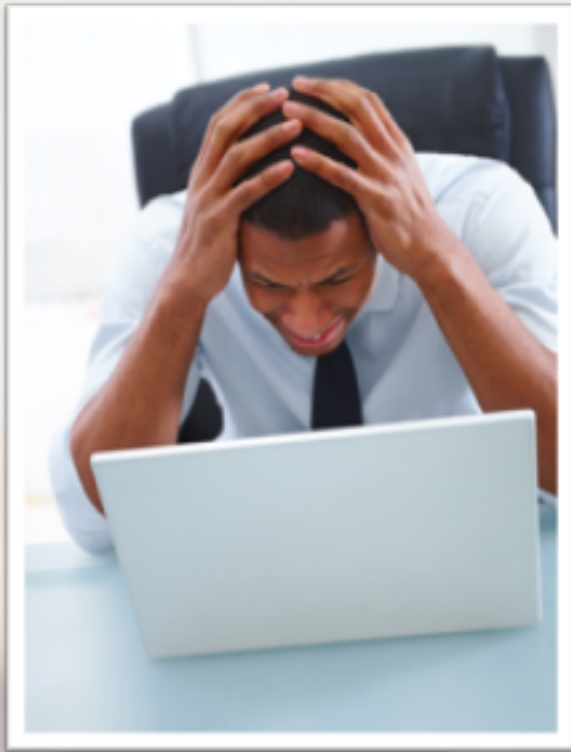


PACIÊNCIA

Os prazeres da alma

Escola de Evangelização de Pacientes
Grupo Espírita Guillon Ribeiro

O problema da impaciência



- “Nossa impaciência desequilibra os processos internos e externos da Natureza em nós. Atos e atitudes pacienciosas podem mudar nosso modo de ver e enfrentar conflitos. Lembremo-nos de que todo problema contém em si mesmo a ‘semente da solução’.”

(HAMMED. Os prazeres da alma, lição
“Paciência”)

O segredo da Natureza

- “É preciso, portanto, que adotemos o ritmo da Natureza, cujo segredo mais precioso é a paciência. [...]
- Precisamos aprender com ela [Natureza] a habilidade de equilibrar e realizar tarefas numa silenciosa quietude, pois a impetuosidade e a afobação que muitas vezes demonstramos podem destruir em minutos o que levamos anos para construir.”

(HAMMED. *Os prazeres da alma*, lição “Paciência”)

O que é paciência?

- “A paciência é a medida metódica e eficaz que ensina a produzir no momento exato a tarefa correta. [...]
- A paciência significa autoconfiança.”

(JOANNA DE ÂNGELIS. *Convites da Vida*, cap. 34)

O que é a paciência?

- “A verdadeira paciência é sempre uma exteriorização da alma que realizou muito amor em si mesma, para dá-lo a outrem, na exemplificação.”

(EMMANUEL. *O Consolador*, perg. 254)

- “A paciência também é uma caridade e deveis praticar a lei de caridade ensinada pelo Cristo, enviado de Deus.”

(ALLAN KARDEC. *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, cap. 9, item 7)

E o que é esse amor?



- “Esse amor é a expressão fraternal que considera todas as criaturas como irmãos, em quaisquer circunstâncias [...]”

(EMMANUEL. *O Consolador*, perg. 254)

Como adquirir paciência?



- “É com a **iluminação espiritual do nosso íntimo** que adquirimos esses valores sagrados da tolerância esclarecida. E, para que nos edifiquemos nessa claridade divina, faz-se mister **educar a vontade**, curando enfermidades psíquicas seculares que nos acompanham através das vidas sucessivas [...].”

(EMMANUEL. *O Consolador*, perg. 254)

Paciência: virtude ativa

- “No entanto, a paciência não é passividade, estagnação, ociosidade ou paralisação. É antes um potencial a ser desenvolvido com serenidade, persistência e constância.”

(HAMMED. *Os prazeres da alma*, lição “Paciência”)



Como obter serenidade diante de tantas tribulações?

- “Como, porém, obter a serenidade, quando somos impulsivos por vocação ou por hábito?
 - [...] educando-nos; [...].
 - Feito isso, perceberemos que todo instante de turvação ou desequilíbrio, é instrumento de teste para avaliação de nosso próprio aproveitamento.”

(EMMANUEL. *Rumo Certo*, p.75)

Algumas dicas...

- Descubra o que deixa você impaciente
 - Reflita e tente descobrir a razão da pressa.
 - Alguma situação específica lhe faz perder a paciência?
 - Quais eventos, pessoas, palavras ou circunstâncias lhe deixam nervoso(a)?
- Não tente controlar tudo
- Tenha uma visão mais ampla
 - Lembre-se que certas coisas levam tempo.
 - Observe o que realmente importa.
 - Cultive um olhar positivo.

A prática leva à perfeição

- “O adágio popular considera que “o hábito faz a segunda natureza” e nós devemos aprender que a disciplina antecede a espontaneidade [...].”

(EMMANUEL. *O Consolador*, perg. 254)



A Natureza não dá saltos



- “Suportemos com calma, tudo que acontece em nossa existência. Procuremos decifrar, aprender e refletir as mensagens enigmáticas que nos chegam através da linguagem da evolução natural. A Natureza não dá saltos – a borboleta não chegou ao que é sem antes ter sido lagarta.”

(HAMMED. *Os prazeres da alma*, lição “Paciência”)

Tudo a seu tempo

- “Não ensinais às crianças o que ensinais aos adultos e não dais ao recém-nascido um alimento que ele não possa digerir. Cada coisa tem seu tempo.”

(ALLAN KARDEC. *O Livro dos Espíritos*, perg. 801)



Paciência e caminho

- “O trânsito é uma escola em que sobram aulas de vigilância e compreensão, justiça e disciplina.
- Anotemos as lições da estrada e procuremos transferi-las ao trânsito da vida em que todos somos chamados, nas trilhas do tempo, ao relacionamento comum.”

(EMMANUEL. *Amanhece*, mensagem “Paciência e caminho”)

Jesus

- “Coragem, amigos! Tendes no Cristo o vosso modelo. Mais sofreu ele do que qualquer de vós e nada tinha de que se penitenciar, ao passo que vós tendes de expiar o vosso passado e de vos fortalecer para o futuro. Sede, pois, pacientes, sede cristãos. Essa palavra resume tudo.”

(ALLAN KARDEC. *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, cap. IX, item 7)

