Baixa estima - Hammed

Hammed

O complexo de inferioridade consiste em um conjunto de idéias que foram recalcadas no inconsciente da criatura em tenra idade, associadas às já existentes pelas experiências obtidas em vidas pretéritas.

Ele age sobre a conduta humana, provocando sentimentos gratuitos de culpa, excessiva carga emotiva relacionada a pensamentos de baixa estima, freqüente sensação de inadequação e constante frustração em decorrência da desvalorização da capacidade e habilidade pessoal.

O sentimento de auto piedade pode nos tornar doentes fisicamente.

Uma espécie de invalidez psíquica envolve-nos a existência e, a partir daí, sentimo-nos inferiores e incapazes, levados a uma perda total da confiança em nós mesmos.

A piedade aqui referenciada, é o sofrimento moral de pesar ou aflição que sentimos por autopunição.

Ter pena ou dó, em muitas circunstâncias, pode não ser um sentimento verdadeiro, mas sim uma obrigação social aprendida, a ser demonstrada diante do infortúnio alheio.

No entanto, a sensação que experimentamos de amor, permeada de respeito e afeição pelos outros, revela-nos os reais sentimentos denominados de benevolência e compaixão.

A baixa estima ou auto piedade, pode nos levar a ser vítimas de nós mesmos, pois estaremos somatizando essas emoções negativas em forma de doenças.

Os sintomas da enfermidade podem ser considerados a forma física de expressar uma atitude interna, ou mesmo um conflito.

Portanto, doentes não são somente as vítimas inocentes de algum desarranjo da natureza, mas também os facilitadores de sua própria moléstia.

O acontecimento em si mesmo, nunca tem muito sentido; precisamos aprender a discernir o que há por trás do aspecto físico, ou seja, atingir o conteúdo metafísico das coisas.

A importância e a mensagem de um fato ou de um acontecimento somente aparecem clarificadas, quando interpretados em sua significação; é isso que nos permite a compreensão completa de seu sentido.

Quando deixamos de interpretar as ocorrências da vida e o segmento natural que implicará seu destino, nossa existência mergulhará numa total falta de sentido.

A doença sempre tem uma intencionalidade e um objetivo, surgindo nas criaturas de baixa estima a fim de alertá-las de que existe uma descompensação psíquica (seu sentimento de inferioridade) e da necessidade de harmonizá-la.

O sentimento de inferioridade ou de baixa estima associa as criaturas a uma resignação exagerada, a um autodesleixo ou descuido das coisas pessoais.

A perda do senso de autovalorização é também conseqüência do sentimento de inferioridade, que remete os indivíduos à vivência entre hábitos cronometrados e a uma mecanização dos costumes.

Aqui estão algumas afirmações, que, se observadas com atenção, poderão nos ajudar a reconquistar a autoconfiança perdida:

- somos potencialmente capazes de tomar decisões sem ter que recorrer a intermináveis conselhos;

- possuímos uma individualidade divina completamente distinta da dos outros;

- fazemos as coisas porque gostamos, não para agradar as pessoas;

- encontraremos sempre novos relacionamentos; por isso não temos medo de ser abandonados;

- usaremos, constantemente, de nosso bom senso; portanto, as críticas e as desaprovações não nos atingirão com facilidade;

- tomaremos nossas próprias decisões, respeitando, porém, a dos outros.

É essencial lembrar-nos de que sempre é possível alterar ou transformar nosso estilo de vida.

Para tanto, não duvidemos de nossas aptidões e vocações naturais, nem questionaremos, sistematicamente, nossas forças interiores.

Para obtermos autoconfiança, somente é preciso reivindicarmos, valorosamente, o que já existe em nós por direito divino.

Autor: Francisco do Espírito Santo Neto

Pelo Espírito Hammed

Extraído do livro As dores da Alma.