## **PODANDO IRRITAÇÕES**

**S**e ainda trazes, porventura, o hábito de encolerizar-te e se já consegues reconhecer-lhe os prejuízos, podes claramente erradicá-lo, atendendo à própria renovação.

**I**nicia as atividades diárias, pensando em Deus e agradecendo as tuas possibilidades de fazer o bem.

**M**edita, raciocinadamente, ante o clima de conhecimento superior que já possuis, na certeza de que te encontras na ocasião de expressar o melhor de ti mesmo.

**P**ensa nos companheiros até agora capazes de induzir-te ao azedume, por irmãos nossos com qualidades, por enquanto, imperfeitas tanto quanto as nossas.

**S**e algum traço de amargura se te fixa no coração relativamente ao comportamento infeliz de alguém, através de ações que consideres lesivas aos teus sentimentos, desculpa a esse alguém, procurando esquecer-lhe a falta naturalmente impensada.

**P**ondera que se os outros erram, também nós erramos, bastas vezes, na condição de Espíritos, ainda ligados às múltiplas faixas da evolução terrestre.

**N**ão te aceites por infalível, a fim de entenderes com indulgência aqueles que, acaso, te falhem à confiança.

**R**eflete na intimidade do coração que ninguém consegue algo realizar sem o concurso de alguém, para que aproveites os valores maduros dos colaboradores que a Divina Providência te confiou, sem estragar-lhes os valores ainda verdes.

**A**bstém-te de lastimar fracassos e dificuldades que já passaram e entrega-te à reconstrução da própria paz, em bases de serviço e discernimento.

**N**ão nos esqueçamos de que, nas mais complicadas circunstâncias, a vida nos requisita a prática do bem e que, por isso mesmo, qualquer ocasião, para cada um de nós, é tempo de compreender e abençoar, auxiliar e servir.

***Emmanuel*** Do livro: ***Calma***. Psicografia: ***Francisco C. Xavier***

## **O ÓDIO**

**10**. Amai-vos uns aos outros e sereis felizes. Tomai sobretudo a peito amar os que vos inspiram indiferença, ódio, ou desprezo. O Cristo, que deveis considerar modelo, deu-vos o exemplo desse devotamento. Missionário do amor, ele amou até dar o sangue e a vida por amor. Penoso vos é o sacrifício de amardes os que vos ultrajam e perseguem; mas, precisamente, esse sacrifício é que vos torna superiores a eles. Se os odiásseis, como vos odeiam, não valeríeis mais do que eles. Amá-los é a hóstia imácula que ofereceis a Deus na ara dos vossos corações, hóstia de agradável aroma e cujo perfume lhe sobe até o seio. Se bem a lei de amor mande que cada um ame indistintamente a todos os seus irmãos, ela não couraça o coração contra os maus procederes; esta é, ao contrário, a prova mais angustiosa, e eu o sei bem, porquanto, durante a minha última existência terrena, experimentei essa tortura; mas Deus lá está e pune nesta vida e na outra os que violam a lei de amor. Não esqueçais, meus queridos filhos, que o amor aproxima de Deus a criatura e o ódio a distancia dele. — (FÉNELON. Bordeaux, 1861.)