



IGREJA MESSIÂNICA
MUNDIAL DE PORTUGAL

真 善 美

Shin
VERDADE

Zen
BEM

Bi
BELO

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

**"O BEM CONSTITUI A BASE DA FELICIDADE.
NATURALMENTE, É DESNECESSÁRIO DIZER QUE É
PRECISO TER FORÇA SUFICIENTE PARA VENCER O
MAL E FAZER COM QUE O BEM PREVALEÇA."
MEISHU-SAMA**



A CAUSA DAS DOENÇAS, OS PECADOS E AS IMPUREZAS

Há dois tipos de pecados e impurezas: os hereditários, que são a síntese dos pecados e impurezas acumulados pelos seus Antepassados, e os gerados nesta vida, que são aqueles acumulados pela própria pessoa.

Nós que vivemos atualmente, não somos seres surgidos do nada, sem relação com nada. Na verdade, representamos a síntese de centenas ou milhares de Antepassados e existimos na extremidade desse elo. Somos, portanto, seres intermediários de uma sequência infinita, formando uma existência individualizada no tempo. Em sentido amplo, somos um elo da corrente que une os Antepassados com as gerações futuras; em sentido restrito, somos uma peça como a cunha, destinada a firmar a ligação entre os nossos pais e os nossos filhos.

A maior parte das pessoas carrega uma quantidade considerável de nuvens espirituais, originadas pelos pecados. Assim, quando são submetidas ao julgamento no Mundo Espiritual, feito com absoluta imparcialidade, a maioria acaba por cair no Inferno. Devido ao sofrimento da pena imposta, o espírito ele-

va-se pouco a pouco, mas os resíduos da purificação dos pecados fluem contínua e incessantemente para os seus descendentes que vivem no Mundo Material. Trata-se de uma ação redentora, baseada na Lei de Causa e Efeito, em que o descendente, resultado da soma global dos seus Antepassados, arca com uma parte dos pecados cometidos por eles. É uma Lei Divina inerente à criação e o Homem não tem outra alternativa senão obedecer-lhe.

Ninguém consegue viver sem cometer pecados. Estes podem ser leves, médios e graves, sendo que cada um desses tipos tem uma infinidade de classificações. Exemplificando, há pecados contra a lei, contra a moral ou contra a sociedade; pecados de natureza carnal, que se evidenciam nas ações do indivíduo, e também pecados psicológicos, cometidos apenas na mente da pessoa. Conforme disse Jesus Cristo, só o facto de se desejar a mulher do próximo, já constitui adultério. É uma afirmação correta, apesar de bastante rigorosa. Portanto, embora não se esteja a violar nenhuma lei, pecados leves cometidos no dia a dia, os quais ninguém considera



pecados, como ter raiva do próximo, querer que alguém sofra ou praticar adultério, se forem acumulados por longo tempo, acabarão por assumir proporções consideráveis. Vencer uma competição ou alcançar sucesso na vida, condutas que envolvem disputa e acabam por provocar a inveja e o conseqüente ódio do perdedor, também constituem uma espécie de pecado, pois envolve o ódio. Matar animais sem necessidade, desperdiçar recursos e bens, agredir as pessoas, não cumprir os compromissos, mentir, ser preguiçoso, dormir demais pela manhã, etc., tudo isso são pecados que as pessoas acumulam sem saber. Essa infinidade de pecados leves, acumulando-se ao longo do tempo, refletem-se no espírito em forma de nuvens espirituais.

É comum pensar-se que os recém-nascidos não possuem pecado

algum, mas não é bem assim, pois, até se tornarem independentes, vivem sob a tutela dos pais e, por isso, devem dividir com eles a carga dos seus pecados. Poderão entender melhor este raciocínio através de uma analogia com as árvores: os pais constituem o tronco, os filhos são os galhos, e os netos, os galhos menores. Assim, é impossível que as nuvens espirituais dos pais não exerçam influência sobre os filhos. Através dos exemplos citados, podemos ver que não se deve menosprezar nem mesmo os pecados cometidos sem querer. As pessoas que sofrem constantes acidentes ou são acometidas de doenças, precisam de refletir sobre os seus pecados e, encontrando-lhes a causa, regenerar-se imediatamente.

1936

Alicerce do Paraíso vol. 3



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



EXPERIÊNCIA DE FÉ

“Se não tivesse dado prioridade em dedicar na preparação e participar no Culto, certamente não teria recebido essa graça e nem estaria a relatar esta experiência.”



Chamo-me **José Carlos Borges Vieira da Silva**, sou membro há 36 anos e dedico no Johrei Center do **Porto**.

No ano passado, após um mês de setembro muito conturbado a nível pessoal e profissional, ponderei não participar no Culto Anual pela Salvação dos Antepassados, pensando em tirar uns dias de férias no final de outubro, para descansar um pouco. Sentia-me muito cansado, precisava mesmo de parar e cheguei até a contactar uma agência para estudar a possibilidade de vir a fazer uma viagem ao exterior. Porém, devido a vários fatores, acabei por não ir.

Após refletir sobre o que estava a acontecer e depois de aprofundar a leitura dos Ensinamentos de Deus revelados a Meishu-Sama, entendi que as circunstâncias me estavam a conduzir para participar no Culto Anual pela Salvação dos Antepassados. Foi então que, no início do mês de outubro, firmei o propósito de não faltar a

esse importantíssimo Culto.

Uma vez que não estive presente no Seminário de Preparação e por morar a 45 km do Johrei Center, decidi participar no estudo online realizado pelo ministro, onde nos foi orientado sobre a importância da preparação através de um conjunto de práticas que deveríamos nos esforçar em realizar, junto com os nossos Antepassados.

Desta forma, comprometi-me em fazer uma leitura mais assídua dos Ensinamentos de Deus revelados a Meishu-Sama, pois percebi que os lia sem refletir. A partir daí, procurei ler com mais atenção, buscando praticar um ou dois Ensinamentos por dia, conseguindo, assim, ler mais de 365 Ensinamentos por ano, o que é algo significativo; praticar o auto-Johrei, por ser o único membro na minha cidade; esforçar-me na dedicação monetária e preparar um donativo especial; continuar a praticar a orientação do nosso Presidente, Reverendo Carlos Eduardo Luciw, de começar e terminar o dia sempre com uma prece de agradecimento, pedindo a Deus e a Meishu-Sama que me ajudem a ser uma pessoa melhor, que consiga estar à altura de ser um bom messiânico, apesar das minhas limitações e angústias. Por vezes, é muito difícil manter a constância, mas sempre que consigo, sinto-me feliz. E também, decidi dedicar na Sede Central, na véspera do Culto, com o



Sonen de elevar espiritualmente os meus Antepassados.

Já no dia da dedicação, fui em representação dos meus pais que, devido a uma severa purificação do meu pai, não conseguiram participar. Dentre as várias dedicações que realizei, estive também a cortar a relva do jardim e a aparar as sebes do muro da frente da Igreja. Fiquei surpreendido pelo facto de todas as pessoas que passavam pela rua, sem exceção, me terem cumprimentado com alegria, ao verem-me a realizar aquela tarefa. No final, mesmo muito cansado, senti um misto de felicidade por ter realizado aquela dedicação, e de tristeza pelo facto dos meus pais, que são membros tão dedicados, não conseguirem estar presentes no Culto.

No final do dia, antes de fazer oração no Altar para agradecer a dedicação, fui à casa de banho e aconteceu algo extraordinário: sofro de pedras nos rins desde a minha juventude e, como se sabe, as cólicas associadas a esta doença são muito difíceis de suportar, pois normalmente os cálculos encravam nos ureteres. Qual a minha surpresa quando vi sair dois cálculos! Fiquei sem palavras pois não tive qualquer dor ou desconforto. Anteriormente, após um Culto Mensal da Sede, já tinha acontecido, mas desta vez decidi relatar ao ministro.

Após o emocionante Culto, e depois de ouvir atentamente a Experiência de Fé, bem como a orientação

do nosso Presidente, decidi, finalmente, tirar uns dias para descansar, feliz por ter tomado a decisão certa. Nada acontece por acaso e, se não tivesse dado prioridade em dedicar na preparação e participar no Culto, certamente não teria recebido essa graça e nem estaria a relatar esta experiência.

Portanto, reconfirmei que devemos sempre colocar em primeiro lugar o servir a Deus, a Meishu-Sama e aos Antepassados, pois é o caminho mais sublime para a nossa elevação, assim como de todos aqueles com quem temos afinidade espiritual. Através das dedicações, não só as nossas nuvens espirituais como as da nossa família e dos nossos Antepassados são eliminadas.

Com a Graça de Deus e de Meishu-Sama, bem como dos meus Antepassados, também a nível pessoal e profissional tenho conseguido resolver as situações que me vão surgindo com relativa facilidade. Uma vez que atualmente não tenho possibilidade de dedicar presencialmente no Johrei Center, comprometi-me em me esforçar cada vez mais através da transmissão de Johrei na família e da dedicação monetária, tendo quadruplicado a minha oferta de gratidão mensal, perfazendo mais de dez por cento.

A todos os que têm ajudado e acompanhado a mim e à minha família, o nosso muito obrigado!



**CULTO MENSAL DE AGRADECIMENTO
SEDE CENTRAL - OUTUBRO 2025**



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

Bom dia! Como os senhores estão a passar? Estão todos bem?

Em nome de Deus e Meishu-Sama, agradeço 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. Sejam todos muito bem-vindos! (*Palmas*)

Este mês, como os senhores podem





ver pelo maravilhoso cenário que me rodeia, estamos a ter a grata permissão de peregrinar aos Solos Sagrados do Japão, com o objetivo de participar no Culto Especial de Outono, com um grupo de 40 membros, dos seguintes países da Europa: Portugal, Espanha, Itália, Alemanha e Suíça.

Está a ser uma viagem maravilhosa, com muitas emoções, principalmente pelo facto de que todos estão a peregrinar pela primeira vez, fruto da permissão que receberam de Deus e Meishu-Sama, através do esforço nas orações realizadas individualmente e em grupo, diariamente, ao longo do ano, nas Unidades Religiosas. Aproveito a oportunidade para transmitir um grande abraço do nosso Presidente Mundial - Rev. Kiyoaki Sugihara, que do Solo Sagrado está a orar pela fe-

licidade de todos os senhores.

No Ensino do Culto de hoje, **"A causa das doenças, os pecados e as impurezas"**, do Alicerce do Paraíso vol. 3, edição portuguesa, Meishu-Sama orienta-nos:

"Nós, que estamos vivos, não somos seres surgidos do nada, sem relação com nada. Na verdade, somos a síntese de milhares de Antepassados e existimos como seres vivos, na extremidade de uma sequência infinita de vida. Numa visão mais ampla, somos uma existência individualizada no tempo, como um elo de uma corrente, que une os Antepassados com os descendentes. Em sentido restrito, somos uma peça destinada a firmar a ligação entre os nossos pais e os nossos filhos." →



Ao refletirmos sobre a nossa relação com os Antepassados, como somos um elo entre eles e os descendentes, conforme for o nível da nossa prática da fé, se esta for universalista e baseada na soma de virtudes, conseguiremos não só salvar os Antepassados, como também, guiar os descentes ao Caminho da Felicidade.

São os nossos Antepassados que nos encaminham para a Obra Divina, onde, através da prática do altruísmo e aprendendo a sufragá-los, podemos elevar seja o nosso próprio espírito, como também, todo o nosso tronco familiar.

Infelizmente, algumas pessoas ainda cultuam os Antepassados com o objetivo de resolver problemas, atribuindo-lhes a causa dos seus sofrimentos, sendo que, os únicos e verdadeiros sentimentos com que devemos cultuá-los é por amor e gratidão. Porém, se ficarmos presos somente à solução dos problemas, sem nos tornarmos altruístas, virtuosos e dedicados à felicidade do próximo, não só não os resolveremos, como também es-

taremos a trair a esperança que os Antepassados depositaram em nós, quando nos encaminharam à prática da fé.

Tal como aprofundámos no Seminário Nacional de preparação, temos de nos tornar uma pessoa que se dedica à salvação dos outros através do Johrei, do Belo de alto nível e da Agricultura Natural Messiânica, enfim, por meio das três Colunas da Salvação.

Outro ponto importante que gostaria de ressaltar, em relação ao Ensino do Culto de hoje, diz respeito à orientação de Meishu-Sama sobre os pecados que as pessoas acumulam sem se aperceber.

Trata-se de pecados considerados “leves”, cometidos no dia a dia, os quais ninguém lhes dá a devida importância, tais como: sentir raiva do próximo, desejo de vingança, adultério, matar animais sem necessidade, desperdiçar recursos e bens, agredir e ofender as pessoas, não cumprir os compromissos, mentir, ser preguiço, etc., que embora pareçam



irrelevantes, acumulando-se ao longo do tempo, refletem-se no espírito em forma de nuvens espirituais.

Muitas pessoas, quando sofrem, questionam-se: “Porque sofro tanto, se nunca matei, roubei, nunca fiz mal a ninguém?” Já ouvimos esta pergunta várias vezes, não é verdade? Talvez até nós mesmos já tenhamos pensado dessa forma. Se Deus é justiça e alguém diz que não tem causas para sofrer, isso deve-se ao facto de somente levar em consideração os grandes pecados, não dando importância aos pequenos pensamentos, palavras, ações e omissões do dia a dia.

Outra falha comum é que frequentemente se ignora a razão fundamental do nosso nascimento: a missão que nos foi atribuída de participar ativamente na construção do Paraíso Terrestre, através da prática do amor altruísta. Ignorando o sofrimento dos outros, também acabamos por pecar por omissão, pois não cumprimos a nossa verdadeira missão. Assim, diariamente, se vivermos de for-

ma egoísta, dedicando-nos apenas aos nossos próprios interesses, acumularemos ainda mais nuvens espirituais.

Ao contrário, praticar pequenas ações úteis ao próximo e à sociedade, quando repetidas inúmeras vezes, tornam-se virtudes, que embora pareçam insignificantes, quando somadas, transformam-se num grande ato meritório. A esse respeito, no seguinte poema, Meishu-Sama orienta-nos:

***“Aquele que, somando boas ações,
vive dias alegres, terá prosperidade
ilimitada.”***

Assim, para que tenhamos um saldo positivo, é importante ter atenção em diminuir o acúmulo de pecados e aumentar a soma de virtudes, tal como uma balança com dois pratos, que irá naturalmente inclinar-se para o lado onde colocarmos mais peso. Cabe-nos decidir, com responsabilidade, para que lado é que queremos que ela penda, pois →



disso dependerá a nossa felicidade ou infelicidade.

Nesse sentido, como está a preparação dos senhores para o importantíssimo Culto Anual pela Salvação dos Antepassados? Já estabeleceram os seus objetivos? Em relação ao formulário, além da lista com os nomes dos espíritos, que será o convite, é fundamental definirmos as nossas práticas de fé que visam fazer o próximo feliz, que se transformarão em Luz para a elevação e salvação espiritual

dos Antepassados. E também, quanto à oferta de gratidão especial, esta deve ser programada da melhor maneira possível, com o máximo de sentimento e esforço! Contem com o apoio do seu ministro para uma esmerada preparação.

A esse respeito, hoje ouvimos a maravilhosa Experiência de Fé do José Carlos Silva que, no ano passado, ponderou não participar no Culto Anual pela Salvação dos Antepassados, pensando em tirar uns dias de férias para descansar.



Experiência de José Carlos Borges Vieira da Silva



Entretanto, devido a algumas dificuldades, refletiu sobre o que estava a acontecer e depois de aprofundar a leitura dos Ensinamentos de Deus revelados a Meishu-Sama, reconheceu que estava a ser conduzido para não faltar e firmou o propósito de participar neste importantíssimo Culto.

Desta forma, após o estudo online com o ministro, decidiu, dentre outras práticas, ir de véspera para dedicar na preparação do Culto na Sede Central, com o

Sonen de elevar espiritualmente os seus Antepassados, representando os seus pais que não conseguiriam participar.

Já na Sede Central, realizou várias dedicações no jardim e, no final do dia, antes de fazer oração no Altar para agradecer, foi à casa de banho e, inesperadamente, viu sair dois cálculos, sem qualquer dor e desconforto. É algo atípico pois, como todos sabem, as cólicas associadas a esta doença são muito dolorosas. Ele já tinha recebido essa graça →



anteriormente, após um Culto Mensal da Sede, mas, só desta vez é que decidiu relatar ao seu ministro e escreveu esta maravilhosa Experiência de Fé.

Após o Culto, tudo se proporcionou para que ele pudesse tirar uns dias de férias para descansar, feliz por ter tomado a decisão certa. E que decisão foi essa? De ter colocado em primeiro lugar o servir a Deus, a Meishu-Sama e aos Antepassados, pois, conforme o José afirma, é o caminho mais sublime para a nossa elevação, assim como de todos aqueles com quem temos afinidade espiritual.

A nível pessoal e profissional, tem conseguido resolver as situações que lhe vão surgindo com relativa facilidade e, como atualmente não tem possibilidade de dedicar presencialmente no Johrei Center, comprometeu-se em se esforçar cada vez mais através da transmissão de Johrei na sua família e da dedicação monetária, tendo quadruplicado a sua oferta de gratidão mensal, perfazendo mais

de dez por cento.

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

"A dedicação é a maior prova de amor que o ser humano pode dar aos seus Antepassados."

Falta menos de um mês para o tão esperado Culto Anual pela Salvação dos Antepassados! Este ano, devido ao início das obras na Sede Central, em Coimbra, será realizado na Sede Central provisória, no Porto, em dois dias: sábado, 1 de novembro, feriado nacional, às 14h00, e domingo, 2 de novembro, também às 14h00. As vagas são limitadas e, desde já, as inscrições podem ser feitas com os ministros responsáveis.

Despeço-me com um forte abraço, desejando a todos a continuação de uma excelente preparação.

Muito obrigado!



ATIVIDADE REALIZADA NA SEDE CENTRAL



Grande reunião de Johrei, Dai-Johrei-Kai





MEISHU-SAMA ERA ASSIM

O VERDADEIRO FIEL É AQUELE QUE ULTRAPASSA OBSTÁCULOS PARA COMPARECER AOS CULTOS

Por volta do mês de junho, no Culto realizado no Kanzan-Tei, o número de participantes era reduzido. Logo após o término da oração, fui chamar Meishu-Sama para a palestra.

Relatei de imediato o número de participantes do Culto. Como se tratava de um número baixo de participações, Ele estranhou e perguntou-me: "Não acha que é muito pouco?" Eu, sem pensar, respondi prontamente: "Sim Senhor. Acredito que seja por causa da colheita." Nesse momento, Meishu-Sama advertiu-me: "O que é o Culto para si? O verdadeiro fiel é aquele que, mesmo que esteja muito ocupado, comparece aos Cultos, ultrapassando qualquer tipo de obstáculo. Não querem receber graças? Como é possível não participarem por causa da colheita? Com esse tipo de pensamento, nem o trabalho vai correr bem. Antes de tudo, tendo vontade de participar nos Cultos, Deus fará com que não haja obstáculos. Vá averiguar o que realmente aconteceu!"

Fui tentar perceber o que tinha acontecido e fiquei a saber que, de facto, não era por causa da colheita, mas sim, porque tinha havido um acidente com o comboio. Ao relatar a Meishu-Sama, Ele, deliberadamente, adiou o horário do Culto para 30 minutos mais tarde da hora agendada, para que os

membros pudessem chegar a tempo.

Com a intenção de ajudar, disse-Lhe, precipitadamente, o que pensava. Para mim, este meu momento foi uma experiência realmente triste. Quando recordo esta situação, fico admirado com o discernimento aguçado de Meishu-Sama.

Um servidor

"VENHA A QUALQUER HORA"

Meishu-Sama dizia-me sempre: "Venha a qualquer hora, mesmo que tenha de me acordar a meio da noite para pedir orientação. Mas, antes de qualquer outra coisa, é necessário que participe no Culto no primeiro dia de cada mês.

Ao comparecer nesse dia ou até em mais, pode vir a qualquer hora."

Um chefe de Igreja

SUPERAR AS DIFICULDADES PARA PARTICIPAR NOS CULTOS

Um dos cultos realizados no Hozan-So ocorreu num dia muito chuvoso e, por isso, compareceram apenas cinco pessoas, quando normalmente participavam dez.

Meishu-Sama disse: "Com tanta chuva assim, vêm poucas pessoas, mas é nestes dias que Deus nos fala sobre assuntos importantes."

Ao ouvir essas palavras, senti que devia superar quaisquer dificuldades para comparecer aos Cultos.

Um ministro



AGRICULTURA NATURAL

AGRIÃO-DE-RIO E AGRIÃO-DE-TERRA

N*asturtium officinale* é um vegetal cujo nome comum é agrião. É uma planta nativa da Europa e Ásia Central, onde cresce abundantemente nas margens dos rios e córregos.

Desde o tempo da Grécia Antiga que o agrião é plantado na zona do Mediterrâneo. Nesta altura os soldados acreditavam que esta planta era essencial para os manter saudáveis em situação de combate. No Reino Unido, no século XIX, era consumido ao pequeno-almoço entre duas fatias de pão. Quando o rendimento económico familiar não o permitia, o agrião era comido sozinho, ficando por isto conhecido como o “pão dos pobres”.

O agrião é bastante perecível, o que quer dizer que as suas folhas ficam amarelas rapidamente. Para fazer com que se conservem por mais tempo, após a colheita, arrefeça-as com água ou em vácuo.

Com um travo ligeiramente apimentado, o agrião é uma hortícola muito usada em sumos, saladas, sopas e refogados.

AGRIÃO-DE-RIO

O agrião-de-rio caracteriza-se por ser uma planta aquática e vivaz. As suas folhas são compostas por vários folíolos com uma superfície lisa. Tal como o próprio nome já indica, tanto as folhas como os caules desta cultura estão parcialmente submersos em água durante o seu crescimento e desenvolvimento. No que diz respeito às suas flores, de corola com tonalidade branca, encontram-se agrupadas em espigas.

Condições de cultivo a garantir

O agrião-de-rio é uma cultura típica de climas



temperados e é sensível a baixas temperaturas e pouco tolerante a temperaturas demasiado altas, pois provocam um atraso na sua taxa de crescimento. O ideal é uma temperatura equilibrada para maximizar os resultados deste cultivo.

Dado que se trata de agrião-de-rio, este deve ser produzido em vasos ou canteiros, necessitando obrigatoriamente de “uma camada” de água de pelo menos 5 cm acima do solo. A situação ideal é que seja cultivado em zonas húmidas e frescas como áreas inundadas, terrenos encharcados, tanques ou vasos com uma camada de água de pelo menos 5 cm.

O tipo de água a utilizar para cultivar agrião-de-rio deve também ser bem “pensada”, dado que não deve ser rica em nutrientes como ferro e calcário, nem devem ser usadas águas residuais para este efeito.

Como cultivar agrião-de-rio

Pode cultivar agrião quer por sementeira direta no local definitivo quer por sementeira em →



viveiro e posterior transplante com raiz protegida para o local escolhido. Pode cultivar agrião praticamente durante todo o ano.

No caso de escolher a sementeira direta como método de cultivo, deve ter em conta que a cama onde vai efetuar esta operação deve ter um nível de humidade elevado/estar humedecida antes de ser feita a instalação da cultura.

À medida que as plantas vão crescendo e se desenvolvendo, pode ser necessário aumentar o fluxo de água, pois as necessidades também serão maiores.

Na maior parte dos casos onde se pretende cultivar agrião, a sementeira em tabuleiros alveolados e sucessivo transplante com raiz protegida para local definitivo é um dos procedimentos mais usados. Pode também semear em vasos com terra e colocá-los dentro de floreiras com água. O importante é que no cultivo de agrião-de-rio tenha sempre uma camada de água.

A cultura desta "amiga" é bienal, isto é, ao longo de cerca de 2 anos a cultura de agrião-de-rio pode ser produtiva, fazendo vários cortes/colheitas. A colheita pode ser feita a partir dos 70 dias, quando as folhas apresentarem cor verde e brilhante.

Nunca é demais ressaltar que a qualidade da água no caso do cultivo de agrião-de-rio é fundamental pois pode comprometer os agriões colhidos.

AGRIÃO-DE-TERRA

Pertencente à espécie *Barbarea verna*, o agrião-de-terra teve origem no continente europeu e rapidamente ganhou popularidade, sendo utilizado nos mais diversos pratos culinários.

É uma planta bienal que se caracteriza por ser bastante resistente à geada.

Para cultivar agrião-de-terra, os substratos in-



dicados para aromáticas e hortícolas ou, em alternativa, solos férteis com uma boa textura e um pH entre 5,8 e 6,5 (ligeiramente ácido).

Quanto ao método de cultivo, pode ser feito por sementeira direta e, depois de germinados, fazer um desbaste para conferir mais espaço para o seu crescimento e desenvolvimento.

Assim como no agrião-de-rio, a humidade é fundamental para garantir bons resultados produtivos e agriões de qualidade. No entanto, é necessário, neste caso, de um equilíbrio hídrico, evitando a todo o custo encharcamentos.

A partir dos 60 dias após a instalação da cultura, pode começar a efetuar a colheita. Para tal, corte a parte aérea da planta e remova folhas exteriores sem qualidade para serem consumidas. Depois de colhidas, arrefeça as folhas com água e gelo.

E pronto, ótimos cultivos!

FONTES :

https://pt.wikipedia.org/wiki/Nasturtium_officinale
<https://saboreiaavida.nestle.pt/bem-estar/agriao>
<https://cientistaagricola.pt/como-cultivar-agriao/>