

RECADOS DA TERÇA-FEIRA 07/11/23

Boa noite, amigos. Reservemos um momento do nosso dia para orar não apenas por nós, mas por todos. Orar é entrar em contato com Deus.

Dia Mundial da Gentileza. Disse-nos Chico Xavier:

“Quem dá recolhe a felicidade de ver a multiplicação daquilo que deu. Oferece a gentileza e encorajará a plantação da fraternidade.”

XAVIER, F. C. Fonte viva. Pelo Espírito Emmanuel. Brasília: FEB, 2020.

Desde o ano de 2000, existe o Dia Mundial da Gentileza, celebrado em 13 de novembro. É uma oportunidade de olharmos para o nosso próximo, oferecer auxílio e inspirar a sociedade na promoção do amor fraterno.

Fonte: <https://www.febnet.org.br/portal/2022/11/13/dia-mundial-da-gentileza-13-de-novembro/#:~:text=Pelo%20Esp%C3%ADrito%20Emmanuel.,na%20promo%C3%A7%C3%A3o%20do%20amor%20fraterno.>

Embora a gentileza devesse ser uma prática a ser realizada todos os dias, trazemos o tema aqui nesta tribuna, para termos a passagem desta data como uma excelente oportunidade para refletirmos sobre como é bom ser gentil com os outros e conosco mesmos.

Claro que não devemos ser gentis apenas no Dia Mundial da Gentileza, devemos adotar essa postura cotidianamente, sem necessidade de haver uma razão especial.

As palavras de Jesus no Evangelho de Mateus (7:12) nos chama a atenção para a necessidade de reciprocidade, de empatia, de compaixão, ao dizer-nos que:

“Portanto, tudo quanto quereis que as pessoas vos façam, assim fazei-o vós também a elas (...).”

Sem dúvida, Jesus nos deixou o recado de que a prática da convivência, baseada em valores como respeito e igualdade, é fundamental para vivermos em sociedade: um chamamento a sermos gentis.

A gentileza é uma característica essencialmente humana, que ressalta bondade, generosidade, amor e afeto. Ser gentil é também ser acolhedor, amável, caridoso, colaborador. Termos uma data para celebrá-la pode servir para que relembremos valores básicos entre as pessoas, como a civilidade, a cortesia e a educação.

Há inúmeras pesquisas científicas que apontam para vários aspectos positivos em relação à gentileza, fato que nos incentiva a exercitá-la, porque praticar atos gentis no dia a dia é bom para quem faz e também para quem recebe. Este foi o resultado de um estudo divulgado por psicólogos da Universidade de Sussex, no Reino Unido, em 2019. Foram analisadas imagens do cérebro de mais de mil participantes do experimento, que foram identificados como pessoas que tomavam decisões gentis. Como resultado, os pesquisadores concluíram que quem pratica a gentileza tem sua área cerebral responsável pela sensação de recompensa consideravelmente estimulada. Isso significa que ao ser gentil, somos recompensados com os sentimentos de alegria e dever cumprido.

Assim, deixamos aqui este convite: vamos fazer da gentileza um hábito diário, pois, afinal, como diz aquela frase popularizada por José Datrino, o conhecido Profeta Gentileza: "Gentileza gera gentileza".

Quer ter inspiração para ser cada dia mais gentil, agregando alegria, presteza e cortesia à sua vida?

Vamos ver algumas maneiras:

- Oferecer um cumprimento a um desconhecido na rua;
- Dar a preferência para um pedestre, no trânsito, ao veículo;
- Deixar um cafezinho pago para um desconhecido;
- Arrumar o ambiente de trabalho de seu colega para quando ele chegar;
- Recolher algum lixo que encontrar no chão;
- Oferecer auxílio a pessoas idosas, sem que elas peçam;
- Oferecer seu assento no coletivo;
- Distribuir mensagens otimistas, com palavras positivas, aos familiares, no seu trabalho, na sua escola, nas suas redes sociais;
- Dar flores a um(a) amigo(a), sem que seja uma data específica;
- Distribuir elogios sinceros;
- Oferecer sorrisos e abraços.

Mas não nos limitemos a ter essas atitudes somente por conta da passagem da data. Façamos mais vezes, façamos sempre que pudermos, façamos de todos os nossos dias um Dia Mundial da Gentileza e, assim, tornemos mais felizes a nossa vida e a vida das pessoas!

O Evangelho segundo o Espiritismo diz: "A benevolência para com seus semelhantes, fruto do amor ao próximo, produz a afabilidade e a doçura, que lhe são as formas de manifestar-se."

Fonte: <https://casadocaminhopae.com.br/por-uma-gentileza-nossa-de-cada-dia/> - <https://casadocaminhopae.com.br/por-uma-gentileza-nossa-de-cada-dia/> por Dejiária Santiago, da Casa do Caminho.

...

Fiquemos agora com a segunda e última parte da palestra em vídeo intitulada **Espiritismo e Cristianismo**, com nosso irmão Haroldo Dutra Dias (80 min.).

Muito obrigada, voltemos aos lares com Jesus em nossos corações!