

## ANSIEDADE

A preocupação pode produzir ansiedade, levando-nos, a partir de então, a imaginar fatos catastróficos. Quando nos preocupamos com o futuro, não vivemos o agora e sofremos imensa imobilização, que toma conta do nosso presente, advinda de coisas que irão ou não acontecer no amanhã. A reunião de todas as nossas ansiedades não poderá alterar nosso destino; somente nosso empenho, determinação e vontade no momento presente é que poderá transformá-lo para melhor.

Crer com firmeza que Deus nunca erra e sempre está se manifestando e se pronunciando em tudo e em todos será sempre um método feliz de se despreocupar. Crer que Ele está sempre disposto a nos prover de tudo o que necessitamos para nosso amadurecimento espiritual é o melhor antídoto contra a ansiedade.

Já tomastes plena consciência de tua ansiedade?

Notaste como estás atropelando os outros e a ti mesmo?

Aonde queres chegar? Por onde caminhas?

Todas essas perguntas, respondidas sinceramente, poderiam abrir-te a mente para novas e melhores atitudes, garantindo-te estabilidade e segurança emocionais.

A vida te escutará, auscultando tua intimidade, ou seja, tuas reais necessidades da alma.

A tua ansiedade não mudará o curso da Natureza.

Não tentes mudar a sequência dos fatos. Existem etapas regidas por ciclos evolutivos que são, em verdade, o processo espiritual de desenvolvimento de cada um. Cada fase antecede a outra; portanto, está equilibrado harmonicamente pelas normas do Poder Divino.

Não queiras burlar as barreiras naturais do Universo, acalma-te, procura caminhar passo após passo, porque somente assim chegarás à serenidade que tanto procuras.

Não tenhas pressa – a paciência te ajudará a atravessar o momento de crise e os frutos do amanhã serão proporcionais à tua paciência de agora.

Deus fala contigo pela voz silenciosa de teu coração.

Fonte: As dores da alma (Francisco do Espírito Santo Neto pelo espírito Hammed).