

Pequeninos, mais úteis

Autoconhecimento e Meditação

Ana Kalina Moura de Paula <ana.kalina@hotmail.com>

Fundação Allan Kardec – FAK

Resumo – O VIII Simpósio FAK, cujo mote é “Refletir e Prosseguir”, apresentou-se como oportunidade de registrar as reflexões das minhas vivências nos três últimos anos, quando a humanidade passou por um período de experiências ímpares com a Pandemia da COVID-19. Naqueles dias de sofrimento intenso, me deparei com uma dúvida existencial: O que significa aceitar a vontade de Deus? O que ficou da Pandemia? Identificar a minha dificuldade em aceitar a vontade de Deus, em confiar e me entregar a Deus! Essa condição de me sentir apartada do Pai gera grande sofrimento que tento lidar exercendo um infrutífero controle que torna a minha caminhada pesada, me levando a me imobilizar, não prosseguir. O objetivo desse artigo então, estruturado no eixo Desafios Futuros, foi realizar algumas reflexões sobre mim mesma, minha identidade de espírito imortal. Para tal foi-me inspirada curiosa metodologia de utilizar a interpretação do mito de Teseu e o Minotauro para refletir sobre a minha jornada, pois decifrar o mito é também decifrar-se, visto que os mitos tratam das verdades dos homens de todos os tempos e são considerados pistas que ajudam o ser humano a procurar dentro de si, o sentido para as diversas experiências da vida, para que estas entrem em consonância com sua vida interior. A experiência me auxiliou a melhor estruturar o entendimento sobre minha jornada de ser imortal através do exercício do auto-olhar e das reflexões acerca do significado da minha mediunidade e do recurso da meditação, pautados na Doutrina dos Espíritos.