época, o Ministro aconselhou-me a receber pelo menos 30 minutos de Johrei por cada minuto de radioterapia, para compensar os efeitos colaterais dos tratamentos. Recebia pelo menos 3 horas de Johrei todos os dias e, em algumas ocasiões, até 6 horas seguidas, e à noite, continuava a transmitir, pelo menos, 1 hora de auto-Johrei. Quando ia para o hospital, constatava os efeitos dos tratamentos da quimioterapia nos outros pacientes; alguns, ficavam muito mal, outros, infelizmente, não aguentaram. Por outro lado, graças a →



EXPERIÊNCIAS DE FÉ

Deus e Meishu-Sama, enfrentei o tratamento sem sofrer muito com os efeitos colaterais habituais. Mesmo os médicos, ficaram maravilhados e disseram que nunca tinham visto uma paciente suportar o tratamento com tanta tranquilidade e consciência.

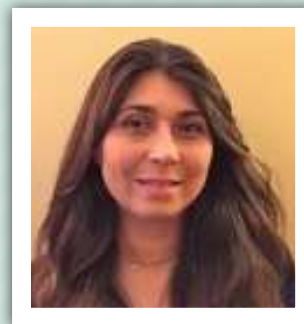
Surgiu no meu interior o desejo de receber a Imagem Consagrada de Meishu-Sama. Após a sua entronização, comecei a orar diariamente e senti uma grande mudança na minha vida pois conseguia praticar a espiritualidade em casa. Ainda, graças a isso, sinto-me muito mais próxima de Meishu-Sama; sinto a sua presença viva em casa e considero-O um membro da família, compartilhando com Ele as minhas alegrias e tristezas.

Em dezembro de 2019, não conseguia alimentar-me regularmente, sentia-me muito fraca e fui hospitalizada. Passei o Natal e o Ano Novo no hospital. Ao sair, após 21 dias de convalescença, comecei a ganhar peso e a sentir-me melhor. Em fevereiro de 2020, durante uma visita de rotina, para minha surpresa, os médicos anunciaram que havia vencido o cancro.

Nasci na ex-União Soviética, onde era proibido acreditar em Deus, mas graças a estas experiências, passei a acreditar Nele e em Meishu-Sama. Além disso, estou convencida de que, se não tivesse recebido Johrei diariamente, por várias horas, não teria tido a força e a vitalidade para superar esta grande purificação. Estou muito feliz por ter conhecido esta realidade espiritual; agora consigo ver o mundo com outros olhos. Desejo servir a Deus e Meishu-Sama, ajudando as pessoas onde for necessário. Quero empenhar-me na salvação do maior número de pessoas, levando a Sagrada Luz do Johrei a todos que conheço, fazendo feliz o meu próximo.

Agradeço a Deus, Meishu-Sama e a todos aqueles que me acompanharam e apoiaram neste árduo percurso.

Muito obrigada!



“(...) comecei a compreender melhor a força que o Belo tem para transformar as pessoas e que, naturalmente, através dos elos espirituais, a Luz de Deus se manifesta sempre.”

Chamo-me **Patrícia Mónica Pereira de Lima Rodrigues Garcia**, sou membro do Johrei Center do **Porto** e aluna do curso de Ikebana Sanguetsu há 4 anos.

Vivifico regularmente Ikebanas no meu lar e sempre que a minha sogra me visita, repara sempre nelas e elogia-as, comentando que se sente muito bem quando está em minha casa. Ela vive numa casa antiga, com móveis antigos e apesar de ter um bom quintal com grande variedade de flores e plantas, costuma colocar flores artificiais. Sempre que a visito, sinto um ambiente “pesado” e por isso, por várias vezes, tentei despertar o seu interesse pela arte da Ikebana, oferecendo-lhe arranjos e Flores de Luz, mas ela sempre dizia que não se importava com isso, pois optava pelas flores artificiais. Isso deixava-me um pouco desapontada, pois achava que ela desvalorizava a minha oferta e até o embelezar da sua casa. Por este motivo, desapeguei e acabei por deixar de lhe levar flores.

No início do mês de março, estive adoentada e precisei de ficar acamada durante uma semana. Nessas circunstâncias, como é comum, a minha sogra foi ajudar-me. Para meu espanto, colocou em todos os cômodos da casa, arranjos florais com cameleiras que ela própria tinha colhido do seu jardim. Disse que

o fez para me alegrar e até pediu desculpa por não estarem tão bonitas como as que eu fazia. Senti-me muito sensibilizada e surpreendida com a sua atitude.

Desde então, traz-me quase todas as semanas mais flores e faz questão de procurar fazer os arranjos cada vez melhor, dizendo que “estamos sempre a aprender coisas novas”.

Atualmente, em sua casa, também deixou de usar flores artificiais e com isso, ganhou mais gosto em cuidar da casa e do jardim, coisa que antes não tinha. Hoje, sinto-me muito bem quando a visito. Também passou a levar flores do seu jardim para o trabalho. Num dos Seus poemas, Meishu-Sama escreve: “Conheci a alegria do mundo ao adornar a minha sala com a camélia que floresceu no jardim”. Vejo essa alegria na minha sogra e isso deixa-me imensamente feliz também.

Sinto que através desta experiência, comecei a compreender melhor a força que o Belo tem para transformar as pessoas e que, naturalmente, através dos elos espirituais, a Luz de Deus se manifesta sempre.

Agora, o meu objetivo é fazer a horta caseira em sua casa, pois desejo muito fazê-la ainda mais feliz.

Muito obrigada.



“Tive a permissão de reconhecer que todo o material que utilizo como o vaso, a água e as plantas, só são possíveis graças à Grande Natureza e isso aumenta o meu sentimento de gratidão.”

O meu nome é Sueli de Mello Oyama, sou messiânica há 50 anos e dedico como professora de Ikebana no Johrei Center de Porto e Núcleo de Johrei de Gaia.

Gostaria de relatar a minha experiência através da prática do plantio de flores em vasos. Atualmente, faço parte do grupo de dedicantes da Agricultura Natural. Nas nossas reuniões mensais, fazemos a leitura do Ensino de Deus revelado a Meishu-Sama: “O princípio da Agricultura Natural.”

Na última reunião, na leitura deste Ensino, um trecho fez-me refletir sobre qual o sentimento que devemos ter em relação ao cultivo das plantas:

“O homem, até agora, pensava que a vontade-pensamento, assim como a razão e o sentimento, limitavam-se aos animais. Entretanto, existem também no Solo e nas plantações. Assim, respeitando-se e amando-se o solo, a sua capacidade natural manifestar-se-á ao máximo. Para tanto, o mais importante é não o sujar, mas torná-lo ainda mais puro. Com isso, ele ficará alegre e, tornar-se-á logicamente mais ativo. (...) Assim, se pedirmos uma farta colheita com sentimento de gratidão, o nosso sentimento transmitir-se-á ao solo, que não deixará de nos corresponder”.

Com a longa vivência de professora de Ikebana, aprendi com Meishu-Sama que as plantas têm vida e que as devemos amar e respeitar, mas sempre visava a flor, esquecendo que é o solo que dá as flores que tanto gosto.

Habitualmente, cuidava das minhas violetas focando a minha atenção na planta. Todas as manhãs lhes dizia “Bom dia!”, regava-as quando necessário, confirmando constantemente o meu amor e carinho por elas. No entanto, não expressava o meu sentimento de gratidão ao solo, que é o responsável pela vida das mesmas.

Após a última reunião, mudei o meu sentimento e a minha atitude ao cum- →



primentar os vasos pela manhã. Passei a agradecer a terra que estava nos vasos e a ter um pensamento de amor para com a planta.

A violeta, por ser delicada, quando se compra na florista, vem com muitas flores, mas com o passar do tempo, deixa de dar flor e chega até mesmo a morrer, já que, por norma, utilizam produtos químicos para estimular o seu florescimento.

Com os vasos de violeta que tenho em casa, utilizei as suas folhas para formar outros vasos. Tratava-as carinhosamente, mas não estava a conseguir que florescessem. Por já ter tido a experiência de ver as minhas violetas a morrer, a minha expectativa com estes vasos era bem grande. Para minha surpresa, após essa prática diária de gratidão para com a terra dos vasos, tive a alegria de ver num deles um pequeno botão de flor.

Hoje, observo que nas práticas diárias da minha vida, tudo está relacionado com

a Mãe Terra. Na preparação dos arranjos e em todas as minhas atividades, tive a permissão de reconhecer que todo o material que utilizo como o vaso, a água e as plantas, só são possíveis graças à Grande Natureza e isso aumenta o meu sentimento de gratidão.

Com esta experiência, aprendi que devo renovar e ampliar constantemente o meu sentimento de gratidão com Deus, Meishu-Sama e com a Grande Natureza. Mesmo nas tarefas diárias no lar, como preparar os alimentos, cuidar do jardim e na confeção dos arranjos florais, reconheço que devo manter esse sentimento com o Solo e com todas as coisas que me rodeiam e que me fazem perceber a grandiosidade do Supremo Deus. Assim, com este sentimento de gratidão sempre presente no meu coração, desejo continuar a cumprir a minha missão.

Obrigada a Deus e Meishu-Sama por mais esta grande lição.

MORADAS E CONTACTOS DA IMMP

CATEGORIA	UNIDADE	MORADA	CÓDIGO POSTAL	TELEFONE	RESPONSÁVEL	EMAIL	OUTROS																																																																																																																						
Presidente	Sede Central	Rua Vitorino Planas nº 143	3040-275 Coimbra	968 511 121	Rev. Carlos Eduardo Lucio	presidencia@messianica.pt	De 2ª a 6ª feira das 10h às 19h - Sábados das 14h às 18h																																																																																																																						
Secretaria					Sem. Lopo Vieira	sede@messianica.pt		Núcleo	Vila Real	Rua Miguel Torga nº42, 2ºD Frente	5000-524 Vila Real	912 201 419	Min. José Araújo Rego	vilareal@messianica.pt	2ª feira das 16h às 19h	Núcleo	Amarante	Rua de Freitas - Edif. do Salto 3 Bloco 5 - 3º Esq. - São Gonçalo	4600-081 Amarante	912 545 269 939 286 843	Min. Octávio Fonseca Sra. Mª. Leonor Mesquita	amarante@messianica.pt	5ª feira das 16h às 20h	Núcleo	Lixa	Largo do Terreiro - Edif. Mesquita, 72	4615-688 Lixa	912 545 269 910 224 981	Min. Octávio Fonseca Sra. Paula Leite	vilareal@messianica.pt	3ª feira das 16h às 20h	Núcleo	Braga	Rua Dr. José Vilaça, nº 37 RCTZ São José de São Lázaro - Braga	4705-094 Braga	912 545 269 910 266 805	Min. Octávio Fonseca Sra. Carmen Szajner	braga@messianica.pt	4ª feira das 16 às 20h	Johrei Center	Porto	Rua António Granjo, nº105/107 - Bonfim	4300-029 Porto	916 124 188	Min. António Carlos Pessoa	porto@messianica.pt	- De 2ª, 4ª e 6ª feira - das 10h às 19h, 5ª feira das 10 às 21h - Sábado das 15 às 18h	Núcleo	V.N. de Gaia	935 602 181	Min. Rosa Duarte	gaia@messianica.pt	Núcleo	Praça da República	Praça da República, 1º andar	4050-498 Porto	916 124 188 917 014 763	Min. António Carlos Pessoa Sra. Olga Santos	porto@messianica.pt	3ª feira das 18h às 20h	Núcleo	Vilar do Paraíso	Rua Jardim, 265, 4º Esq. - Vilar do Paraíso	4405-827 V.N. Gaia	935 602 181 965 683 919	Min. Rosa Duarte Fátima Araújo	gaia@messianica.pt	2ª feira das 14h às 17h	Núcleo	Figueira da Foz	Travessa da Avenida do Brasil, Nº 6, 1E - Buarcos	3080-323 Figueira da Foz	912 201 419 911 591 458	Min. José Araújo Rego Carina Rodrigues	coimbra@messianica.pt	5ª feira das 15h às 19h	Johrei Center	Coimbra	Rua Vitorino Planas nº143	3040-275 Coimbra	912 201 419	Min. José Araújo Rego	coimbra@messianica.pt	Telf.: 239 444 470 - De 2ª feira a 6ª feira das 10h às 19h - Sábado das 10 às 19h	Núcleo	Aveiro	Rua Cândido dos Reis, 86 - 2º Esq. - T2	3770-209 Oliveira do Bairro	912 201 419 966 136 936	Min. José Araújo Rego Sra. Mª. de Jesus Afonso	aveiro@messianica.pt	Sábado das 14h às 16h30	Johrei Center	Lisboa	Rua António Albino Machado, 15A Quinta dos Barros (Também reuniões nos respectivos locais)	1600-831 Lisboa	912 201 420	Min. Luciano Vita da Silva	lisboa@messianica.pt	Telf.: 213 156 576 - De 2ª feira a 6ª feira das 10h às 19h - Sábado das 14 às 19h	Núcleo	Amadora e Sintra	912 269 525	Min. Filipa Pimenta	amadoraesintra@messianica.pt	Núcleo	Margem Sul	917 807 455	Min. Filipa Pimenta	msul.ocascais@messianica.pt	Núcleo	Margem Sul	912 269 525	Min. Filipa Pimenta	Núcleo	Oeiras e Cascais	912 201 420	Min. Luciano Vita da Silva	ribatejo@messianica.pt	Núcleo	Ribatejo	(Reuniões nas casas dos membros)	912 201 420	Min. Luciano Vita da Silva	Núcleo
Núcleo	Vila Real	Rua Miguel Torga nº42, 2ºD Frente	5000-524 Vila Real	912 201 419	Min. José Araújo Rego	vilareal@messianica.pt	2ª feira das 16h às 19h																																																																																																																						
Núcleo	Amarante	Rua de Freitas - Edif. do Salto 3 Bloco 5 - 3º Esq. - São Gonçalo	4600-081 Amarante	912 545 269 939 286 843	Min. Octávio Fonseca Sra. Mª. Leonor Mesquita	amarante@messianica.pt	5ª feira das 16h às 20h																																																																																																																						
Núcleo	Lixa	Largo do Terreiro - Edif. Mesquita, 72	4615-688 Lixa	912 545 269 910 224 981	Min. Octávio Fonseca Sra. Paula Leite	vilareal@messianica.pt	3ª feira das 16h às 20h																																																																																																																						
Núcleo	Braga	Rua Dr. José Vilaça, nº 37 RCTZ São José de São Lázaro - Braga	4705-094 Braga	912 545 269 910 266 805	Min. Octávio Fonseca Sra. Carmen Szajner	braga@messianica.pt	4ª feira das 16 às 20h																																																																																																																						
Johrei Center	Porto	Rua António Granjo, nº105/107 - Bonfim	4300-029 Porto	916 124 188	Min. António Carlos Pessoa	porto@messianica.pt	- De 2ª, 4ª e 6ª feira - das 10h às 19h, 5ª feira das 10 às 21h - Sábado das 15 às 18h																																																																																																																						
Núcleo	V.N. de Gaia			935 602 181	Min. Rosa Duarte	gaia@messianica.pt																																																																																																																							
Núcleo	Praça da República	Praça da República, 1º andar	4050-498 Porto	916 124 188 917 014 763	Min. António Carlos Pessoa Sra. Olga Santos	porto@messianica.pt	3ª feira das 18h às 20h																																																																																																																						
Núcleo	Vilar do Paraíso	Rua Jardim, 265, 4º Esq. - Vilar do Paraíso	4405-827 V.N. Gaia	935 602 181 965 683 919	Min. Rosa Duarte Fátima Araújo	gaia@messianica.pt	2ª feira das 14h às 17h																																																																																																																						
Núcleo	Figueira da Foz	Travessa da Avenida do Brasil, Nº 6, 1E - Buarcos	3080-323 Figueira da Foz	912 201 419 911 591 458	Min. José Araújo Rego Carina Rodrigues	coimbra@messianica.pt	5ª feira das 15h às 19h																																																																																																																						
Johrei Center	Coimbra	Rua Vitorino Planas nº143	3040-275 Coimbra	912 201 419	Min. José Araújo Rego	coimbra@messianica.pt	Telf.: 239 444 470 - De 2ª feira a 6ª feira das 10h às 19h - Sábado das 10 às 19h																																																																																																																						
Núcleo	Aveiro	Rua Cândido dos Reis, 86 - 2º Esq. - T2	3770-209 Oliveira do Bairro	912 201 419 966 136 936	Min. José Araújo Rego Sra. Mª. de Jesus Afonso	aveiro@messianica.pt	Sábado das 14h às 16h30																																																																																																																						
Johrei Center	Lisboa	Rua António Albino Machado, 15A Quinta dos Barros (Também reuniões nos respectivos locais)	1600-831 Lisboa	912 201 420	Min. Luciano Vita da Silva	lisboa@messianica.pt	Telf.: 213 156 576 - De 2ª feira a 6ª feira das 10h às 19h - Sábado das 14 às 19h																																																																																																																						
Núcleo	Amadora e Sintra			912 269 525	Min. Filipa Pimenta	amadoraesintra@messianica.pt																																																																																																																							
Núcleo	Margem Sul			917 807 455	Min. Filipa Pimenta	msul.ocascais@messianica.pt																																																																																																																							
Núcleo	Margem Sul			912 269 525	Min. Filipa Pimenta																																																																																																																								
Núcleo	Oeiras e Cascais			912 201 420	Min. Luciano Vita da Silva	ribatejo@messianica.pt																																																																																																																							
Núcleo	Ribatejo			(Reuniões nas casas dos membros)	912 201 420	Min. Luciano Vita da Silva																																																																																																																							
Núcleo	Alentejo e Algarve	(Reuniões nas casas dos membros)	912 201 420	Min. Luciano Vita da Silva	algarve@messianica.pt																																																																																																																								



CULTO MENSAL DE AGRADECIMENTO - SETEMBRO DE 2020

PALESTRA DO PRESIDENTE DA IGREJA MESSIÂNICA MUNDIAL DE PORTUGAL

REVERENDO CARLOS EDUARDO LUCIOW

Bom dia a todos!
Espero que os senhores estejam a passar bem.

Gostaria de agradecer a vossa sincera dedicação que nos possibilita expandir cada vez mais a Obra Divina de Deus e Meishu-Sama em Portugal! Muito obrigado!

Como ainda temos restrições para nos reunir fisicamente, o Culto de hoje, pelo sexto mês consecutivo, foi realizado com transmissão online e, também este mês, fiquei muito feliz e grato em conseguir estar na Sede Central, a realizar este Culto com todos os senhores e com os Ministros da Expansão, que também →





estão presentes, como vossos representantes.

Mesmo que virtualmente, estamos unidos no mesmo sentimento e tenho a certeza de que a Luz deste Altar chegou aos vossos lares. Sinto também que o vosso amor e carinho chegam até mim numa vibração muito intensa. Muito obrigado!

No final do mês passado, pela primeira vez, tive a permissão de visitar os membros do sul de França, onde realizámos o Culto Mensal de Agradecimento, outorga da Luz Divina – Ohikari – de três novos membros franceses, reuniões para a prática de Johrei e estudo de Ensino, confecção de Flores de Luz e Vivências de Ikebana. No total, encontrei com 12 membros e 12 frequentadores. Fiquei muito feliz em constatar o empenho destas pessoas na difusão do Johrei e dos Ensinos de Deus revelados a Meishu-Sama. Aproveitei esta oportunidade para lhes agradecer, do fundo do coração, o carinho e a hospitalidade com que me receberam. Muito obrigado!

Ontem, a partir da Sede Central, realizámos o Seminário Nacional de preparação para o Culto Anual pela Salvação dos Antepassados por videoconferência. No total, tivemos a participação de mais de 100 pessoas de todas as Unidades Religiosas do país. Após a oração,

fiz a minha saudação de abertura, enfatizando a nossa preparação para este importante Culto, tendo as três Colunas da Salvação como alicerce para a soma de virtudes visando a salvação dos nossos Antepassados. De seguida, assistimos a uma vídeo-aula com o Min. Santana, responsável pelo Setor de Sorei-Saishi da IMMB, que nos orientou sobre o sentimento e a forma correta de cultuar os Antepassados nesse dia tão especial.

Sucessivamente, os participantes foram divididos em salas virtuais, dirigidas pelos Ministros, onde estudaram a forma como iriam colocar em prática as orientações recebidas e puderam esclarecer as suas dúvidas.

Como encerramento, houve a apresentação das conclusões por um representante de cada grupo e uma oração conjunta, solicitando a Deus e Meishu-Sama a permissão para colocarmos em prática os objetivos criados, junto com os nossos Antepassados.

No Ensino de hoje: “A respeito dos elos espirituais”, publicado no Alicerce do Paraíso vol. II em português de Portugal, Meishu-Sama orienta-nos:

“(…) Os elos espirituais não ligam o ser humano apenas aos parentes próximos que estão vivos, eles também o ligam àque-

les que se encontram no Mundo Espiritual, sendo que também existem elos que se ligam às forças do bem e os que se ligam às forças do mal. Evidentemente, as forças do bem estimulam a prática do Bem e as do mal, o contrário. Assim, o ser humano é constantemente influenciado pelo Bem ou pelo Mal. (...)

Por analogia, podemos comparar os elos espirituais às cordas que unem os alpinistas durante a escalada. Quando o primeiro sobe e ganha um metro a mais, fixa a corda na rocha e essa conquista, não é só para ele, pois assim, vai abrindo o caminho e facilitando a subida de quem vem atrás. Mas, pelo contrário, se algum deles cair, coloca em risco não só a sua própria vida, mas também, de todo o grupo. Com esta consciência, devemos ter em mente que não dedicamos só para nós, mas sim, em conjunto com todos aqueles com quem temos elos espirituais, estejam eles no Mundo Material ou no Mundo Espiritual.

Da mesma forma que no alpinismo há vários tipos de equipamento conforme o tipo de percurso, na nossa “escalada da prática da fé”, temos as três Colunas da Salvação: Johrei, Belo de alto nível e Agricultura e Alimentação Natural como os nossos “equipamentos” para conduzir as pessoas que estão ligadas a nós, através dos elos espirituais, até ao cume da fé, que é a dedicação na construção do Paraíso Terrestre, fazendo as pessoas felizes, conforme Meishu-Sama nos orientou.

No Culto de hoje, ouvimos maravilhosas experiências de fé, relacionadas com as três Colunas da Salvação.

A primeira, da Sra. Irina Strelchenko, que nasceu numa sociedade onde era proibido acreditar na existência de Deus e, por intermédio do recebimento de Johrei, inicialmente, mudou o sentimento em relação ao marido, despertando a sua curiosidade e por isso, passou a frequentar o Johrei Center.

Em seguida, a sua mãe, que enfrentou uma severa purificação, chegando a ser internada numa clínica de cuidados paliativos, através da assistência religiosa, curou-se e está bem de saúde até hoje.

Por ter vivido estes dois milagres, a Sra. Irina tornou-se membro recebendo o Ohikari, para

se dedicar à felicidade dos outros como haviam feito com ela.

Passados dois anos, graças a essas experiências vividas com o Johrei, enfrentou com coragem e esperança uma séria purificação de cancro no intestino. Gostaria de ressaltar a intensa assistência religiosa que ela recebeu, de 4 a 7 horas diárias, e a sua persistência também em, à noite, transmitir auto-Johrei.

Esta assistência intensiva permitiu-lhe enfrentar a rigurosidade dos tratamentos médicos com relativa facilidade, contrariamente a outros pacientes à sua volta, surpreendendo inclusive os médicos, que declararam nunca ter visto um paciente ultrapassar o tratamento dessa forma. Mesmo ainda em tratamento, desejou receber a Imagem Consagrada de Meishu-Sama, com o objetivo de praticar a fé no lar.

No fim do ano passado, passou o Natal e o Ano Novo hospitalizada durante 21 dias, continuando a receber assistência diária de Johrei e, passada essa fase, em fevereiro deste ano, os médicos confirmaram que ela havia vencido o cancro.

Para uma pessoa que não acreditava em Deus, estas experiências transformaram-na por completo e passou não só a acreditar Nele, como também, a servi-Lo na salvação de outras pessoas. Este sim, foi o grande milagre; a sua transformação de materialista e egoísta em espiritualista e altruísta.

Em seguida, ouvimos a experiência sobre o Belo com a Sra. Patrícia Garcia que, é membro do Johrei Center do Porto e aluna de Ikebana da escola Sanguetsu.

Com o desejo de mudar a atmosfera espiritual da casa da sua sogra, várias vezes levava Ikebanas mas, não via grande receptividade e interesse por parte dela. Além de tudo, apesar de ter um jardim grande com flores naturais, preferia usar na sua casa flores artificiais.

Quando a Sra. Patrícia adoeceu, a sogra foi a sua casa ajudá-la como de costume e, para sua surpresa, levou camélias do seu jardim e adornou a sua casa com várias composições florais.

A partir desse dia, ela substituiu as flores artificiais pelas naturais, o que promoveu a mudança da atmosfera espiritual do seu lar, →



dando-lhe motivação para se dedicar na arrumação e limpeza da casa.

Meishu-Sama ensina-nos que o mal não gosta das flores. A partir do momento em que ela começou a colocar flores na sua casa, espiritualmente falando, “desalojou” as forças do mal que ali habitavam e a influenciavam negativamente.

Esse resultado deve-se à Luz de Deus e Meishu-Sama impregnada nos Ensinamentos e Ikebanas da Escola Sanguetsu, que a libertaram dos elos espirituais negativos que ela mantinha com aquelas forças do mal e criaram novos elos espirituais positivos com as forças do bem.

Embora pelo mundo haja mais de 3000 escolas de Ikebana, nenhuma tem o objetivo de salvar pessoas como a nossa.

E por último e não por isso menos importante, ouvimos a experiência de fé da Prof^{ra} de Ikebana Sueli Oyama, que estudando os Ensinamentos de Deus revelados a Meishu-Sama nos encontros de Agricultura Natural do Johrei Center do Porto, despertou para a importância da terra. Apesar de ser professora de Ikebana há bastante tempo e sempre ter tido um grande amor pelas flores, nunca tinha refletido sobre o facto de que sem o solo, não existiriam as flores. A partir dessa reflexão e da constante dedicação na sua horta caseira, começou a não só agradecer as flores, mas também, à terra, que as nutre e as faz crescer e florescer.

As suas violetas que ela tanto gosta mas sempre morriam ou não floresciam, apesar de as cuidar bem e falar com elas, começaram a florir a partir do momento em que ela começou também a agradecer a terra, confirmando assim o que Meishu-Sama nos orienta no ensinamento “Princípio da Agricultura Natural”:

“(…) O homem, até agora, pensava que a vontade-pensamento, assim como a razão e o sentimento, limitavam-se aos animais. Entretanto, existem também no Solo e nas plantações. Assim, respeitando-se e amando-se o solo, a sua capacidade natural manifestar-se-á ao máximo. (…)”

O princípio acima estende-se também à alimentação, pois muitos de nós, com certeza, antes das refeições, agradecemos os alimentos, mas esquecemos de agradecer a terra

que os doou.

Certa ocasião, o nosso saudoso Revmo. Tetsuo Watanabe orientou-nos sobre uma lenda japonesa chamada “Yomotsu Hirassaka no Tatakai” que conta sobre a luta entre duas divindades. Uma, representava o Bem, a construção e a outra, o Mal, a destruição.

No final dessa luta, a divindade do Mal disse: “Todos os dias, vou matar 1000 pessoas para destruir o mundo!” ao que, a divindade do Bem retorquiu: “Se você matar 1000 pessoas, eu vou criar 1500 novas vidas todos os dias!”

No mundo, existem três tipos de pessoas:

1. Homens que matam, destroem e fazem os outros infelizes;
2. Homens que não fazem nada, nem bem e nem mal, sendo assim, completamente inúteis;
3. Homens que salvam, constroem e se dedicam à felicidade do próximo.

Nos dias de hoje, constatamos que muitas pessoas estão a trabalhar no primeiro grupo para a destruição do mundo, e acredito que, muito provavelmente, este número irá aumentar. Vemos, também, algumas pessoas que pertencem ao segundo grupo que não estão a fazer nada, e essas também, cada vez mais, demonstrarão a sua natureza omissa, o que também pertence ao Mal.

Tenho a certeza absoluta de que, nós messiânicos, que nos dedicamos incansavelmente na prática das três Colunas da Salvação, juntamente com os nossos Antepassados, fazemos parte deste último grupo, servindo a Deus Supremo e a Meishu-Sama na construção do Paraíso Terrestre.

Vamos aproveitar os próximos 56 dias até ao Culto Anual pela Salvação dos Antepassados para dedicar em sinergia de forças com os nossos queridos Antepassados, na salvação do maior número possível de pessoas.

Espero, no final deste mês, ter a permissão de Deus e Meishu-Sama de poder voltar a visitar as Unidades Religiosas e encontrar pessoalmente com todos os senhores, pois já sinto uma grande saudade.

Despeço-me com um forte abraço, desejando-vos um bom mês e que a Luz de Deus e Meishu-Sama nos abençoe e proteja a todos.

Muito obrigado!

NAS TRÊS COLUNAS DA SALVAÇÃO

JOHREI “SOLICITE JOHREI A QUALQUER HORA”

Na casa de Meishu-Sama, havia geralmente quinze servidores, entre homens e mulheres, que dedicavam em diversas atividades. Como Meishu-Sama começava as suas atividades de manhã bem cedo, só terminando às duas horas da madrugada, as pessoas ao seu lado dedicavam num ritmo intenso e, por esse motivo, algumas purificavam.

Com isso, se essas pessoas, através do encarregado, pedissem Johrei a Meishu-Sama com antecedência, estabelecia-se um horário para a ministração. Por volta de 1953, em geral, tais pedidos eram-Lhe comunicados durante a refeição matinal: “Fulano está em tal condição e gostaria de receber Johrei.” Neste caso, Ele podia recebê-lo depois das cinco horas da tarde. Meishu-Sama observava a pessoa e, se percebesse que era uma purificação leve, ministrava Johrei durante três minutos. Todavia, nos casos de purificação severa ou fortes dores, ministrava-o por várias horas. Ou seja, a duração do Johrei era de acordo com o estado de cada um.

Às vezes, a pessoa não se dava conta de que estava a purificar. Nesses casos, durante o cumprimento matinal, Meishu-Sama notava o seu estado e perguntava: “Você está pálido. Como se está a sentir?”, e ministrava Johrei ao fim da tarde.

Estava também determinado que, quando alguém se sentisse mal subitamente, deveria solicitar Johrei a Meishu-Sama imediatamente, mesmo que Ele estivesse a trabalhar.

Nos casos de pessoas em estado extremamente grave, Meishu-Sama tirava alguns minutos entre uma atividade e outra e ministrava Johrei. Ocasionalmente, chegava a fazê-lo três vezes ao dia – de manhã, à tarde e à noite – não obstante a sua rotina tão atarefada.

Um presidente

IKEBANA UMA FLOR EM LOUVOR A DEUS

Meishu-Sama dizia: “O mal não gosta de flores.” Ele próprio adornava os vários aposentos da casa com Ikebanas, a começar pela sala-de-estar. Como as suas vivificações florais eram maravilhosas!

Éramos absorvidos pela beleza das Suas composições e ficávamos a contemplá-las extasiados. Mesmo uma única flor de camélia, que parecia ter sido despreziosamente colocada, dava-nos a sensação de estar a louvar a Deus e a manifestar o princípio da Grande Natureza.

Um servidor

AGRICULTURA NATURAL OS PRIMEIROS PASSOS DA AGRICULTURA NATURAL

Este facto ocorreu também na época em que Meishu-Sama vivia no Hozan-So, em Tamagawa. Ele mesmo pegava uma pá e estimulava os jovens à prática agrícola. Aproveitando o amplo jardim, plantou pés de chá e flores. Utilizando uma parte onde havia água corrente, transformou-a em arrozal. Além disso, preparou uma pequena horta, na qual plantava diversas verduras e estava sempre a analisar a consistência do solo.

No início, não prestávamos muita atenção a tal atividade, mas Meishu-Sama dedicava-se com todo o esmero sempre que estava livre. Posteriormente, percebi que Ele tinha um projeto em mente, pois, ao saborear os produtos que havia cultivado, disse orgulhoso: “Produzi isto através de um método de cultivo natural, que tal? Não está uma delícia?” Muito tempo depois, é que ele começou a difundir e a estimular a prática da Agricultura Natural. Antes disso, Meishu-Sama passou um período a realizar pesquisas até levar a público esses resultados.

Hoje, temos a Associação de Divulgação da Agricultura Natural, que tem vindo a desenvolver atividades de âmbito nacional.

Por Nidai-Sama



AGRICULTURA NATURAL

ENSINAMENTO DE DEUS REVELADO A MEISHU-SAMA

A HIGIÊNICA E AGRADÁVEL AGRICULTURA NATURAL NAS HORTAS CASEIRAS

No primeiro número da revista “*Tchijo Tengoku*”, publiquei um minucioso artigo sobre a Agricultura Natural, dirigido aos agricultores profissionais; desta vez, darei foco às hortas caseiras.

Como tenho publicado, na referida revista e no nosso jornal, os excelentes resultados obtidos através desse novo método agrícola, acredito que os leitores tenham entendido, em parte, as suas vantagens. Posso afirmar que, no caso das hortas caseiras, feitas por amadores, a boa-nova da Agricultura Natural é como a luz que surge nas trevas. Nelas, utilizava-se principalmente o estrume, cujo manuseio é insuportável sob vários aspetos, inclusive olfativo. Adotando-se o cultivo sem adubos, esse sofrimento desaparece, e o trabalho, por ser higiénico, torna-se agradável. Além disso, os resultados são bem melhores e o trabalho é menor, matando-se dois coelhos numa só cajadada. Vou enumerar as vantagens do método:

1 – Sendo utilizados apenas compostos naturais, não há o mal-estar causado pelo uso do estrume, e o trabalho é menor.

2 – As verduras obtidas são de melhor qualidade e o seu sabor nem se compara ao das verduras tratadas com adubos.

3 – O volume e a quantidade dos produtos são maiores.

4 – O aparecimento de pragas reduz-se a uma pequena fração do que acontece no caso do emprego de adubos; portanto, não há necessidade de defensivos.

5 – Não existe problema de transmissão de larvas e pragas. Muitas outras vantagens poderiam ser citadas; relacionei apenas as principais.

Como nas hortas caseiras normalmente não se planta arroz nem trigo, mas quase

sempre verduras e legumes, vou explicar a experiência que tive com estes.

As batatas são brancas, consistentes, têm um forte aroma, e até dão água na boca. O tamanho reduzido e a pequena quantidade apontados pelos amadores são consequência dos adubos; sem estes, as batatas são maiores e em maior quantidade. Principalmente, as batatas-doces são enormes; se demorarmos a arrancá-las, atingem proporções nunca antes vistas. Os pés de milho possuem caule grosso, folhas bem verdes, e logo à primeira vista, percebe-se que são maiores que o normal. As suas espigas são mais grossas e compridas, com os grãos bem juntos e enfileirados, macios e doces; todos ficam admirados com o seu paladar. Os nabos são brancos, consistentes, de textura fina e ótimo sabor, apresentando comprimento e grossura maiores que os nabos cultivados com adubos. A aspereza e a acidez de muitos nabos são causadas pelos adubos. A acelga, o espinafre e o repolho têm excelente aroma, são volumosos, macios e apetitosos. No final do ano passado, um amador trouxe-me três acelgas que pesavam 5,6 kg cada uma. Nunca tinha visto acelga daquele tamanho. Quanto à soja, é baixa, com folhas menores, mas colhe-se o dobro. As beringelas apresentam boa coloração, casca macia e forte aroma; não só pela estética como pelo paladar, ninguém que já as tenha provado consegue comer as que são tratadas com adubos. A cebola, a cebolinha, o tomate, a abóbora e o pepino são de ótima qualidade; a abóbora é muito consistente e tem um sabor adocicado. Quanto às árvores frutíferas, também produzem frutos muito saborosos, principalmente, as frutas cítricas, o

dióspiro, o pêssego, etc.

Explicarei agora o princípio e a utilização dos compostos naturais. A Agricultura Natural utiliza compostos naturais de dois tipos: o de capim e o de folhas de árvores. O primeiro é próprio para ser misturado à terra, e o segundo é indicado para fazer um leito abaixo do solo.

A diferença entre a agricultura tradicional e a nossa, é que esta considera o solo como uma matéria profundamente misteriosa criada por Deus para o desenvolvimento de alimentos vegetais. Por conseguinte, ativar ao máximo a força do solo significa alcançar o objetivo original com que este foi criado. Desconhecendo esse princípio, os antigos passaram, não se sabe quando e baseados numa interpretação errada, a usar adubos, prática cujo resultado é a diminuição da produtividade e a morte do solo. Na tentativa de cobrir esse enfraquecimento, utilizam-se adubos em quantidade cada vez maior, o que leva à intoxicação das plantas. Dizem que o solo japonês empobreceu, e isso pode ser atribuído aos adubos; os adubos químicos modernos, principalmente, aceleram o processo de empobrecimento do solo. Uma boa prova disso é que há uma melhora temporária quando se lhe acrescentam terras virgens de outros lugares, em virtude da queda da produção. Os agricultores interpretam que esta caiu porque os cultivos efetuados por longos anos esgotaram os nutrientes da terra. Acham, portanto, que as terras virgens conseguirão suprir os nutrientes. Isso é um grave erro, pois, na verdade, o solo perdeu a sua força devido à utilização de adubos. Com o acréscimo de terra isenta de tóxicos, recupera-se em parte.

Por outro lado, os compostos naturais têm por finalidade impedir o endurecimento do solo e também aquecê-lo. O fundamental, para ativar o crescimento das plantas, é promover o desenvolvimento da raiz, sendo que o primeiro passo nesse sentido consiste em não deixar o solo endurecer; daí a necessidade de se lhe misturar o

composto natural. Para incentivar o crescimento dos “cabelos” da raiz, deve-se utilizar o composto natural à base de capim, pois as fibras deste são macias e não atrapalham o crescimento. As fibras das folhas de árvores, no entanto, são mais duras, e por isso não convém misturá-las ao solo. O melhor é utilizá-las para fazer um leito abaixo do solo, a fim de o aquecer. O ideal seria uma camada de uns 30 cm de terra misturada com composto à base de capim e, abaixo dela, um leito da mesma espessura, à base de folhas de árvores.

No caso de verduras, soja, etc., o processo descrito é conveniente, mas tratando-se de nabos, cenouras e similares, devem-se dimensionar as camadas de maneira adequada, fazer montes de terra e plantá-los aí, para que suas raízes recebam bastante sol, pois assim, o crescimento será excelente. Se a batata-doce, por exemplo, for plantada em montes de mais ou menos 60 cm, dispendo-se as mudas numa distância de 30 cm uma da outra, colher-se-ão batatas gigantes. Ouve-se dizer frequentemente que o melhor é dispor os montes de terra em sentido norte-sul ou este-oeste, de modo a que as plantas recebam bastante energia solar. Para isso, entretanto, basta dispô-las segundo as condições locais, e levando em consideração a direção do vento. Quando este é muito forte, os caules quebram-se; assim, é necessário plantar árvores em volta ou fazer cercas, a fim de se diminuir a ação do vento.

Quanto mais limpo for mantido o solo, maior será a sua vitalidade. Portanto, a utilização de impurezas como o estrume traz resultados adversos. Devido ao desconhecimento desse facto, o trabalho não só tem sido infrutífero como contraproducente.

Os americanos não comem verduras produzidas no Japão, pois temem a presença de parasitas. No caso da Agricultura Natural, essa preocupação desaparece. Trata-se realmente de uma fabulosa revolução da agricultura, constituindo uma grande boa-nova dirigida aos nossos irmãos.

30 de março de 1949



DEDICAÇÃO ESPECIAL DA COMISSÃO DE AGRICULTURA NATURAL NA SEDE CENTRAL

No dia 15 de agosto, na Sede Central, realizou-se uma dedicação especial promovida pela Comissão Nacional de Agricultura Natural com o objetivo principal de praticar os princípios da Agricultura Natural, sob orientação do Min. Paulo Oyama.

Ao longo do dia, contamos com a presença de 25 pessoas, entre membros e frequentadores. As práticas realizadas centraram-se na limpeza do terreno, se-

meadura, manutenção da horta-modelo, colheita de alguns produtos já maduros, preparação de sementes para o próximo plantio, confeção de arranjos florais e por fim, concluiu-se a dedicação com um maravilhoso almoço, produzido à base de alimentos naturais, com a finalidade de vivenciarmos os Ensinamentos de Deus revelados a Meishu-Sama sobre a importância da alimentação natural.





PLANTA DO MÊS: NABO

Antes de mais, que plantinhas poderemos semear este mês de Setembro? Segundo o calendário de sementeiras hortícolas da Cooperativa Agrícola de Arouca, podemos semear: Agrião, Alface, Cebola, Cenoura, Couve repolho, Couve flor, Ervilha, Espinafre, Fava, Feijão, Nabo, Rabanete, Tremoço. Flores: Calêndula, Ciclamen, Cravos, Gipsófilas. Dentro das aromáticas: Cebolinho, Coentros, Manjerona, Rúcula, Salsa, Segurelha.

A plantinha, para este mês, é o nabo. “A sementeira do nabo é normalmente feita diretamente no local definitivo, do fim do verão ao início da primavera, variando com o clima da região (...)”

O nabo é uma planta cultivada para o consumo das suas raízes ou das suas folhas e botões florais.

As cultivares de raízes, que são as mais cultivadas no mundo, podem ter a forma arredondada, achatada, cônica ou oval, com 5 a 20 cm de diâmetro e com coloração externa totalmente branca ou branca com o topo (o colo) arroxeadado, amarelado ou esverdeado. A cor interna pode ser branca ou amarelada. As raízes são geralmente consumidas cozidas, mas também podem ser consumidas cruas, especialmente se forem raladas. As folhas destas cultivares também podem ser

consumidas.

As cultivares de folhas são mais conhecidas como nabiças, e as inflorescências são conhecidas como grelos-de-nabo. As folhas e flores podem ser consumidas cruas ou cozidas. As raízes destas cultivares também podem ser consumidas.

Clima

O nabo cresce melhor em temperaturas entre 15°C e 22°C, mas suporta bem temperaturas mais baixas e geadas leves. Cultivada em temperatura elevada, a planta pode florescer precocemente, as suas folhas podem adquirir um sabor mais forte e amargo, e a sua raiz não se desenvolve bem e pode tornar-se fibrosa.





Luminosidade

O melhor é cultivar com luz solar direta, mas podem tolerar sombra parcial com boa luminosidade.

Solo

O solo deve ser bem drenado, fértil, rico em matéria orgânica, sem pedras e outros detritos. É tolerante quanto ao pH do solo, mas cresce melhor com pH entre 6 e 7.

Irrigação

Irrigue com frequência, de forma a que o solo permaneça sempre húmido, mas sem que fique encharcado.

Plantação

A sementeira do nabo é normalmente feita diretamente no local definitivo, do fim do verão ao início da primavera, variando com o clima da região. Em regiões onde o clima é sempre ameno, pode ser cultivado durante o ano todo.



Semeie a uma profundidade de aproximadamente 0,5 cm no solo. A germinação das sementes é rápida e normalmente demora apenas de alguns dias a uma semana.

O espaçamento pode variar de 30 a 40 cm entre as linhas de plantio e de 10 a 25 cm entre as plantas, dependendo da cultivar.

Mudas

Tratos culturais:

Retire as plantas invasoras que estiverem concorrendo por recursos e nutrientes.

Mudas

Tratos culturais:

Retire as plantas invasoras que estiverem concorrendo por recursos e nutrientes.

Colheita

A colheita do nabo é realizada entre 40 e 80 dias após a sementeira, dependendo da cultivar utilizada e das condições de cultivo. Não atrase muito a colheita, pois as raízes podem tornar-se lenhosas com o decorrer do tempo, com a exceção de algumas cul-



tivares que podem ser colhidas tardiamente sem perda de qualidade.

Na colheita das nabijas, as plantas podem ser arrancadas inteiras, ou todas as folhas podem ser cortadas a cerca de 5 cm do solo, o que permite que a planta rebrote, de forma que uma nova colheita de folhas jovens pode ser feita em duas ou três semanas. As folhas também podem ser colhidas individualmente quando necessário.

O nabo é uma planta bienal, cultivada como anual.

<https://hortas.info/como-plantar-nabo>

<https://agriculturaemar.com/como-semear-nabos-e-nabicas-dicas-uteis-para-para-iniciantes/>