



IGREJA MESSIÂNICA
MUNDIAL DE PORTUGAL

真

Shin
VERDADE

善

Zen
BEM

美

Bi
BELO

"A VERDADE É O CAMINHO, O BEM É A AÇÃO E O BELO É O SENTIMENTO" - MEISHU-SAMA

"AINDA QUE SEJAMOS INÁBEIS AO
FALAR, SE AS NOSSAS PALAVRAS
FOREM DITAS COM AMOR, TERÃO
O PODER DE MOVER AS PESSOAS."
MEISHU-SAMA



CONSIDERAÇÕES SOBRE O PARAÍSO TERRESTRE

O Paraíso Terrestre a que nos costumamos referir é, em termos mais claros, o mundo do Belo. Em relação ao ser humano, é o belo dos sentimentos, ou seja, a beleza interior. Naturalmente, tanto as suas palavras como o seu comportamento devem ser belos. Isso vem a ser o belo individual e, da sua expansão, nasce o belo social, isto é, o relacionamento entre as pessoas torna-se harmonioso. As casas, as ruas, os meios de transporte e as praças públicas tornam-se ainda mais belos. É natural que a limpeza acompanhe o belo.

Numa escala maior, tanto a política como a educação e as relações económicas deverão tornar-se belas e transparentes, da mesma forma que as relações diplomáticas entre os países.

Pensando assim, podemos perceber o grau de fealdade da sociedade contemporânea. O belo é demasiado escasso, principalmente nas classes sociais mais baixas por serem extremamente desfavorecidas economicamente. Isso gera a decadência da Educação e a precariedade das instituições sociais. Daí, nasce a intranquilidade social.

Gostaria de falar, em especial, sobre as diversões. Nesse campo, o belo precisa de ser muito mais estimulado, pois o cultivo da consciência do belo é o que há de mais útil

para melhorar os sentimentos humanos. Este é um dos motivos pelos quais sempre incentivamos a arte. Nem é preciso mencionar o quanto a arte vulgar e imoral da época atual está a degradar o sentimento humano.

O poder económico é o fator essencial para a criação do mundo do Belo. Não podemos sequer sonhar em concretizar esse mundo, enquanto a população permanecer na pobreza. Como devemos proceder para fortalecer o poder económico? O povo deve trabalhar com afinco, visando o aumento da capacidade de produção. E a condição básica para tanto é, sem dúvida, a saúde de cada indivíduo. A saúde é o principal foco da nossa religião, o que se torna evidente pelo grande número de pessoas, perfeitamente saudáveis, que estamos a formar através do inigualável poder de cura de doenças por nós manifestado.

Podemos dizer que somos a primeira religião à qual Deus atribuiu a qualificação para estabelecer o mundo do Belo. Concretizá-lo é uma questão de tempo. Para se certificarem dessa verdade, basta observar atentamente a atuação da nossa religião daqui em diante.

Jornal Kyusei nº 65,
3 de junho de 1950
Alicerce do Paraíso vol. 5

¹Neste caso, "sentimentos humanos", opção de tradução para o termo jyouso, utilizado por Meishu-Sama, refere-se a um complexo de emoções que compreendem valores sociais de cunho científico, artístico, religioso e moral. Além da emoção despertada através da apreciação de obras artísticas e musicais, refere-se ao sentimento equilibrado, capaz de serenar a alma e impulsionar a ação.



VÍDEO

EXPERIÊNCIA DE FÉ

"Aprendi que, quando colocamos a dedicação em primeiro lugar, Deus e Meishu-Sama nos dão condições para sermos utilizados, mesmo em estado de purificação, seja ela qual for."



O meu nome é **Patrícia Harue da Silva**, sou professora de Ikebana e dedico no Johrei Center de **Lisboa**.

A experiência que passo a relatar está relacionada com a dedicação na Cerimónia do Hatsuike da Sede Central da Europa, em janeiro deste ano.

Nas vésperas de viajar de Lisboa para Coimbra, comecei a sentir uma forte dor no joelho direito, que me impedia de andar normalmente. Tinha dificuldade quando realizava qualquer tarefa e era obrigada a repousar devido à intensidade da dor.

Em nenhum momento ponderei não ir, pois estava feliz e radiante por poder ser útil nessa importante atividade. Comecei a refletir que estava a purificar para servir de uma forma mais elevada, pois sendo representante de todos numa cerimónia tão especial, precisava de limpar o coração e enobrecer o meu sentimento para oferecer a primeira flor do ano a Deus, a Meishu-Sama e aos Antepassados.

Ao chegar à Sede Central, mesmo

com dores, iniciei os preparativos, recebi Johrei e fui dormir cedo. No dia seguinte, ao acordar, enviei uma mensagem ao nosso Presidente, Rev. Carlos Eduardo Luciw, a comunicar que estava a purificar do joelho, mas que, mesmo assim, me iria esforçar para realizar a dedicação. Ele respondeu-me que estaria a orar pela minha recuperação e pelo sucesso da atividade, o que me deixou mais confiante. Por incrível que pareça, durante a cerimónia, não tive qualquer dor; foi como se Deus e Meishu-Sama me estivessem "a carregar ao colo". Senti-me leve, grata e muito feliz! Tudo correu em harmonia e da melhor forma possível.

Porém, intuitivamente, acabei por forçar a outra perna e passadas algumas horas, comecei a sentir uma forte dor ciática e nessa noite já não consegui dormir direito.

No dia seguinte, ao acordar, a dor persistia mas, mesmo assim, consegui participar no Culto Mensal e na atividade de Dai Johrei Kai, onde me limitei a transmitir Johrei, pois não conseguia levantar-me. Provavelmente, o melhor teria sido ficar deitada, mas não queria deixar de dedicar como forma de agradecer a Deus e a Meishu-Sama por me terem aliviado a dor no momento da cerimónia.

Retornei para Lisboa de autocarro, o que não foi nada fácil, mas recebi Johrei durante toda a viagem. Quando cheguei a casa, mal conseguia mexer-me, a ponto de chorar de dor e, quando deitada, só me levantava com ajuda de alguém.

Como dois dias depois tinha uma aula de Ikebana agendada, comecei a du- →



vidar se estaria em condições para ir. Além disso, quando algumas pessoas me telefonaram para saber o meu estado, ainda ouvi os seguintes comentários: "A minha colega de trabalho está há 3 meses com dor ciática!"; "Eu fiquei 15 dias de cama com essa dor!"; "Deveria tomar algum medicamento, pois quando tive esse problema, cheguei ao ponto de desmaiar!"

Com tudo isso, para não faltar ao compromisso, resolvi desmarcar a aula e entreguei a situação nas mãos de Deus e Meishu-Sama, pedindo que, se fosse da Sua vontade, que viesse a ter condições para dedicar.

Continuei a receber bastante Johrei, não tomei nenhum medicamento e, no dia da aula, sem me dar por conta, consegui levantar-me sem precisar de ajuda e constatei que não tinha mais dores.

Foi um autêntico milagre! De imediato, reconfirmei a aula e pude realizar a dedicação normalmente, só com um pequeno desconforto. Nem podia acreditar!

Materializei a minha gratidão através de um donativo especial pela permissão de vivenciar esta maravilhosa experiência, renovando o compromisso de me empenhar, cada vez mais, na Coluna de Salvação do Belo e de participar em todos os Cultos da Sede Central.

Apreendi que, quando colocamos a dedicação em primeiro lugar, Deus e Meishu-Sama nos dão condições para sermos utilizados, mesmo em estado de purificação, seja ela qual for.

Agradeço a Deus, a Meishu-Sama, aos meus Antepassados e a todos os que me apoiaram nesta experiência.

Muito obrigada!

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. Carl os Eduardo Luciw	presidencia@messianica.pt	- 2ª a 6ª feira das 10h às 19h - Sábados das 14h às 18h
Secretaria					Min. 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 - 3ª Esq. - São Gonçalo	4600-081 Amarante	912 545 269 939 286 843	Min. Octávio Fonseca Min. Mª. Leonor Mesquita	amarante@messianica.pt	- 3ª e 5ª feira das 14h30 às 19h30
Núcleo	Braga	Rua Barros Soares, nº 10, R/c Direito	4751-168 Nogueira Braga	912 545 269 916 728 138	Min. Octávio Fonseca Sra. Elizabeth Iponema	braga@messianica.pt	- 4ª feira das 15h30 às 19h00
Johrei Center	Porto	Rua do Paraíso nº 186 (Metro estação Faria Guimarães)	4000-376 Porto	916 124 188	Min. António Carlos Pessoa	porto@messianica.pt	2ª a 6ª feira: das 10h às 12h30 e das 14h às 19h00. Sábados: das 14h30 às 18h
Núcleo	V.N. de Gaia	Rua Estado da Índia, nº 620 - E 3 (Metro estação João de Deus)	4430-094 VN Gaia	936 193 755	Min. Edite Moreira	gaia@messianica.pt	3ª, 5ª, 6ª e sábado, das 14h30 às 18h30
Núcleo	Figueira da Foz	Rua Flores da Beira Mar. nº 24. R/C direito	3080-247 Buarcos	912 201 419 911 591 458	Min. José Araújo Rego Carina Rodrigues	coimbra@messianica.pt	- 4ª 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 - 2ª feira a 6ª feira das 10h às 19h - Sábado das 10 às 19h
Núcleo	Aveiro	Rua Cândido dos Reis, 86 - 2ª Esq. - T2	3770-209 Oliveira do Bairro	912 201 419 966 136 936	Min. José Araújo Rego Min. 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 - 2ª e 6ª feira das 10h00 às 18h00 - 3ª e 5ª feira das 10h00 às 19h00 - 4ª feira e sábado das 15h00 às 18h00 (segundo e quarto domingo do mês das 9h00 às 12h00)
Núcleo	Amadora e Sintra			912 269 525	Min. Filipa Pimenta	amadoraesintra@messianica.pt	
Núcleo	Margem Sul			912 269 525	Min. Filipa Pimenta	msul.ocascais@messianica.pt	
Núcleo	Margem Sul			917 807 455	Min. Elisabete Ferraresi		
Núcleo	Oeiras e Cascais			912 269 525	Min. Filipa Pimenta		
Núcleo	Ribatejo			(Reuniões nas casas dos membros)		912 201 420	
Núcleo	Alentejo e Algarve	(Reuniões nas casas dos membros)		912 201 420	Min. Luciano Vita da Silva	algarve@messianica.pt	



CULTO MENSAL DE AGRADECIMENTO DEDICADO AO BELO
SEDE CENTRAL - MARÇO 2025



PALESTRA DO PRESIDENTE DA IGREJA MESSIÂNICA MUNDIAL DA EUROPA - REVERENDO CARLOS EDUARDO LUCIOW

Bom dia a todos, como os senhores
estão a passar?

Estão todos bem?

Em nome de Deus e Meishu-Sama, gostaria de agradecer a vossa sincera dedicação que nos possibilita expandir cada vez mais a Obra Divina em toda a Europa! Muito obrigado!

Gostaria também de dar as boas-vindas a quem está a assistir a este Culto pela primeira vez e a todos os membros e frequentadores que estão a participar nesta transmissão online. →





Presencialmente, estamos a receber membros vindos de Angola, São Tomé e Príncipe, Reino Unido, Irlanda e Itália. Sejam todos muito bem-vindos! (*Palmas*)

Nos dias 15 e 16 do mês passado, estive a visitar, em Espanha, o Núcleo de Johrei El Capricho, em Madrid, e participei numa Reunião de Johrei em casa de membro em Málaga.

Entre as várias atividades, num clima de muita alegria e gratidão, realizou-se o Culto do Início da Primavera acumulado com o Culto Mensal de Agradecimento do mês de fevereiro, a Outorga de Ohikari - Medalha da Luz Divina - de 2 novos membros e 2 re-Outorga, dois Dai Johrei Kai (Grande Reunião de Johrei), visita e reunião de Johrei em casa de membro, confeção e distribuição de Flores de Luz no parque da cidade.

No total, encontrei com 22 membros, 7

frequentadores e 1 pessoa de 1ª vez, tendo transmitido 18 Johrei individualmente.

Posteriormente, em Portugal, entre os dias 20 e 23, num clima de muita alegria e gratidão, estive a visitar o Johrei Center do Porto e o Núcleo de Johrei de Vila Nova de Gaia.

Em ambas as Unidades Religiosas, realizou-se um Dai Johrei Kai, o Culto Mensal pela Salvação dos Antepassados e Reforma da Sede Central do mês de fevereiro, assistência a membros em purificação e Outorga de Ohikari - Medalha da Luz Divina - de 2 novos membros do Porto e 1 de Gaia.

Por fim, realizou-se, também, uma reunião com ministros, professoras de Ikebana e missionários das duas Unidades Religiosas.

No total, encontrei com 83 pessoas: 70 membros, 8 frequentadores e 5 pessoas



de 1ª vez, tendo transmitido 62 Johrei individualmente.

Nas visitas missionárias, tanto em Espanha quanto em Portugal, pude constatar que todos se estão a esforçar, com Makoto, em prol da expansão da Obra Divina, através da prática do Johrei e dos Ensinaamentos de Deus revelados a Meishu-Sama. Agradeço o carinho e a hospitalidade com que me receberam, muito obrigado! *(Palmas)*

Tenho a grata satisfação de comunicar aos senhores que hoje, após o Culto, será realizada a Cerimónia de Outorga de Dai Komyo, de quatro novos Ministros Adjuntos:

De Portugal:

- Min. José Vieira de Araújo Rego
- Min. Carla Filipa dos Reis Pimenta
- Min. Octávio Albuquerque Martins da Fonseca

De Itália:

- Min. Rodrigo Frossard Luciw

Desejamos, a todos, uma feliz missão! *(Palmas)*

O Culto Mensal de hoje é especialmente dedicado à Coluna de Salvação do Belo e convido a todos a apreciarem a Exposição de Caligrafias de Meishu-Sama e Ikebana Sanguetsu, elaborada pelas professoras, alunas e dedicantes. Agradeço e parablenizo todos os que se empenharam na realização desta maravilhosa atividade que tanto enobrece este Culto. Muito obrigado! *(Palmas)*

A palavra "belo", por si só, já nos transmite uma sensação positiva, não é verdade? Naturalmente sentimo-nos atraídos por tudo aquilo que é belo: pode ser uma paisagem, uma flor, uma pessoa, um objeto, qualquer coisa, o Belo transmite-nos sempre uma sensação de bem-estar.





Esta capacidade de apreciação do Belo é inerente ao ser humano, que se diferencia dos animais, não só pela sua racionalidade, mas também por possuir uma memória semântica, que lhe permite a criação de símbolos para representar o que percebe do mundo e de si próprio. Nenhum outro ser é capaz de fantasiar, sonhar, criar, imaginar e retratar, eternizando o que sente.

No Ensino do Culto de hoje, Meishu-Sama orienta-nos sobre a importância do Belo dos sentimentos, característica da Era do Dia, onde, naturalmente, as palavras e as atitudes do ser humano devem ser belas, pois, da expansão

do belo individual, nascerá o belo social. Mais do que uma satisfação pessoal, egoísta, o Belo deve ter um propósito altruísta, causando principalmente uma sensação agradável aos outros. Só assim poderemos afirmar que é uma forma de boa ação.

A harmonia é a condição básica para a existência do Belo de alto nível, portanto, para nós que desejamos cultivá-lo, precisamos, antes de mais nada, buscar a harmonia em todos os setores da nossa vida.

Meishu-Sama, no Ensino **“O Paraíso é o Mundo da Arte”**, do Alicerce do Paraíso vol. 5, edição portuguesa, orienta-nos:



(...) “A cura das doenças pelo Johrei proposto por mim, na realidade, é uma magnífica arte da vida, isto porque, na sua essência, a arte deve satisfazer as três condições: Verdade, Bem e Belo.” (...)

A Verdade é o estado natural das coisas, a Natureza. Só quando estamos alicerçados na Verdade, é que conseguimos praticar o verdadeiro Bem, universalista, pois, o Bem que não se fundamenta na Verdade, revela-se um Mal, porque se limita a um determinado povo, raça ou cultura. O Belo, portanto, só existe quando se baseia no Bem em prol da humanidade, que nasce da Verdade.

No Ensino do Culto de hoje, Meishu-Sama orienta-nos que a saúde é o principal foco da nossa religião, evidenciado pelo grande número de pessoas que se têm tornado saudáveis através do Johrei.

A esse respeito, hoje ouvimos a maravilhosa Experiência de Fé da Prof. Patrícia Harue da Silva, que nas vésperas da realização da Cerimónia do Hatsuike - Primeira Flor do Ano - em janeiro, começou a sentir uma forte dor no joelho. Porém, grata pela permissão de poder ser útil na realização dessa atividade, em nenhum momento pensou em desistir.

Durante a Cerimónia, por incrível que pareça, não teve qualquer dor, sentiu-se →



leve e muito feliz, como se Deus e Meishu-Sama a estivessem a "carregar ao colo". Porém, instintivamente, acabou por forçar a outra perna e, passadas algumas horas, começou a sentir uma forte dor ciática, sendo que, naquela noite já não conseguiu dormir direito. No dia seguinte, ao acordar, a dor persistia mas esforçou-se para participar no Culto Mensal e no Dai Johrei Kai, onde somente transmitiu Johrei por não se conseguir levantar.

Ao regressar a casa, mal conseguia mexer-se, ao ponto de chorar de dor, e quando deitada, precisava da ajuda de alguém para sair da cama. Algumas pessoas que telefonavam para saber do seu estado, faziam os seguintes comentários: "A minha colega de trabalho está há 3 meses com dor ciática!", "Fiquei 15 dias de cama com essa dor!", "Deveria tomar algum medicamento pois quando tive esse problema cheguei ao ponto de desmaiar!"





Como dali a dois dias tinha agendada uma aula de Ikebana, para não correr o risco de falhar com o compromisso, decidiu desmarcar mas entregou a situação nas mãos de Deus e Meishu-Sama, pois se fosse da Sua vontade, que ela viesse a ter condições para dedicar. No dia da aula, quando acordou pela manhã, nem podia acreditar que a dor tinha sumido, permitindo-lhe assim vir a estar presente somente com um pequeno desconforto.

Só quem passou por este tipo de problema de forma aguda como ela sabe que, a dor ciática ter desaparecido em menos de três dias, sem medicamentos, é um autêntico milagre!

Com tudo isso, ela aprendeu que, quando colocamos a dedicação em primeiro lugar, Deus e Meishu-Sama nos dão condições para sermos utilizados, mesmo em estado de purificação, seja ela qual for.

Este ponto vem reforçar a orientação e a

Experiência de Fé do mês passado sobre a importância de respeitarmos a Lei da Ordem, colocando o servir à Obra Divina em primeiro lugar.

Para concluir, gostaria de partilhar com os senhores o seguinte poema de Meishu-Sama:

"Aqueles que têm o desejo ardente de se igualar à beleza das flores, possuem corações que a elas se assemelham."

Assim, vamos seguir o exemplo das flores que vivem com o objetivo altruísta de nos fazerem felizes através da sua beleza. Buscando enriquecer a nossa consciência do Belo e nos esforçando para colocá-lo em prática em todos os setores da nossa vida, estaremos a purificar e a elevar os nossos sentimentos para que possamos receber o aumento da Luz no dia 15 de junho.

Muito obrigado e um bom mês a todos!



ATIVIDADES REALIZADAS NA SEDE CENTRAL



Cerimónia de Outorga de Dai Komyo, de quatro novos Ministros Adjuntos. De Portugal: Min. José Vieira de Araújo Rego, Min. Carla Filipa dos Reis Pimenta, Min. Octávio Albuquerque Martins da Fonseca. De Itália: Min. Rodrigo Frossard Luciow



Dai Johrei Kai (Grande Reunião de Johrei)



Exposição de Caligrafias e da Flor de Meishu-Sama



Atividade sobre o Belo para crianças



MEISHU-SAMA ERA ASSIM

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 composições e ficávamos extasiados a contemplá-las. Mesmo uma única flor de camélia, que parecia ter sido despretensiosamente colocada, transmitia-nos a sensação de estar a louvar a Deus e a manifestar o princípio da Grande Natureza.

Um servidor

REALÇAR AS CARACTERÍSTICAS DAS FLORES

Ficava admirado quando via Meishu-Sama a entrar num aposento com algumas flores recém-colhidas no jardim e a vivificá-las com bastante naturalidade e rapidez, num ou dois minutos.

Meishu-Sama dizia: "Não sigo nenhum estilo. Apenas vivifico as flores realçando as suas características."

Um chefe de Igreja

CORTAR E VIVIFICAR AS FLORES IMEDIATAMENTE

Quando entrávamos na sala de Meishu-Sama, o nosso olhar dirigia-se imediatamente para o tokonoma, onde víamos, vivificada de forma inusitada, uma flor que nunca imaginaríamos estar naquele vaso.

"De forma inusitada" não significa que a Ikebana de Meishu-Sama se assemelhasse aos arranjos modernos, que também empregam materiais não-convençãoais. Graças à Sua criatividade, Ele não se prendia aos modelos de nenhum dos numerosos estilos existentes até então. Naturalidade era a primeira impressão que se tinha diante da Flor de Meishu-Sama. Portanto, era desnecessário forçar a imaginação; ela apresentava-se o mais natural possível, em perfeita harmonia com o ambiente. E, quem a apreciasse, sem se aperceber, era envolvido por uma sensação de tranquilidade. Era como se estivéssemos a ver a flor na natureza, em plena manifestação da sua exuberância.

Mesmo assim, a interferência humana fazia-se sentir: as folhas em excesso eram podadas, as plantas eram cortadas na medida adequada e o vaso era escolhido de acordo com a flor. Avaliar a medida certa requer bastante aprimoramento.

Meishu-Sama ensinava-nos frequentemente: "É bom cortar a flor e vivificá-la imediatamente; no máximo, num ou dois minutos. Não se deve manuseá-la durante muito tempo." E também: "A verdadeira beleza é aquela que encanta qualquer pessoa."

Realmente, não há quem deixe de apreciar as flores e de se maravilhar com a sua beleza. Uma vivificação que obedece à Natureza, consegue fascinar qualquer pessoa.

Um presidente da Igreja



AGRICULTURA NATURAL

MIZUNA (A MOSTARDA JAPONESA)

BRASSICA RAPA VAR. NIPOSINICA



Mizuna, verdes aquáticos, kyona, mostarda japonesa ou mostarda-aranha, é uma cultivar que possui folhas serrilhadas verde-escuras, com um sabor descrito como picante e apimentado, mas menos do que a rúcula.

Esta querida "amiga", considerada a "rúcula asiática", é uma planta anual comestível da família Brassicaceae, usada como folha vegetal pelo seu sabor fresco, ácido, amargo e apimentado.





É, muitas vezes usada em salteados e sopas.

No Reino Unido, a mizuna é considerada como uma cultivar vigorosa, produzindo numerosos caules de folhas verdes escuras, profundamente recortadas e com franjas, tendo um sabor fresco e crocante e podendo ser utilizada em saladas, sozinhas ou cozidas com carne. No Japão, utiliza-se muito em conserva.

Altamente resistente ao frio, é cultivada extensivamente durante os meses de inverno no Japão.

Para os apreciadores da Mizuna verde, ela tem um sabor suave de mostarda.

Como cultivar esta maravilhosa verdura asiática?

Solo: Prefere solos bem drenados e ricos em matéria orgânica, devendo o pH encontrar-se entre os 6.5 e 7.0.

Clima: Prefere locais com clima temperado, com uma estação fria e chuvosa e verões secos.

Sementeira: Pode ser feita no local definitivo com posterior desbaste ou em tabuleiro com transplante 4 a 6 semanas depois.

Rega: Deve ter-se cuidado com as regas pois a cultura necessita frequentemente de água e suporta mal períodos de seca. A rega gota-a-gota é assim uma boa opção para a cultura.

Usos: Saladas, sandes, refogados, sopas, esparregado e na elaboração do molho de mostarda chinesa (sementes). As sementes são também utilizadas nos pickles e na indústria dos enchidos e da salchicharia. O mel, feito das flores, também é considerado magnífico.

E pronto... ótimos cultivos!

Fontes:

<https://pt.linkedin.com/pulse/mizuna-%E3%83%9F-%E3%82%BA-%E3%83%8A-%E6%B0%B4-%E8%8F%9C-ou-kyona-mostarda-japonesa-de-aranha-barufaldi>
https://agriculturabiologica.azores.gov.pt/Storage/Stored_Files/sto_04-08-2022_14-57-216863078.pdf
https://www.sementesvivas.bio/pt/verdura-asiatica/79-1344-folha-de-mostarda-mizuna-bio-5g.html#/39-quantidade_por_saqueta-2_g



REFORMA DA SEDE CENTRAL

DONATIVO DE GRATIDÃO ESPECIAL

A todos os membros e frequentadores, inclusive os residentes no exterior, que queiram materializar a sua gratidão, podem fazê-lo através do envelope especial ou por transferência bancária direta para a conta da IMMP.

IBAN PT50 0010 0000 23039550001 97