**Leis e Princípios Universais**

**Grupos de Meditação**

Nos anos 1960, Dr. Assagioli reuniu um grupo de discípulos de diversos paises da Europa e dos Estados Unidos. Eles se encontraram com ele na Itália e começaram a preparar uma coleção de folhetos definindo as Leis e Princípios, bem como as técnicas de meditação apropriadas. Estes foram revisados e finalizados pelo próprio Dr. Assagioli. Quando o grupo de discípulos voltou para seus países de origem as brochuras foram publicadas sob o nome de *"Meditation Group for the New Age"*(Grupo de Meditação para a Nova Era).

Nos Estados Unidos, as brochuras evoluiram em dois programas de estudo e de técnicas de meditação:

* Um programa de 3 anos chamado hoje de "The Meditation Group for the New Age" (O Grupo de Meditação para a Nova Era);
* Um programa de 10 anos de continuação de estudo das Leis e Princípios conhecido como "The Group for Creative Meditation" (O Grupo para a Meditação Criativa), destinado aos meditadores mais avançados.

As brochuras são distribuidas no mundo inteiro gratuitamente por uma empresa sem fins lucrativos "Meditation Groups, Inc.". Esta empresa já distribuiu o material de Assagioli a mais de 7500 trabalhadores em mais de 85 paises.

Este grupo de pessoas medita o ano todo sobre as Leis e Princípios, como uma forma de ajudar a humanidade e o planeta nesse momento de transformação. Um calendário anual das atividades permite que todos os indivíduos estejam meditando ao mesmo tempo, sucessivamente sobre cada uma das Leis e Princípios.

Desde o ano de 2007, o Centro de Psicossíntese de São Paulo está participando deste trabalho de âmbito mundial. O grupo, que foi chamado de **Grupo de Meditação Criativa "Construir sem Mãos"**, se reune todas as terças-feiras na sede do CPSP.

**Introdução**

[O texto a seguir foi extraído do Caderno 1 do Primeiro Ano]

**A nova Era**

Diante do portal de uma Nova Era, e na expectativa de um novo mundo, muitos de nós temos questionado: para onde iremos no futuro próximo, e o que poderemos fazer para assegurar que este será um período de vida melhor e mais construtivo?

Nosso progresso gradual através dos tempos trouxe-nos a um estágio de civilização onde a complexidade de nossas vidas e os impactos sobre nossa sensibilidade alcançaram um ponto critico. Os acontecimentos nos locais mais afastados do mundo repercutem em nós e nos dizem respeito de forma pessoal, quer física, emocional, econômica ou mentalmente.

Atualmente, nos encontramos diante de um ponto singular na longa série de sofrimentos e vitórias do espírito humano, que em seu conjunto formam a nossa história até agora e demonstram que o nosso crescimento prossegue. A humanidade está sempre em constante processo de evolução e, à medida que formas antigas vão desaparecendo e novas formas surgindo, nos aproximamos de um novo ciclo. Historicamente, podemos observar que a humanidade progride por meio de crises, porém jamais a população mundial esteve tão interligada como no momento atual.

Portanto, o próximo passo exige de nós real consideração e responsabilidade. Duas forças - materialismo e espiritualismo - estão face à face. A atual década e as próximas serão decisivas, pois temos em nossas mãos um poder fantástico, e diversas circunstâncias têm permitido a revelação da essência do espírito, de um novo domínio da alma.

Responsabilidade, portanto, emerge como uma das características essenciais do tempo presente. Muitas pessoas questionam como podem contribuir para o bem comum. Não importa quais sejam nossas convicções, percebemos que a próxima era depende de nossa atitude presente e, na busca de caminhos para encararmos este desafio, temos descoberto que a chave se encontra em nossas possibilidades interiores. A ciência tem descoberto que a mente é capaz de trabalhar com influências sutis e de usar energias potentes de longo alcance. Esta descoberta revela que nossa criatividade e nosso potencial construtivo é maior do que havíamos percebido até agora. Isso também significa que, ao aprendermos a usar nossa mente, ao invés de sermos usados por ela, começamos de maneira real a criar o mundo que precisamos, e assumimos nosso lugar, não importa quem sejamos, entre os construtores da Nova Era.

**Leis e Princípios Universais**

[O texto a seguir foi extraído do Caderno 1 do Primeiro Ano]

Esta Nova Era deve ser fundamentada em leis e princípios espirituais que ajudem a estabelecer uma nova ordem. O reconhecimento deste fato é essencial para alcançarmos o equilíbrio em nossas vidas.

O **princípio espiritual** é a força de motivação, a origem, a causa na qual a verdade universal está fundamentada. O princípio inclui um aspecto da verdade que se manifesta na realidade, uma afirmação que visa o melhor para o bem geral.

A **lei espiritual** é uma formulação em palavras do que está implícito num princípio, possibilitando a incorporação deste princípio no plano da realidade. As leis fornecem a base para as relações humanas e naturais. Como o princípio é a força motivadora para a criação das leis, não é possível a concepção de uma lei sem que esta esteja fundamentada num princípio.

Através dos tempos os Grandes Legisladores de Deus (Moisés, Buda, Cristo e outros) nos legaram leis e princípios espirituais que nos possibilitam viver em harmonia dentro de nós mesmos, com nossos semelhantes, com o meio onde vivemos, com todo o Universo. Mas, como ainda não fomos capazes de nos alinhar com esses princípios e leis, temos vivido em dificuldades.

Devemos começar a viver em harmonia com essas leis e princípios; o reconhecimento e aceitação deste fato é essencial para alcançarmos o equilíbrio correto da situação humana. As leis e princípios têm um poder diretivo que penetra e vai além de toda complexidade e confusão humanas. Como veredas através das selvas da vida, eles nos ajudam a encontrar trilhas mais claras, que eventualmente nos levam a planos mais altos, onde existe maior liberdade, simplicidade e verdade. As leis da natureza que protegem e dirigem o plano físico são, como temos conhecimento, invioláveis. Em todos os tipos de laboratórios do mundo, cada vez mais se descobre a harmonia com as quais essas leis trabalham. A evolução da humanidade tem se processado pela atuação de leis, e a cada era, as devidas leis são oferecidas a seus povos. Podemos mencionar os Mandamentos de Moisés, a Nobre Senda Óctupla de Buda, e a Lei do Amor trazida por Cristo.

Hoje, quando nos voltamos em busca de caminhos para o estabelecimento de uma nova ordem mundial baseada em valores espirituais, percebemos que, mesmo que possam ser formulados de várias maneiras, esses valores podem ser resumidos em três leis e três princípios universais:

* Lei das Corretas Relações Humanas
* Princípio da Boa Vontade
* Lei do Esforço Grupal
* Princípio da Unanimidade
* Lei da Aproximação Espiritual
* Princípio da Divindade Essencial

A **Lei da Corretas Relações Humanas** é o ponto de união entre as pessoas. Baseia-se no princípio da boa vontade em estabelecer a harmonia em todas as áreas da vida. Ela incentiva o senso de responsabilidade, de compreensão, paciência, compaixão, respeito, amor e serenidade dentro de nós mesmos, com os outros seres e em todos os aspectos da vida. A partir de uma correta atitude interna esta lei favorece o bom fluxo dos nossos relacionamentos, rompendo barreiras e abrindo o caminho para que este fluxo penetre a vida de outros seres.

O **Princípio da Boa Vontade**, intenção básica para praticar o bem, é a motivação interna para vivermos relacionamentos corretos. Este princípio e essa lei são hoje consideravelmente enfatizados por aqueles que se preocupam com o bem estar humano e a paz mundial. A importância desses dois fundamentos já é amplamente compreendida, e seu cultivo é reconhecido como vital para a solução de nossos problemas, seja na vida familiar ou nos domínios político, econômico e social. Atualmente, o estudo e a promoção da ciência do relacionamento, através da psicologia, das ciências sociais e de muitos outras áreas, estão dando uma nova perspectiva ao poder das corretas relações humanas e da boa vontade.

A **Lei do Esforço Grupal** é a nota básica da Nova Era. Ela nos oferece a oportunidade de perceber que além de indivíduos, somos parte de grupos como a família, o trabalho, a comunidade, a nação e a humanidade; que devemos viver em cooperação com o bem de todos, buscando uma meta comum, mesmo que isso não satisfaça nossos desejos individuais. Essa lei nos ensina que nosso progresso individual depende do progresso do grupo como um todo, e conseqüentemente de toda a humanidade.

O **Princípio da Unanimidade** ou unidade a nível da alma, é a força que aglutina as pessoas. Esta é também uma das principais tendências da Nova Era. Observamos por toda parte um esforço de trabalhar em cooperação e em harmonia dentro de grupos, buscando uma meta comum através da unanimidade. A supervalorização da individualidade está sendo substituída pela integração do indivíduo no grupo. Cada vez mais grupos são formados e funcionam por uma motivação interna, não por regulamentos impostos. Atualmente, podemos encontrar, em diversas áreas, grupos trabalhando através da força de unanimidade.

A **Lei da Aproximação Espiritual** nos aproxima de nossa divindade e da essência divina do universo. É a lei que nos liga ao nosso Ser Maior, o caminho através do qual o propósito de Deus pode ser alcançado.

O **Princípio da Divindade Essencial** é a centelha de Deus presente em todas as coisas. Ela nos possibilita perceber que estamos mais próximos de Deus do que imaginamos, que somos essencialmente divinos. A Lei da Aproximação Espiritual e o Princípio da Divindade Essencial revelam nossa participação numa vida mais abrangente do que a nossa vida individual, e mostram que não há distância real entre o homem e Deus.

A cada dia, novas descobertas são feitas nas diversas áreas da ciência, revelando nossa relação com uma vida mais abrangente, nossa interdependência como unidades de uma realidade maior. Entre todas as maravilhas que se apresentam, nenhuma é mais reveladora e inspiradora do que a natureza idêntica do microcosmo e do macrocosmo, do átomo às estrelas.

Estas leis e princípios formam um código fundamental para nossa vida na Nova Era, fazendo ressoar as notas das nossas mais altas possibilidades. Eles podem ser adotados como plataforma, quaisquer que sejam nossas convicções ou crenças. A partir do seu emprego, serão estabelecidas na Terra as condições necessárias para a verdadeira construção de um mundo novo.

**Bibliografia e Links**

Além dos cadernos da Meditation Groups já citados, que foram traduzidos para o português, podemos citar os seguintes links interessantes:

["Une étude d'action extérieure et intérieure" artigo escrito por Roberto ASSAGIOLI](http://www.psychosynthese.fr/articles.php?lng=fr&pg=90)

["What is Creative Meditation?" artigo escrito por Roberto ASSAGIOLI](http://two.not2.org/psychosynthesis/articles/creativemeditation.pdf)

[Site do "Meditation Groups, Inc. / Meditation Mount"](http://www.meditationmount.org/)

[Site do "The Sundial House Group / The International Group for Creative Meditation".](http://www.creativegroupmeditation.org/)

[Brochura mostrando o histórico e os fundamentos do "Meditation Groups, Inc." e do "Sundial House Group / The International Group for Creative Meditation, UK".](http://109.73.167.113/~hgvcsmld/images/pdf/Sundial_Brochure_v51.pdf)