

Estudo do livro Atitudes Renovadas – Joanna de Ângelis – Psicografia de Divaldo P. Franco
Isabel C. P. Salinas
<http://grupo.gede.vilabol.com.br>

Em seu livro Atitudes Renovadas, Joanna de Ângelis nos transmite através da psicografia de Divaldo Franco, uma série de reflexões e orientações importantes para que empreendamos esforços em modificarmos nosso comportamento para melhor e assim, conseguirmos promover mudanças de hábitos perniciosos por atitudes renovadas, que nos proporcionarão paz, e ao mesmo tempo o bem do próximo. As orientações que ela nos traz nesse livro são “o resultados de demoradas reflexões em torno do Evangelho de Jesus à luz da Doutrina Espírita, no seu mais belo e profundo significado”, que ela elaborou em trinta temas de atualidade, aqui abordados, neste texto, capítulo por capítulo, de uma forma bem resumida onde se menciona somente alguns pontos que nos pareceu importante destacar, mas cabe ressaltar a importância de ler a obra completa para melhor entendimento da necessidade de renovar atitudes.

No capítulo 1, Convidados..., Joanna de Ângelis aborda a Parábola do festim de bodas explicando como devemos entender a mensagem e diz que na atualidade do pensamento científico, tecnológico, sociológico e cultural, o convite para o banquete incomparável da plenitude alcança as mentes e os corações que estão despertos para a alegria de viver e de servir. E nos pergunta: “Em que classe de convidados te encontras? Reflexiona e decide, porque o banquete de núpcias já começou...”

No capítulo 2, Enfermos da Alma, vê-se a necessidade do nosso contributo de paciência, compreensão e de amizade sem exigências aos enfermos da alma e que se encontram em toda parte, sendo que em alguns se nota com facilidade o desequilíbrio, enquanto que em outros parecem ser equilibrados, sem o serem. É dever para quem deseja a própria felicidade como a felicidade geral, contribuir em favor da edificação desses irmãos, oferecendo o socorro que necessitam, saindo de nossa comodidade, das preocupações exageradas para que nada de mal nos aconteça e enfrentemos a dor, na condição de enfermeiros da misericórdia.

No capítulo 3, A Bênção da Reencarnação, nos orienta dizendo que seja qual for a situação em que nos encontremos hoje na jornada física, agradeçamos a Deus a oportunidade sem igual, por nos oferecer os instrumentos de libertação e felicidade. Devemos ter confiança em Deus e orar, mantendo a serenidade e lembrando que tudo tem uma razão de ser no Universo. Joanna de Ângelis explica que “Deus concede o parcial olvido do passado, por compreender que as lembranças boas ou más não se restringem apenas ao indivíduo, mas ao grupo no qual se movimentou...” Esse esquecimento não é total porque através dos impulsos emocionais, das nossas tendências, das ocorrências, todos temos conhecimento de como devemos ter sido. Contudo, o importante é o hoje e assim, devemos aquietar os sentimentos doloridos procurando compreender os objetivos dessa existência e atuar no bem tanto quanto seja possível.

No capítulo 4, Pensamento e Bem-Estar, mostra a importância do pensar bem, corretamente, uma vez que sempre estamos pensando, e que toda obra tem início no pensamento e que se responsabiliza pela formação de idéia a ser transformada em realidade. Velhas construções mentais que decorrem dos vícios de conduta primitiva, devem ceder lugar a experiências novas de edificação moral. Somos

o que cultivamos no mundo íntimo através dos nossos pensamentos, assim eles são os nossos benfeitores frequentes ou os torturadores constantes, de acordo com a ideação de que sejam instrumentos. Importante lembrar que estaremos em companhias físicas e desencarnadas cujo teor mental se encontra em perfeita afinidade com o nosso. Todos podemos modificar os hábitos de pensar, cultivando idéias relevantes, através de leituras sadias, de conversações úteis, de convivências saudáveis.

No capítulo 5, Considerações Sobre a Tristeza, define tristeza como sendo um fenômeno natural, que ocorre com todas as pessoas e que pode ser considerada como uma pausa para a compreensão da existência, avançando no rumo do júbilo e que não é o inverso da alegria, mas a sua ausência momentânea. Contudo, não se deve cultivá-la como necessária para o discernimento a cada instante ou em toda parte. Da mesma forma que não devemos cultivá-la, também não devemos fugir dela, vamos aceitá-la e retirar o melhor resultado da oportunidade de reflexão que ela nos proporcionar.

No capítulo 6, Tempos Narcisistas, apresenta o narcisismo, como prática anti-social, que degenera em corrupção moral e insensibilidade emocional. “Preocupado somente com a sua imagem, o narcisista opera segundo as manipulações que lhe ofereçam resultados lucrativos, elogios e aplausos ilusórios.” É necessário que se reverta esse quadro miserável, conforme já vem ocorrendo em alguns setores científicos e culturais, inclusive na medicina. Importante que de pouco a pouco se volte a dar valor às coisas simples e puras da existência, aos acontecimentos ingênuos e belos dos relacionamentos humanos, à contemplação da beleza das paisagens, e da Natureza, assim como a sua preservação.

No capítulo 7, Noite Escura da Alma, inicia dizendo que nenhuma criatura humana se encontra na Terra sem atravessar, uma que outra vez, a noite escura da alma e que se constitui de aflições inesperadas que decorrem das circunstâncias existenciais e dos desafios que devemos enfrentar durante o trânsito carnal. A veneranda mentora ainda nos diz que “aprender a enfrentar a realidade é o dever de todo lutador honesto, especialmente quando a serviço da causa do Bem, da Justiça, da Verdade... O Ser, em si mesmo, nunca se deve permitir aceitar ofensas por nada que venha de fora, e essa segurança é adquirida pelo empenho de continuar fiel ao compromisso abraçado, constituindo-se exemplo que, um dia, se tornará imitado... Atravessando a tua noite escura da alma, ora e confia, trabalha e persevera, porque após a densidade da meia-noite começa o amanhecer...”

No capítulo 8, Complexos e Projeções, diz que eles são procedentes dos comportamentos ancestrais e dos conflitos que se gravam no Espírito, quando a conduta se fez caracterizar pelos desastres morais. Os complexos no comportamento sempre refletem a sombra dominante no ser, que tenta ignorá-la, mas ignorá-la não é o caminho, pois mais lhe facilita a influência, o melhor seria enfrentá-la afetuosamente, considerando-a parte integrante da conduta por se constituir recurso psicoterapêutico eficaz para diluí-la por meio da integração eixo ego-si-mesmo. A orientação que Joanna de Ângelis nos dá é que sejamos o companheiro verdadeiramente gentil com todos aqueles com os quais convivemos, sem nos preocuparmos com as suas imperfeições e defeitos morais, porque a nossa não é a tarefa da fiscalização, mas sim, a contribuição da amizade e quando nos sintamos tentados à censura, à crítica mordaz, à reclamação ou à queixa, recordemos que o problema não é do outro, mas

se constitui uma projeção da nossa imagem, manifestação do nosso complexo conflitivo que se exterioriza.

No capítulo 9, O Vazio Existencial, a orientação para quem experimenta um vazio interior, desmotivado para viver ou para trabalhar em favor do bem-estar pessoal é que se abra ao amor e se deixe conduzir pelas suas emoções que lhe plenificará com legítimas aspirações, proporcionando um alto significado psicológico e humano e, que na correria desmedida que se trava no dia a dia, se reflexione e se considere a vida a oportunidade de sorrir e produzir, descobrindo-se útil a si mesmo e à comunidade. Ela ainda orienta que “... se insistir essa estranha sensação, fazê-lo melhor, esquecendo-te de ti mesmo, auxilia outrem a lograr aquilo por que anela, e descobrirás que ao fazê-lo feliz, preenchido de paz, estarás ditoso também.”

No capítulo 10, Responsabilidade Moral, apresenta a responsabilidade que se assume em compromissos de qualquer natureza e, portanto, também no campo da fé espírita. Assim, aquele que se lhe vincula não pode permanecer subjugado aos velhos e obsoletos padrões que eram mecanismos de fuga ante as realizações que nobilitam. O adepto do Espiritismo deve trabalhar pelo próprio e pelo progresso da sociedade, esforçando-se para ser cada momento melhor do que no outro, abraçando responsabilidades que lhe aumentem a consciência de si mesmo, auxiliando-o na ascensão espiritual.

No capítulo 11, Afetividade Conflitiva, nos conduz a um melhor entendimento no conceito da afetividade. Muitos acreditam que somente através dos outros é possível experimentar a afeição, recebendo-a e doando-a. Mas, Joanna de Ângelis nos diz que nesse conceito encontra-se um grande equívoco, qual seja esperar de outra pessoa a emoção que lhe constitua completude, significando autorrealização, e que se faz indispensável desenvolver a capacidade de amar. O amor é aprendido, e pode ser desenvolvido através da arte de servir e de ajudar, e amplia-se mediante a capacidade de entendimento dos limites do outro sem exigências descabidas. Algumas reflexões que essa mentora nos propõe são: “Se experimentas solidão no teu dia-a-dia, faz uma análise cuidadosa da tua conduta em relação ao teu próximo, procurando entender o porquê da situação. Sê sincero contigo mesmo, realizando um exame de consciência a respeito da maneira como te comportas com os amigos, com aqueles que se te acercam e tenham convivência fraternal contigo. Se és do tipo que espera perfeição nos outros, é natural que estejas sempre decepcionado, ao constatares as dificuldades alheias, olvidando porém, que também és assim... A afetividade deve ser distendida a todos os seres sencientes, o que equivale dizer, aos vegetais, animais, seres humanos, ampliando-a por toda a Natureza.”

No capítulo 12, Sistemática Ignorância, mostra a dificuldade de entendimento que existe quando se fala a respeito da necessidade do autocrescimento, da autoiluminação, como se isso nos fosse imposto de maneira injusta, por ainda viver no inconsciente de uma camada numerosa da população, o conceito não verdadeiro de que a função da Divindade é a de servir sem cessar. “No imaginário popular, a única finalidade do Senhor da vida é a de proteger os Seus filhos, evitando-lhes sofrimentos e retificando-lhes os caminhos, a fim de que somente facilidades encontrem na Terra, desfrutando de prazeres e de júbilos intérminos.” Joanna de Ângelis também nos diz que no Espiritismo ainda permanecem os mesmos hábitos enfermiços, onde muitos adeptos esperam ter os seus problemas solucionados pelos Guias espirituais, sem qualquer esforço de sua parte, bastando a

frequência semanal às reuniões, sem que se tenha aproveitamento das lições que iluminam e libertam. Ela solicita que as pessoas sejam esclarecidas a respeito dos deveres que lhes cumpre executar, despertando-as para a responsabilidade dos pensamentos, palavras e atos.”

No capítulo 13, Fragilidade Emocional, expõe que quem se permite abater diante das dificuldades e provações da caminhada ou ainda entrar em depressão porque aconteceram fenômenos desagradáveis, significa debilidade emocional e total falta de confiança em Deus. Certamente que ocorrem momentos difíceis e que o humor se modifica, porém, a irrestrita confiança em Deus permanece como um conforto moral, uma diretriz de segurança. Uma atitude de reserva, até mesmo de tristeza passageira, enquanto resolvemos o impasse, é compreensível, mas devemos recuperar logo que possível a alegria de viver e de liberar-se na contabilidade espiritual. “A fé deve ser trabalhada, testada, reflexionada, de modo a robustecer-se cada vez mais, não permanecendo estagnada num conjunto de crenças que não resistem ao fogo do testemunho. Dinâmica, é atuante, conseguindo superar as circunstâncias que tem o dever de enfrentar corajosamente.”

No capítulo 14, Resistência ao Mal, aborda que o Espírito amplia a capacidade de produzir, à medida que enfrenta dificuldades, sendo conduzido a pensar para agir, a reunir forças para superar impedimentos. Quando Jesus recomendou que não se resistisse ao mal, entenda-se não resistir, no sentido de enfrentá-lo corpo-a-corpo em um dever de prudência, no entanto quando se torna necessária a ação árdua e enérgica de definir rumos, nunca devemos fugir, deixando campo à proliferação do mal. Não nos empenhemos por modificar a ninguém, assumindo responsabilidades que não se encontram na lista dos nossos deveres. Devemos fazer a nossa parte de maneira correta e constante, consciente de que a vida não esquece ou abandona ninguém.

No capítulo 15, Que Brilhe a Tua Luz! nos diz que a nossa luz é uma conquista grandiosa dos esforços desenvolvidos ao longo da caminhada ascensional, superando as trevas interiores e exteriores procedentes dos tempos primitivos do despertar para a Verdade. A luz chama a atenção, gerando sentimentos controvertidos naqueles que, no momento, ainda não a desejam e que se empenharão por apagar-lhe a claridade, facilitando a continuação da desordem, do ciúme, da revolta em que se comprazem. Joanna de Ângelis nos orienta a sorrir e prosseguir, fazendo sempre o melhor, sem a preocupação de agradar a quem quer que seja. É necessário que brilhe a nossa luz chamando a atenção para o que somos, para o que fazemos, para os recursos de que dispomos em nome dAquele que é nosso guia e modelo.

No capítulo 16, Problemas Interiores, nos esclarece que devido ao descuido ou negligência e o desconhecimento em torno dos fenômenos mediúnicos e suas ocorrências, se atribuem perturbações de Espíritos desatinados tudo quanto se sucede aos indivíduos no seu trânsito existencial, mas que embora o intercâmbio entre as duas esferas da vida, nas quais se movimentam encarnados e desencarnados seja grande, as manifestações negativas e perturbadoras que afligem grande número de pessoas não são necessariamente portadoras de caráter obsessivo, embora possam vincular-se posteriormente ao quadro inquietante já existente. Joanna de Ângelis nos diz que os problemas internos se apresentam hoje ou se apresentam mais tarde no mundo exterior, em razão da necessidade de serem eliminados e nos orienta a não adiar a oportunidade de nos auto conhecer, de nos auto

definir para as realizações da harmonia pessoal, para a superação das desventuras e a conquista do bem estar e diz também, que tudo isso só depende de nós.

No capítulo 17, *Compaixão Sempre*, cita uma série de comportamentos criminosos, crueldades, desvios de conduta e conflitos individuais que respondem por sérias ocorrências danosas, atestando o grau de primitivismo em que transitam muitos milhões de seres humanos que, apesar do conhecimento intelectual, ainda não se deixaram penetrar pelos nobres sentimentos do amor, no respeito a si mesmo, assim como ao seu próximo. Mas ninguém foge aos impositivos dos Estatutos da vida que inscrevem em cada qual a legislação moral. A orientação dessa veneranda mentora, Joanna de Ângelis, para a vivência dessas situações é a dádiva do perdão, mas não sendo possível perdoar diante da magnitude do feito mau, porque as resistências morais não o permitem, pelo menos se deve desculpar, facultando ao calceta o direito de ser um transtornado. Ainda assim, havendo dificuldade e resistência psicológica para a desculpa, tal o impacto do ato infeliz, existe uma última possibilidade de não se vincular ao déspota, que é ter compaixão dele.

No capítulo 18, *Enfermidades*, explana sobre a necessidade de se ver a doença de uma forma mais ampla cuidando-se dos sintomas e das enfermidades não apenas no seu aspecto, mas também, da realidade causal de natureza vibratória que provém do próprio paciente, dizendo que na problemática das enfermidades não deve ser descuidada a observação de que o Espírito é, em si mesmo, o doente. Trazendo como orientação que, quer estejamos saudáveis ou enfermos, nunca nos esqueçamos de que somos o de que nos temos feito, procurando nos recompor emocionalmente, mediante o cultivo dos pensamentos edificantes, refugiando-nos em leituras enobrecedoras, reflexionando a respeito dos temas que nos elevam espiritualmente, e orando sempre.

No capítulo 19, *Vivência da Felicidade*, nos mostra que considerar a felicidade como falta de sofrimento, ausência de problemas e de preocupações, é um conceito destituído de legitimidade, porque se pode experimentar bem estar, felicidade, em situações de dor, assim como diante de problemas e de desafios. Joanna de Ângelis no diz que a felicidade é um estado emocional, na qual as questões externas, mesmo quando negativas, não conseguem modificar o sentimento de harmonia. Dentre as atitudes que devemos ter em mente e praticar para conduzirmos melhor nossa existência inclui o discernimento a respeito dos significados da existência terrestre para permitir a compreensão das ocorrências durante a vilegiatura humana, como também entender as situações das outras pessoas, suas dificuldades emocionais e seus problemas de relacionamento, especialmente em relação a si mesmo, constituindo um modelo de auto preservação de decepções e de conflitos na área do comportamento social, ademais de levar em consideração a transitoriedade de tudo.

No capítulo 20, *A Ditadura do Ego*, aborda que se estabeleceu ao longo do tempo a idéia que o indivíduo que possui personalidade é aquele em que o ego exerce predominância, e nesse conceito, o indivíduo forte e valoroso é aquele que se destaca pela firmeza e mesmo pela prepotência que exterioriza em relação aos demais. Mas, devemos observar que a superioridade do ego é defluente da construção dos interesses pessoais imediatos, em detrimento daqueles de natureza geral, de maior amplitude social e humana. A idéia falsa em torno do prazer estimula a ambição pela posse e as consequentes condutas que impõe o amealhar de coisas a que atribui exagerado valor. Quando nos conscientizarmos de que nos encontramos no mundo em aprendizagem de rápido curso, vamos

conseguir valorizar o que tem significado real e aquilo que apenas se expressa em aparência. Assim, a superação do ego torna-se essencial para a aquisição da felicidade, da alegria de viver e do bem-estar.

No capítulo 21, Ressentimento Doentio, nos alerta que ressentir constitui uma forma de chamar a atenção dos outros em torno da nossa morbidade. E diz que, o egoísta sente necessidade de reviver, de reexperimentar as emoções perturbadoras das situações, mesmo as desagradáveis, se vestindo de vítima, devendo ser homenageada pela sua infelicidade. Joanna de Ângelis também diz que “... o ressentimento é estagio de censura contra a conduta do próximo, apontando-lhe os desvarios e os erros que, em hipótese última, trata-se da projeção dos próprios conflitos... transforma-se num bafio pestilento que invade as áreas nobres do cérebro, perturbando-lhe as neurocomunicações, por consequência, dando origem a transtornos de variada catalogação... Assim sendo, ama, sê o irmão do caminho, o *samaritano* da parábola, o *cireneu* gentil, e descobrirás que o ressentimento é morbidez que já não existe na tua conduta cristã e espírita, ou genericamente, na tua cidadania.”

No capítulo 22, As Emoções, explica que essa palavra provém do verbo latino *emovere*, que significa mover ou movimentar, sendo, portanto, qualquer tipo de sentimento que produza na mente algum tipo de movimentação, que tanto pode ser positiva, negativa ou mesmo neutra. Os resultados que as emoções provocam, serão analisados pelos efeitos que produzam em nós, assim como naqueles com os quais convivemos, estabelecendo harmonia ou gerando empecilhos. O importante com relação às emoções é o esforço que deve ser desenvolvido a fim de que sejam transformadas as emoções nocivas em úteis. Joanna de Ângelis orienta que quando não consigamos permanecer emocionalmente neutro quando vivenciarmos uma situação conflitiva, que podemos evitar que se expanda o sentimento hostil, procurando administrar as reações que produz, mediante o hábito de respeitar o próximo, de considerá-lo em trânsito pelo nível de consciência, se em fase primária ou desenvolvida, tornando-se mais fácil assim, superar o primeiro impacto e corrigirmos o rumo do sentimento que se transformou em emoção de ira ou raiva.

No capítulo 23, Viver com Simplicidade, aborda que o apego às complexidades da vida material prende o ser nas coisas inúteis a que se atribui significados que na realidade não possuem e, que a existência de muitas pessoas é fruída com excessos e dificuldades que se derivam das coisas desnecessárias a que se atam. Quando se sugere a renúncia na existência terrena, pensamos em sacrifícios e disciplinas rigorosas que atormentam, porém, a proposta da renúncia se direciona ao abandono dos excessos de toda natureza. A simplicidade que se estrutura na renúncia natural de todo e qualquer excesso, por ser desnecessário, liberta o Espírito das fixações e temores das perdas. Logo, a simplicidade é etapa evolutiva que se deve alcançar, treinando-se renúncia e abnegação. Conseguir manter a simplicidade de coração, ou seja, simplicidade dos sentimentos, é conquista valiosa que impulsiona à liberdade e à paz.

No capítulo 24, A Sombria Face do Ódio, diz que o ódio é vírus moral que infecta as pessoas inadvertidas e as domina, tornando-as fatores de destruição onde se encontram e que o antídoto para esse mal é o amor feito de compaixão e de amizade, por ser recurso terapêutico para restituir o equilíbrio, a saúde moral. Toda onda de inimizade que se direciona contra alguém, responde pelos transtornos que lhe dão origem. Joanna de Ângelis nos orienta para quando algum mal nos acontecer,

pensarmos de maneira lúcida e tentarmos descobrir o benefício que podemos obter com a sua superação, evitando permanecer remoendo o ato infeliz, a fim de que não se nos fixe, mantendo-nos livre da sua mórbida contaminação. Também nos orienta da seguinte forma “... De maneira alguma, sintonizes na mesma onda de malquerença com aquele que te prejudica, mantendo-te em atitude equilibrada, porque o mal que te façam, realmente não te fará mal, se não permitires que te afete. Poderão talvez, criar-te embaraços, dificultando a tua existência, gerando incompreensões em torno da tua conduta, produzindo complexas situações de dor e de angústia, tudo, porém, dentro do esquema do teu processo evolutivo.

No capítulo 25, As Bençãos do Altruísmo, nos esclarece que a palavra foi cunhada pelo filósofo francês Augusto Comte para significar comportamento oposto ao egoísmo. O altruísmo é recurso de alta importância a ser utilizado a fim de despertar as emoções do amor e do perdão, da misericórdia e da caridade. Ainda nos esclarece que devemos reflexionar em torno do comportamento altruísta, a fim de que não se mascare o altruísmo com exibicionismo ou a presunção, que caracterizam muitos indivíduos que ainda não estão habilitados para essa prática digna de honra. O altruísmo sabe enxergar as necessidades alheias com grande acuidade, atendendo-as com mãos habilidosas e voz suave que não constrange nem humilha o beneficiado. Não aguarda reconhecimento, não espera aplauso ou louvação. Os gestos de altruísmo podem ser cultivados e desenvolvidos, partindo-se das pequenas experiências da tolerância, da bondade, da renúncia a algumas necessidades para beneficiar outrem, que passa a receber fraternal compreensão e ajuda.

No capítulo 26, Sempre o Equilíbrio, nos expõe que o equilíbrio é a postura ideal em todas as circunstâncias da vida. Joanna de Ângelis diz que as lutas e tribulações da existência terrestre quase sempre induzem ao desencanto e à amargura, porque o ser humano sempre aguarda grandes e bons resultados de todas as tentativas de realização, desinformado quanto às finalidades da existência terrestre, ademais da insensatez que predomina no comportamento humano. Assim, devemos empreender esforços para o desafio de nos conscientizarmos da realidade e do objetivo da nossa existência. Os compromissos terrenos que estimulam o progresso da sociedade, também fazem parte das altas responsabilidades morais do Espírito. Lembremo-nos que todo empreendimento que objetiva a nossa transformação moral e da comunidade enfrenta dificuldades e lutas e que quando nos encontremos no meio da batalha nunca percamos o equilíbrio e que voltados a Deus sigamos confiantes em nosso esforço e no auxílio que recebemos de Seus mensageiros. Equilíbrio consiste no trânsito pelo *caminho do meio*.

No capítulo 27, A Outra Face, nos traz que a educação equivocada que estimula o forte à governança, ao destaque, contribui para que a mansuetude e a humildade sejam deixadas de lado, ditas como fraqueza de caráter e debilidade moral. Quando se passa por dificuldades, diferenças de opinião, insultos e agravamentos, devem ser considerados como experimentos, como testes ao aprimoramento espiritual, ao aprendizado das novas condutas mencionadas no Evangelho de Jesus. “Quando isso não ocorre, fica-se sujeito à influência maléfica dos Espíritos inferiores que se comprazem em gerar situações embaraçosas, responsáveis por condutas lamentáveis.” Convém que aprendamos a dominar os impulsos de ira, que nos esforcemos por compreender o outro lado, a forma como os outros encaram as mesmas ocorrências e, já que o bem é a meta que devemos alcançar, não nos permitamos perturbar pelas emoções doentias e viciosas que nos consomem,

destruindo as nossas mais caras realizações espirituais. Joanna de Ângelis diz que “oferecer a outra face é mais do que expor o lado contrário, a fim de sofrer nova investida da perversidade. Trata-se da face moral, nobre, que se encontra oculta, aquela rica de sentimentos elevados que distingue uma de outra criatura.”

No capítulo 28, Estresse e Doenças, Joanna de Ângelis nos relembra que a problemática de qualquer natureza na área da saúde é sempre decorrente das estruturas morais de cada um de nós, seres humanos, em relação às nossas experiências evolutivas logradas ao longo das sucessivas reencarnações. Os débitos morais que enfraquecem as resistências espirituais, abrem campo vibratório para a desorganização celular e as contaminações destrutivas. Contudo, se fossem cultivados os sentimentos nobres e ampliada a área das reflexões tranqüilizadoras, aquelas que se expressam pelo amor, os antídotos vibratórios gerados pelo Espírito combateriam os agentes enfermícios, reorganizando os equipamentos danificados. Joanna de Ângelis nos orienta a que nos programemos para a saúde em todos os nossos momentos existenciais, que nos renovemos com frequência, libertando-nos dos pensamentos morbosos e enriquecendo-nos de alegria e de trabalho edificante e, não transferindo os nossos conflitos para os outros, sempre justificando as nossas mazelas e apontando-as nos demais.

No capítulo 29, Benefícios Advindos do Sofrimento, Joanna de Ângelis diz “Martelando incessantemente a sensibilidade obnubilada, o sofrimento exerce a função de buril que trabalha o envoltório grosseiro, a fim de fazer brilhar a gema preciosa que se lhe encontra oculta no cerne, facultando-lhe a luminosidade para a qual está destinada... O sofrimento, silencioso ou não, realiza o mister de contribuir para a felicidade do ser humano, facultando-lhe entender a pequenez perante a vida e a imperiosa urgência de alcançar o patamar do equilíbrio.” Assim, quando sejamos visitados por qualquer tipo de sofrimento, procuremos descobrir qual a mensagem que nos traz, qual a razão de que se reveste, nos autoanalisando e nos dispondo à sua aceitação, sabendo ainda, que o sofrimento não nos é imposto pelas Leis, mas que resulta do nosso desrespeitos às mesmas, que agora nos convocam ao refazimento da conduta que necessita de correção.

No capítulo 30, Elegia do Natal nos diz que embora antes da vinda de Jesus tudo eram sombras de ignorância, de habilidade para o mal e de perversidade, nunca faltou no nosso planeta a presença de Espíritos nobres que desceram às escuras paisagens para acender a luz do discernimento e oferecer as diretrizes da justiça. A Sua chegada à Terra, criou uma psicofera até então desconhecida, iniciando-se um período especial para a sociedade. Gentil, derramou claridades diamantinas, vencendo a escuridão vigente. “Alargou as fronteiras da vida para além da morte e fez-se ponte para vencer o aparente abismo existente, facultando a conquista da plenitude.” O Natal de Jesus é o momento culminante do compromisso do ser humano com a Consciência Cósmica, passando então a criatura humana a dispor dos equipamentos e recursos específicos para a aquisição da felicidade, em qualquer situação em que se encontre.

Sabemos que o ser humano está fadado à plenitude, e que cabe a cada um de nós a responsabilidade de nossas escolhas. Dessa forma, aproveitemos as orientações que recebemos e guiemos a nossa vida de forma a nos sentir estimulados pela necessidade do desenvolvimento das faculdades superiores, através do esforço pessoal superando comportamentos negativos pelos edificantes, contribuindo em

favor da aquisição da nossa harmonia e assim aperfeiçoando-nos moral e espiritualmente. Então, renovemos nossas atitudes.