

Recolhe-te ao silêncio por alguns minutos, e entrega-te à oração, rogando o auxílio da Providência Divina.

Sentirás, então, que a crise te haverá deixado e retomarás a normalidade da própria vida, para reger com segurança as próprias decisões.

Implosão Mental

A cólera é comparável a uma implosão mental de consequências imprevisíveis.

*

Quando te sintas sob a ameaça de semelhante flagelo, antes de falar ou escrever, usa o método conhecido de permanecer em silêncio contando até cem.

*

Se os impulsos negativos continuam, afasta-te para um lugar à parte e faze uma oração que te reequilibre.

*

Notando que a medida não alcançou os fins necessários, busca um recanto da natureza, onde encontres plantas e flores, cujas emanações te balsamizem o espírito.

*

Na hipótese de não retornares à tranqüilidade, procura algum templo religioso e confia-te novamente à prece, esforçando-te para que a paz te fale no coração.

*

No entanto, se essa providência ainda falhar, dirige-te a um remédio amigo que, com certeza, te aliviará com sedativos adequados, a fim de evitares a implosão de tuas próprias forças.

Aprendamos com Amor

Nos comentários do Evangelho guardemos abstenção de referências a outras escolas religiosas do nosso campo de ação, quando essas referências se efetuam num sentido menos edificante.

A mesma bondade infinita que nos socorre nos santuários espíritas cristãos é a mesma que se expressa nos templos de outra feição interpretativa da Divina Idéia de Deus.

*

Não é a religião que destaca o homem, mas sim o homem quem salien-