

# ESSÊNCIA DE PRETO- VELHO

pelo espírito PAI JOÃO  
JOSE B. CAVALCANTE DE O. MAIA



# ESSÊNCIA DE PRETO- VELHO

pelo espírito PAI JOÃO  
JOSE B. CAVALCANTE DE O. MAIA





# ESSÊNCIA DE PRETO- VELHO

Psicografia de

José B. Cavalcante de O. Maia

Ditado pelo espírito

Pai João

# SUMÁRIO

**PREFÁCIO – palavras do autor**

**01 Casamento ideal**

**02 Filhos de Deus**

**03 Cuide da saúde**

**04 Seduções do caminho**

**05 Diferentes opiniões**

**06 Fé, a nova realidade**

**07 A natureza é sagrada**

**08 Poluição mental**

**09 “Orai e vigiai”**

**10 Faça a diferença**

**11 Veneno da alma**

**12 A esperança**

**13 Sexualidade**

**14 Liberdade de expressão**

**15 Vida fácil**

**16 Voz da alma**

**17 Uma vitória por dia**

**18 Alcance a felicidade**

**19 Não guarde ressentimentos**

**20 Adoção espiritual**

**POSFÁCIO – palavras de Pai João**

## PREFÁCIO – palavras do autor

Nesta nova obra, o espírito Pai João, traz à tona reflexões profundas, simples e intensas. Pode-se traduzir como sendo um belo roteiro de vida a ser seguido, pois prescreve os mais doces remédios da alma.

Sábio em distribuir carisma e humildade peculiares, torna impossível não se envolver nas palavras deste ser que se apresenta em roupagem tradicional, revelando acima de tudo um caráter iluminado. A cura dos males que afligem os seres consiste na mudança de pensamentos e atos sombrios.

Inicie agora esta transformação interior, o caminho já está traçado, basta seguir com passos firmes em direção à felicidade.

Que assim seja.

José B. Cavalcante de O. Maia

## 01 – CASAMENTO IDEAL

---

MUITAS VEZES, meus filhos, o casamento é visto apenas sob o prisma do simbolismo moderno, quando de fato, deveria ser a união integral entre dois seres. A sociedade tem projetado estímulos extremamente superficiais aos que querem contrair matrimônio. Deve-se estar alerta.

Hoje em dia, o luxo, os flashes, holofotes e as fotos estampadas nas colunas sociais parecem ser o que mais importa na ocasião nupcial. Pergunto aos meus filhos:

– Onde foi parar o amor, a mais bela face dos sentimentos humanos e divinos? Esqueceram a adição deste tempero fundamental em meio a tanta banalidade?

Refleta por um tempo antes de responder.

– Você é feliz como quando sonhava em encontrar a metade da alma?

Não se prenda às análises das imperfeições da outra pessoa.

Juntos devem crescer e lapidar as pequenas arestas que insistem em tirar o brilho das personalidades encarnadas.

Casamento, meus filhos, é a celebração das almas que unidas planejaram crescer e evoluir em direção ao Alto e aprender em todos os sentidos, sem dor, mágoas ou ressentimentos.

É muito comum, na Terra, deixar-se seduzir pelas pedras que surgem no caminho. Mas pai-velho diz como se deve agir nessas situações: cultivem em seu jardim espiritual as mais lindas flores,

conhecidas por honestidade, carinho, respeito. Somadas, essas flores constituem a mais doce essência: o amor.

## 02 – FILHOS DE DEUS

---

MESMO QUE meus queridos filhos argumentem que não têm, ou que não pretendem ter filhos, gostaria de lembrá-los que todos nós somos filhos. Primeiro, de um Ser Supremo, depois, de um pai e mãe biológicos que nos forneceram o material necessário para a constituição corpórea.

Por isso, o sentimento de gratidão deve vigorar constantemente no dia a dia de cada um.

As crianças são os pequenos presentes que o Mundo Maior encaminha para o aprendizado de todos. Esses espíritos que reencarnam sob a tutela dos pais e mães, são catalisadores das mais preciosas lições de vida. Àqueles que ainda não sabiam amar, com eles aprendem a sentir o amor incondicional, àqueles mais explosivos, a calma e a paciência são virtudes a serem aprendidas e exercidas no cotidiano, aos orgulhosos, a necessidade de saber perdoar e também em pedir perdão é uma dádiva concedida.

Filhos, as crianças não são brinquedos descartáveis. Todo pensamento, palavra proferida ou ato realizado com raiva, ódio ou qualquer sentimento de maldade, ficará gravado no inconsciente dos pequeninos, inclusive daqueles que ainda se encontram em processo gestacional.

Por isso não sobrecarreguem seus filhos com as frustrações da sua própria vida. Amem-se em primeiro lugar, e se certo dia seus filhos lhes causarem qualquer espécie de desapontamento, observem se isso não é reflexo das suas mentes. Os filhos são um

límpido espelho de todos os sentimentos e pensamentos que afligem os pais.

Converse, escute. Desligue o rádio, a televisão.

Viva a vida com seus filhos. Eles crescem rápido demais. E depois, poderá não haver outra oportunidade de aprender com eles.

## 03 – CUIDE DA SAÚDE

---

A LEI DA AÇÃO e reação também ocorre quando a personalidade encarnada vibra desarmonicamente através de atos e pensamentos, ao fugir da proposta existente antes da encarnação do espírito.

Os seres renascem para atingirem o grau máximo da felicidade. Mas quem determina a abrangência deste sentimento é a consciência física. Portanto, é importante encontrar a congruência entre a mente e o espírito. Isso sim, significa a atitude salutar que visa a prevenção para doenças e demais infortúnios que tanto afligem as almas humanas.

A origem primária da doença é sempre de cunho espiritual, é uma forma desesperada que o espírito utiliza para recolocar a personalidade encarnada no caminho previamente determinado, e isso, meus filhos, ocorre no mundo astral superior, onde ficam estabelecidas quais imperfeições devem ser superadas.

Se a pessoa sofre de timidez que a paralisa diante de uma plateia, se outros problemas surgem e a reação de meus filhos é raivosa, carregada de rancor, inveja ou qualquer sentimento negativo, são essas pequenas características, porém, de grande impacto evolutivo, que devem ser trabalhadas e melhoradas na encarnação atual.

Recomendo a leitura de si mesmo. Questione-se, faça uma auto e sincera avaliação em seu coração e perceba quais os sentimentos e pensamentos sombrios estão ocultados a sete chaves.

Destranque o baú que contém esses catalisadores doentios e harmonize-se. Esforce-se para substituí-los por bem-aventurados sentimentos.

Certamente o espírito de cada um dos meus filhos agradecerá. O resultado poderá ser percebido no corpo físico. Longevidade.

## 04 – SEDUÇÕES DO CAMINHO

---

O PENSAMENTO é coisa séria demais. Aquele que se descuida e deixa a mente vagar por corpos alheios tende a emaranhar-se cada vez mais nas armadilhas sedutoras da sexualidade.

Meus filhos, Deus permite a utilização do sexo para fins divinos. Perpetuar a espécie é dar oportunidades para que espíritos tenham a chance de reparar velhos equívocos através de uma nova encarnação.

O prazer proporcionado pelo ato sexual é um excelente meio de regar a felicidade conjugal. Que satisfação será quando todos os seres compreenderem essa realidade. Sem culpas, exageros ou abusos.

Pai-velho não vem ditar regras, mas sim tentar orientar por um caminho de paz, em que as lutas a serem travadas são pelo bem da humanidade.

Jesus já alertava para a traição em pensamentos, meus filhos, ou seja, quando a mente permanece fixa em algum desejo, concretiza-se primeiramente no plano extrafísico. Basta apenas saber se a preferência de meus filhos está em manter íntimas ligações com o Mundo Maior ou com as zonas umbralinas?

As paixões ardentes que chegam a enlouquecer continuam após o desencarne. Os umbrais, meus filhos, possuem uma fonte generosa de formas-pensamento, o livre arbítrio está em cada um de vocês, Deus não se intromete nas suas decisões. Por isso mesmo, não questionem a Justiça Maior quando a cobrança vier. De fato, o que mais perturba as almas após o desencarne é a própria

consciência e isso ocorre no momento em que percebem o erro das escolhas quando em vida. E pior, quando entendem que viveram de acordo com a própria liberdade, mesmo sabendo que o caminho mais sedutor poderia ser a falência do espírito.

O prazer imediato não pode jamais ser comparado ao gozo eterno. Lembrem bem disso meus queridos filhos.

## 05 – DIFERENTES OPINIÕES

---

DEUS PERMITE que todos expressem aquilo que sentem. Cada um crê no pilar filosófico, político ou religioso ao qual se apoia. Respeitar essas diferenças de pensamento é fundamental para o bem estar da humanidade. Não existe convicção errônea. Cada ser pensa, age e se expressa de acordo com a própria evolução e compreensão espiritual.

Meus filhos, isto transforma a verdade em algo muito relativo. Pois no fundo todos possuem razão, a variação está apenas no grau de entendimento em relação à verdade absoluta, muito bem expressa, vivenciada e exemplificada pelo mestre nazareno ao dizer “amar o próximo como a si mesmo, fazer aos outros aquilo que quereríamos que nos fizessem”.

Todos rumam para este belo e magnífico conceito eterno e imutável, entretanto, cada filho caminha de acordo com a própria capacidade.

Discussões acaloradas? O que adianta? Se cada pessoa defender cegamente aquilo que julga ser o mais coerente e correto, na maioria das vezes, é aconselhável silenciar diante de alguém irascível, e rezar para que Deus o ilumine. Assim poderá seguir seu caminho acreditando no Mundo Maior e em suas providências.

Ao agir coerentemente quanta violência estúpida e cruel poderia ser evitada?

Garanto aos meus filhos que as guerras e todas as formas de brutalidades no nosso planeta são decorrentes de opiniões divergentes. Defendidas com as potentes garras do orgulho.

Compreenda que nem todas as pessoas estão aptas, abertas e interessadas em receber as verdades iluminadas que há mais de dois mil anos nos foram reveladas pelo Cristo redentor.

Tudo tem a sua hora. O importante é aprender o momento de falar, escutar e também silenciar os ímpetos.

## 06 – FÉ, A NOVA REALIDADE

---

O ESPIRITISMO vem trazer ao conhecimento de todas as pessoas a realidade da vida extracorpórea. Muitos ainda descreem dos fatos que ocorrem no invisível. Há muitos “Tomés” encarnados na Terra, que precisam ver para poder crer. Mas desta forma, Deus não os faria exercitarem a fé. Acreditar naquilo que escapa aos sentidos físicos é algo supremo. A reflexão faz-se obrigatória e necessária.

Dizem por aí que a única certeza desta vida é a morte. Meus filhos, reformulem com urgência esse conceito equivocado, pois existe apenas uma passagem transitória para o outro plano.

A dimensão espiritual é indescritível em sua totalidade, há tantas novidades esperando para serem descobertas, e depois, reinventadas por estudiosos e cientistas encarnados. Meus filhos ficariam arrepiados ao descobrir tudo o que está planejado para servir de benefício à evolução do planeta. Em alguns pontos do plano astral superior, pode-se afirmar que a evolução tecnológica está em torno de quinhentos anos a frente do que existe na Terra atualmente, tamanho os avanços morais e científicos.

Mas esses inventos somente estarão disponíveis à medida em que espíritos encarnados, destemidos e altruístas resolverem aperfeiçoar as pesquisas, pois o conhecimento torna o homem capaz de realizar todas as façanhas imagináveis. Nada é impossível. Inclusive, quando houver o despertar holístico na saúde humanista, a medicina tradicional nunca mais será a mesma.

O ser humano será visto e tratado em sua integralidade: corpo e espírito. Utopia? Não, apenas uma fração do futuro que se aproxima a passos largos. Para a concretização desta ventura, meus filhos precisam estudar mais profundamente as nuances da vida espiritual.

Saia da zona de conforto e acredite no potencial latente que existe dentro de cada um. Mexa-se. O mundo está pronto para ser conquistado por você.

## 07 – A NATUREZA É SAGRADA

---

VEJO MEUS FILHOS tratando com muito desprezo a Terra mãe. Já não bastasse o descaso entre os seres humanos, a natureza também sofre com tantas agressões. Não fique a pensar que pai-velho se refere apenas aos grandes desmatamentos, às queimadas quilométricas ou às empresas que poluem as nossas águas. Faço questão de ressaltar a responsabilidade individual. Todos devem zelar pelo patrimônio maior da humanidade, o planeta.

Como? Alguns de meus filhos podem estar se perguntando. A resposta é muito simples e o resultado será gratificante. Comece sendo um cidadão exemplar, recicle, separe o seu lixo doméstico e providencie o destino adequado. Sabe aquele folheto promocional que você recebe ao caminhar pelas ruas? Basta não atirá-lo ao chão. Não há lixeiras próximas? Guarde em seu bolso para posteriormente descartá-lo em recipiente conveniente. É simples assim.

A educação é um vasto campo de experimentação, são inúmeros os aspectos e oportunidades para demonstrar. Não perca a chance de revelar o seu amor pela mãe natureza. A nossa Terra é o berço sagrado que merece todo o devido respeito.

Meus filhos podem até mesmo argumentar que muito ainda há que ser feito. Concordo absolutamente com esta afirmação, mas reintero, nós já evoluímos bastante, as tecnologias limpas e não poluentes já estão sendo utilizadas no nosso orbe, e em breve, atingirão todo o globo. Mas até que chegue este bendito momento, faça a sua parte, por menor que possa parecer. As pequenas

atitudes podem representar o futuro do planeta. Lembre-se sempre:  
a natureza é sagrada.

## 08 – POLUIÇÃO MENTAL

---

MEUS FILHOS, agora vou falar sobre outro tipo de poluição muito agressiva. Esta é originada pelos próprios pensamentos. Muito já se falou sobre os problemas físicos e emocionais que os sentimentos e pensamentos negativos geram nos seres. Não cansarei de repetir que a eliminação dos teores mentais de baixa vibração é fator fundamental para o equilíbrio orgânico e psíquico de todos.

Cada sentimento inferior possui uma onda específica de vibração, de abrangência e forma de atuação. São como raios capazes de atingir determinados corpos sutis que compõem a totalidade do espírito.

Ao receber os influxos nervosos dos pensamentos sombrios, esses corpos invisíveis aos sentidos, sofrem, literalmente, pequenas agressões acumulativas. Quando atingem determinado grau de saturação limítrofe, não há mais como sustentar tamanha descarga deletéria. Desta forma, ocorre uma transferência tóxica, que parte dos corpos espirituais em direção ao organismo físico.

O resultado desta sobrecarga de negativismo é a interferência no correto funcionamento dos órgãos físicos. O cultivo de pensamentos doentios, como é de se esperar, provocam o adoecimento gradativo do ser humano.

Por esta razão, há milênios fala-se que a mente humana é a mais poderosa arma, podendo ser utilizada em benefício de muitos, destruição de outros e também, provocam o próprio adoecimento.

Use os seus pensamentos com sabedoria, procure iluminar a sua vida com leituras edificantes, assista a palestras que contribuam para o seu crescimento intelectual e moral.

Evite os jornais que vendem apenas a desgraça alheia, o mundo já está cheio de aproveitadores de catástrofes, não alimente mais a indústria da calamidade pública. Sintonize a sua mente nas altas ondas vibratórias. Lembre-se que o seu corpo é um santuário que deve ser tratado com todo o respeito. Positividade cura. Pratique isto.

## 09 – “ORAI E VIGIAI”

---

A VIOLÊNCIA anda tão explícita nos dias atuais que remete o pai-velho às lembranças de quando vivenciava as dolorosas chibatadas nos tempos de cativo. Atualmente, os costumes mais bárbaros apresentam-se de forma mais amena, mas não menos cruéis. Não há mais a necessidade de prever algum duelo ao sair de casa.

Há sim, a necessidade urgente de cautela, falta oração entre meus filhos. Aquele que reza acalma a mente e com os pensamentos pacificados e em harmonia, fica mais fácil sintonizar e atrair situações amenas e alegres.

Não basta somente a oração, que na maioria das vezes, é apenas decorada e não sentida, há que vigiar as atitudes. De que adianta rezar um terço e sair despejando críticas maldosas, esbravejando aos ventos? Antigamente usavam vestimentas de ferro, e de lança em punho dirigiam-se ao combate. O homem moderno veste a armadura de duas ou quatro rodas e desenfreadamente atravessa raivosamente o temeroso campo de batalha.

Esse mesmo homem dos tempos atuais, que se julga tão soberano de si, em momentos de extrema ira, desqualifica a própria vida em nome de uma suposta honra. Herança arcaica e vulgar dos tempos medievais, onde as intrigas eram resolvidas na força e na selvageria.

Homens modernos precisam aprender a usar o melhor escudo de todos, deixem o Deus interior aflorar. Prece honesta é muito

importante sim, deve-se ao máximo procurar estabelecer sintonias de alta elevação mental. Amor atrai amor, paz atrai paz. Da mesma forma que a violência gera mais violência. Os semelhantes sempre serão atraídos um pelo outro. Pensem nisso.

Antes de sair de casa, reze. Quando estiver em algum automóvel, caminhando ou em outra situação corriqueira, não custa nada fazer mais uma oração. Se o trânsito estiver complicado, não crie mais ondas mentais danosas. Reze. Assim já preconizava Jesus ao recomendar “orai e vigiai”.

## 10 – FAÇA A DIFERENÇA

---

MEU FILHO gosta apenas de ficar observando as calamidades em silêncio? Adora ver o circo queimar em chamas? É indiferente às desgraça alheias? Julga as minorias, mas não se envolve e prefere lavar as mãos?

Assuma postura que faça a diferença para a humanidade. Reaja à inércia mental. Se não acrescentar nada ao planeta, jamais fará falta para ninguém.

Isso mesmo meu filho, quem reencarna somente a passeio não entrará nas estatísticas daqueles que realizaram algo de bom no universo. Todos trazem alguma missão a ser realizada, não se menospreze achando que sua vida é repleta de inutilidades.

Busque o que você sabe fazer de melhor e faça. Utilize com sabedoria os seus conhecimentos e habilidades, por menores que possam parecer, certamente terão grande significado em sua vida, ainda mais, se souber como manusear o seu dom em benefício dos outros.

Você é parte de um todo, quando trabalhar em prol de algum ideal nobre, e que favoreça o bem estar dos demais, mesmo que anonimamente, você será lembrado. Estará nas preces de agradecimento daqueles a quem você dedicou um pouco do seu tempo, seu sorriso, abraços, uma palavra de conforto, habilidades criativas, construtivas ou mediúnicas.

Assuma-se como um cidadão global, saia do restrito mundo que o cerca, ultrapasse a cômoda zona do egoísmo. Ajude a melhorar a estada terrena dos seus irmãos de jornada, pois todos possuem

algo de bom para oferecer. Se cada um fizer o mínimo de caridade, doando-se ao próximo, o planeta evoluirá mais rapidamente. E no fim, você receberá a melhor gratificação de todas – a tranquilidade e a paz da própria consciência – porque você saberá que contribuiu para o todo.

Que assim seja.

## 11 – VENENO DA ALMA

---

MEUS FILHOS, a amargura que deixa o coração duvidoso sobre os próprios sentimentos é, em muitos casos, fruto de uma autocobrança excessiva e demasiadamente tóxica. Quando ocorre esse tipo de conduta, um veneno letal é liberado na alma, a maceração do espírito é derivada de uma determinada cultura punitiva que já deveria ter sido extinta entre os homens.

Encontrar a perfeição é um ideal louvável; mas filhos, não fiquem frustrados por não conseguirem atingir o excelso nível celestial dos seres luminosos imediatamente. Ou meus filhos acreditam que foi em uma única existência que o mestre Jesus transformou-se em referência de conduta? O nazareno peregrinou por todos os estágios evolutivos, assim como faz todo filho de Deus. O Pai eterno não faz distinções, a velocidade desta caminhada depende apenas do esforço de cada um.

O crescimento é primeiramente pessoal e individual. Seres que venceram esta etapa, por opção particular, retornaram para ajudar aqueles que ainda se encontravam no meio da jornada. Assim ocorreu com madre Teresa de Calcutá, Chico Xavier, Dalai Lama, Krishna, Francisco de Assis e outros tantos espíritos de elevado teor que reencarnaram por vontade imensa em continuar ajudando.

Trabalhe diariamente a sua alma, pare um instante e sinta-se. Identifique em si mesmo o que precisa de reparos urgentes. Sim, reformule-se e troque a raiva, o rancor e a explosão violenta por calma, paciência e aceitação.

Resignar-se significa que é necessário aceitar as imperfeições que ainda temos. Meus filhos, aceitar não significa acomodar-se com a situação. Reconhecer as fraquezas é de suma importância para os passos seguintes: conscientizar-se e transformar-se para melhorar seu interior.

## 12 – A ESPERANÇA

---

SINTO GRANDE felicidade em escrever sobre este belo, nobre e potente catalisador de mudanças, a esperança, irmã da fé, da coragem e do amor. Quem acredita em um mundo melhor deve alimentar o espírito com divinos gestos caridosos, e a forma mais eficiente de propagar a crença verdadeira, de que vivemos em um planeta abençoado, é acreditar no bem.

Se acabou de ver uma tragédia no telejornal, pode confiar que mil outras boas ações silenciosas aconteceram simultaneamente. O mundo é constituído em sua maioria por pessoas que não mais se comprazem com os infortúnios.

Acredite. Você é morador de um lugar mais evoluído, comparando há um século. A humanidade se dirige para a inexorável transição, onde o bem e as boas ações estarão estampadas nas capas de revistas e nas primeiras páginas dos jornais.

A cultura sensacionalista sofrerá mudanças drásticas. O amor será valorizado. O sexo descompromissado e vulgar, todas as formas de violência, o esbanjamento de bens materiais e os valores deturpados não serão mais a fonte de enriquecimento da grande mídia e não mais preencherão os espaços das mentes vazias.

Faça parte desta mudança ao valorizar aquilo que agrada ao seu espírito, e se as ideias estão fixadas na fictícia e ilusória vida das telenovelas, mude de estação, leia um livro para uma criança, inicie a sua educação criando um universo com vasto horizonte, desta forma, todos poderão voar. Não aceite o comodismo da televisão.

Deus deu asas para todos. Voe, confie em si mesmo. Você possui capacidade para revolucionar. Seja um ator da esperança e repasse o que há de bom ao seu redor. Elimine a audiência da criminalidade. Ligue-se no bem que está ao seu lado apenas esperando para ser notado por você.

## 13 – SEXUALIDADE

---

HOJE EM DIA muitos de meus filhos discutem a respeito da opção sexual. Vejo preconceito vibrar nos corações mais exaltados. E de discriminação, eu entendo muito bem, pois sofri na pele os abusos daqueles que não compartilhavam das mesmas crenças.

Alguns pais se desesperam ao descobrir que o filho escolheu a homoafetividade. Ah, se pudessem recordar os tempos antigos, onde em outras vidas também fizeram suas escolhas, não mais julgariam ou reprimiriam. Houve um tempo na história da humanidade que a sexualidade era demonstrada sem tantos preconceitos, ao menos em determinadas regiões do globo. De passagem posso citar dois berços culturais, a Grécia, terra da filosofia e da democracia e o Império Romano, porém, este último ruiu devido, entre outros fatores, ao abuso da sexualidade descompromissada e em certas ocasiões, desvairada, desprovida de respeito, amor e afetividade.

Muitos confundiram a liberdade de escolha com libertinagem. O ato sexual banalizou-se a tal ponto que não mais satisfazia as pessoas. Esse vazio, logo se transformou em frustração. A associação com o despreparo espiritual e a falta de princípios apenas propiciaram o ambiente para a decadência do reinado romano.

Por isso, meus filhos, desejo que nas escolhas de ordem profissional, sexual, intelectual, política ou de ideais filosóficos, contenham a essência do bom senso. Pilares erguidos sobre o autoconhecimento e respeito a si mesmos fortificam o espírito e

afastam o risco de cair no abismo existencial. Saibam quem vocês são.

Primeiro encontrem-se em si mesmos. Esta é uma excelente fórmula para evitar que o divino império que existe dentro de cada um sofra com as intempéries.

Solidifique-se em bases firmes e consistentes. Nunca esqueça que o espírito encarnado não sobrevive sem as manifestações do corpo, e este, não é nada sem o espírito. Espiritualize-se e descubra o que é melhor para a sua vida.

## 14 – LIBERDADE DE EXPRESSÃO

---

FILHO, NÃO DEIXE que as correntes dos cativeiros modernos aprisionem seus sonhos. Mostre sua capacidade criadora e expresse ideias e conceitos, você pode transformar a face do planeta. Não guarde apenas para si mesmo os maravilhosos propósitos de criação, inovação, amor e liberdade.

O Cristo em nenhum momento deixou de pregar a vida eterna. Suas lições cintilam no horizonte até os dias atuais e certamente durarão pela eternidade. Ele foi o maior revolucionário da história, e para isso, nunca precisou pegar em armas, jamais agrediu ou feriu alguém. Duros golpes ou palavras rudes não faziam parte do caráter dele. Ao contrário, a paz era o seu lema e o exemplo provou que o reino dos céus pertence aos mansos e pacíficos.

Lutar pelos direitos é demonstrar pacificamente o que você sente e a que aspira; é justo e honesto agir assim. Uma multidão pacífica é exemplo que deve ser honrado. Antes de vestir-se para uma guerra em nome da revolução, lembre-se que Gandhi conseguiu a independência da Índia sem tocar em armas. Seja acima de tudo um pacifista.

Os jovens devem protestar e da mesma forma, as pessoas mais experientes devem dar orientações, pois todos possuem responsabilidades, sejam, dentro do lar, no meio laboral, com a espiritualidade superior ou em sociedade.

Já pensou que maravilha seria se você estivesse à frente da revolução espiritual da moralização de todos? Ou meu filho acredita que somente a classe política precisa ser moralizada? Engana-se

ao pensar assim. Exemplo ético e digno começa por você mesmo. Faça parte desta revolução, moralize-se cada vez mais, munidos desses princípios fundamentais a sua escalada será muito mais fácil. O topo da montanha está logo ali.

## 15 – VIDA FÁCIL

---

O MUNDO é cheio de armadilhas. A cada esquina que se passa surge algo para distrair a atenção de meus filhos. Aqui ainda é o planeta das provas. Não se iludam com caminhos fáceis da vida.

Pensando em enriquecer sem esforço? Sua riqueza não durará tempo suficiente para aproveitar. Diz o ditado popular que “aquilo que vem fácil vai embora fácil”, e assim é.

Passar horas maquinando formas antiéticas e ilícitas para subir de cargo? Seus comandados jamais o respeitarão, é muito fácil identificar um chefe que não conhece o que significa liderança, chama-se ditador. E meus filhos, não queiram ser um, ninguém jamais os valorizará.

Está querendo amarrar o amor da sua vida? Filhos, o amor não se prende. No início a ilusão de uma vida feliz e amor sincero até poderá acontecer, mas já aviso aos interessados nas amarrações amorosas que se compram por aí, estas possuem prazo de validade de no máximo sete anos. Depois desse tempo, boa parte dessas amarrações se transformam nas desgraças conjugais que tanto abalam a sociedade.

Está procurando por uma vida fácil? Sem as atribuições cotidianas? Todos nós estamos. Mas nem por isso temos o direito de pular as etapas básicas da nossa jornada evolutiva.

Se meus filhos nasceram em meio à pobreza, onde há necessidade de renda e conforto, é para que possam aprender a superar as dificuldades sociais e vencer por conta própria. Se estão exercendo cargos inferiores, pode haver vários motivos, talvez ainda

não tenham desenvolvido a capacidade de comandar com justiça e honestidade, ou precisam estimular a humildade e a persistência em vencer cada pedra do caminho. Se vivem em solidão aprendem a amar primeiramente a si mesmos. Só assim poderão reconhecer o verdadeiro significado do amor. A vida se torna fácil na proporção em que evoluímos espiritualmente, mas para isso, é preciso uma parcela de esforço, determinação e fé.

## 16 – VOZ DA ALMA

---

A CONSCIÊNCIA clama pelo caminho correto. Acredito que ao menos algumas vezes meu filho já ouviu aquela voz que ecoa no fundo da mente. Isso é apenas uma forma de manifestação do espírito que aspira seguir no caminho honesto, que nem sempre consegue se fazer ouvir, não é mesmo?

Muitos procuram por cartomantes, videntes ou pseudo-médiuns para descobrir algo sobre o futuro. Pergunto a todos que anseiam por conhecer o amanhã: Não é melhor viver o dia de hoje com toda a intensidade? Por que perder tempo e dinheiro com previsões sensacionalistas? Filho, a vida acontece no aqui e no agora. Enquanto meu filho tenta desvendar o futuro, o presente vai se tornando passado. E no desejo ardente de viver no amanhã, restará a frustração, grande causadora de ansiedade corrosiva.

Se persistir nessas atitudes não aproveitará a existência, deve-se planejar o futuro sim, mas não antecipe os dias. Aproveite cada ensinamento diário. As lições boas podem ser aprendidas a todo instante. Tenho certeza que neste exato momento meu filho possui algo novo para explorar.

É necessário abrir-se para o universo, comece por ouvir a voz da consciência, seu eu superior já conhece o caminho, não o anule com as inferioridades da personalidade encarnada.

Respeite os limites físicos e psíquicos. O espírito é imortal, mas o corpo sofre as consequências dos excessos. Preocupe-se apenas em viver com leveza na alma e saúde no corpo físico. Adquirir conhecimentos novos, nunca se sabe tudo de tudo, se duvida do

que pai-velho está falando, releia um livro e perceberá nuances que antes passaram despercebidas.

Sempre é tempo de viver, não perca chances de crescimento querendo saber o que acontecerá no futuro distante. Apenas viva com honradez e dignidade todos os dias.

## 17 – UMA VITÓRIA POR DIA

---

VALE A PENA antecipar o fim da vida? Não me refiro exclusivamente ao ato praticado na eutanásia. Pai-velho pergunta: Filho está querendo se matar? Não? Então qual a razão em manter os pequenos vícios que causam grandes estragos no corpo e na alma?

Até que ponto os ilusórios prazeres do fumo e do álcool podem satisfazê-lo? Se meu filho disser que estas são as únicas satisfações que existem em sua vida, deve, urgentemente, reavaliar os modos de agir e pensar.

Vejo milhares de pessoas amarguradas em leitos hospitalares querendo apenas uma nova oportunidade para voltar no tempo e dizer não à primeira tragada ou ao gole corrosivo.

Filho, deixe de viver no mundo das ilusões. Castigar o corpo? Qual o benefício? O vício é um automatismo, que por vontade própria, perde-se o domínio de si mesmo. É difícil largar todos os apegos, sim eu sei. Mas seguindo uma orientação do Mestre que nos dizia: se tivéssemos fé do tamanho de um grão de mostarda, moveríamos montanhas. Podemos vencer sim.

Remova da sua mente as montanhas que se formam a cada tragada ou gole suicida. Fé, isso é o que basta. Força de vontade para extinguir a preguiça mental. Não aceite a dominação viciosa por culpa, remorso ou mero comodismo. Medo? Mude agora e sinta o prazer verdadeiro.

O vazio que o envolve jamais será preenchido com artimanhas covardes de fuga. Enfrente-se e vença a si mesmo. Você tem plena

capacidade de conseguir a sua liberdade.

Comece dando um norte em sua existência, saiba o que almejar. Leia e instrua-se para depois poder ensinar o que é ser livre. A vida é assim, uma vitória por dia.

## 18 – ALCANCE A FELICIDADE

---

VOCÊ NÃO é frágil não. Vejo em cada um de meus filhos um ser capaz de renovar o planeta. Aceite o desafio e transforme-se em um vencedor nato. Deixe fluir a sua essência divina.

Construa seu castelo interior em bases sólidas, se a tormenta chegar, você não sofrerá nenhum abalo. Muitos adoram se colocar em posição de vítimas das circunstâncias. Quer chamar atenção?

Faça alguma coisa de bom para a sua comunidade. Certamente os holofotes voltarão sobre você.

Punir-se, fazer-se de incapaz ou ficar namorando todo tipo de doença?

Cuidado, quem namora quer casar, e quando a mente aceita que está doente, haja esforço para obter a cura.

A vida é tão simples de ser vivida, pergunto o motivo de tanta complicação: É insatisfação? Com o quê? Eis um ponto crucial a saber. Provavelmente é consigo mesmo. Inicie transmutando a maneira de pensar. Acredite na saúde, valorize-a. Utilize o potencial positivo que está latente dentro de você, ele está clamando para entrar em ação. Todos são capazes de criar, reinventar e aprimorar tudo o que realmente desejam.

Meus filhos podem até achar repetitivas essas minhas palavras, mas afirmarei veementemente, a mudança começa consigo mesmo. Acredite na sua força interior, nada é impossível para quem tem fé e ação. Eis outro segredo para alcançar o sucesso.

Lute pela sua felicidade sem descuidar do bem estar físico e emocional.

## 19 – NÃO GUARDE RESENTIMENTOS

---

O MAL do novo século é causado pelo ódio, rancor, inveja e todas as amarguras que, insistentemente, meus filhos armazenam em seus corações. Não pensem que ao desencarnarem livrar-se-ão das amarras dolorosas provocadas pelo acúmulo de tanto sentimento inferior e nocivo.

No entanto, se o cultivo dessas daninhas vibrações forem definitivamente extirpadas das suas vidas, certamente, meus filhos, evitarão um sofrimento completamente desnecessário. Se alguém o ofendeu e ainda fica a remoer as angustiosas marcas causadas pelo orgulho ferido, apresse-se em livrar-se desse câncer emocional. Além de prevenir alguma doença ainda em vida, evitará o constrangimento da própria consciência ao encontrar-se no mundo extrafísico.

Todos os dias vejo muitas queixas sentimentais, não me refiro às questões exclusivamente amorosas, todas essas mazelas possuem uma única origem: o egocentrismo. Aceite que o mundo não gira em torno de você. O ego mascara demais a realidade. Sim, você é importante, mas lembre-se que você é apenas parte do todo.

Não se permita adoecer por causa do orgulho, se houver necessidade de reconciliar-se com alguém, faça isso agora mesmo. Não sabemos o dia de amanhã, pode ser que não haja mais tempo, todavia, outros sentimentos corrosivos podem atingi-lo violentamente, a culpa e o remorso.

Aproveite os conselhos do pai-velho e faça as pazes com quem quer que seja, por mais infantil que possa parecer, toda espécie de

ressentimento deve ser sanada o quanto antes. Desta forma, não haverá surpresas desagradáveis quando estiver no mundo espiritual.

Perdoe.

## 20 – ADOÇÃO ESPIRITUAL

---

MUITOS CASAIS não admitem sequer pensar em adotar um ser humano que foi abandonado. Orgulho ou falta de amor? Pode ser medo, medo de não aceitar o fato de criar um ser que possa vir a tirar o casal da vida de conforto. Pois uma criança não é um objeto qualquer, não pode ser devolvida quando não mais agrada.

A escolha é livre, todos podem fazer o que bem entenderem da vida, mas para cada ação existe uma contrapartida. Se meus filhos optarem pela adoção de coração, pai-velho adianta, a criança que receberão será perfeita. A perfeição é demonstrada do jeito que ela é. Se no futuro surgirem problemas físicos ou até mesmo mentais, lembrem-se, essa pequena criatura continuará sendo perfeita.

Para os pais fica a prova mais doce. A prova do amor. Não deixem que este compromisso se transforme em descaso, amem como se fossem vocês mesmos que estivessem recebendo o amor, e de fato, são. Pois os filhos refletem fielmente a mente dos pais, sejam biológicos ou não. Essa questão de consanguinidade realmente não importa. O que sustenta a união dos seres são os laços espirituais e não os de sangue.

Amem indiscriminadamente, pois dificuldades em todas as etapas da criação todos têm. O importante é saber conduzi-los pelo caminho correto. Sem punições, violências físicas, verbais e emocionais.

Se você encontrar em seu filho, seja biológico ou não, atitudes que o desagradam, procure em si mesmo essa semelhança, na

maioria das vezes a causa das desarmonias no lar são frutos da mente bagunçada dos progenitores.

Os pais são responsáveis pelo bem estar integral dos filhos, e acreditem, a vida sabe cobrar por cada atitude errônea, da mesma magnitude, também sabe agradecer por cada gesto de carinho e afetividade.

Adote o amor em sua vida e seja feliz para sempre.

## POSFÁCIO – Palavras de Pai João (mensagem final ao autor)

PARA QUE pudéssemos finalizar a contento esta obra, tivemos que respeitar uma programação pré-determinada pelo Alto. Assim como o meu filho, que atua como médium, possui as responsabilidades diárias, aqui na dimensão espiritual possuo também meus afazeres. O socorro de almas perdidas é uma tarefa que desempenhamos com muito amor, seja através da assistência extrafísica, atuando nas legítimas casas de Umbanda, ou em Centros Espíritas. Da mesma forma, também dedicamos tempo específico aos nossos encontros rotineiros para a conclusão das palavras aqui ditadas.

Recorde sempre que a caneta tem o poder de mudar o mundo, use-a com parcimônia, amor e muita responsabilidade. Passe os dias envolvido em luz e vibrações elevadas. Você já conhece as dificuldades dos dias atuais. Persevere com fé, esperança e determinação para cumprir os seus objetivos.

Acredite que muitos poderão ser resgatados com apenas uma palavra.

Ressalto que durante as nossas sessões de psicografia muitos espíritos nos acompanharam, ávidos por receber as doces palavras às quais nos dedicamos a transmitir. Nossa tarefa é muito mais complexa do que possa parecer.

Aos poucos você irá compreender mais a respeito da plenitude das nossas ações, por hora, alegria por mais este estágio concluído.

Continuaremos unidos pelo sentimento de ajudar e servir. Até o próximo encontro. Luz.

Pai João

## SOBRE O AUTOR



**José B. Cavalcante de O. Maia** é turismólogo (Univali) e bacharel em Optometria (UNC).

Autor de diversas obras mediúnicas, é apaixonado pela Doutrina Espírita desde a adolescência e, atualmente, dedica-se ao estudo da Psicoterapia Reencarnacionista e Regressão Terapêutica (ABPR) em Passo Fundo, RS. Médiun atuante à prática e ao estudo do Espiritismo no Grupo Espírita Ramatis, em Lages SC, onde tem sua tarefa voluntária voltada para o exercício da Apometria.

## OUTRAS OBRAS DO AUTOR

*UM NOVO AMANHÃ*

*O DESPERTAR*

*A REDENÇÃO*

*CORAÇÃO DE PRETO-VELHO*

*MINHA VIDA ALÉM DA MINHA VIDA*

*ESSENCIALMENTE AMOR*

*TODOS OS SINAIS (trilogia completa)*

*DIAS DE AMOR E GLÓRIA*

*INSPIRA-TE (coletânea de mensagens)*

*CARTAS DO ALÉM*

**PARA CONHECER MAIS ACESSE:**

**[www.espiritodeluz.wordpress.com](http://www.espiritodeluz.wordpress.com)**

**Ou e-mail para: [jmaia77@hotmail.com](mailto:jmaia77@hotmail.com)**

# CRÉDITOS

Título: **ESSÊNCIA DE PRETO-VELHO**

Edição Independente - Ano: 2013

Capa: José B. Cavalcante de O. Maia

Foto do Autor: Gugu Garcia

Revisão ortográfica: Pedro Peixoto, Renata Pelizzaro

Autor: José B. Cavalcante de O. Maia

Pelo espírito: Pai João

Contato com o autor: [jmaia77@hotmail.com](mailto:jmaia77@hotmail.com)

**Direitos autorais reservados. Proibida reprodução parcial ou total através de qualquer forma, meio ou processo eletrônico, sem prévia e expressa autorização do autor.**

Edição digital: janeiro 2014

---

Arquivo ePub produzido pela **Simplíssimo Livros**

---