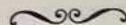


na hora do extremo sacrificio, quando lhe cabia socorrer as vítimas da ignorância e do ódio, da violência e do fanatismo, ele sozinho fez o donativo de si mesmo, em favor de milhões.



## Desportos

Se há esportes que auxiliam o corpo, há esportes que ajudam a alma...

A marcha do dever retamente cumprido.  
A regata de suor no trabalho.  
O exercício do devotamento ao estudo.  
O salto do esforço, acima dos obstáculos.  
A maratona das boas obras.  
O torneio da gentileza.  
O mergulho no silêncio, diante da injúria.  
O nado da paciência nas horas difíceis.  
A ginástica da tolerância perante as ofensas.  
O voo do pensamento às esferas superiores.  
A demonstração de resistência moral nas provas de cada dia.

Todos esses desportos do espírito podem ser praticados em todas as idades e condições. E creia que qualquer campeonato num deles será prêmio de luz em seu coração, a brilhar para sempre.

## 14

E — Cap. IX — Item 9

L — Questão 826

*Temas estudados:*

Irritação  
Disciplina e direitos individuais  
Azedume nos caracteres elevados  
Auto-tratamento  
Cativoiro íntimo  
Manifestações pessoais

## Em torno da irritação

Observação estranha, mas fato real. As ocorrências da irritação aparecem muito mais frequentemente nos caracteres enobrecidos. Espécie de enfermidade da retidão, se a retidão pudesse adoecer.

A pessoa percebe a grandeza da vida, acorda para a responsabilidade, consagra-se à obrigação e passa a prestigiar disciplina e tempo; adquirindo mais ampla noção do dever, que reconhece precisa exprimir-se irrepreensivelmente executado, supõe-se com mais vasta provisão de direitos. E, por vezes, leva mais longe que o necessário a faculdade de preservá-los e defendê-los, iniciando as primeiras formações de irascibilidade, através da superestimação do próprio valor. Instalado o sen-

timento de auto-importância, a criatura abraça facilmente melindres e mágoas, diante de lutas naturais que considera por incompreensões e ofensas alheias.

Chegando a esse ponto, as vítimas desse perigoso síndrome, vinculado à patologia da mente, surgem perante os mais íntimos na condição de enfermos prestimosos, amados e evitados, de vez que não se lhes pode ignorar a altura moral e nem adivinhar o momento da explosão. E porque o mau humor dos espíritos respeitáveis, pelo trabalho que exercem e pela conduta que esposam, dói muito mais que a leviandade de criaturas menos afeitas à dignidade e ao serviço, semelhantes companheiros estimáveis e preciosos são procurados tão-somente em regime de exceção ou postos à margem pela gentileza dos outros, interpretados à conta de amigos temperamentais ou nervosos distintos.

Examinemos a nós mesmos.

Dirijamos para dentro da própria alma o estilete da introspecção.

Se a agressividade nos assinala o modo de ser, tratemos do caráter enfermigo, com a mesma atenção com que se medica um órgão doente. E se a nossa consciência jaz tranquila, na certeza de que temos procurado realizar o melhor ao nosso alcance, no aproveitamento das oportunidades que o Senhor nos concedeu, estejamos serenos na dificuldade e operosos na prática do bem, à frente de quaisquer circunstâncias, lembrando-nos de que a erva-de-passarinho asfixia de preferência as árvores nobres e a tiririca se alastra, como verdadeira calamidade, justamente na terra boa.



## Liberte a você

Lábios envenenados pelo fel da maledicência não conseguem sorrir com verdadeira alegria.

Ouvidos fechados com a cera da leviandade não escutam as harmonias intraduzíveis da paz.

Olhos empoeirados pela indiscrição não vêem as paisagens reconfortantes do mundo.

Braços inertes na ociosidade não conseguem fugir à paralisia.

Mente prisioneira no mal não amealha recursos para reter o bem.

Coração incapaz de sentir a fraternidade pura não se ajusta ao ritmo da esperança e da fé.

\*\*\*

Liberte a você de semelhantes flagelos.

Leis indefectíveis de amor e justiça superintendem todos os fenômenos do Universo e fiscalizam as reações de cada espírito. Assim, pois, no trabalho da própria renovação, a criatura não pode desprezar nenhuma das suas manifestações pessoais, sem o que dificilmente marchará para a Vanguarda de Luz.