

Hábitos adquiridos - Redação do Momento Espírita

Será que paramos para pensar nos hábitos que temos? Podemos recordar de algum, neste exato instante?

Talvez nos lembremos, de imediato, dos hábitos relativos à saúde do corpo, da higiene diária.

Importantes, necessários, salutareos.

Quem sabe recordemos dos hábitos de cordialidade, de agradecer, de pedir por favor, de sermos gentis com as pessoas em lugares públicos.

Porém, nossos hábitos vão além disso.

Um hábito é uma ação que se repete com frequência e regularidade, um comportamento.

Ou um pensamento que temos seguidamente, quando determinada situação se apresenta.

Um exemplo: o hábito de julgar as pessoas por sua aparência, pelo seu jeito.

Toda vez que encontramos alguém novo, um estranho, fazemos rapidamente um julgamento prévio daquela pessoa em nossa mente.

E basicamente nos servimos de nossos clichês.

Isso é um hábito, um costume que, por vezes, nem percebemos possuir.

Outro exemplo: o costume de interromper as pessoas quando estão explanando uma ideia, desenvolvendo um raciocínio.

Não conseguimos esperar que elas finalizem.

Nosso pensamento apressado faz com que interrompamos, tentemos concluir o pensamento delas.

Tudo sem aguardar as palavras finais.

Consequentemente, deixamos de ouvir o que verdadeiramente elas desejavam expressar.

Outro hábito é o de elogiar os outros.

Sentimos ser importante destacar seus pontos positivos e, sempre que possível, de uma forma simpática, proferimos um elogio sincero.

São hábitos adquiridos.

Alguns que vêm de nossa formação familiar, cultural, do agora.

Outros tantos trazemos do nosso passado, das experiências vividas no antes pelo Espírito imortal.

Esse conjunto de hábitos que vamos criando e apresentando ao longo da vida, forma nosso caráter, nosso jeito de ser, nossa educação.

A educação é o conjunto dos hábitos adquiridos.

Tendo isso em vista, seríamos capazes de fazer um balanço de nossos hábitos? Quais os que promovem o bem, nosso e dos demais?

Quais são os prejudiciais? Especialmente aqueles que não fazem bem a nós, nem aos que convivem

conosco, nem à sociedade em geral.

Se nos conhecêssemos melhor teríamos uma autoavaliação mais precisa do nosso caráter.

Enquanto isso, continuamos a fazer julgamentos apressados para dizer se fulano é bom ou mau caráter, normalmente baseados numa conduta específica em determinada área.

Uma pessoa de bom caráter é aquela que tem predominantes os bons hábitos, para consigo e para com o próximo.

É o homem de bem que conseguiu construir dentro de si condutas e pensamentos agregadores, de fraternidade e entendimento.

Reflitamos, dessa forma, sobre os nossos principais hábitos adquiridos ao longo desta caminhada.

E nos perguntemos: Quais deles queremos manter? Quais deles precisamos substituir por melhores?

Façamos esta saudável viagem para dentro de nosso eu e perceberemos que podemos melhorar muitas coisas que, afinal, irão nos propiciar dias melhores.

Os bons hábitos permitem a consciência tranquila, o sentimento de dever cumprido e o conseqüente amor a nós mesmos.

Redação do Momento Espírita.

Em 30.

4.

2019.