

Hábitos Infelizes

Escola de Estudos Espírita Allan Kardec

Significado

hábito

- 1 Inclinação por alguma ação, ou disposição de agir constantemente de certo modo, adquirida pela frequente repetição de um ato.
- 2 Forma habitual de ser ou de agir.
- 3 Procedimento repetido que conduz a uma prática.
- 4 Conjunto de vestimentas de uma pessoa que pertence a uma ordem religiosa.

Fonte: <https://michaelis.uol.com.br/moderno-portugues/busca/portugues-brasileiro/habito>

Reflexos mentais

“O hábito é uma esteira de reflexos mentais acumulados, operando constante indução à rotina.

Herdeiros de milênios, gastos na recapitulação de muitas experiências análogas entre si, vivemos, até agora, quase que à maneira de embarcações ao gosto da correnteza, no rio de hábitos aos quais nos ajustamos sem resistência.”

Emmanuel, Pensamento e Vida

Nossos arquivos



Rotina construtiva

“Não será lícito, porém, de modo algum, desprezar a **rotina construtiva**. É por ela que o ser se levanta no seio do espaço e do tempo, conquistando os recursos que lhe enobrecem a vida.

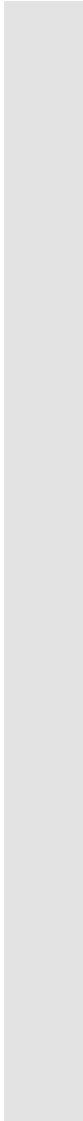

A evolução, contudo, **impõe a instituição de novos costumes**, a fim de que nos desvencilhemos das fórmulas inferiores, em marcha para ciclos mais altos de existência.”

Emmanuel, Pensamento e Vida

Como fazer a mudança?

“Em resumo, naquele que nem sequer concebe a ideia do mal, já há progresso realizado; naquele a quem essa ideia acode, mas que a repele, há progresso em vias de realizar-se; naquele, finalmente, que pensa no mal e nesse pensamento se compraz, o mal ainda existe na plenitude da sua força. Num, o trabalho está feito; no outro, está por fazer-se.”

Allan Kardec, O Evangelho Segundo o Espiritismo



Que hábitos infelizes
devemos observar para
mudar?

Hábitos infelizes

Usar pornografia ou palavrões, ainda que estejam supostamente na moda.

Pespegar tapinhas ou cutucões a quem se dirija a palavra.

Comentar desfavoravelmente a situação de qualquer pessoa.

Hábitos infelizes

Estender boatos e entretecer conversações negativas.

Falar aos gritos.

Rir descontroladamente.

Hábitos infelizes

Aplicar franqueza impiedosa a pretexto de honorificar a verdade.

Escavar o passado alheio, prejudicando ou ferindo os outros.

Comparar comunidades e pessoas, espalhando pessimismo e desprestígio.

Hábitos infelizes

Fugir da limpeza.

Queixar-se, por sistema, a propósito de tudo e de todos.

Ignorar conveniências e direitos alheios.

Hábitos infelizes

Fixar intencionalmente defeitos e cicatrizes do próximo.

Irritar-se por bagatelas.

Indagar de situações e ligações, cujo sentido não possamos penetrar.

Hábitos infelizes

Desrespeitar as pessoas com perguntas desnecessárias.

Contar piadas suscetíveis de machucar os sentimentos de quem ouve.

Zombar dos circunstantes ou chicotear os ausentes.

Hábitos infelizes

Analisar os problemas sexuais seja de quem seja.

Deitar conhecimentos fora de lugar e condição, pelo prazer de exhibir cultura e competência.

Desprestigiar compromissos e horários.

Hábitos infelizes

Viver sem método.

Agitar-se a todo instante, comprometendo o serviço alheio e dificultando a execução dos deveres próprios.

Contar vantagens, sob a desculpa de ser melhor que os demais.

Hábitos infelizes

Gastar mais do que se dispõe.

Aguardar honrarias e privilégios.

Não querer sofrer.

Hábitos infelizes

Exigir o bem sem trabalho.

Não saber aguentar injúrias ou críticas.

Não procurar dominar-se, explodindo nos menores contratemplos.

Hábitos infelizes

Desacreditar serviços e instituições.

Fugir de estudar.

Deixar sempre para amanhã a obrigação que se pode cumprir hoje.

Hábitos infelizes

Dramatizar doenças e dissabores.

Discutir sem racionar.

Desprezar adversários e endeusar amigos.

Hábitos infelizes

Reclamar dos outros aquilo que nós próprios ainda não conseguimos fazer.

Pedir apoio sem dar cooperação.

Condenar os que não possam pensar por nossa cabeça.

Aceitar deveres e largá-los sem consideração nos ombros alheios.

André Luiz, Sinal Verde

Novos hábitos

“Não podemos desconhecer, todavia, que somente adotando a **bondade e o entendimento, com a obrigação de educar-nos e com o dever de servir, como hábitos automáticos nos alicerces de cada dia,** colaborando para a segurança e felicidade de todos, ainda mesmo à custa de nosso sacrifício, é que refletiremos em nós a verdadeira felicidade, por estarmos nutrindo o verdadeiro bem.”

Emmanuel, Pensamento e Vida

Regra máxima

“Não façais aos outros o que não quiserdes que vos façam: fazei-lhes, ao contrário, todo o bem que vos esteja ao alcance fazer-lhes.”

Fénelon, O Evangelho Segundo o Espiritismo