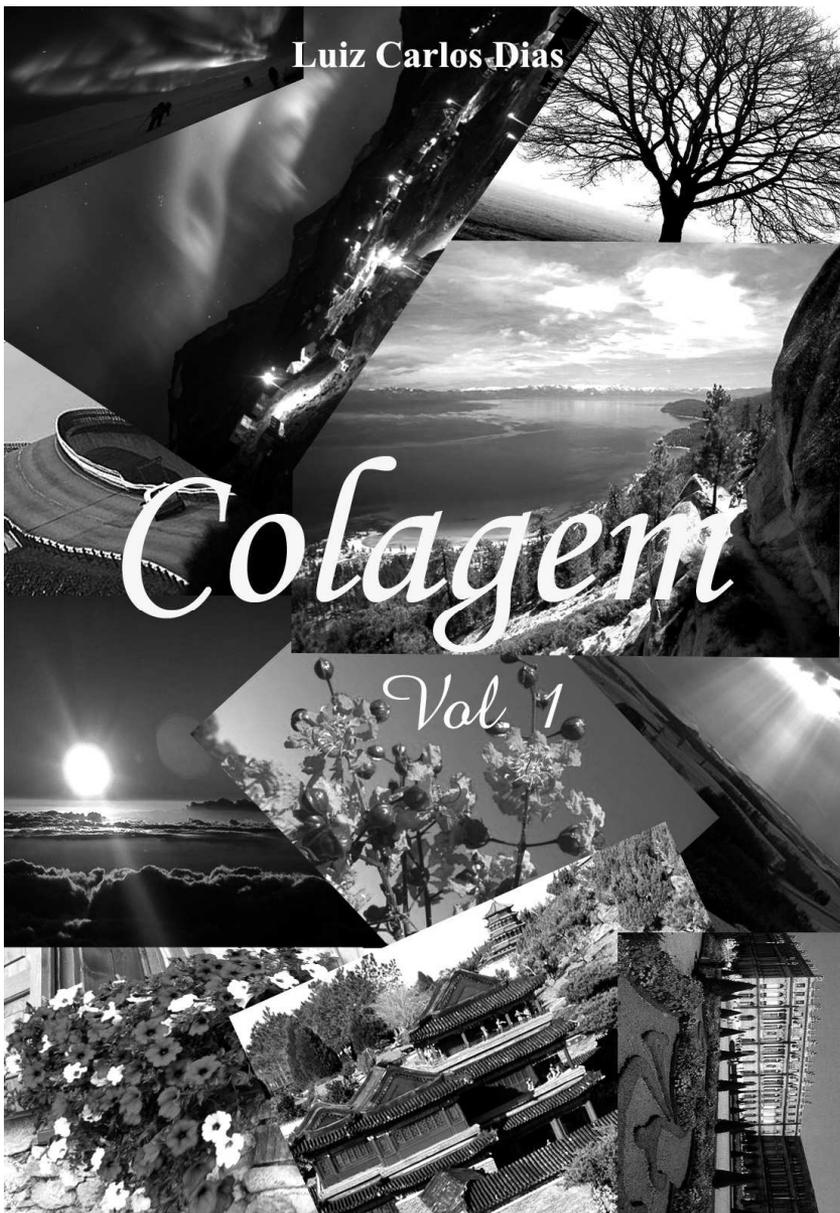


Luiz Carlos Dias

Colagem

Vol. 1



COLAGEM

VOL. 1

Luiz Carlos Dias

Rio de Janeiro, 2007

INTRODUÇÃO

COLAGEM é o título deste livro. Por quê? Todos devemos de concordar que, nos dias atuais, a Internet vem representando o mais contundente meio de comunicação entre grande parte da população mundial. Pois foi com base nesta premissa que resolvi compilar conteúdos, os mais diversos, de *emails* que venho recebendo há algum tempo.

A compilação não teve a preocupação de classificar o conteúdo das mensagens. Histórias, estórias, mensagens de otimismo, passagens jocosas. Conteúdos invocando Deus. E muitos outros temas. Não existe preconceito ou discriminação. Todos foram registrados. Daí o título escolhido: **COLAGEM**.

O objetivo é o de realmente fazer uma colagem de diversas mensagens recebidas, visando possibilitar ao leitor a oportunidade de não precisar ler o livro em páginas contínuas, como se um romance fosse, uma história policial, ou um livro de auto-ajuda. Quem sabe até possa vir a ser considerado um livro de auto-ajuda? Não foi a intenção. O leitor poderá abrir em qualquer página. Caso o assunto não seja de seu inteiro agrado, logo a seguir outro assunto poderá ser encontrado, quem sabe mais interessante que o anterior, e assim por diante.

Esse mosaico de mensagens vem como forma de dar oportunidade àqueles que ainda não navegam pela grande rede, de desfrutarem momentos agradáveis e deliciosos, partilhados por relacionamentos anônimos, muitas das vezes com pessoas que nunca encontramos, ou encontraremos. Mas um encontro casual também poderá ocorrer.

Com toda certeza, cada mensagem, ou assunto, poderá ter um autor. Procurei sempre dar o devido crédito a cada um, nem sempre conseguindo, mesmo consultando insistentemente a Internet com seus diversos *sites* de busca. É quase regra geral, receber um *email* com a expressão *Autor Desconhecido*.

Muitas vezes não é assim. Um autor existe, mas nem sempre é citado. Peço desculpas pela falta do crédito correspondente, mas gostaria que todas as mensagens recebidas tivessem o autor identificado. Àqueles que porventura conheçam algum autor de um dos trechos apresentados, aceitarei de bom grado a informação para que possa dar o devido crédito em próximas edições. Meu *email*: lcdias@lcdias.com.br.

A grande maioria do que aqui é apresentado foi recebido em arquivo com o formato de apresentação gráfica, tendo sido devidamente convertido para facilidade de edição e leitura.

A quantidade de mensagens que recebo por *email* diariamente é grande e isso deve ser creditado à enorme facilidade de transmissão de informação que a Internet coloca à disposição de todos, permitindo que cada um difunda tudo aquilo que acredita ser de interesse de parentes, amigos, colegas de trabalho e de outros relacionamentos.

Que este livro seja de agrado do leitor, pois só assim o trabalho pode ser reconhecido como de utilidade.

Luiz Carlos Dias

19.10.2007

MINHA ORAÇÃO NO FINAL DO ANO

Senhor Deus dono do tempo e da eternidade,
teu é o hoje e o amanhã,
o passado e o futuro.

Ao acabar mais um ano,
quero te dizer obrigado
por tudo aquilo que recebi de Ti.

Obrigado pela vida e pelo amor,
pelas flores, pelo ar e pelo sol,
pela alegria e pela dor,
pelo que foi possível e
pelo que não foi.

Ofereço-Te tudo o que fiz neste ano,
o trabalho que pude realizar,
as coisas que passaram por minhas mãos
e o que com elas pude construir.

Apresento-Te as pessoas que ao longo deste ano amei,
as amizades novas e os antigos amores.

Os que estão perto de mim
e aqueles que pude ajudar,
aos com quem compartilhei a vida,
o trabalho, a dor e a alegria.

Mas também, Senhor,
hoje quero te pedir perdão.
Perdão pelo tempo perdido,
pelo dinheiro mal gasto,
pela palavra inútil
e o amor desperdiçado.

Perdão pelas obras vazias
e pelo trabalho mal feito,
perdão por viver sem entusiasmo.

Também pela oração
que aos poucos fui adiando
e que agora venho Te apresentar,
por todos os meus olvidos,
descuidos e silêncios,
novamente Te peço perdão.

Nos próximos dias começaremos um ano novo.
Para a minha vida diante do novo calendário
que ainda não se iniciou
e Te apresento estes dias,
que somente Tu sabes se chegarei a vivê-los.

Hoje, Te peço para mim,
meus parentes e amigos,
a paz e a alegria,
a fortaleza e a prudência,
a lucidez e a sabedoria.

Quero viver cada dia com otimismo e bondade,
levando a toda parte um coração cheio de compreensão e paz.

Fecha meus ouvidos a toda falsidade
e meus lábios a palavras mentirosas,
egoístas ou que magoem.

Abre sim, meu ser a tudo que é bom.
Que meu espírito seja repleto somente de bênçãos
para que as derrame por onde passar.

Senhor, a meus amigos que lêem esta mensagem,
enche-os de sabedoria, Paz e Amor.
E que nossa amizade dure para sempre em nossos corações.

Enche-me também, de bondade e alegria
para que todas as pessoas que eu encontrar no meu caminho
possam descobrir em mim, um pouquinho de Ti.

Dá-nos um ano feliz.



UMA LENDA CHINESA

Era uma vez uma jovem chamada Lin, que se casou e foi viver com o marido na casa da sogra. Depois de algum tempo, começou a ver que não se adaptava à sogra.

Os temperamentos eram muito diferentes e Lin se irritava com os hábitos e costumes da sogra, que criticava cada vez mais com insistência.

Com o passar dos meses, as coisas foram piorando, a ponto de a vida se tornar insuportável. No entanto, segundo as tradições antigas da China, a nora tem que estar sempre a serviço da sogra e obedecer-lhe em tudo.

Mas Lin, não suportando por mais tempo a idéia de viver com a sogra, tomou a decisão de ir consultar um Mestre, velho amigo do seu pai.

Depois de ouvir a jovem, o Mestre Huang pegou num ramalhete de ervas medicinais e disse-lhe:

- Para te livrares da tua sogra, não as debes usar de uma só vez, pois isso poderia causar suspeitas. Vais misturá-las com a comida, pouco a pouco, dia após dia, e assim ela vai-se envenenando lentamente. Mas, para teres a certeza de que, quando ela morrer, ninguém suspeitará de ti, deverás ter muito cuidado em tratá-la sempre com muita amizade. Não discutas e ajuda-a a resolver os seus problemas.

Lin respondeu: “Obrigado, Mestre Huang, farei tudo o que me recomenda”.

Lin ficou muito contente e voltou entusiasmada com o projeto de assassinar a sogra.

Durante várias semanas Lin serviu, dia sim, dia não, uma refeição preparada especialmente para a sogra.

E tinha sempre presente a recomendação de Mestre Huang para evitar suspeitas: controlava o temperamento, obedecia à sogra em tudo e tratava-a como se fosse a sua própria mãe.

Passados seis meses, toda a família estava mudada. Lin controlava bem o seu temperamento e quase nunca se aborrecia. Durante estes meses, não teve uma única discussão com a sogra, que também se mostrava muito mais amável e mais fácil de tratar com ela.

As atitudes da sogra também mudaram e ambas passaram a tratar-se como mãe e filha. Certo dia, Lin foi procurar o Mestre Huang, para lhe pedir ajuda e disse-lhe:

- Mestre, por favor, ajude-me a evitar que o veneno venha a matar a minha sogra. É que ela se transformou numa mulher agradável e gosto dela como se fosse a minha mãe. Não quero que ela morra por causa do veneno que lhe dou.

Mestre Huang sorriu e abanou a cabeça: “Lin, não te preocupes. A tua sogra não mudou. Quem mudou foste tu. As ervas que te dei são vitaminas para melhorar a saúde. O veneno estava nas tuas atitudes, mas foi sendo substituído pelo amor e carinho que lhe começaste a dedicar”.

Na China, há um provérbio que diz: “A pessoa que ama os outros também será amada”. E os árabes têm outro provérbio: “O nosso inimigo não é aquele que nos odeia, mas aquele que nós odiamos”.

As pessoas que mais nos dão dor de cabeça hoje poderão vir a ser as que mais nos darão alegrias no futuro.

Invista nelas... Cative-as, ouça-as, cruze seu mundo com o mundo delas. Plante sementes. Não espere o resultado imediato... Colha com paciência.

Esse é o único investimento que jamais se perde. Se as pessoas não ganharem, você, pelo menos, ganhará: Paz interior, experiência e consciência de que fez o melhor.



VERDADES

"Um amigo é uma pessoa com a qual se pode pensar em voz alta".

(Ralph Waldo Emerson)

“Os dias prósperos não vêm por acaso; nascem de muita fadiga e persistência”.

(Henry Ford)

“Nenhuma mente que se abre para uma nova idéia voltará a ter o tamanho original”.

(Albert Einstein)

“Não existe o esquecimento total: as pegadas impressas na alma são indestrutíveis”.

(Ralph Waldo Emerson)

“A alegria está na luta, na tentativa, no sofrimento envolvido. Não na vitória propriamente dita”.

(Mahatma Gandhi)

“Transportai um punhado de terra todos os dias e fareis uma montanha”.

(Confúcio)

“Os grandes navegadores devem sua reputação aos temporais e tempestades”.

(Epicuro)

“A Fé, mesmo quando é profunda, nunca é completa”.

(Jean-Paul Sartre)

“Não devemos permitir que alguém saia da nossa presença sem se sentir melhor e mais feliz”.

(Madre Teresa de Calcutá)

“Ninguém é bom por acaso; a virtude deve ser bem aprendida”.

(Chico Xavier)

“Ambiente limpo não é o que mais se limpa e sim o que menos se suja”.

(Chico Xavier)

“Experiência é o nome que nós damos aos nossos próprios erros”.

(Oscar Wilde)

“Adoro as coisas simples. Elas são o último refúgio de um espírito complexo”.

(Oscar Wilde)

“A vida sem reflexão não merece ser vivida”.

(Sócrates)

“Guardar ressentimento é como tomar veneno e esperar que a outra pessoa morra”.

(Shakespeare)

“Nenhum vento sopra a favor de quem não sabe para onde ir”.

(Sêneca)

“A esperança é o alimento de nossa alma, ao qual sempre se mistura o veneno do medo”.

(Voltaire)

“Se a gente quiser modificar alguma coisa, é pelas crianças que devemos começar”.

(Ayrton Senna)

“Quem só deseja demonstrar que está certo, termina por agir errado”.

(Paulo Coelho)

“A vida é o que acontece enquanto você está ocupado fazendo outros planos”

(John Lennon)



A ORIGEM DA PALAVRA SINCERA

Sincera é uma palavra doce e confiável. Sincera é uma palavra que acolhe. E essa é uma palavra que deveria estar no vocabulário de toda alma. Sincera foi uma palavra inventada pelos romanos.

Sincero vem do velho, do velhíssimo latim...

Eis a poética viagem que fez sincero de Roma até aqui:

Os romanos fabricavam certos vasos de uma cera especial. Essa cera era, às vezes, tão pura e perfeita que os vasos se tornavam transparentes. Em alguns casos, chegava-se a se distinguir um objeto - um colar, uma pulseira ou um dado – que estivesse colocado no interior do vaso. Para o vaso, assim fino e límpido, dizia o romano vaidoso:

- Como é lindo... parece até que não tem cera!

"Sine-cera" queria dizer: "sem cera", uma qualidade de vaso perfeito, finíssimo, delicado, que deixava ver através de suas paredes.

Da antiga cerâmica romana, o vocábulo passou a ter um significado muito mais elevado.

Sincero é aquele que é franco, leal, verdadeiro, que não oculta, que não usa disfarces, malícias ou dissimulações.

O sincero, à semelhança do vaso, deixa ver, através de suas palavras, os nobres sentimentos de seu coração.



AGENDA DA FELICIDADE

O diálogo... É a ponte que liga as duas margens, do eu à do tu. Transmite-o bastante.

O sorriso... É o cartão de visita das pessoas saudáveis. Distribua-o gentilmente.

A bondade... É a flor mais atraente do jardim de um coração bem cultivado. Plante estas flores.

O amor... É a melhor música na partitura da vida. Sem ele, você será um eterno desafinado.

A paz da consciência... É o melhor travesseiro para o sono da tranquilidade. Viva em paz consigo mesmo.

A alegria... É o perfume gratificante, fruto do dever cumprido. Esbanje-o, o mundo precisa dele.

A Fé... É a bússola certa para navios errantes, incertos, buscando as praias da eternidade. Utilize-a sempre.

A esperança... É o vento bom enfunando as velas do nosso barco. Chame-a para dentro do seu cotidiano.

Acreditamos que com essa agenda, a felicidade pode ser a companheira e aliada para tocar o barco da vida.



QUANDO ME AMEI DE VERDADE

(Kim e Alisson McMillen)

Quando me amei de verdade compreendi que em qualquer circunstância eu estava no lugar certo... Na hora certa... No momento exato... Então, pude relaxar. Hoje sei que isso tem nome AUTO ESTIMA.

Quando me amei de verdade pude perceber que a minha angústia e sofrimento emocional não passam de um sinal de que estou indo contra as minhas verdades. Hoje sei que isso é... AUTENTICIDADE.

Quando me amei de verdade parei de desejar que a minha vida fosse diferente e comecei a ver que tudo o que acontece contribui para meu crescimento. Hoje chamo isso de... AMADURECIMENTO.

Quando me amei de verdade comecei a perceber como é ofensivo forçar alguma situação ou alguém apenas para realizar aquilo que desejo, mesmo sabendo que não é o momento ou a pessoa não está preparada, inclusive eu mesmo. Hoje sei que o nome disso é... RESPEITO.

Quando me amei de verdade comecei a me livrar de tudo que não fosse saudável: pessoas, tarefas, tudo e qualquer coisa que me colocasse para baixo. De início, minha razão chamou essa atitude de egoísmo. Hoje sei que se chama... AMOR PRÓPRIO.

Quando me amei de verdade deixei de temer meu tempo livre e de fazer grandes planos abandonei os projetos megalômanos de futuro. Hoje faço o que acho certo, o que gosto, quando quero e no meu próprio ritmo. Hoje sei que isso é... SIMPLICIDADE.

Quando me amei de verdade desisti de querer ter sempre razão e com isso errei muito menos vezes. Hoje descobri a... HUMILDADE.

Quando me amei de verdade desisti de ficar revivendo o passado e de me preocupar com o futuro. Agora, me mantenho no presente, que é onde a vida acontece. Hoje vivo um dia de cada vez. Isso é... PLENITUDE.

Quando me amei de verdade percebi que a minha mente pode me atormentar e me decepcionar. Mas quando eu a coloco a serviço do coração ela se torna uma grande e valiosa aliada. Tudo isso é... SABER VIVER!



PROCURA-SE UM AMANTE

(Dr. Jorge Bucay - Hay que buscarse un Amante)

Muitas pessoas têm um amante e outras gostariam de ter um. Há também as que não têm, e as que tinham e perderam. Geralmente são essas últimas as que vêm ao meu consultório para me contar que estão tristes ou que apresentam sintomas típicos de: insônia, pessimismo, apatia, crises de choro, ou as mais diversas dores. Enfim, são várias as maneiras que elas encontram para dizer que estão simplesmente perdendo a esperança.

Elas me contam que suas vidas transcorrem de forma monótona e sem perspectivas, que trabalham apenas para sobreviver e que não sabem como ocupar seu tempo livre. Elas já esperam o diagnóstico de depressão e a inevitável receita do antidepressivo do momento...

Mas, após escutá-las atentamente, eu lhes digo que na verdade precisam é de um AMANTE!

“Como é possível que um profissional se atreva a sugerir uma coisa dessas?!”

- pensam chocadas, escandalizadas.

Mas eu explico que AMANTE é “aquilo que nos apaixona”. É o que toma conta do nosso pensamento antes de pegarmos no sono e é também aquilo que, às vezes, nos impede de dormir.

O nosso AMANTE é aquilo que nos mantém distraídos em relação ao que acontece à nossa volta. É o que nos mostra o sentido e a motivação da vida.

Às vezes encontramos o nosso AMANTE em nosso parceiro, outras, em alguém que não é nosso parceiro, mas que nos desperta as maiores paixões e sensações incríveis.

Também podemos encontrá-lo na pesquisa científica ou na literatura, na música, na política, no esporte, no trabalho, na necessidade de transcender espiritualmente, na boa mesa, no estudo ou no prazer do passatempo predileto...

Enfim, é "alguém" ou "algo" que nos faz "namorar" a vida e nos afasta do triste destino de "ir levando". E o que é "ir levando"? Ir levando é ter medo de viver.

É o vigiar a forma como os outros vivem, é o se deixar dominar pela pressão, perambular por consultórios médicos, tomar remédios multicoloridos, afastar-se do que é gratificante, observar decepcionado cada ruga nova que o espelho mostra, é se aborrecer com o calor ou com o frio, com a umidade, com o sol ou com a chuva.

Ir levando é adiar a possibilidade de desfrutar o hoje, fingindo se contentar com a incerta e frágil ilusão de que talvez possamos realizar algo amanhã.

Por favor, não se contente com "ir levando"; procure um amante, seja também um amante e um protagonista ... da SUA VIDA...

A psicologia, após estudar muito sobre o tema, descobriu algo transcendental:
"PARA SE ESTAR SATISFEITO, ATIVO E SENTIR-SE JOVEM E FELIZ, É PRECISO NAMORAR A VIDA."



A DIFERENÇA ENTRE UM ANJO E UM AMIGO...

Anjos e Amigos... Todos temos um pouquinho de cada coisa...

Um Anjo nos toma pela mão e nos aproxima de Deus. Um amigo foi enviado por Deus para nos aproximarmos Dele.

Um Anjo tem a obrigação de cuidar de nós... Um amigo cuida de nós por amor...

Um Anjo te vê sorrir, e observa as tuas alegrias. Um amigo te faz sorrir, e faz parte das tuas alegrias.

Um Anjo sabe quando necessitas da ajuda de alguém. Um amigo te ajuda sem saber que necessitas.

Um Anjo te ajuda, evitando problemas. Um amigo te ajuda a resolvê-los.

Um Anjo te vê sofrer, sem poder te abraçar. Um amigo te abraça, porque não te quer ver sofrer.

Um Anjo, na realidade, faz parte dos teus sonhos. Um amigo compartilha e luta para que os teus sonhos sejam uma realidade.

Um Anjo está sempre contigo, não percebe a tua falta. Um amigo, quando não está contigo, não só sente a tua falta, mas também pensa em ti.

Um Anjo vela os teus sonhos. Um amigo sonha contigo.

Um Anjo aplaude os teus triunfos. Um amigo te ajuda para que triunfes.

Um Anjo se preocupa quando estás mal. Um amigo se alegra quando estás bem.

Um Anjo recebe uma oração tua. Um amigo faz uma oração por ti.

Um Anjo te ajuda a sobreviver. Um amigo vive por ti.

Para um Anjo, é uma missão que cumpriu. Para um amigo, é uma obrigação te defender.

Um Anjo é algo celestial. Um amigo é uma oportunidade real de conhecê-lo melhor...

Na semelhança que há entre "o amor e a amizade ", um Anjo quer ser teu amigo. Um amigo propõe-se também a ser o teu Anjo... E é alguém que te cuida nas noites mais turbulentas, para que possa compartilhar de todos os seus sonhos.



A PAZ QUE TRAGO EM MEU PEITO

A paz que trago hoje em meu peito é diferente da paz que eu sonhei um dia...

Quando se é jovem ou imaturo, imagina-se que ter paz é poder fazer o que se quer, repousar, ficar em silêncio e jamais enfrentar uma contradição ou uma decepção. Todavia, o tempo nos vai mostrando que a paz é resultado do entendimento de algumas lições importantes que a vida nos oferece. A paz está no dinamismo da vida, no trabalho, na esperança, na confiança, na fé...

Ter paz é ter a consciência tranqüila, é ter certeza de que se fez o melhor ou, pelo menos, tentou...

Ter paz é assumir responsabilidades e cumpri-las, é ter serenidade nos momentos mais difíceis da vida.

Ter paz é ter ouvidos que ouvem, olhos que vêem e boca que diz palavras que constroem.

Ter paz é ter um coração que ama...

Ter paz é brincar com as crianças, voar com os passarinhos, ouvir o riacho que desliza sobre as pedras e embala os ramos verdes que em suas água se espreguiçam...

Ter paz é não querer que os outros se modifiquem para nos agradar, é respeitar as opiniões contrárias, é esquecer as ofensas.

Ter paz é aprender com os próprios erros, é dizer “não” quando é “não” que se quer dizer...

Ter paz é ter coragem de chorar ou de sorrir quando se tem vontade... É ter forças para voltar atrás, pedir perdão, refazer o caminho, agradecer...

Ter paz é admitir a própria imperfeição e reconhecer os medos, as fraquezas, as carências...

A paz que hoje trago em meu peito... É a tranqüilidade de aceitar os outros como são, e a disposição para mudar as próprias imperfeições... É a humildade para reconhecer que não sei tudo e aprender até com os insetos... É a vontade de dividir o pouco que tenho e não me aprisionar ao que não possuo... É melhorar o que está ao meu alcance, aceitar o que não pode ser mudado e ter lucidez para distinguir uma coisa da outra... É admitir que nem sempre tenho razão e, mesmo que tenha, não brigar por causa disso.

A paz que hoje trago em meu peito é a confiança Naquele que criou e governa o mundo... A certeza da convicção de que receberei, das leis soberanas da vida, o que a elas tiver oferecido.



O SILÊNCIO QUE PERDI

(Roque Schneider)

Apesar de tudo... Eu acredito na força silenciosa que me vem do alto.

Apesar de tudo... Eu acredito na serenidade, nobreza e compreensão.

Apesar de tudo... Eu acredito na bondade espontânea, no gesto comunitário de quem serve.

Apesar de tudo... Eu acredito na luz radiante refletida nas mãos que rezam.

Apesar de tudo... Eu acredito no sofrimento que fala de renúncia e doação.

Apesar de tudo... Eu acredito no olhar compreensivo dos que expressam tanta paz interior.

Apesar de tudo... Eu acredito na flor da gratidão que viceja no fundo da alma.

Apesar de tudo... Eu acredito no silêncio que ainda constrói ilhas do bem querer. No oceano agitado do barulho e da compreensão.

Apesar de tudo... E acima de tudo eu acredito no amor. No amor, alimentado de silêncio e reflexão que pode transformar a Terra, colocando a Terra mais perto do céu!!!

Deus é silêncio, palavra, comunicação.



AS TRÊS PENEIRAS

Todo o dia, Fernando chegava à sala do seu chefe com uma novidade a respeito de seus colegas:

- Chefe, o senhor nem imagina o que me contaram a respeito do Silva. Disseram que ele....

Neste dia, o chefe não permitiu que ele continuasse.

- Espere um pouco, Fernando. O que você me vai contar já passou pelo teste das três peneiras?

- Peneiras? Que peneiras, chefe?

- A primeira, meu caro, é a da verdade. Você tem certeza de que o fato que quer me contar é absolutamente verdadeiro?

- Não. Não tenho como saber! O que sei foi o que me contaram. Mas acho que...

- Então sua história ficou na primeira peneira. Vamos à segunda peneira, a da bondade. O que você quer me contar, gostaria que os outros fizessem a seu respeito?

- Claro que não. Deus me livre? - afirmou Fernando, assustado.

- Então - continuou o chefe - a sua história também ficou na segunda peneira. Vamos à terceira, a da necessidade. Você acha mesmo necessário me contar esse fato, ou mesmo passá-lo adiante?

- Não, chefe. Passando pelo crivo dessas peneiras percebi que não sobrou nada para contar.

- Pois é, Fernando, saiba que pessoas inteligentes falam sobre idéias, pessoas comuns falam de coisas e pessoas medíocres falam de pessoas.

Moral da história: crescer sobre os escombros dos outros não trás felicidade a ninguém.



ASSIM É A VIDA...

Um garoto nasceu com uma doença que não tinha cura. Tinha 17 anos e podia morrer a qualquer momento. Sempre viveu na casa de seus pais, sob o cuidado constante de sua mãe. Um dia decidiu sair sozinho e, com a permissão da mãe, caminhou pela sua quadra, olhando as vitrines e as pessoas que passavam.

Ao passar por uma loja de discos, notou a presença de uma garota, mais ou menos da sua idade, que parecia ser feita de ternura e beleza. Foi amor à primeira vista. Abriu a porta e entrou, sem olhar para mais nada que não a sua amada. Aproximando-se timidamente, chegou ao balcão onde ela estava.

Quando o viu, ela deu um sorriso e perguntou:

- Posso ajudá-lo em alguma coisa.

Era o sorriso mais lindo que ele já havia visto, e a emoção foi tão forte que ele mal conseguiu dizer que queria comprar um CD. Pegou o primeiro que encontrou, sem nem olhar de quem era, e disse:

- Esse aqui.

- Quer que embrulhe para presente? Perguntou a garota sorrindo ainda mais.

Ele só mexeu com a cabeça para dizer que sim.

Ela saiu do balcão e voltou, pouco depois, com o CD muito bem embalado.

Ele pegou o pacote e saiu, louco de vontade de ficar por ali, admirando aquela figura divina.

Daquele dia em diante, todas as tardes voltava à loja de discos e comprava um CD qualquer. Todas as vezes a garota deixava o balcão e voltava com um embrulho cada vez mais bem feito, que ele guardava com carinho no *closet*, sem nem abrir.

Ele estava apaixonado, mas tinha medo da reação dela, e assim, por mais que ela sempre o recebesse com um sorriso doce, não tinha coragem para

convidá-la a sair e conversar. Comentou sobre isso com sua mãe ela o incentivou, muito, a chamá-la para sair.

Um dia, ele se encheu de coragem e foi para a loja.

Como todos os dias comprou outro CD e, como sempre, ela foi embrulhá-lo.

Quando ela não estava vendo, escondeu um papel com seu nome e telefone no balcão e saiu da loja correndo.

No dia seguinte o telefone tocou e a mãe do jovem atendeu. Era a garota perguntando por ele.

A mãe, desconsolada, nem perguntou quem era, começou a chorar e disse:

- Então, você não sabe? Faleceu essa manhã.

Mais tarde, a mãe entrou no quarto do filho, para olhar suas roupas e ficou muito surpresa com a quantidade de CDs, todos embrulhados. Ficou curiosa e decidiu abrir um deles.

Ao fazê-lo, viu cair um pequeno pedaço de papel, onde estava escrito: “Você é muito simpático, não quer me convidar para sair? Eu adoraria”.

Emocionada, a mãe abriu outro CD e dele também caiu um papel que dizia o mesmo, e assim todos quantos ela abriu traziam uma mensagem de carinho e a esperança de conhecer aquele rapaz.

Assim é a vida: não espere demais para dizer a alguém especial aquilo que você sente. Diga-o já; amanhã pode ser muito tarde. Aproveite e fala, escreve, telefona e diz o que ainda não foi dito. Diga a alguém o que ela significa para você. Não deixe para amanhã. Quem sabe não dá mais tempo.

O tempo é nosso grande mestre, que ameniza nossas dores, cuida das nossas feridas e cura as cicatrizes, da incompreensão, do desamor, da falsidade, das derrotas temporárias, dos que se aproximam de nós apenas em benefício próprio.

Só o tempo nos mostra os verdadeiros amigos.

E quando alguém o abraçar, não seja você o primeiro a soltar os braços.

A vida é assim, então, tenho que lhe dizer: VOCÊ É UM GRANDE AMIGO,
GOSTO MUITO DE VOCÊ!!!

Olha...

... Fala agora para a pessoa que você AMA, o quanto ela é importante na sua vida, pois quando você achar que é a hora certa, pode ser tarde demais.

... Tenha um ótimo dia...

... E aproveite ao máximo...

... Cada minuto de sua VIDA!!!



BOAS FESTAS

Quisera Senhor, neste Natal, armar uma árvore dentro do meu coração e nela pendurar em vez de presentes, os nomes de todos os meus amigos.

Os amigos de longe e de perto. Os antigos e os mais recentes. Os que vejo a cada dia e os que raramente encontro. Os sempre lembrados e os que às vezes ficam esquecidos. Os constantes e os intermitentes.

Os das horas difíceis e os das horas alegres; os que sem querer, eu magoei, ou, sem querer me magoaram. Aqueles a quem conheço profundamente e aqueles de quem não me são conhecidos, a não ser as aparências.

Os que pouco me devem e aqueles a quem muito devo. Meus amigos humildes e meus amigos importantes.

Os nomes de todos os que já passaram pela minha vida. Uma árvore de muitas raízes muito profundas para que seus nomes nunca mais sejam arrancados do meu coração. De ramos muito extensos, para que novos nomes vindos de todas as partes, venham juntar-se aos existentes. De sombras muito agradáveis para que nossa amizade seja um aumento de repouso nas lutas da vida.

Que o Natal esteja vivo dentro de nós em cada dia do ano que se inicia, para que possamos viver sempre o amor e a fraternidade.



CONSELHOS

Dona Maria era uma senhora de 92 anos, elegante, bem vestida e penteada. Estava de mudança para uma casa de repouso, pois o marido com quem vivera 70 anos, havia morrido e ela ficara só.

Depois de esperar pacientemente por duas horas na sala de visitas, ela ainda deu um lindo sorriso quando uma atendente veio dizer que seu quarto estava pronto.

A caminho da sua nova morada, a atendente ia descrevendo o minúsculo quartinho, inclusive as cortinas de *chinitz* florido que enfeitavam a janela.

- Ah! Eu adoro essas cortinas – disse ela com o entusiasmo de uma garotinha que acabou de ganhar um filhote de cachorrinho.

- Mas a senhora ainda nem viu o quarto...

- Nem preciso ver – respondeu ela. Felicidade é uma decisão que tomo todo dia quando acordo. E eu já decidi que vou adorar! Sabe... Tenho duas escolhas: posso passar o dia inteiro na cama contando as dificuldades que tenho em certas partes do meu corpo que não funcionam bem... Ou posso levantar da cama agradecendo pelas outras partes que ainda me obedecem. Cada dia é um presente. E enquanto meus olhos abrirem, vou focalizá-los no novo dia e também nas boas lembranças que eu guardei para esta época da vida. A velhice é como uma conta bancária. Você só retira daquilo que você guardou. Portanto, lhe aconselho depositar um monte de alegria e felicidade na sua Conta de Lembranças. E como você vê, eu ainda continuo depositando. Agora, se me permite, gostaria de lhe dar uma receita:

1. Jogue fora todos os números não essenciais para sua sobrevivência. Isso inclui idade, peso e altura. Deixe o médico se preocupar com eles. Para isso ele é pago.

2. Dê preferência aos amigos alegres. Os “baixo astral” puxam você para baixo.

3. Continue aprendendo. Aprenda mais sobre computador, artesanato, jardinagem, qualquer coisa. Não deixe seu cérebro desocupado. Uma mente sem uso é a oficina do Mal. E o nome do mal é Alzheimer.

4. Curta coisas simples.

5. Ria sempre, muito e alto. Ria até perder o fôlego.

6. Lágrimas acontecem. Agüente, sofra e siga em frente. A única pessoa que acompanha você a vida toda é VOCÊ mesmo. Esteja VIVO enquanto você viver.

7. Esteja sempre rodeado daquilo que você gosta. Pode ser família, animais, lembranças, música, plantas, um *hobby*, o que for. Seu lar é o seu refúgio.

8. Aproveite sua saúde. Se for boa, preserve-a. Se estiver instável, melhore-a. Se estiver abaixo desse nível, peça ajuda.

9. Não faça viagens de remorsos. Viaje para o *shopping*, para a cidade vizinha, para um país estrangeiro, mas não faça viagens ao passado.

10. Diga a quem você ama, que você realmente o ama, em todas as oportunidades.

E lembre-se sempre que a vida não é medida pelo número de vezes que você respirou, mas pelos momentos em que você perdeu o fôlego...

De tanto rir... De surpresa... De êxtase... De felicidade!



COMPROMISSO

(Madre Teresa de Calcutá)

Dê sempre o melhor... E o melhor virá!

Às vezes as pessoas são egocêntricas, ilógicas e insensatas... Perdoe-as assim mesmo!

Se você é gentil, as pessoas podem acusá-lo de egoísta e interesseiro... Seja gentil assim mesmo!

Se você é um vencedor, terá alguns falsos amigos e alguns inimigos verdadeiros... Vença assim mesmo!

Se você é honesto e franco, as pessoas podem enganá-lo... Seja honesto e franco assim mesmo!

O que você levou anos para construir, alguém pode destruir de uma hora para outra... Construa assim mesmo!

Se você tem paz e é feliz, as pessoas podem sentir inveja... Tenha paz e seja feliz assim mesmo!

O bem que você faz hoje, pode ser esquecido amanhã... Faça o bem assim mesmo!

Dê ao mundo o melhor de você, mas isso pode nunca ser o bastante... Dê o melhor de você assim mesmo!

E veja você que, no final das contas, é entre você e DEUS... Nunca foi entre você e eles!



UM ANJO ESCREVEU

Muitas pessoas entrarão e sairão de sua vida. Mas apenas os amigos verdadeiros deixarão pegadas em seu coração.

Para lidar com você mesmo, use sua cabeça. Para interagir com os outros, use seu coração.

Se alguém trair você uma vez, a culpa é dele. Se ele trair você uma segunda vez, a culpa é sua.

Mentes grandes discutem idéias; mentes medianas discutem eventos; mentes pequenas discutem pessoas.

Deus dá alimento a todos os pássaros, mas Ele não joga no ninho.

Aquele que perde dinheiro, perde muito; aquele que perde um amigo, perde mais; aquele que perde a Fé, perde tudo.

Pessoas jovens e belas são obras da Natureza. Pessoas idosas e belas são obras de Arte.

A língua pesa praticamente nada. Mas poucas pessoas conseguem segurá-la.

Aprenda com os erros alheios. Você não conseguiria viver tempo suficiente para cometê-los todos sozinho.

Amigos, eu e você... Você trouxe outro amigo... E agora somos três... Nós começamos o nosso grupo... Nosso círculo de amigos... E este círculo, não tem começo nem fim.



O ANEL

Um aluno chegou a seu professor com um problema:

- Venho aqui, professor, porque me sinto tão pouca coisa, que não tenho forças para fazer nada. Dizem que não sirvo para nada, que não faço nada bem, que sou lerdo e muito idiota. Como posso melhorar? O que posso fazer para que me valorizem mais?

O professor sem olhá-lo, disse:

- Sinto muito meu jovem, mas agora não posso ajudá-lo, devo primeiro resolver o meu próprio problema. Talvez depois. E fazendo uma pausa falou:

- Se você me ajudar, eu posso resolver meu problema com mais rapidez e depois talvez possa ajudar você a resolver o seu.

- Claro, professor, gaguejou o jovem, mas se sentiu outra vez desvalorizado.

O professor tirou um anel que usava no dedo pequeno, deu ao garoto e disse:

- Monte no cavalo e vá até o mercado. Deve vender esse anel porque tenho que pagar uma dívida. É preciso que obtenha pelo anel o máximo possível, mas não aceite menos que uma moeda de ouro. Vá e volte com a moeda o mais rápido possível.

O jovem pegou o anel e partiu.

Mal chegou ao mercado começou a oferecer o anel aos mercadores.

Eles olhavam com algum interesse, até quando o jovem dizia o quanto pretendia pelo anel. Quando o jovem mencionava uma moeda de ouro, alguns riam, outros saíam sem ao menos olhar para ele, mas só um velhinho foi amável a ponto de explicar que uma moeda de ouro era muito valiosa para comprar um anel.

Tentando ajudar o jovem, chegaram a oferecer uma moeda de prata e uma xícara de cobre, mas o jovem seguia as instruções de não aceitar menos que uma moeda de ouro e recusava as ofertas.

Depois de oferecer a jóia a todos que passavam pelo mercado e abatido pelo fracasso, montou no cavalo e voltou. O jovem desejou ter uma moeda de ouro para que ele mesmo pudesse comprar o anel, assim livrando a preocupação de seu professor e assim podendo receber sua ajuda e conselhos. Entrou na casa e disse:

- Professor, sinto muito, mas é impossível conseguir o que me pediu. Talvez pudesse conseguir 2 ou 3 moedas de prata, mas não acho que se possa enganar ninguém sobre o valor do anel.

- Importante o que me disse meu jovem, contestou sorridente. Devemos saber primeiro o valor do anel. Volte a montar no cavalo e vá até o joalheiro. Quem melhor para saber o valor exato do anel? Diga que quer vender o anel e pergunte quanto ele te dá por ele. Mas não importa o quanto ele te ofereça, não o venda. Volte aqui com meu anel.

O jovem foi até ao joalheiro e lhe deu o anel para examinar. O joalheiro examinou o anel com uma lupa, pesou o anel e disse:

- Diga ao seu professor que, se ele quer vender agora, não posso dar mais que 58 moedas de ouro pelo anel.

- 58 MOEDAS DE OURO! Exclamou o jovem.

- Sim, replicou o joalheiro, eu sei que com tempo eu poderia oferecer cerca de 70 moedas, mas se a venda é urgente...

O jovem correu emocionado a casa do professor para contar o que correu.

- Senta, disse o professor e depois de ouvir tudo que o jovem lhe contou, disse:

- Você é como esse anel, uma jóia valiosa e única. Só pode ser avaliada por um especialista. Pensava que qualquer um podia descobrir o seu verdadeiro valor?

E dizendo isso voltou a colocar o anel no dedo e continuou.

- Todos nós somos como esta jóia. Valiosos e únicos e andamos por todos os mercados da vida pretendendo que pessoas inexperientes nos valorizem.

DEUS SABE

Quando você está cansado e desencorajado por esforços que não deram frutos, Deus sabe o quanto você tentou.

Quando você chorou por longo tempo, com o coração cheio de angústia, Ele contou suas lágrimas.

Se você sente que sua vida está perdida e que muito tempo também se perdeu, Ele está confortando você.

Quando você está solitário e seus amigos estão muito ocupados para um simples telefonema, Ele te acompanha.

Quando você sente que já tentou de tudo e não sabe por onde recomeçar, Ele tem a solução.

Quando nada mais faz sentido e você se sente frustrado e deprimido, Ele tenta lhe mostrar respostas.

Se, de repente, tudo lhe parece mais brilhante e você percebe uma luz de esperança, nesse momento Ele soprou nos seus ouvidos.

Quando algo lhe traz muita alegria e você se sente refortalecido, Ele está sorrindo para você.

Quando as coisas vão bem e você tem muito para agradecer, Ele está festejando com você.

Quando você tem um propósito a cumprir e um sonho para seguir, Ele abre seus olhos e o chama pelo nome.

Lembre-se que, onde você estiver, seja na tristeza ou na felicidade, mesmo que ninguém mais saiba, Deus sabe.

Que Deus abençoe imensamente a sua vida, a sua família, o seu trabalho, seus amigos, e todos aqueles que você quer bem, afinal Deus sabe de todas as coisas.



EQUILÍBRIO

(Leticia Thompson)

Para sentir-me pleno, tenho que ser estável.

Para ser estável, é necessário equilíbrio.

O equilíbrio entre:

Ser alegre, e não inconveniente.

Ser sincero, e não machucar.

Ser firme nas idéias, e não arrogante.

Ser humilde, e não submisso.

Ser rápido, e não impreciso.

Ser contente, e não complacente.

Ser despreocupado, e não descuidado.

Ser amoroso, e não pegajoso.

Ser pacífico, e não passivo.

Ser disciplinado, e não rígido.

Ser flexível, e não frouxo.

Ser comunicativo, e não exagerado.

Ser obediente, e não cego.

Ser doce, e não melado.

Ser moldável, e não tolo.

Ser introspectivo, e não enclausurado.

Ser determinado, e não teimoso.

Ser corajoso, e não agressivo.



E POR FALAR EM COISAS BONITAS

Aqui vai um brinde para você.

Se é verdade que a cada dia basta sua carga, por que então teimamos em carregar para o dia seguinte nossas mágoas e dores? Há ainda os que carregam para a semana seguinte, o mês seguinte e anos a fora.

Nos apegamos ao sofrimento, ao ressentimento, como nos apegamos a essas coisinhas que guardamos nas nossas gavetas, sabendo inúteis, mas sem coragem para jogar fora.

Vivemos com o lixo da existência, quando tudo seria mais claro e límpido com o coração renovado.

As marcas e cicatrizes ficam para nos lembrar da vida, do que fomos, do que fizemos e do que devemos evitar.

Não inventaram ainda uma cirurgia plástica da alma, onde possam tirar todas as nossas vivências e nos deixar como novos.

Ainda bem...

Não devemos nos esquecer do nosso passado, de onde viemos, do que fizemos, dos caminhos que percorremos. Não podemos nos esquecer de nossas vitórias, nossas quedas e nossas lutas. Menos ainda das pessoas que encontramos, essas que direcionaram nossas vidas, muitas vezes sem saber.

O que não podemos é carregar dia-a-dia, com teimosia, o ódio, o rancor, as mágoas, o sentimento de derrota e o ressentimento.

Acredite ou não, mas perdoar a quem nos feriu dói mais na pessoa do que o ódio que podemos sentir durante toda uma vida. As mágoas envelhecidas transparecem no nosso rosto e nos nossos atos e moldam nossa existência.

Precisamos, com muita coragem e ousadia, abrir a gaveta do nosso coração e dizer: eu não preciso mais disso, isso aqui não me traz nenhum benefício.

E quando só ficarem a lembrança das alegrias, do bem que nos fizeram, das rosas secas, mas carregadas de amor, mais espaço haverá para novas

experiências, novos encontros. Seremos mais leves, mais fáceis de ser carregados, mesmo por aqueles que já nos amam.

Não é a expressão do rosto que mostra o que vai no coração? De coração aberto e limpo nos tornamos mais bonitos e atraentes e as coisas boas começam a acontecer.

Luz atrai, beleza atrai.

Tente a experiência!!!

Sua vida é única e você é único.

Sua vida merece que, a cada dia, você dê uma chance para que ela seja plena e feliz.



PARA QUEM É PAI OU MÃE E PARA AQUELES QUE O SERÃO...

(Affonso Romano de Sant'Anna)

Há um período em que os pais vão ficando órfãos dos seus próprios filhos. É que as crianças crescem independentes de nós, como árvores tagarelas e pássaros estabanados. Crescem sem pedir licença à vida. Crescem com uma estridência alegre e, às vezes, com alardeada arrogância. Mas não crescem todos os dias de igual maneira. Crescem de repente.

Um dia sentam-se perto de você no terraço e dizem uma frase com tal maturidade que você sente que não pode mais trocar as fraldas daquela criatura.

Onde é que andou crescendo aquela danadinha que você não percebeu? Cadê a pазinha de brincar na areia, as festinhas de aniversário com palhaços e o primeiro uniforme do maternal?

A criança está crescendo num ritual de obediência orgânica e desobediência civil...

E você está agora ali, na porta da discoteca, esperando que ela não apenas cresça, mas apareça! Ali estão muitos pais ao volante, esperando que eles saiam esfuziantes sobre patins e cabelos longos, soltos.

Entre hambúrgueres e refrigerantes nas esquinas, lá estão nossos filhos com o uniforme de sua geração: incômodas mochilas da moda nos ombros.

Ali estamos, com os cabelos esbranquiçados.

Esses são os filhos que conseguimos gerar e amar, apesar dos golpes dos ventos, das colheitas, das notícias e da ditadura das horas. E eles crescem meio amestrados, observando e aprendendo com nossos acertos e erros. Principalmente com os erros que esperamos que não repitam.

Há um período em que os pais vão ficando um pouco órfãos dos próprios filhos.

Não mais os pegaremos nas portas das discotecas e das festas. Passou o tempo do *ballet*, do inglês, da natação e do judô. Saíram do banco de trás e passaram para o volante de suas próprias vidas.

Deveríamos ter ido mais à cama deles ao anoitecer para ouvir sua alma respirando conversas e confidências entre os lençóis da infância, e os adolescentes cobertores daquele quarto cheio de adesivos, pôsteres, agendas coloridas e discos ensurdecedores.

Não os levamos suficientemente ao *Playcenter*, ao *Shopping*, não lhes demos suficientes hambúrgueres e cocas, não lhes compramos todos os sorvetes e roupas que gostaríamos de ter comprado.

Eles cresceram sem que esgotássemos, neles, todo o nosso afeto.

No princípio subiam a serra ou iam à casa de praia entre embrulhos, bolachas, engarrafamentos, natais, páscoas, piscina e amiguinhos. Sim, havia as brigas dentro do carro, a disputa pela janela, os pedidos de chicletes e cantorias sem fim.

Depois chegou o tempo em que viajar com os pais começou a ser um esforço, um sofrimento, pois era impossível deixar a turma e os primeiros namorados.

Os pais ficaram exilados dos filhos. Tinham a solidão que sempre desejaram, mas, de repente, morriam de saudades daquelas "pestes". Chega o momento em que só nos resta ficar de longe torcendo e rezando muito (nessa hora, se a gente tinha desaprendido, reaprende a rezar) para que eles acertem nas escolhas em busca de felicidade. E que a conquistem do modo mais completo possível.

O jeito é esperar: qualquer hora podem nos dar netos. O neto é a hora do carinho ocioso e estocado, não exercido nos próprios filhos e que não pode morrer conosco. Por isso os avós são tão desmesurados e distribuem tão incontrolável carinho. Os netos são a última oportunidade de re-editar o nosso afeto. Por isso é necessário fazer alguma coisa a mais, antes que eles cresçam.

Aprendemos a ser filhos depois que somos pais... Só aprendemos a ser pais depois que somos avós...



DEIXE ESTAS FLORES FALAREM POR MIM

Não sei como vou te encontrar,... Mas vou deixar que estas flores falem por mim.

Seja ou não hoje, uma data importante,... Elas significam o mais singelo dos presentes a você.

Mesmo não havendo crianças ao seu redor agora,... Que elas transmitam o viço de nova vida.

Se perdeu alguém querido, que elas possam te fazer lembrar que DEUS existe, e ele nunca se esquece de nós. Nós sim, é que nos esquecemos sempre Dele.

Se você não anda muito feliz que elas te ajudem a recuperar a felicidade, viu...

Se tua fé tem sido abalada, que elas possam trazer firmeza, perseverança, força.

E se alguém magoou teu coração,... Que elas levem luz a esse “alguém” que não conhece a “Lei do Retorno”.

Se finanças te preocupam,... Possam elas te lembrar que o Ser Maior do Universo sempre acaba suprindo nossas necessidades, de um jeito outro (quantas vezes ouviu dizer que alguém ao seu redor morreu de fome?).

Se está se sentindo sozinho e esquecido,... Que elas te façam sentir a presença do teu Anjo Maior, que a todo momento te carrega no colo e você nem está notando.

Se está pensando que ninguém lhe dá importância,... Que elas então façam com que você reconheça o enorme valor que possui.

Nesse lugar onde você está agora, deixa que essas flores falem por mim...

E se por acaso não estiver bem, lembre-se: sob a Luz do Amor não há mal que não encontre o seu fim!

Porque o que eu quero mesmo é que você esteja bem... Agora e para o todo sempre...



FOLHAS SECAS

Ah! se viver fosse fácil não teríamos tantas dores e problemas espalhados em todos os cantos do planeta. A dor visita a cada uma das pessoas com tarefas que às vezes, à primeira vista, parecem injustas demais, mas que acabam sendo necessárias para o amadurecimento do ser humano.

Problemas são como as folhas de uma árvore imensa que sempre vão cair, de uma maneira ou outra, num ciclo sem fim, o que muda é a forma como recolhemos essas folhas, ou como tratamos os problemas, pois muitas vezes deixamos as folhas acumularem-se pelo chão, sem dar importância devida para o monte que vai se formando, e quando vemos, as folhas já tomaram conta do chão, dos cantos, frestas e até dos quintais vizinhos.

Junte as folhas diariamente, cate seus problemas e resolva-os, removendo o que não serve mais, separando o que é importante e o que não é.

Folhas muito secas podem ser queimadas rapidamente, assim como os problemas pequenos, que muitas vezes damos importância demais, aumentando-os sem ao menos pensar em uma solução, paralisados pelo medo.

Não espere o Outono chegar e derrubar todas as folhas de uma vez, mantenha seu jardim da vida sempre limpo, cultive flores (otimismo), regue com bom humor, espalhe as sementes (caridade) por todos os jardins, e receba da própria natureza os lucros de sua dedicação:

Problemas são folhas de árvores, você é o jardineiro e Deus o semeador da vida, e a vida pede cuidados diários.



GIRASSOL

(Fátima Carvalho)

Nossos olhos são seletivos, nós "focalizamos" o que queremos ver e deixamos de ver o restante. Escolha focalizar o lado melhor, mais bonito, mais vibrante das coisas, assim como um girassol escolhe sempre estar virado para o sol!

Você já reparou como é fácil ficar baixo astral? Baixo astral porque está chovendo, porque tem conta a pagar, porque não tem exatamente o dinheiro ou a aparência que gostaria de ter, porque ainda não encontrou o amor da sua vida, porque a pessoa que você quer, não te quer.

É claro que tem hora que a gente não está bem. Mas a nossa atitude deveria ser a de uma antena que tenta, ao máximo possível, pegar o lado bom da vida. Na natureza, nós temos uma antena que é assim: o girassol. O girassol se volta para onde o sol estiver. Mesmo que o sol esteja escondido atrás de uma nuvem.

Nós temos de aprender a realçar o que de bom recebemos. Aprender a ampliar pequenos gestos positivos e transformá-los em grandes acontecimentos. Temos de treinar para ser girassol, que busca o sol, a vitalidade, a força, a beleza.

Por que só nos preparamos para as viagens, e não para a vida, que é uma viagem?

Apreciar o amor que alguém em um determinado momento dirige a você.

Apreciar um sorriso luminoso de alegria de alguém que você gosta.

Apreciar uma palavra amiga, que vem soar reconfortante, reanimadora.

Apreciar a festa, a alegria, o sorriso.

E se o mau humor voltar que volte também a lembrança dos girassóis.

Selecione o melhor deste mundo, valorize tudo o que de bonito e bom haja nele e retenha isto dentro de você. É este o segredo de uma vida melhor.

ORAÇÃO A MIM MESMO

(Oswaldo Antônio Begiato)

Que eu me permita olhar e escutar e sonhar mais. Falar menos. Chorar menos.

Ver nos olhos de quem me vê a admiração que eles me têm e não a inveja que prepotentemente penso que têm.

Escutar com meus ouvidos atentos e minha boca estática, as palavras que se fazem gestos e os gestos que se fazem palavras.

Permitir sempre escutar aquilo que eu não tenho me permitido escutar.

Saber realizar os sonhos que nascem em mim e por mim e comigo morrem por eu não os saber sonhos.

Então, que eu possa viver os sonhos possíveis e os impossíveis; aqueles que morrem e ressuscitam a cada novo fruto, a cada nova flor, a cada novo calor, a cada nova geada, a cada novo dia.

Que eu possa sonhar o ar, sonhar o mar, sonhar o amar, sonhar o amalgamar.

Que eu me permita o silêncio das formas, dos movimentos, do impossível, da imensidão de toda profundidade.

Que eu possa substituir minhas palavras pelo toque, pelo sentir, pelo compreender, pelo segredo das coisas mais raras, pela oração mental (aquela que a alma cria e que só ela, alma, ouve e só ela, alma, responde).

Que eu saiba dimensionar o calor, experimentar a forma, vislumbrar as curvas, desenhar as retas, e aprender o sabor da exuberância que se mostra nas pequenas manifestações da vida.

Que eu saiba reproduzir na alma a imagem que entra pelos meus olhos fazendo-me parte suprema da natureza, criando-me e recriando-me a cada instante.

Que eu possa chorar menos de tristeza e mais de contentamentos.

Que meu choro não seja em vão, que em vão não sejam minhas dúvidas.

Que eu saiba perder meus caminhos mas saiba recuperar meus destinos com dignidade.

Que eu não tenha medo de nada, principalmente de mim mesmo.

Que eu não tenha medo de meus medos!

Que eu adormeça toda vez que for derramar lágrimas inúteis, e desperte com o coração cheio de esperanças.

Que eu faça de mim um homem sereno dentro de minha própria turbulência, sábio dentro de meus limites pequenos e inexatos, humilde diante de minhas grandezas tolas e ingênuas (que eu me mostre o quanto são pequenas minhas grandezas e o quanto é valiosa minha pequenez).

Que eu me permita ser mãe, ser pai, e, se for preciso, ser órfão.

Permita-me eu ensinar o pouco que sei e aprender o muito que não sei traduzir o que os mestres ensinaram e compreender a alegria com que os simples traduzem suas experiências; respeitar incondicionalmente o ser; o ser por si só, por mais nada que possa ter além de sua essência, auxiliar a solidão de quem chegou, render-me ao motivo de quem partiu e aceitar a saudade de quem ficou.

Que eu possa amar e ser amado.

Que eu possa amar mesmo sem ser amado, fazer gentilezas quando recebo carinhos; fazer carinhos mesmo quando não recebo gentilezas.

Que eu jamais fique só, mesmo quando eu me queira só.

Amém.



UMA HISTÓRIA REAL

Chamava-se Fleming e era um lavrador escocês pobre.

Um dia, enquanto trabalhava para ganhar o pão para a sua família, ouviu um pedido de socorro proveniente de um pântano das redondezas. Largou tudo o que estava a fazer e correu ao pântano. Lá, deparou-se com um rapazinho enterrado até à cintura, gritando por socorro e tentando desesperadamente e em vão, libertar-se do lamaçal onde caíra.

O Sr. Fleming retirou o rapazinho do pântano, salvando-o assim duma morte atroz.

No dia seguinte, chegou uma elegante carruagem à sua humilde casa, de onde saiu um nobre elegantemente vestido, que se lhe dirigiu apresentando-se como o pai do rapazinho que salvara duma morte certa.

"Quero recompensá-lo", disse o nobre. "O senhor salvou a vida do meu filho".

"Não, não posso aceitar dinheiro pelo que fiz", respondeu o lavrador escocês.

Nesse momento, o filho do lavrador assomou à porta da casa.

"É seu filho?" perguntou o nobre.

"Sim", respondeu orgulhosamente o humilde lavrador.

"Então, proponho-lhe o seguinte: deixe-me proporcionar ao seu filho o mesmo nível de instrução que proporcionarei ao meu. Se o seu rapaz sair a si, não tenho dúvida alguma que se converterá num homem de que ambos nos orgulharemos".

E o Sr. Fleming aceitou. O filho do humilde lavrador frequentou as melhores escolas e licenciou-se em Medicina na famosa Escola Médica do St. Mary's Hospital de Londres.

Foi um médico brilhante e ficou mundialmente conhecido como Dr. Alexander Fleming, o descobridor da Penicilina.

Anos depois, o “rapazinho” que havia sido salvo do pântano adoeceu com uma pneumonia. Quem salvou a sua vida desta vez? A PENICILINA.

O nome do nobre? Sir Randolph Churchill. O nome do filho? Sir Winston Churchill.

Alguém disse uma vez:

O que vai, volta.

Trabalha como se não precisasses de dinheiro.

Ama como se nunca tivesses sido magoado.

Dança como se ninguém te estivesse a ver.

Canta como se ninguém ouvisse.

Vive como se fosse o Céu na Terra.



IRRETOCÁVEL

(S. Duboc)

Tenho cabelos claros, pintados, para esconder os fios brancos. Não me recordo exatamente em que ano eles começaram a branquear.

Tenho algumas rugas em volta dos olhos, mas também não me recordo quando elas começaram a aparecer. Tento disfarçá-las, são tantas novidades no campo da dermatologia, achei por bem aproveitá-las.

Do corpo, quase não cuido, só recentemente entrei para uma academia por ordem médica. Ele me disse que na minha idade preciso de exercícios. Mas falta mais do que vou, não gosto de fazer ginástica.

Das minhas unhas cuido semanalmente, penso que elas são um cartão de visita. Unhas maltratadas causam uma péssima impressão!

De uns dez anos pra cá descobri os cremes e aí compro um aqui, outro ali e no final não uso nenhum, mas compro, só de olhá-los na prateleira já percebo que as rugas se retraem.

Sou assim, vaidosa, mas não em excesso, penso que sou na medida certa, na medida correta para uma mulher. Enfim, os anos passam e as marcas que eles deixam em nós, não temos como conter. Nem pretendo isso! Acredito que cada marca, que meu corpo carrega, tem uma linda história.

Às vezes na frente do espelho ao descobrir uma nova ruguinha fico pensando o que a causou. Depois reencontro com outra que já está vincada há anos e me recordo quando ela apareceu.

Poderia enumerar também a história de cada fio de cabelo branco. Foram filhos, amores, marido, amigos que colocaram eles ali.

Não quero me desfazer de nenhuma dessas marcas, apenas amenizá-las, acho que mereço isso. A vida me deve isso.

Atualmente a parte que merece mais a minha atenção, é a cabeça. Tento, todos os dias, colocá-la no lugar, equilibrá-la, alimentá-la com sonhos e alegrias.

Corpo e mente caminham juntos. Se um estiver em estado lastimável, o outro provavelmente vai se deteriorar.

Não escondo minha idade. Não adiantaria falar que tenho trinta e cinco e apresentar um filho de trinta. Portanto eu confesso: tenho sessenta e um anos. Metade deles bem vividos, a outra metade muito sofridos. Mas é exatamente aí que está o encanto da minha idade.

Conheci de tudo um pouco, das lágrimas aos sorrisos e ambos me fizeram ser essa pessoa que sou hoje. Ficaram as rugas no rosto e na alma, mas também ficaram sorrisos em ambos. Minhas rugas mais bonitas são aquelas marcas de expressão que eu adquiri por tanto sorrir, muitas vezes, quando o coração chorava.



O REI E A FRASE

(Paulo R. Gaefecke)

Conta a velha lenda que um rei muito poderoso ao enfrentar um outro rei tão poderoso quanto ele, quase perdeu tudo.

Foram anos de batalhas onde muitos soldados perderam a vida, e muito ouro foi consumido.

A guerra só acabou com a morte do rei inimigo, mas custou muito caro ao vencedor, que sentiu o peso da miséria na sua própria vida.

Foram necessários alguns anos para que o rei conseguisse de novo acumular fortuna, com muito trabalho nos campos e a conquista de outros lugares.

Assim, meditando na sorte e no azar, na riqueza e na pobreza, o rei chamou seus sábios consultores e pediu que eles definissem em uma única frase esses dois momentos tão opostos. E que desse força para que ele superasse a falta de recursos, os problemas e dificuldades, e quando na riqueza não esquecesse dos mais pobres, das dificuldades do povo que ele comandava.

Essa frase vencedora, daria honras e glórias ao seu criador e seria escrita na bandeira daquele reino, e seria inserida no brasão real do rei, por isso os gênios de todos os cantos mandavam sugestões, enviando frases que mais pareciam histórias.

Um dia, o rei em um dos seus passeios pelos arredores do seu reinado teve sede e parou perto de um casebre na estrada e um dos seus soldados bateu palmas.

Um senhor bem sorridente o atendeu e logo trouxe água para o rei em uma caneca simples, mas muito limpa, o que impressionou o rei, que também ficou impressionado com a pureza e o frescor da água.

Curioso, o rei desceu e resolveu entrar no casebre e se surpreendeu com a paz do ambiente, com a limpeza e as pequenas flores em cada canto daquele cômodo humilde.

O rei então perguntou ao camponês como ele conseguia ser feliz naquele lugar tão longe de tudo e vivendo em tamanha simplicidade.

O camponês contou que no passado tivera bens e posses, era alfaiate e tinha uma grande freguesia, chegou a ter muito dinheiro, mas perdeu tudo com o ataque de um rei muito poderoso naquela região e ele teve que mendigar pelas ruas para comer.

Andou muito, conheceu muitas vidas e muitas realidades, até encontrar esse lugar que hoje ele chama de "pedacinho do céu", e mostrou ao rei uma tabuleta onde ele mandou gravar a frase da sua vida, para que ele se lembrasse sempre, na alegria ou na tristeza, na saúde ou na doença, na pobreza ou na riqueza que ele podia superar tudo, desde que se lembrasse dessa verdade escrita na tabuleta.

Lá estava a frase que o rei tanto buscava, lá estava escrito em apenas uma linha toda a filosofia que seus sábios não souberam explicar, lá estava escrito: "Tudo passa!"

E agora eu te ofereço essa tabuleta, leve-a com você por onde for, na certeza de que esse momento que você vive, seja ele de muita alegria ou de dor... Vai passar e você deverá seguir em frente, sem olhar para trás, rumo à felicidade, na conquista do seu "pedacinho de céu", porque tudo passa, mas você é eterno.



VIDA

Na vida, existem momentos em que você sente tanto a falta de alguém, que somente realizaria seus sonhos envolvendo esse alguém firmemente em seus braços.

Quando uma porta de felicidade é fechada, outra é aberta; mas insistimos em olhar para a porta fechada, e não percebemos aquela que acabou de se abrir.

Não confie nas aparências; frequentemente elas são falsas. Não se preocupe com a abundância; ela desaparecerá.

Procure alguém que se comunique com você com sorrisos; um sorriso transforma seu dia triste.

Sonhe o que quer que você queira sonhar.

Vá aonde você quiser.

Procure aquilo que deseja.

Porque sua vida é aquilo que você faz dela.

Os que têm mais sorte, inevitavelmente não conseguem o melhor dos melhores.

Eles simplesmente buscam o melhor do que vêem na sua jornada.

O mais lindo futuro sempre dependerá da necessidade de se esquecer o passado. Você não conseguirá se livrar dele se não conseguir superar os erros cometidos e tudo aquilo que te machucou.

Viva a vida plenamente, e sempre sorria, apesar dos momentos de dificuldade.

Que todos os momentos de sua vida sejam plenos de alegria.



NINGUÉM SE CRUZA POR ACASO

Pessoas entram na sua vida, por uma razão, por uma estação ou por uma vida inteira. Quando perceber qual motivo é, você vai saber o que fazer com cada pessoa.

Quando alguém está em sua vida por uma razão... É, geralmente, para suprir uma necessidade que você demonstrou. Elas vêm para auxiliar em uma dificuldade, fornecer apoio e orientação, ajudar física, emocional ou espiritualmente. Elas poderão parecer dádiva de Deus, e são!!! Elas estão lá pela razão que você precisa que estejam lá. Então, sem nenhuma atitude errada de sua parte ou em uma hora inconveniente, esta pessoa vai dizer ou fazer alguma coisa para levar essa relação a um fim.

Às vezes, essas pessoas morrem. Às vezes, elas simplesmente se vão. Às vezes, elas agem e te forcem a tomar uma posição. O que devemos entender é que nossas necessidades foram atendidas, nossos desejos preenchidos e os trabalhos delas feitos. As suas orações foram atendidas. E agora, é tempo de ir.

Quando pessoas entram em nossas vidas por uma estação... É porque chegou sua vez de dividir, crescer e aprender. Elas trazem para você a experiência da paz, ou fazem você rir. Elas poderão ensinar algo que você nunca fez. Elas, geralmente, dão uma quantidade enorme de prazer. Acredite!!! É real!!! Mas, somente, por uma estação.

Relacionamentos de uma vida inteira... Ensinam lições para a vida inteira. Coisas que você deve construir para ter uma formação emocional sólida. Sua tarefa é aceitar a lição, amar a pessoa e colocar o que você aprendeu em uso, em todos os outros relacionamentos e áreas de sua vida. É dito que o amor é cego, mas a amizade é clarividente.

Pare aqui... E simplesmente sorria. Trabalhe como se você não precisasse do dinheiro. Ame como se você nunca tivesse sido magoado. Dance como se ninguém estivesse observando. O maior risco da vida é não fazer nada.



NUNCA SE ABANDONE

Quando depositamos, excessivamente, confiança ou expectativas em uma pessoa, o risco de nos decepcionarmos se torna muito grande. As pessoas não estão neste mundo para satisfazer as nossas expectativas e vontades, assim como não estamos aqui para satisfazer as delas. Nós, na verdade, podemos até beber do mesmo vinho, mas nunca na mesma taça.

Temos que procurar nos bastar e reconhecer essa verdade... Nos bastar sempre e, quando procurarmos estar com alguém, devemos fazer isso, cientes de que estamos juntos porque amamos, gostamos, queremos e nos sentimos bem, e nunca por achar que precisamos daquela pessoa ao ponto de não conseguirmos viver sem ela, e jamais permitir que a outra pessoa desenvolva tal sentimento por nós.

Somos individuais, querendo ou não.

Devemos viver por nós, sempre buscando o propósito da nossa existência.

Aprendamos com as cordas do violão, que são independentes, mas juntas, cada uma fazendo a sua parte, constroem as mais belas melodias.

As pessoas se completam não por serem metades, mas por serem pessoas inteiras, dispostas a dividir objetivos comuns, alegrias e... vida !!!

POR ISSO, NUNCA SE ABANDONE.



O PODER DA DOÇURA

O viajante caminhava pela estrada, quando observou o pequeno rio que começava tímido por entre as pedras. Foi seguindo-o por muito tempo. Aos poucos, foi tomando volume e tornando-se um rio maior. O viajante continuou a segui-lo.

Bem mais adiante, o que era um pequeno rio se dividiu em dezenas de cachoeiras, num espetáculo de águas cantantes.

A música das águas atraiu mais o viajante, que se aproximou e foi descendo pelas pedras, ao lado de uma das cachoeiras. Descobriu, finalmente, uma gruta.

A natureza cria, com paciência caprichosa, formas na gruta. Ele a foi adentrando, admirando sempre mais as pedras gastas pelo tempo.

De repente, descobriu uma placa. Alguém estivera ali antes dele. Com a lanterna, iluminou os versos que nela estavam escritos. Eram versos do grande escritor Tagore, prêmio Nobel de Literatura de 1913:

"Não foi o martelo que deixou perfeitas estas pedras, mas a água, com sua doçura, sua dança, e sua canção. Onde a dureza só faz destruir, a suavidade consegue esculpir".



O BARBEIRO

Um homem foi ao barbeiro para cortar o cabelo como ele sempre fazia.

Ele começou a conversar com o barbeiro sobre vários assuntos. Conversa vai, conversa vem, eles começaram a falar sobre Deus.

O barbeiro disse:

- Eu não acredito que Deus exista como você diz.

- Por que você diz isto? O cliente perguntou.

- Bem, é muito simples. Você só precisa sair na rua para ver que Deus não existe. Se Deus existisse, você acha que existiriam tantas pessoas doentes? Existiriam crianças abandonadas? Se Deus existisse, não haveria dor ou sofrimento. Eu não consigo imaginar um Deus que permite todas essas coisas.

O cliente pensou por um momento, mas ele não quis dar uma resposta, para prevenir uma discussão. O barbeiro terminou o trabalho e o cliente saiu. Neste momento, ele viu um homem na rua com barba e cabelos longos. Parecia que já fazia um bom tempo que ele não cortava o cabelo ou fazia a barba e ele parecia bem sujo e arrepiado. Então o cliente voltou para a barbearia e disse :

- Sabe de uma coisa? Barbeiros não existem!

- Como assim eles não existem? perguntou o barbeiro.

- Eu sou um.

- Não! O cliente exclamou.

- Eles não existem, pois se eles existissem não haveriam pessoas com barba e cabelos longos como aquele homem que está ali na rua.

- Ah, mas barbeiros existem, o que acontece é que as pessoas não me procuram, e isso é uma opção delas.

- Exatamente! Afirmou o cliente. É justamente isso. Deus existe, o que acontece é que as pessoas não o procuram, pois é uma opção delas e é por isso que há tanta dor e sofrimento no mundo.

Deus não prometeu dias sem dor; risos sem sofrimentos; sol sem chuva. Ele prometeu força para o dia; conforto para as lágrimas e luz para o caminho...

Deus disse: o nome do teu Anjo não tem importância. Tu o chamarás simplesmente de... Amigo!!!

O QUE É AMOR?

Esta foi uma pesquisa séria feita por profissionais de educação e psicologia com um grupo de crianças de 4 a 8 anos.

Respostas:

“Amor é quando alguém te magoa, e você, mesmo muito magoado, não grita, porque sabe que isso fere seus sentimentos“.

(Mathew, 6 anos)

"Quando minha avó pegou artrite, ela não podia se debruçar para pintar as unhas dos dedos do pé. Meu avô, desde então, pinta as unha para ela. Mesmo quando ele tem artrite".

(Rebecca, 8 anos)

"Amor é quando uma menina coloca perfume e o menino coloca loção pós-barba, e eles saem juntos e se cheiram“.

(Karl, 5 anos)

"Eu sei que minha irmã mais velha me ama, porque ela me dá todas as suas roupas velhas e tem que sair para comprar outras".

(Lauren, 4 anos)

"Amor é como uma velhinha e um velhinho que ainda são muito amigos, mesmo conhecendo há muito tempo".

(Tommy, 6 anos)

"Quando alguém te ama, a forma de falar seu nome é diferente“.

(Billy, 4 anos)

"Amor é quando você sai para comer e oferece suas batatinhas fritas, sem esperar que a outra pessoa te ofereça as batatinhas dela".

(Chrissy, 6 anos)

"Amor é o que está com a gente no natal, quando você pára de abrir os presentes e o escuta".

(Bobby, 5 anos)

"Se você quer aprender a amar melhor, você deve começar com um amigo que você não gosta".

(Nikka, 6 anos)

"Quando você fala para alguém algo ruim sobre você mesmo e sente medo que essa pessoa não venha a te amar por causa disso, aí você se surpreende, já que não só continuam te amando, como agora te amam mais ainda".

(Samantha, 7 anos)

"Há dois tipos de amor, o nosso amor e o amor de Deus, mas o amor de Deus junta os dois".

(Jenny, 4 anos)

"Amor é quando mamãe vê o papai suado e mal cheiroso e ainda fala que ele é mais bonito que o Robert Redford".

(Chris, 8 anos)

"Durante minha apresentação de piano, eu vi meu pai na platéia me acenando e sorrindo. Era a única pessoa fazendo isso e eu não sentia medo".

(Cindy, 8 anos)

"Amor é quando você fala para um garoto que linda camisa ele está vestindo e ele a veste todo dia".

(Noelle, 7 anos)

"Não deveríamos dizer eu te amo a não ser quando realmente o sentimos. E se sentimos, então deveríamos expressá-lo muitas vezes. As pessoas esquecem de dizê-lo".

(Jessica, 8 anos)

"Amor é se abraçar, amor é se beijar, amor é dizer não".

(Patty, 8 anos)

"Amor é quando seu cachorro lambe sua cara, mesmo depois que você deixa ele sozinho o dia inteiro".

(Mary Ann, 4 anos)

"Quando você ama alguém, seus olhos sobem e descem e pequenas estrelas saem de você".

(Karen, 7 anos)

"Deus poderia ter dito palavras mágicas para que os pregos caíssem do crucifixo, mas ele não disse isso. Isso é amor".

(Max, 5 anos)



PRECE ÁRABE

Deus, não consintas que eu seja o carrasco que sangra as ovelhas, nem uma ovelha nas mãos dos algozes.

Ajuda-me a dizer sempre a verdade na presença dos fortes e jamais dizer mentiras para ganhar os aplausos dos fracos.

Meu Deus! Se me deres a fortuna, não me tires a felicidade; se me deres a força, não me tires a sensatez; se me for dado prosperar, não permita que eu perca a modéstia, conservando apenas o orgulho da dignidade.

Ajuda-me a apreciar o outro lado das coisas, para não enxergar a traição dos adversários, nem acusá-los com maior severidade do que a mim mesmo.

Não me deixes ser atingido pela ilusão da glória quando bem sucedido e nem desesperado quando sentir o insucesso. Lembra-me que a experiência de um fracasso poderá proporcionar um progresso maior.

Ó Deus!

Faze-me sentir que o perdão é o maior índice da força e que a vingança é prova de fraqueza.

Se me tirares a fortuna, deixe-me a esperança. Se me faltar a beleza da saúde, conforta-me com a graça da fé.

E quando me ferir a ingratidão e a incompreensão dos meus semelhantes, cria em minha alma a força da desculpa e do perdão.

E finalmente Senhor, se eu Te esquecer te rogo, mesmo assim, nunca Te esqueças de mim!



PAGANINI

Era uma vez um grande violinista chamado Paganini.

Alguns diziam que ele era muito estranho. Outros, que era sobrenatural.

As notas mágicas que saíam de seu violino tinham um som diferente, por isso ninguém queria perder a oportunidade de ver seu espetáculo.

Numa certa noite, o palco de um auditório repleto de admiradores estava preparado para recebê-lo.

A orquestra entrou e foi aplaudida. O maestro foi ovacionado.

Mas quando a figura de Paganini surgiu, triunfante, o público delirou. Paganini coloca seu violino no ombro e o que se assiste a seguir é indescritível.

Breves e semibreves, fusas e semifusas, colcheias e semicolcheias parecem ter asas e voar com o toque daqueles dedos encantados.

De repente, um som estranho interrompe o devaneio da platéia. Uma das cordas do violino de Paganini arrebenta.

O maestro parou. A orquestra parou. O público parou. Mas Paganini não parou.

Olhando para sua partitura, ele continua a tirar sons deliciosos de um violino com problemas.

O maestro e a orquestra, empolgados, voltam a tocar.

Mal o público se acalmou quando, de repente, um outro som perturbador derruba a atenção dos assistentes.

Uma outra corda do violino de Paganini se rompe.

O maestro parou de novo. A orquestra parou de novo. Paganini não parou.

Como se nada tivesse acontecido, ele esqueceu as dificuldades e avançou tirando sons do impossível.

O maestro e a orquestra, impressionados voltam a tocar.

Mas o público não poderia imaginar o que iria acontecer a seguir.

Todas as pessoas, pasmas, gritaram OOHOOH!

Que ecoou pela abobadilha daquele auditório.

Uma terceira corda do violino de Paganini se quebra.

O maestro pára. A orquestra pára. A respiração do público pára. Mas Paganini não pára.

Como se fosse um contorcionista musical, ele tira todos os sons da única corda que sobrara daquele violino destruído.

Nenhuma nota foi esquecida.

O maestro empolgado se anima. A orquestra se motiva. O público parte do silêncio para a euforia, da inércia para o delírio.

Paganini atinge a glória. Seu nome corre através do tempo. Ele não é apenas um violinista genial.

É o símbolo do profissional que continua diante do impossível.

Moral da história:

Eu não sei o tipo de problemas que você está tendo. Pode ser um problema pessoal, conjugal, familiar, sei lá o quê é que está afetando sua estima ou seu desempenho profissional. Mas uma coisa eu sei. Nem tudo está perdido.

Ainda existe uma corda e é tocando nela que você exercerá seu talento. Tocando nela é que você irá vibrar.

Aprenda a aceitar que a vida sempre lhe deixará uma última corda.

Quando você estiver desanimada(o), nunca desista. Ainda existirá a corda da persistência inteligente, do "tentar mais uma vez", do dar um passo a mais com um enfoque novo.

Desperte o Paganini que existe dentro de você e avance para vencer.

Vitória é a arte de você continuar, onde os outros resolvem parar.

Quando tudo parece ruir, dê uma oportunidade a você mesma(o) e vá em frente.

Toque na corda da motivação e tire sons de resultados positivos.

Mas antes pergunte: quem motiva o motivador?

Isto é: quem motiva seu cérebro, que motiva sua mão, que toca seu violino?
Não se frustre, não se desespere, lembre-se: ainda existe a última corda: a do aprender de novo para deslumbrar e gerar soluções.

Nunca a vida lhe quebrará todas as cordas.

Se os resultados estão mal, é a sua oportunidade de tocar a última corda, a da imaginação que reinventa o futuro com inovação contínua.

É sempre a corda esquecida que lhe dará o maior resultado.

Mas, se por acaso, você estiver mesma(o) no fundo do poço, esta é a sua oportunidade de tocar na melhor corda do universo:

ACREDITAR EM VOCÊ !!!



HISTÓRIA CURTA...

Charles Plumb, era piloto de um bombardeiro na guerra do Vietnã. Depois de muitas missões de combate, seu avião foi derrubado por um míssil. Plumb saltou de pára-quadras, foi capturado e passou seis anos numa prisão norte-vietnamita. Ao retornar aos Estados Unidos, passou a dar palestras relatando sua odisséia e o que aprendera na prisão.

Certo dia, num restaurante, foi saudado por um homem:

“Olá, você é Charles Plumb, era piloto no Vietnã e foi derrubado, não é mesmo?”

“Sim, como sabe?”, perguntou Plumb.

“Era eu quem dobrava o seu pára-quadras. Parece que funcionou bem, não é verdade?”

Plumb quase se afogou de surpresa e com muita gratidão respondeu:

"Claro que funcionou, caso contrário eu não estaria aqui hoje."

Ao ficar sozinho naquela noite, Plumb não conseguia dormir, pensando e perguntando-se:

“Quantas vezes vi esse homem no porta-aviões e nunca lhe disse Bom Dia? Eu era um piloto arrogante e ele um simples marinheiro.”

Pensou também nas horas que o marinheiro passou humildemente no barco enrolando os fios de seda de vários pára-quadras, tendo em suas mãos a vida de alguém que não conhecia.

Agora, Plumb inicia suas palestras perguntando à sua platéia:

"Quem dobrou teu pára-quadras hoje?".

Todos temos alguém cujo trabalho é importante para que possamos seguir adiante. Precisamos de muitos pára-quadras durante o dia: um físico, um emocional, um mental e até um espiritual.

Às vezes, nos desafios que a vida nos apresenta diariamente, perdemos de vista o que é verdadeiramente importante e as pessoas que nos salvam no momento oportuno sem que lhes tenhamos pedido.

Deixamos de saudar, de agradecer, de felicitar alguém, ou ainda simplesmente de dizer algo amável.

Hoje, esta semana, este ano, cada dia, procura dar-te conta de quem prepara teu pára-quadras, e agradece-lhe.

Todos precisamos uns dos outros, por isso, mostra-lhes tua gratidão.

Às vezes as coisas mais importantes da vida dependem apenas de ações simples.

Só um telefonema, um sorriso, um agradecimento, um Gosto de Você, um Te Amo.

Obrigado por todos os favores que sem merecer recebi de ti e nunca te agradei.



AMIGOS

"Se você viver cem anos, eu quero viver cem anos menos um dia, assim nunca terei de viver sem você".

"A amizade é um espírito em dois corpos".

"A verdadeira amizade é como a saúde perfeita, seu valor raramente é reconhecido até que seja perdida".

"O verdadeiro amigo é aquele que aparece quando o resto do mundo desaparece".

"Se você morrer antes de mim, pergunte se pode levar um amigo".

"Se todos meus amigos tivessem que pular de uma ponte, eu não pularia com eles; eu estaria no fundo para pegá-los".

"Meu pai costuma dizer sempre: quando você morrer, se tiver (feito) cinco amigos verdadeiros, então você teve uma vida notável".

"Um amigo é alguém que sabe a canção de seu coração e pode cantá-la quando você tiver esquecido a letra".



PALAVRAS E SILÊNCIO

(Florian Bernard)

Há algumas coisas que são lindas demais para serem descritas por palavras. É necessário admirá-las em silêncio e contemplação para apreciá-las em toda sua plenitude. É necessário tão poucas palavras para exprimir a sua essência. As grandes falas servem freqüentemente só confundir ou doutrinar. O silêncio é freqüentemente mais esclarecedor que um fluxo de palavras. Olhe para uma mãe com criança em seu colo. O bebê sabe obter tudo o que quer sem dizer ao menos palavra.

De fato, palavras devem ser a embalagem dos pensamentos. Não adianta fazer discursos muito longos para expressar os sentimentos de seu coração.

Um olhar conta um pouco mais que uma carreira de palavras.

Acredito que a natureza, em sua grande sabedoria nos deu apenas uma língua e duas orelhas para que ouçamos mais e falemos menos.

Se uma fala não é mais bonita do que o silêncio, então é preferível não dizer nada. Esta é uma grande verdade sobre a qual os grandes líderes deste mundo deveriam meditar um pouco. Quanto mais o coração é grande e generoso menos palavras são usadas

É necessário se lembrar do provérbio dos filósofos: as verdadeiras palavras sempre não são bonitas, mas as palavras bonitas nem sempre são verdades.

É características das grandes mentes fazer com que em poucas palavras muitas coisas sejam ouvidas. As mentes pequenas, acham que têm, pelo contrário a concessão para falar, e não dizer nada. Falam bobagens, mas há aqueles que sabem o que escutar para colher.

Se duas palavras só são necessárias dizer "que eu gosto de você", todas as outras palavras que poderiam ser ditas são supérfluas...

São necessários apenas dois anos para que o ser humano aprenda a falar e toda uma vida para que ele aprenda a ficar em silêncio.

Ser comedido em suas palavras não é um defeito mas prova profunda sabedoria.

Aquele que fala muito quase nunca tem sucesso para organizar as coisas.

Tende antes a confundir.



NADA NA VIDA ACONTECE EM VÃO

Se um dia ao acordar, você encontrasse, ao lado da sua cama, um lindo pacote embrulhado com fitas coloridas, você o abriria, antes mesmo de lavar o rosto, rasgando o papel, curioso para ver o que havia dentro...

Talvez houvesse ali algo de que você nem gostasse muito... Então você guardaria a caixa, pensando no que fazer com aquele presente aparentemente "inútil" ...

Mas no dia seguinte, lá está outra caixa... Mais uma vez, você abre correndo, e dessa vez há alguma coisa da qual você gosta muito... Uma lembrança de alguém distante, uma roupa que você viu na vitrine, a chave de um carro novo, um casaco para os dias de frio ou simplesmente um ramo de flores de alguém que se lembrou de você...

E isso acontece todos os dias, mas nós nem percebemos...

Todos os dias quando acordamos, lá está, à nossa frente, uma caixa de presentes enviada por Deus, especialmente para nós: um dia inteirinho para usarmos da melhor forma possível!

Às vezes ele vem cheio de problemas, coisas que não conseguimos resolver, tristezas, decepções, lágrimas...

Mas outras vezes, ele vem cheio de surpresas boas, alegrias, vitórias e conquistas...

O mais importante é que, todos os dias, Deus embrulha para nós, enquanto dormimos, com todo o carinho, nosso presente: O DIA SEGUINTE!

Ele cerca nosso dia com fitas coloridas, não importa o que esteja por vir... A esse dia quando acordamos, chamamos PRESENTE... O PRESENTE de Deus pra nós.

Nem sempre Ele nos manda o que esperamos, o que queremos... Mas Ele sempre, sempre e sempre, nos manda o melhor, o de que precisamos, e que é sempre muito mais do que merecemos...

Abra seu PRESENTE todos os dias, primeiro agradecendo a quem o mandou, sem se importar com o que vem dentro do "pacote". Sem dúvida, Ele não se engana na remessa dos pacotes. Se não veio hoje o PRESENTE que você esperava, espere...

Abra o de amanhã com mais carinho, pois a qualquer momento, os sonhos e planos de Deus pra você chegarão, embrulhadinhos para PRESENTE!

DEUS não atende as nossas vontades, e sim nossas necessidades.

Que você tenha um dia abençoado, cheio da Presença de Deus, e que seu presente venha lhe trazer muita paz, experiências com Deus, e esclarecimento sobre o muito que ainda temos a aprender com Ele e por Ele!



RECOMEÇAR

Perdi um brinquedo que me acompanhou em minha infância... Mas ganhei a lembrança do amor de quem me presenteou!

Perdi meus privilégios e fantasias de menino... Mas ganhei a oportunidade de crescer e viver livremente!

Perdi muita gente que amei e que me amou e que ainda amo... Mas ganhei o carinho e o exemplo de suas vidas!

Perdi momentos únicos da vida porque chorava em vez de sorrir... Mas descobri que para colher amor tem que plantá-lo!

Perdi muitas vezes e muitas coisas em minha vida. Porém junto a este “perder” hoje tento o valor de “ganhar”. Porque sempre podemos lutar pelo que amamos e porque sempre há tempo para recomeçar!

Não importa em que momento da vida cansastes. Mais importante é que sempre é possível e necessário recomeçar.

Recomeçar é dar-se uma nova chance, é renovar as esperanças na vida e, mais ainda, acreditar em ti mesmo!

Sofrestes muito neste período?... Foi aprendizagem.

Chorastes muito?... Foi limpeza da alma.

Odiastes?... Foi para poder perdoar.

Sentistes solidão em alguns momentos?

... Foi porque fechastes a porta.

Pensastes que tudo estava perdido?... Foi simplesmente o início de tua melhora.

Sentes solidão?... Se olhares ao redor verás muita gente esperando teu sorriso para aproximar-se mais de ti!

Recomeçar.

Hoje é um excelente dia para iniciar um novo projeto de vida. Onde queres chegar? Olha para o alto, sonha alto, deseja o melhor, anseia o bem e o bom, pois a vida nos traz o que desejamos!

Pensando pequeno; o pequeno virá. Se pensamos firmemente o melhor, o positivo e lutamos por alcançá-lo; o melhor virá para nossa vida!

Hoje é o dia da grande limpeza mental. Tira tudo que te prende ao passado e que te machuca. Joga fora toda a impureza, limpa teu coração, prepara-te para uma nova vida, e para um novo amor se estás só; nós somos apaixonados, somos capazes de amar muitas vezes, porque somos a manifestação do amor!

A vida te chama, te convidando para uma nova aventura, outra viagem, um novo desafio. Dedicar este dia a ti mesmo e farás todo o possível para alcançar teus objetivos. Confia na vida, confia em ti!

Agradece a Deus por teres recebido esta mensagem, é sinal que alguém pensa em ti. Nem todos têm este privilégio.



RESPIRE FUNDO

Ele pode apagar tudo, fazendo de conta que não se importa... Que irônico, não?

Que irônico a gente deixar Deus de lado e depois se perguntar porquê o mundo está um inferno.

Que irônico, que acredites em tudo que lhe dizem todos os dias nos jornais, mas pões em dúvida o que diz a Bíblia.

Que irônico como a gente deseja ir para o paraíso, porém não acreditamos no que diz a Bíblia.

Que irônico, como alguns dizem “Creio em Deus”, mas seguem ao demônio. E do mesmo modo, afirmam crer em Deus.

Que irônico, como mandamos centenas de *e-mail* (nos quais as pessoas enviam e reenviam), mas quando são mandadas mensagens de Deus, elas não compartilham.

Que irônico como coisas vulgares e obscenas se mandam pelo ciberespaço, mas falar de Deus na escola e no trabalho te dá vergonha..

Que irônico, como alguém pode amar tanto a Cristo aos domingos , mas ser um cristão invisível no resto da semana.

Que irônico que quando chegar esta mensagem , não será mandada a muitos amigos que estão na sua lista de contatos, pois sabes que a acharão muito chata.

Que irônico como podes estar mais preocupado com o que os outros pensam de você, se não sabe Jesus morreu, por ti e por mim ,sozinho, para nos salvarmos.

Jesus espera diante de sua porta, sozinho e abandonado, esperando que... Se você crer em Deus, Ele continuará sendo justo.

Senhor, no minuto de silêncio deste meu dia que nasce, te peço Paz, Sabedoria e Força. Hoje quero olhar o mundo com olhos cheios de amor, ser

paciente, compreensivo, humilde, meigo e bondoso. Ver os teus filhos além de aparências, como vejo a tu mesmo, para assim poder apreciar a bondade de cada um. Feche os meus ouvidos à toda maledicência, resguarda minha língua de fofocas, que só os pensamentos bondosos permaneçam comigo. Quero ter boas intenções e ser justo e que todos que perto de mim estiverem que sintam a Tua presença. Revesti-me de tua bondade Senhor, e faça que durante meu dia eu Te revele.

“Que estranho o ser humano: nasce sem pedir; vive sem saber; morre sem querer.”

Eu amo a DEUS. Se você sente o mesmo que eu, leve a todas as pessoas que conhece este e-mail.

“Tudo posso naquele que me fortalece”

Que o amor de Deus brilhe sobre você hoje e sempre. Amém...



REVIVENDO RUI BARBOSA

Sinto vergonha de mim por ter sido educador de parte desse povo, por ter batalhado sempre pela justiça, por compactuar com a honestidade, por primar pela verdade e por ver este povo já chamado varonil enveredar pelo caminho da desonra.

Sinto vergonha de mim por ter feito parte de uma era que lutou pela democracia, pela liberdade de ser e ter que entregar aos meus filhos, simples e abominavelmente, a derrota das virtudes pelos vícios, a ausência da sensatez no julgamento da verdade, a negligência com a família, célula-mater da sociedade, a demasiada preocupação com o "eu" feliz a qualquer custo, buscando a tal "felicidade" em caminhos eivados de desrespeito para com o seu próximo.

Tenho vergonha de mim pela passividade em ouvir, sem despejar meu verbo, a tantas desculpas ditas pelo orgulho e vaidade, a tanta falta de humildade para reconhecer um erro cometido, a tantos "floreios" para justificar atos criminosos, a tanta relutância em esquecer a antiga posição de sempre "contestar", voltar atrás e mudar o futuro. Tenho vergonha de mim pois faço parte de um povo que não reconheço, enveredando por caminhos que não quero percorrer...

Tenho vergonha da minha impotência, da minha falta de garra, das minhas desilusões e do meu cansaço. Não tenho para onde ir pois amo este meu chão, vibro ao ouvir meu Hino e jamais usei a minha Bandeira para enxugar o meu suor ou enrolar meu corpo na pecaminosa manifestação de nacionalidade.

Ao lado da vergonha de mim, tenho tanta pena de ti, povo brasileiro!

De tanto ver triunfar as nulidades, de tanto ver prosperar a desonra, de tanto ver crescer a injustiça, de tanto ver agigantarem-se os poderes nas mãos dos maus, o homem chega a desanimar da virtude, a rir-se da honra, a ter vergonha de ser honesto.



UM JEITO DIFERENTE DE OLHAR PARA O SALMO 23

(Nova Versão Internacional)

O Senhor é o meu Pastor, (Isto é relacionamento!)

Nada me faltará. (Isto é suprimento!)

Caminhar me faz por verdes pastos, (Isto é descanso!)

Guia-me mansamente a águas tranqüilas. Isto é refrigério!

Refrigera a minha alma. Isto é cura!

Guia-me pelas veredas da justiça, Isto é direção!

Por amor do Seu nome. Isto é propósito!

Ainda que eu caminhasse pelo vale das sombras da morte, Isto é provação!
Eu não temeria mal algum, Isto é proteção!
Porque Tu estás comigo, Isto é fidelidade!
A tua vara e o teu cajado me consolam. Isto é disciplina!
Preparas uma mesa perante mim na presença dos meus inimigos. Isto é esperança!
Unge a minha cabeça com óleo Isto é consagração!
e meu cálice transborda. Isto é abundância!
Certamente que a bondade e a misericórdia me seguirão todos os dias de minha vida Isto é bênção!
E eu habitarei a casa do Senhor Isto é segurança!
por longos dias. Isto é eternidade!
O que é mais valioso não é o que nós temos em nossas vidas, mas QUEM nós temos em nossas vidas!



SE ALGUÉM LHE PROCURAR...

Com frio... É porque você tem o cobertor.
Com alegria... É porque você tem o sorriso.
Com lágrimas... É porque você tem o lenço.
Com versos... É porque você tem a música.
Com dor... É porque você tem o curativo.
Com palavras... É porque você tem a audição.
Com fome... É porque você tem o alimento.
Com beijos... É porque você tem o mel.
Com dúvidas... É porque você tem o caminho.
Com orquestras... É porque você tem a festa.

Com desânimo... É porque você tem o estímulo.
Com fantasias... É porque você tem a realidade.
Com desespero... É porque você tem a Serenidade.
Com entusiasmos... É porque você tem o brilho.
Com segredos... É porque você tem a cumplicidade.
Com tumulto... É porque você tem a calma.
Com confiança... É porque você tem a força.
Com medo... É porque você tem o AMOR!!!
Ninguém chega até VOCÊ por acaso.
Em "TUDO" há o propósito!
"O mundo está nas mãos daqueles que têm coragem de sonhar, e correr o risco de viver seus sonhos".
Cada qual com seu talento. Viva o seu!



O SEGREDO

O Segredo foi conhecido e usado ao longo do Tempo.
Desde o Egito Antigo à Babilônia, o Segredo viajava ao longo da História.
Platão e seus seguidores conheciam o Segredo.
Mas o Segredo foi suprimido por questões religiosas. Ocultaram-no. Poucos o conheceram desde então e tentaram revelá-lo subliminarmente. Alguns foram... Pouco a pouco a religião perdeu a autoridade para explicar o Universo. Em 1859 o britânico Charles Darwin lançou a sua teoria sobre a evolução das espécies, contra a idéia da criação divina.
E o fosso entre a religião e a Ciência tornou-se intransponível.
A Humanidade mudou e não mais teme as imposições e os castigos religiosos.

A Ciência sobrepôs-se. A Ciência avançou tanto que não há dificuldade em se construírem naves espaciais, enviar pessoas à Lua e prever-se com a precisão de fração de segundo a sua aterrissagem.

Em face do progresso da Ciência, o Segredo está sendo disseminado!

Esse Segredo dá-lhe tudo o que você desejar: saúde, amor, abundância, felicidade.

Você pode conseguir o que quiser quando aprender a aplicá-lo na sua vida diária.

Eu vi muitos milagres acontecerem. Milagres de cura física, cura mental, cura de relacionamentos, milagres financeiros.

Isso acontece com as pessoas que usam o Segredo.

Você pode ser, ter, fazer qualquer coisa que quiser.

Pode, sim, seja qual for a sua escolha, mesmo que seja muito grande.

O Segredo é a resposta a tudo o que foi, a tudo o que é e a tudo o que um dia será.

O que você deseja para a sua vida?

Você quer ter uma excelente saúde?

Você quer Harmonia, Paz?

Você quer Amor, Doçura, Tranqüilidade?

Você quer ser milionário?

Você quer mais sucesso?

Com certeza, você está querendo saber qual é o Segredo.

Vamos explicá-lo cientificamente a você.

Todos nós funcionamos com um poder infinito. Todos nós somos guiados pelas mesmas leis.

Em qualquer lugar, sem importar onde, usamos a Atração.

O Segredo é a Lei da Atração.

Vivemos em um Universo onde existem leis. Uma delas é a Lei da Gravidade.

Todos os que caírem de cima de um edifício baterão no chão.

Existe a Eletricidade. Ninguém sabe exatamente o que é a Eletricidade, mas todos nos beneficiamos dela cotidianamente.

O Universo é baseado na Atração.

Tudo é Atração.

Observe o que está passando pela sua mente. Você está atraindo isso tudo.

Você atrai tudo aquilo que teme.

Você atrai tudo aquilo de que se queixa.

Você atrai tudo o que agradece.

Você atrai tudo aquilo em que foca a sua atenção.

Tudo o que está à sua volta, agora, incluindo aquilo de que você reclama, você atraiu para a sua vida.

Eu sei que você não gostou de saber disso e pensará: eu não atraí aquela pessoa, eu não atraí aquela doença, aquele problema etc. Mas eu estou aqui lhe assegurando: sim, você atraiu. E esse é um dos conceitos mais difíceis de se admitir e compreender, mas de vez que você o aceite, modificará a sua vida.

Essa é apenas uma parte do Segredo.

Atente a um problema: a maioria das pessoas pensa no que não quer. Pensa e pensa muitas vezes no que não quer.

Quem pensa no que não quer, atrai aquilo que não quer. Porque nós atraímos o que pensamos.

Para mim, a maneira mais simples de entender a Lei da Atração é enxergar-me como um ímã.

Todos funcionamos, naturalmente, como ímãs.

A Lei da Atração diz que semelhantes atraem semelhantes.

Pensamentos atraem fatos.

O que você visualizar aqui você segurará aqui

O nosso trabalho é pensar no que queremos e deixar isso absolutamente claro na nossa mente.

A partir daí começamos a invocar a maior lei do Universo: a Lei da Atração.

Você atrai aquilo em que mais pensa, se torna aquilo em que pensa.

O princípio da Lei da Atração pode ser resumido em quatro palavras: pensamentos transformam-se em coisas.

A Lei da Atração é a maior de todas as leis, é a base de tudo!

Atraímos para a nossa vida tudo o que plasmamos na nossa mente.

Cientificamente, todo pensamento tem uma frequência, constatável nos simples eletroencefalogramas. Pode-se medir essa frequência.

Quando você fixa o seu pensamento em excelente saúde, no amor, na sua alma gêmea, na casa dos seus sonhos com pessoas queridas à sua volta, em um carro novo, você sintoniza uma determinada frequência e emite sinais.

Os seus pensamentos emitem um sinal magnético, que atrai um sinal semelhante para você.

Veja-se vivendo em abundância e você atrairá a abundância. Isso ocorre sempre e com todas as pessoas.

Por que somente 1% da população mundial ganha cerca de 96% de todo o dinheiro que existe?

Você imagina que é por acaso?

Não é por acaso. Os bem-sucedidos entendem o Segredo, a Lei da Atração, que estamos apresentando a você.

A Lei da Atração não percebe se você julga que algo é bom ou ruim, ou se você não quer isso e quer aquilo.

A Lei da Atração apenas responde aos seus pensamentos. Por isso, pare de pensar em desentendimentos, em doenças, em dívidas, em tristezas. Porque esses são os sinais que você está emitindo para o Universo.

Quando você se sente alegre, feliz, em todos os níveis do seu ser, emite os comandos de felicidade e alegria para o Universo. Assim, receberá alegria e felicidade a cada vez mais.

Quando você está olhando para alguma coisa, deseja-a e diz sim, mentalmente, você está ativando um pensamento, emitindo uma vibração. A Lei da Atração responde a esse pensamento trazendo-lhe essa coisa.

E quando você olha algo que não deseja e grita dentro de você um não, de fato não o repele. Ao contrário, você ativa o seu pensamento e a Lei da Atração alinha essa coisa com você.

A Lei da Atração está sempre funcionando. Acreditando-se nela, ou não, ela está sempre funcionando.

Se você está observando, ou imaginando alguma coisa, está ativando a Lei da Atração.

Quando você se lembra de algo do passado também ativa a Lei da Atração. O mesmo acontece quando projeta o seu futuro.

E a Lei da Atração, que é a mais poderosa do Universo, responde ao seu pensamento.

Criações estão sempre ocorrendo no Universo!

Toda vez em que alguém pensa muito sobre um assunto, ou tem idéias repetidas, está em franco processo de criação.

Desses pensamentos algo físico se manifestará.

A Lei da Atração dá-lhe tudo o que você menciona na sua fala e tudo aquilo em que foca o seu pensamento. Portanto, você cria situações agradáveis, ou desagradáveis.

No meu curso *online* tive um aluno *gay* que escrevia muito duramente sobre a sua realidade de vida. No trabalho e na vizinhança todos o espezinhavam. Ele estava sempre nervoso, focava intensamente o seu pensamento em situações difíceis e sentia muito medo de ser humilhado e agredido. E era sempre humilhado e agredido. Quando focamos o nosso pensamento em

alguma situação com ansiedade e passionalmente atraímos essa situação para a nossa vida ainda mais depressa. Ensinei-o a focar o seu pensamento no que queria. A sua vida mudou em pouco tempo: ninguém mais o molestou e ele angariou muito respeito nas profissões que exercia.

Quando enxergamos as situações de uma perspectiva positiva tendemos a atrair pessoas, circunstâncias e eventos positivos.

Quando enxergamos as coisas de modo negativo, ou estamos irados, atraímos pessoas rudes, iradas, ameaçadoras e eventos negativos.

Você atrai todas as suas experiências, consciente ou inconscientemente, pelo fenomenal poder da sua mente e das suas emoções, que funcionam sem parar, diuturnamente.

Você quer saber o que está atraindo agora? Pergunte-se: como me sinto neste momento?

Se você observar, cuidadosamente, constatará o poder da nossa mente e das nossas intenções no dia-a-dia.

A Lei da Atração está comprovada na sociedade. Quando alguém fala muito em doença, fica doente. Quando alguém fala muito em prosperidade, é próspero.

A Lei da Atração é evidente em todos os lugares ao nosso redor.

A Física Quântica ensina que nada é fixo: tudo é energia vibrante e em mutação.

Toda intenção, todo desejo cria vibrações no campo quântico.

Não nos referimos à criação ilusória, ou loucura imaginária. Falamos de uma compreensão mais profunda, básica. A Física Quântica aponta para a seguinte descoberta:

Não pode existir um universo sem mente. A mente molda a própria coisa que está sendo observada.

Quando conhecem o Segredo algumas pessoas temem os pensamentos negativos.

É necessário atinar para o seguinte: é cientificamente comprovado que um pensamento positivo é centenas de vezes mais poderoso do que um pensamento negativo. Assim sendo, elimina-se uma preocupação com pensamentos otimistas.

Você é o arquiteto da sua vida. É o seu próprio escultor. Você esculpe a sua vida e é a sua própria obra-prima. É como se você fosse Michelangelo e o Davi que está esculpindo é você mesmo.

Fazemos isso com o nosso pensamento.

A maioria de nós atrai fatos pela omissão. Muitos pensam que não têm controle sobre “essas coisas”.

Os pensamentos estão

“no automático”, as emoções estão “no automático” e, assim, tudo o que atraem é por “omissão”.

Se você está sendo apresentado agora à Lei da Atração decerto pensará: Ah, agora terei de monitorar os meus pensamentos... isso vai me dar muito trabalho...

Não vamos encorajar você a monitorar constantemente os seus pensamentos. São tantos os pensamentos, vindos de tantas direções e sobre tantos assuntos diferentes... É aí que entram as suas emoções. As suas emoções guiarão você para entender o que está pensando e atraindo.

Pensamentos provocam sentimentos.

As emoções são uma dádiva incrível e evidenciam-nos o que estamos atraindo.

Do ponto de vista científico, só há dois tipos de emoção: as que nos fazem sentir bem e as que nos fazem sentir mal. Sentimos raiva, frustração, medo, angústia, tristeza, inveja, culpa..., de modo muito parecido. Ninguém se sente bem quando vivencia essas emoções. Quando as sentimos, não estamos alinhados com o Universo e com o que queremos para a nossa vida.

Em algumas áreas, a emoção desagradável é chamada de “frequência ruim”, ou “má vibração”, ou “energia negativa”.

A emoção que nos faz sentir bem, aquele sentimento de amor, ou de solidariedade, ou de esperança, aquele sentimento bom, de alegria, é o que nos orienta a saber que o nosso pensamento está alinhado com o Universo, com o que queremos para nós.

Os seus sentimentos são uma avaliação sobre se você está no caminho certo, ou não.

Quão melhor você se sentir, mais alinhado com o Universo e com a Lei da Atração você estará. Quanto pior você se sentir, mais desalinhado estará.

Você molda o seu futuro com os seus pensamentos e sentimentos. E mais cedo ou mais tarde encontrará o que moldou.

Se você começar o dia de mau-humor imediatamente gerará uma seqüência de fatos desagradáveis.

Comece a sentir amor à sua volta e vibre amor; comece a sentir-se próspero e o Universo responderá à natureza da sua canção.

Você atrairá aquilo em que focar o seu pensamento concomitantemente à sua emoção.

Você cria o seu próprio universo ao longo do caminho.

Quando você se entristecer, reverta essa situação. Bloqueie o sentimento de tristeza. Ouça uma música alegre, cante, assista a comédias, pense em algo bonito. Assim, você se sentirá bem.

Esse princípio aplica-se ao seu animal de estimação, porque ele coloca você em um ótimo estado emocional. Quando você sente carinho pelo animal atraindo carinho, bondade.

Muitas pessoas não se permitem pedir o que realmente querem porque não vislumbram como isso pode concretizar-se. Não tente entender como isso é feito, apenas acredite que efetivamente será feito. Se você fizer uma pequena

pesquisa verá que todos os que já conquistaram algo não sabiam como o fariam. Mas tinham a certeza interior de que iriam fazê-lo.

Você não precisa saber como as coisas virão.

Você atrairá o caminho.

O “como fazer” é domínio do Universo, que conhece o caminho mais curto, mais rápido e mais harmonioso entre você e o seu sonho. Se você enviar o seu sonho ao Universo, vai surpreender-se e deslumbrar-se. É quando a magia e os milagres acontecem.

Todas as forças do Universo respondem aos seus pedidos.

O Universo reorganiza-se para fazer com que as coisas aconteçam para você.

Muita gente me pergunta qual é o trabalho do Universo no Processo de Criação. Façamos uma comparação, uma analogia, com a lenda do Aladim e a sua Lâmpada Maravilhosa.

Todas as vezes em que o Aladim esfrega a lâmpada, o Gênio lhe diz: o seu desejo é o meu comando!

É assim que o Universo funciona.

Não há limite para desejos!

Peça e receberá!

Lembre-se de que Aladim pede ao Gênio tudo o que deseja e sempre é atendido!

Conforme a tradição, o Gênio tem um nome: “Anjo da Guarda”, “Superego”... Mas todas as tradições nos dizem que há algo maior do que nós. E o Gênio sempre responde a mesma coisa: o seu desejo é o meu comando!

O Processo de Criação tem três fases:

1. Você pede o que quer.
2. O Universo responde.
3. Você recebe.

Para pedir, sente-se e escreva tudo o que você deseja, pormenorizadamente.

Isso é muito divertido! Você tem o Catálogo do Universo, folheia-o e pensa: Bem, gostaria de ter esta experiência, este produto, uma pessoa maravilhosa ao meu lado etc.

É você fazendo encomendas para o Universo.

Escreva todas as suas metas!

E escreva-as assim: sou muito feliz!

Agradeço, agora, porque tenho

Visualize as suas metas diariamente por alguns minutos para energizá-las e atraí-las.

Entusiasme-se com os seus sonhos para que se concretizem! Isso os magnetiza e os atrai. Agradeça antecipadamente com a certeza de que já possui o que quer!

Faça o que for necessário para gravar os seus desejos na sua mente, para lembrar-se sempre deles. Assim, o Universo poderá indicar-lhe caminhos, através de idéias brilhantes.

O Universo gosta da velocidade. Aprese-se! Mantenha os seus pensamentos e os seus sentimentos alinhados com o Universo e tenha a certeza de que o que deseja virá para você.

Visite a casa que deseja comprar! Entre na casa!

Faça um *test-drive* com o carro dos seus sonhos!

Pense nos lugares que você quer conhecer!

Tamanho nada significa para o Universo. Cientificamente, é tão fácil atrair algo que consideramos enorme como infinitesimalmente pequeno. O Universo faz tudo com Esforço Zero. Na Terra tudo cresce, naturalmente, sem esforço.

Você atrairá tudo o que quiser e de que necessitar: pessoas, trabalho, todo o tipo de recursos, livros... É importante prestar atenção àquilo pelo qual você se sente atraído. Conforme você plasmar imagens do que deseja, sentirá

atração por algumas pessoas e coisas e vice-versa. Essa atração é o Universo apontando-lhe o caminho, é o início da materialização dos seus desejos.

Faça uma experiência: pense repetidamente em uma pessoa que não vê há algum tempo. Logo terá notícias dela: ou se encontrará com ela, ou ela lhe telefonará, ou lhe escreverá, ou alguém falará dela com você.

Suba o primeiro degrau com fé. Não é necessário que você veja toda a escada. Apenas dê o primeiro passo.

As pessoas surpreendem-se, porque sempre consigo vaga para estacionar o meu carro. E isso tem acontecido depois que conheci o Segredo. Visualizo a vaga e em 95% das vezes encontro lugar onde quero.

Muitas pessoas sentem-se travadas, ou aprisionadas, pelas atuais circunstâncias. Mas podem mudar a sua vida, imediatamente, usando o Segredo.

Tudo o que somos é o resultado dos nossos pensamentos.

Ao se levantar toda manhã e ao se deitar para dormir, agradeça por tudo o que tem de bom. Isso faz com que fixemos o pensamento nas coisas boas que recebemos e ativemos a nossa energia positiva.

Estava vivenciando problemas familiares difíceis. Encontrei uma pedrinha, coloquei-a no bolso e a cada vez em que a tocava agradecia pela boa saúde, por cada pessoa maravilhosa que estava na minha vida, por cada uma das coisas possuía.

E vibrava Gratidão por essas pessoas e coisas.

Tive excelentes experiências por causa disso.

Desde então todas as manhãs quando eu me levanto da cama coloco a pedrinha no bolso, penso em todas as pessoas, coisas e situações maravilhosas que tenho recebido e vibro gratidão. À noite, antes de dormir, faço o mesmo.

Comece a fazer uma lista das pessoas por quem você sente gratidão e pelas coisas boas que há na sua vida. Fazendo isso, você mexerá com a sua energia

e com a sua maneira de pensar: ativará a gratidão por todas as pessoas e coisas e isso fará você se sentir bem.

Sermos gratos pelo bem que nos dedicam e pelas coisas materiais que temos é fundamental e faz-nos sentir bem. E a Gratidão traz ainda mais alegrias para a nossa vida.

Todo homem percebe quando a mulher aprecia o que ele faz e vice-versa. O apreço incentiva, estimula, é apoio, faz com que todos queiram ser melhores a cada dia.

Gratidão é um sentimento que todos precisamos ter. Levantar da cama todos os dias e agradecer tem sido um poderoso exercício para mim. Todas as manhãs quando me levanto da cama e piso no chão, digo: Sou muito grato!

E começo a repassar mentalmente as coisas pelas quais sou grato enquanto tomo banho, escovo os meus dentes etc. Ao mesmo tempo vibro gratidão.

A atitude de gratidão é parte essencial do Segredo.

Visualize!

Nas décadas de 80 e 90 implementei o treinamento de visualização mental do Programa Apolo, da NASA, no treinamento olímpico. Ele foi chamado de Ensaio Motor Visual.

Nós conectamos sofisticados aparelhos de bioavaliação aos atletas e lhes pedimos que corressem mentalmente. Os mesmos músculos incendiaram-se na mesma sucessão.

A mente não distingue quando um evento é real ou não.

Quando você visualiza, você materializa.

O que você tem na mente, você tem no corpo.

Quando sonhamos, dormindo ou acordados, vivemos uma experiência holográfica tão real que sentimos os resultados dos nossos sonhos fisicamente.

É esse sentimento que abre a porta da Atração.

É assim que o Segredo passa à Ação.

Como é esse poder eu não sei descrever. Tudo o que sei é que ele existe.

O seu desejo é o meu comando!

Algumas pessoas dirão que pedem, mas nada acontece. Vejamos, quando você pede, está em dia com o passo número um, que é o Pedir. O passo número dois é o Responder. O Universo responde – sempre responde, sem exceção. Você deve compreender o terceiro passo: o Receber. Você tem de alinhar-se com o que está pedindo. Você se sente esplêndido quando está alinhado com o que quer. Essa sensação é o que se conhece por Entusiasmo, Alegria, Gratidão. Mas quando você sente Inveja, Mágoa, Raiva... demonstra fortes indicadores de que não está em alinhamento com o que está pedindo. Quando você passa a se dar conta de que o modo como você se sente é tudo e passa a direcionar os seus pensamentos com base em como se sente, pouco a pouco você encontrará o pensamento e o sentimento corretos. Assim, o que você pediu se manifestará na sua vida.

Esse é o Processo de Criação.

Algumas pessoas entusiasmam-se com tudo o que está sendo demonstrado aqui e afirmam: agora que conheço a Lei da Atração vou mudar a minha vida!

Seguem os passos, mas os resultados não aparecem no tempo em que desejam. Então pensam, dizem:

Essa Lei não funciona!

E o Universo responde-lhes: o seu desejo é o meu comando!

Vivemos em uma realidade em que o Tempo é um amortecedor. Na verdade, o Tempo trabalha para nós.

Queremos que os nossos pensamentos se manifestem imediatamente, mas algumas evidências demoram a vir e isso é bom.

Tudo tem o seu tempo.

Quando a oportunidade aparecer, quando o impulso surgir, quando algo lhe cutucar por dentro... anime-se, alegre-se, apaixone-se, vibre gratidão e... aja, confie, acredite! É esse o seu trabalho. É tudo o que você tem de fazer.

As pessoas que vivenciam o Segredo estão vivenciando a magia da Vida. Acostumaram-se a esse processo e usam a Atração onde quer que estejam. As outras não. Essa é a diferença entre uns e outros.

A imaginação é tudo. Ela é uma prévia das próximas atrações. A imaginação envolve o Mundo.

Tudo o que somos e temos hoje é o resultado daquilo que pensamos e sentimos no passado.

Muitas pessoas olham para a sua vida e dizem: Isto é o que eu sou. Se você não tiver uma boa saúde, os relacionamentos que gostaria, ou muito dinheiro no banco, isso não é o que você é, isso é o resíduo dos seus antigos pensamentos e ações. A partir de agora, isso é o que você era! Nós vivemos hoje em face das ações e dos pensamentos do passado. Cuidado! Jamais se fixe nas experiências difíceis e tristes do passado, porque você estará vibrando para receber o mesmo.

Mude o seu modo de pensar! Acredite na renovação!

Meu pai era muito negativo. Falava sempre que a vida era difícil e sofrida, e só as pessoas más tinham dinheiro. Algumas pessoas dizem que dinheiro não cresce em árvores, que quem ficou rico é porque enganou outras pessoas e que ricos não entram no “Céu”, não são felizes. Cresci com essa orientação, pensando que as pessoas eram más, que vida tinha de ser difícil, sofrida e eu pobre. Mudei radicalmente quando conheci William. Qualquer coisa que a mente do homem pode conceber pode, também, alcançar.

Clement Stone disse-me que queria que eu estabelecesse uma meta tão grande quanto pudesse conceber. Eu ganhava 8 mil dólares por ano e fixei a meta de 100 mil dólares. Plasmei essa idéia na minha mente. De repente, convidaram-me para ministrar uma palestra no Hunter College em Nova

Iorque. Depois, fui entrevistado para uma revista. Publiquei meu livro *Chicken Soup for the Soul*, vendemos 400 mil cópias e consegui 92.327 mil dólares. Aumentei a minha meta para 1 milhão e recebi mais do que isso. Essa é a minha experiência. Usei o Segredo e a minha vida mudou.

Você deve estar pensando: Como posso atrair muito dinheiro para a minha vida?

O seu trabalho é declarar o que deseja do Catálogo do Universo. Se for dinheiro, diga o quanto quer receber, como: Eu quero receber cem mil reais, uma renda inesperada.

Não pense em dinheiro para quitar dívidas. Lembre-se de que você atrai o que pensa. Tudo o que você está plasmando na sua mente você atrairá. Se você estiver pensando em dívida atrairá dívida. Pense na abundância. Lembre-se de que o seu desejo é o meu comando!

Quando você comenta com alguém que não tem dinheiro suficiente, ou está-se sentindo infeliz por não ter o dinheiro de que precisa, está vibrando a escassez.

Mude! Vibre a Abundância!

O Segredo, para mim, significa que nós somos criadores do nosso universo e que todos os nossos desejos se manifestarão na nossa vida.

Preste atenção nas telas, nos quadros da sua casa, do seu escritório. Se você quer saúde, amor, abundância, manifeste isso por meio de pinturas, de gravuras, de fotos nas paredes da casa. As imagens devem ser coerentes com os seus desejos.

Isso ativará os seus pensamentos cotidianamente.

Meu sonho de criança era ser uma das Panteras, ou a Mulher Biônica, ou a Mulher Maravilha. E nenhuma delas era parecida comigo. Até que aprendi a amar-me como sou: afro, cor de café, de lábios carnudos e quadris redondos.

Você é a primeira pessoa que entra no relacionamento a dois. Você tem de estar profundamente apaixonada por você para que os outros se apaixonem

também! Se você não gosta da sua forma física e da sua companhia, como os outros gostarão? Sinta-se bonita e feliz com a sua companhia e os outros sentirão o mesmo!

Se você quer ter bons relacionamentos, fixe a sua mente nas boas qualidades dos seus familiares, dos seus amigos, dos seus colegas, dos seus funcionários. Jamais reclame de nenhum deles! Pegue um caderno e faça uma lista das boas qualidades das pessoas com quem convive. Isso orientará a sua mente para a melhor parte delas. Quanto mais você pensar nas boas qualidades dessas pessoas, melhor elas se tornarão para você.

Só há um rio onde flui o bem-estar: o rio da Energia Positiva.

O Universo é abundante em bem-estar. O nosso Mundo é baseado no bem-estar e quando você permite que ele flua abundantemente sente-se muito bem.

É importante reconhecer que o nosso corpo é produto dos nossos pensamentos.

A Ciência está começando a entender o grau pelo qual a natureza de pensamentos e de emoções determina a substância, a estrutura e a função física do nosso corpo.

Experiências com placebos demonstram isso.

O nosso corpo usa um Programa Básico, denominado Auto-Cura. Quando há doença o nosso sistema imunológico elimina as bactérias. É difícil para uma doença sobreviver em um corpo regido por uma mente saudável.

Literalmente, o corpo rejeita milhões de células antigas e fabrica células novas todos os dias: umas partes demoram cerca de dois meses, outras uns dois anos. O fato é que em alguns anos temos um corpo novo. Mas, se você tem uma doença, foca o seu pensamento nela, reclama e comenta sobre ela, você criará mais células doentes.

Pensamentos felizes conduzem a uma bioquímica essencialmente feliz, a um corpo saudável. Pensamentos negativos e nervosismo degradam seriamente o

funcionamento do nosso corpo, do cérebro. Os nossos pensamentos e emoções estão continuamente rearranjando-se, reorganizando-se, recriando o nosso corpo. Remova o estresse e o corpo fará o que foi projetado naturalmente para fazer: curar-se-á. A cura vem de dentro para fora. A diferença entre um derrotista e um esperançoso está na recuperação.

Cure-se!

Minha história começa em 10 de março de 1981. Sofri um acidente de avião. Fiquei no hospital, com a coluna vertebral esmagada, totalmente paralisado, sem diafragma, traqueostomizado, respirando mecanicamente, apenas piscando os olhos. A cada vez que os médicos falavam que eu apenas vegetariana, eu marcava o dia da minha cura. Mantive os meus pensamentos e as minhas emoções na minha meta. E assim foi: andei, falei e estou bem.

Concentre-se na sua saúde, veja-se em franco processo de reabilitação, marque a data da sua cura e receberá o bem-estar mental e físico. Resumo o que vivi em poucas palavras:

Pessoas tornam-se no que pensam. Jamais enfatize que é contra alguma coisa, porque você a atrai. Movimentos anti-violência atraíram mais violência, movimentos anti-drogas repercutiram no aumento do consumo de drogas. Não lute contra a fome, mas a favor de que todos tenham o que comer.

Se você não gostar de um político, seja a favor de outro.

Agnes Gonxha Bojaxhiu, “Teresa de Calcutá”, conhecia o Segredo. Não participava de reuniões anti-guerra, só a favor da Paz.

Tudo a que você resiste, persiste.

Aprenda a manter a tranqüilidade. Aprenda a retirar a sua atenção do que você não quer e da carga emocional que essas coisas envolvem. Fixe a sua atenção apenas no que você deseja vivenciar.

Leia o que for suficiente para se informar, mas não para se inundar de problemas.

Não há limite de amor, de alegria, de saúde, de trabalho, de bens materiais. Tudo isso é claro para as mentes atentas à Natureza.

Na Terra há abundância de tudo e toda a Humanidade pode beneficiar-se do Segredo.

Todo grande mestre que passou pela Terra asseverou que a vida foi feita para ser abundante. Quando alguns recursos estão ficando escassos, encontram-se novos recursos para as mesmas necessidades.

Peça e receberá!

Quando olhamos ao redor, até mesmo o nosso próprio corpo, o que nós vemos é apenas a ponta de um iceberg.

Pense na Energia por um momento. Olhe para a sua mão. A sua mão parece sólida, mas na verdade ela não o é. Se você a visualizar em um microscópio específico, você verá uma massa de energia vibrando. Tudo é feito da mesma matéria-prima. A sua mão, o mar, uma estrela, tudo é Energia e a mesma Energia.

Deixe-me ajudar você a entender isso. Há o Universo, onde está a nossa Galáxia, onde está o nosso Planeta, onde estão indivíduos. Dentro de cada corpo há um sistema de órgãos, onde há células, moléculas, átomos, energia.

Tudo no Universo é Energia. Temos energia no corpo suficiente para iluminar uma cidade por quase uma semana. Tudo no Universo é Energia!

Muitas pessoas se definem pelo seu corpo. Na verdade, somos energia.

Se você perguntar a um Físico Quântico o que compõe o Universo e ele lhe dirá que é Energia. Peça-lhe para descrever o que é Energia e ele lhe dirá que: é algo que jamais pode ser criado ou destruído, sempre foi e sempre será, é tudo que existe e tudo que já existiu.

Então pergunte a um Teólogo sobre quem criou o Universo e ele lhe dirá que foi Deus. Então peça a esse Teólogo para descrever Deus e ele lhe dirá: é algo que sempre foi e sempre será, que jamais pode ser criado ou destruído. É a mesma descrição da Energia.

Somos a Energia-Fonte.

A maioria das pessoas trabalha para se manter bem fisicamente, mas o corpo as distrai e as faz se esquecer do que realmente são.

Tradições dizem que somos feitos à imagem e à semelhança de Deus. Portanto, você é um ser eterno, você é uma divindade.

O Universo toma consciência de si mesmo, revelando possibilidades. No Universo tudo está conectado. Somos um Campo de Energia operando em um Campo de Energia. Cada um de nós é um campo infinito de possibilidades.

Todas as tradições dizem-nos que fomos criados à imagem e semelhança da Fonte Criadora. Isso significa que temos poder e potencial divino para criar o nosso próprio universo. E você está criando o seu.

Decerto você criou algumas coisas maravilhosas, valiosas, e outras não. Analise se os resultados da sua vida hoje são o que você realmente quer. São todos valiosos? Caso não sejam, agora é o momento adequado para mudar, porque você tem poder para mudar o seu universo.

Todo poder vem de dentro e está, portanto, sob o nosso controle.

Muitas pessoas sentem-se vítimas da Vida. A maioria prende-se aos eventos do passado, ou à vivência em uma família desequilibrada. Psicólogos alegam que 85% das famílias são desequilibradas. Assim sendo, você não é a única pessoa a ter problemas.

Veja só, os meus pais eram alcoólatras e se divorciaram quando eu tinha seis anos.

Dos meus 13 aos 18 anos estive envolvido com gangues de rua. Tive um grave acidente de moto. Fui morador de rua em Dallas e vivi na pobreza por quinze anos em Houston.

Quando eu era criança tinha dificuldades de aprendizagem. Disseram que eu jamais aprenderia a ler, escrever, ou me comunicar, ou chegar a algum lugar na vida.

Todos têm uma história difícil. O que realmente importa é o que você fará agora, o que você escolherá **agora**. Você pode manter o foco nos fatos desagradáveis do passado, ou mudá-lo. Quando as pessoas mantêm o foco no que elas querem, o que não querem perde a força. Você expandirá o que quiser e o resto desaparecerá.

O mais bonito na Lei da Atração é que você pode começar de onde está. Você começa a pensar e a vibrar harmonia e felicidade, agora, e a Lei da Atração lhe responderá.

Você pode libertar-se de padrões hereditários, de códigos culturais, de crenças sociais e provar que o poder dentro de você é maior do que o poder que vige na sociedade. É você quem gerencia o seu poder e quem cria o seu universo.

Você pode estar pensando: isso tudo parece muito bonito, mas eu não consigo fazer isso, ou Ela não me deixará fazer isso, ou Ele não me deixará fazer isso, ou Eu não tenho dinheiro suficiente para fazer isso, ou Eu não sou forte o suficiente para fazer isso... Eu não..., Eu não..., Eu não... Todo “Eu não” é um ato criador. Se você pensar que pode, ou que não pode, de qualquer modo você estará certo.

Nós somos seres ilimitados.

As capacidades, os talentos, os dons e o poder que estão dentro de cada indivíduo neste Planeta são ilimitados.

Não há um quadro-negro em que esteja escrito qual é o objetivo da nossa vida, qual é a missão de cada um.

Na verdade, o seu propósito de vida é o que você disser que é; a sua missão é a que você se der, a sua vida será como você a criar.

Siga o seu entusiasmo e o Universo abrirá portas para você onde antes só havia paredes.

Estamos nos movendo, agora, para uma Era onde a última fronteira não é o Espaço, mas a Mente.

Eu vislumbro um futuro de potencial ilimitado, de possibilidades ilimitadas. Lembre-se de que usamos apenas 5% da nossa mente e de que 100% do nosso potencial é resultado da educação que recebemos.

Imagine um mundo onde as pessoas usem 100% da sua capacidade mental, aliados às suas emoções positivas. Poderemos ir a qualquer lugar, fazer e alcançar qualquer coisa.

Quando a visão de dentro fica mais profunda, mais clara e alta, você já domina a sua vida.

Inicia-se uma Nova Era para a Humanidade!

Acredite-nos!

Você pode mudar a sua vida agora!

Você conheceu o Segredo. Compartilhe-o com todas as pessoas à sua volta!

Ajude-nos a difundir a Lei da Atração!

Façamos o possível para que a Humanidade seja um todo harmonioso e feliz.



SILÊNCIO

(Aldo Novak)

Pense em alguém que seja poderoso... Essa pessoa briga e grita como uma galinha, ou olha e silencia, como um lobo? Lobos não gritam. Eles têm a aura de força e poder. Observam em silêncio.

Somente os poderosos, sejam lobos, homens ou mulheres, respondem a um ataque verbal com o silêncio. Além disso, quem evita dizer tudo o que tem vontade, raramente se arrepende por magoar alguém com palavras ásperas e impensadas. Exatamente por isso, o primeiro e mais óbvio sinal de poder sobre si mesmo é o silêncio em momentos críticos.

Se você está em silêncio, olhando para o problema, mostra que está pensando, sem tempo para debates fúteis.

Se for uma discussão que já deixou o terreno da razão, quem silencia mostra que já venceu, mesmo quando o outro lado insiste em gritar a sua derrota.

Olhe. Sorria. Silencie. Vá em frente.

Lembre-se de que há momentos de falar e há momentos de silenciar. Escolha qual desses momentos é o correto, mesmo que tenha que se esforçar para isso.

Por alguma razão, provavelmente cultural, somos treinados para a (falsa) idéia de que somos obrigados a responder a todas as perguntas e reagir a todos os ataques. Não é verdade !

Você responde somente ao que quer responder e reage somente ao que quer reagir.

Você nem mesmo é obrigado a atender seu telefone pessoal.

Falar é uma escolha, não uma exigência, por mais que assim o pareça.

Você pode escolher o silêncio.

Além disso, você não terá que se arrepender por coisas ditas em momentos impensados, como defendeu Xenócrates, mais de trezentos anos antes de Cristo, ao afirmar:

“Me arrependo de coisas que disse, mas jamais do meu silêncio”.

Responda com o silêncio, quando for necessário.

Use sorrisos, não sorrisos sarcásticos, mas reais.

Use o olhar, use um abraço ou use qualquer outra coisa para não responder em alguns momentos.

Você verá que o silêncio pode ser a mais poderosa das respostas.

E, no momento certo, a mais compreensiva e real delas.



SOMENTE POR SER MULHER

Isto está escrito no Talmud HEBREU, livro onde se recopiam os ditados dos rabinos, através dos tempos E termina dizendo: ... Tome muito cuidado ao fazer chorar uma Mulher..., pois Deus conta as suas lágrimas!!.....

A Mulher saiu da costela do homem. Não dos pés para ser pisoteada. Nem da cabeça para ser superior. Mas do seu lado..., para ser igual. Debaixo do braço, para ser protegida. E ao lado do coração, para ser Amada.



SUGESTÕES

Celebre! Cada novo dia.

Cultive! Tudo que você recebeu de bom.

Entre em contato com você. Toque-se, ame-se, esteja em paz consigo.

Seja criativo! A criatividade sempre ajuda.

Planeje!. Não ande sem rumo. Tenha metas alcançáveis.

Abra novas portas, sem medo

Trabalhe com afinco! Nunca desista. Só se perde quando se desiste.

Lute! Nada nos é dado de graça, e, se for, talvez não tenha valor.

Encontre um lugar só para você.

Relaxe! Você precisa.

Brinque! Você precisa de alegria.

Curta! Saiba aproveitar.

Encante-se! Nunca perca o prazer de se encantar.

Aprenda! Com certeza ainda há muito o que aprender.

Descarte! Existem coisas que não precisamos carregar conosco: ódio, inveja, rancor, mau-humor, tristezas.

Sonhe! A vida não é nada sem eles.

Busque! Procure com ardor o que deseje.

Ame! De verdade e Com toda a força do seu ser.

Ore! O sentido da vida está em Deus.

Seja feliz! Isso depende de você, muito mais do que você pensa.



TUDO PASSARÁ

Todas as coisas, na Terra, passam.

Os dias de dificuldades, passarão...

Passarão também os dias de amargura e solidão...

As dores e as lágrimas passarão.

As frustrações que nos fazem chorar, um dia passarão.

A saudade do ser querido que está longe, passará.

Dias de tristeza...

Dias de felicidade...

São lições necessárias que, na Terra, passam, deixando no espírito imortal as experiências acumuladas.

Se hoje, para nós, é um desses dias repletos de amargura, paremos um instante.

Elevemos o pensamento ao Alto, e busquemos a voz suave da Mãe amorosa a nos dizer carinhosamente: isso também passará...

E guardemos a certeza, pelas próprias dificuldades já superadas, que não há mal que dure para sempre.

O planeta Terra, semelhante a enorme embarcação, às vezes parece que vai soçobrar diante das turbulências de gigantescas ondas.

Mas isso também passará, porque Jesus está no leme dessa nau, segue com o olhar sereno de quem guarda a certeza de que a agitação faz parte do roteiro evolutivo da humanidade, e que um dia também passará...

Ele sabe que a Terra chegará a porto seguro, porque essa é a sua estinação.

Assim, façamos a nossa parte o melhor que pudermos, sem esmorecimento, e confiemos em Deus, aproveitando cada segundo, cada minuto que, por certo... Também passarão..."

"Tudo passa... Exceto DEUS!"

Deus é o suficiente!



UMA GOTA DE ÁGUA

Sim, uma pequena gota d'água se equilibrando na ponta de um frágil raminho...

Com graciosidade a gotícula desafia a lei da gravidade, se balançando nas bordas das folhas ou nas pétalas de uma flor.

São gotas minúsculas, que enfeitam a natureza nas manhãs orvalhadas ou permanecem como pequenos diamantes líquidos, depois que a chuva se vai.

É por isso que um bom observador dirá que a vida seria diferente se não existissem gotas de água para orvalhar a relva e amenizar a secura do solo.

Madre Tereza de Calcutá foi uma dessas almas sensíveis.

Um dia, um jornalista que a entrevistava disse-lhe que, embora admirasse o seu trabalho junto aos pobres e enfermos, considerava que o que

ela fazia, diante da imensa necessidade do mundo, era como uma gota d' água no oceano.

E aquela pequena sábia-mulher, lhe respondeu: "Sim, meu filho, mas sem essa gota d' água o oceano seria menor."

Sem dúvida uma resposta simples e extremamente profunda.

Pois sem os pequenos gestos que significam muito, a vida não seria tão bela...

Um aperto de mão, em meio à correria do dia-a-dia...

Um minuto de atenção a alguém que precisa de ouvidos atentos, para que não caia nas malhas do desespero...

Uma palavra de esperança a alguém que está à beira do abismo.

Um sorriso gentil a quem perdeu o sentido da vida.

Uma pequena gentileza diante de quem está preso nas armadilhas da ira.

O silêncio, frente à ignorância disfarçada de ciência.

A tolerância com quem perdeu o equilíbrio.

Um olhar de ternura para quem pena na amargura...

Pode-se dizer que tudo isso são apenas gotas d'água que se perdem no imenso oceano, mas são essas pequenas gotas que fazem a diferença para quem as recebe.

Sem as atitudes, aparentemente insignificantes, que dentro da nossa pequenez conseguimos realizar, a humanidade seria triste e a vida perderia o sentido.

Um abraço afetuoso, nos momentos em que a dor nos visita a alma...

Um olhar compassivo, quando nos extraviamos do caminho reto...

Um incentivo sincero de alguém que deseja nos ver feliz, quando pensamos que o fracasso seria inevitável...

Todas essas são atitudes que embelezam a vida.

E, se um dia alguém lhe disser que esses pequenos gestos são como gotas d' água no oceano, responda, como madre Tereza de Calcutá, que sem essa gota o oceano de amor seria menor.

E tenha certeza disso, pois as coisas grandiosas são compostas de minúsculas partículas.

Sem a sua quota de honestidade, o oceano da nobreza seria menor.

Sem as gotas de sua sinceridade, o mar das virtudes seria menor.

Sem o seu contributo de caridade, o universo do amor fraternal seria consideravelmente menor.

Pense nisso!

E jamais acredite naqueles que desconhecem a importância de um pequeno tijolo na construção de um edifício.

Lembre-se da minúscula gota d'água, que delicadamente se equilibra na ponta do raminho, só para tornar a Natureza mais bela e mais romântica, à espera de alguém que a possa contemplar.

E, por fim, jamais esqueça que são essas mesmas pequenas e frágeis gotas d'água que, com insistência e perseverança conseguem esculpir a mais sólida rocha.



UM ANJO ESCREVEU...

Muitas pessoas entrarão e sairão de sua vida.

Mas apenas os amigos verdadeiros deixarão pegadas em seu coração para lidar com você mesmo, use sua cabeça para interagir com os outros, use seu coração.

Se alguém trair você uma vez, a culpa é dele. Se ele trair você uma segunda vez, a culpa é sua.

Mentes grandes discutem idéias; mentes medianas discutem eventos; mentes pequenas discutem pessoas.

Deus dá alimento a todos os pássaros, mas Ele não joga no ninho.

Aquele que perde dinheiro, perde muito; aquele que perde um amigo, perde mais; aquele que perde a Fé, perde tudo.

Pessoas jovens e belas são obras da Natureza. Pessoas idosas e belas são obras de arte.

A língua pesa praticamente nada. Mas poucas pessoas conseguem segurá-la. Aprenda com os erros alheios. Você não conseguiria viver tempo suficiente para cometê-los todos sozinho

Amigos, eu e você... Você trouxe outro amigo... E agora somos três... Nós começamos o nosso grupo... Nosso círculo de amigos... E este círculo, não tem começo nem fim.



UMA PESCARIA INESQUECÍVEL

(James P. Lenfestey)

Ele tinha onze anos e, a cada oportunidade que surgia, ia pescar no cais próximo ao chalé da família, numa ilha que ficava em meio a um lago.

A temporada de pesca só começaria no dia seguinte, mas pai e filho saíram no fim da tarde para pegar apenas peixes cuja captura estava liberada.

O menino amarrou uma isca e começou a praticar arremessos, provocando ondulações coloridas na água.

Logo, elas se tornaram prateadas pelo efeito da lua nascendo sobre o lago.

Quando o caniço vergou, ele soube que havia algo enorme do outro lado da linha.

O pai olhava com admiração, enquanto o garoto habilmente, e com muito cuidado, erguia o peixe exausto da água.

Era o maior que já tinha visto, porém sua pesca só era permitida na temporada.

O garoto e o pai olharam para o peixe, tão bonito, as guelras movendo para trás e para frente.

O pai, então, acendeu um fósforo e olhou para o relógio.

Pouco mais de dez da noite...

Ainda faltavam quase duas horas para a abertura da temporada.

Em seguida, olhou para o peixe e depois para o menino, dizendo:

- Você tem que devolvê-lo, filho!

- Mas papai, reclamou o menino!

- Vai aparecer outro, insistiu o pai.

- Não tão grande quanto este, choramingou a criança.

O garoto olhou à volta do lago. Não havia outros pescadores ou embarcações à vista.

Voltou novamente o olhar para o pai.

Mesmo sem ninguém por perto, sabia, pela firmeza em sua voz, que a decisão era inegociável.

Devagar, tirou o anzol da boca do enorme peixe e o evoluiu à água escura.

O peixe movimentou rapidamente o corpo e desapareceu.

Naquele momento, o menino teve certeza de que jamais pegaria um peixe tão grande quanto aquele.

Isso aconteceu há trinta e quatro anos.

Hoje, o garoto é um arquiteto bem-sucedido.

O chalé continua lá, na ilha em meio ao lago, e ele leva seus filhos para pescar no mesmo cais.

Sua intuição estava correta.

Nunca mais conseguiu pescar um peixe tão maravilhoso como o daquela noite.

Porém, sempre vê o mesmo peixe todas as vezes que depara com uma questão ética.

Porque, como o pai lhe ensinou, a ética é simplesmente uma questão de CERTO e ERRADO.

Agir corretamente, quando se está sendo observado, é uma coisa.

A ética, porém, está em agir corretamente quando ninguém está nos observando.

Essa conduta reta só é possível quando, desde criança, aprendeu-se a devolver o PEIXE À ÁGUA.

A boa educação é como uma moeda de ouro: TEM VALOR EM TODA PARTE.



URGENTE

É uma palavra com que convivemos dia a dia em nossa vida agitada, e da qual perdemos todo o real significado de “prioridade”.

URGENTE é a maneira pequena de viver neste mundo, porque no dia em que partimos deixamos pendentes as coisas que verdadeiramente foram URGENTES.

URGENTE é que você pare um momento na sua agitada vida e se pergunte: Que significado tem tudo isso que faço?

URGENTE é que você seja mais humano, mais irmão e verdadeiramente justo.

URGENTE é que saiba valorizar o tempo que se tem com uma criança.

URGENTE é que veja o nascer do sol, sinta seu calor e agradeça a Deus por tão grandioso presente.

URGENTE é que olhe a sua família, seus filhos, sua esposa e a todos que lhe rodeiam e valorize tão grandioso tesouro.

URGENTE é que diga às pessoas que lhe são caras o quanto as ama.

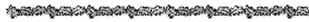
URGENTE é que você saiba que é filho de Deus, e se dê conta, de que Ele lhe ama e quer lhe ver sorrindo, feliz e cheio de vida!

URGENTE é que você não deixe a vida passar como um sopro e que quando estiver velho, não olhe para trás como quem quer voltar e sinta que já não há mais tempo, porque tudo que fez foi em virtude de seu incessante trabalho e de seu repugnante orgulho, pois "se esqueceu de VIVER"!

Viva intensamente cada segundo e pare para contemplar as belezas da natureza e as criaturas maravilhosas que dela fazem parte.

Viva da melhor forma possível, contribuindo com o bem estar de todos que o rodeiam, criando assim um ambiente de paz contínua !

Portanto, saiba distinguir o quanto antes o que é urgente em sua vida.



O PODER DA DOÇURA

O viajante caminhava pela estrada, quando observou o pequeno rio que começava tímido por entre as pedras. Foi seguindo-o por muito tempo. Aos poucos, foi tomando volume e tornando-se um rio maior. O viajante continuou a segui-lo.

Bem mais adiante, o que era um pequeno rio se dividiu em dezenas de cachoeiras, num espetáculo de águas cantantes.

A música das águas atraiu mais o viajante, que se aproximou e foi descendo pelas pedras, ao lado de uma das cachoeiras. Descobriu, finalmente, uma gruta.

A natureza cria, com paciência caprichosa, formas na gruta. Ele a foi adentrando, admirando sempre mais as pedras gastas pelo tempo. De repente, descobriu uma placa. Alguém estivera ali antes dele. Com a

lanterna, iluminou os versos que nela estavam escritos. Eram versos do grande escritor Tagore, prêmio Nobel de Literatura de 1913:

"Não foi o martelo que deixou perfeitas estas pedras, mas a água, com sua doçura, sua dança, e sua canção. Onde a dureza só faz destruir, a suavidade consegue esculpir".



CRÔNICA DOS PEIXES FRESCOS DOS JAPONESES

Os japoneses sempre adoraram peixe fresco. Porém, as águas perto do Japão não produzem muitos peixes há décadas. Assim, para alimentar a sua população, os japoneses aumentaram o tamanho dos navios pesqueiros e começaram a pescar mais longe do que nunca. Quanto mais longe os pescadores iam, mais tempo levava para o peixe chegar. Se a viagem de volta levasse mais do que alguns dias, o peixe já não era mais fresco. E os japoneses não gostaram do gosto destes peixes.

Para resolver este problema, as empresas de pesca instalaram congeladores em seus barcos. Eles pescavam e congelavam os peixes em alto-mar. Os congeladores permitiram que os pesqueiros fossem mais longe e ficassem em alto mar por muito mais tempo. Os japoneses conseguiram notar a diferença entre peixe fresco e peixe congelado e, é claro, eles não gostaram do peixe congelado. Então, as empresas de pesca instalaram tanques de peixe nos navios pesqueiros. Eles podiam pescar e enfiar esses peixes nos tanques, como "sardinhas". Depois de certo tempo, pela falta de espaço, eles paravam de se debater e não se moviam mais. Eles chegavam vivos, porém cansados e abatidos. Infelizmente, os japoneses ainda podiam notar a diferença do gosto. Por não se mexerem por dias, os peixes perdiam o gosto de frescor.

Os consumidores japoneses preferiam o gosto de peixe fresco e não o gosto de peixe apático.

Como os japoneses resolveram este problema? Como eles conseguiram trazer ao Japão peixes com gosto de puro frescor? Se você estivesse dando consultoria para a empresa de pesca, o que você recomendaria?

Antes da resposta, leia o que vem abaixo:

Quando as pessoas atingem seus objetivos - tais como: quando encontram uma namorada maravilhosa, quando começam com sucesso numa empresa nova, quando pagam todas as suas dívidas, ou o que quer que seja, elas podem perder as suas paixões. Elas podem começar a pensar que não precisam mais trabalhar tanto, então, relaxam. Elas passam pelo mesmo problema do ganhadores de loteria, que gastam todo seu dinheiro, o mesmo problema de herdeiros, que nunca crescem, e de donas-de-casa, entediadas, que ficam dependentes de remédios de tarja preta.

Para esses problemas, inclusive no caso dos peixes dos japoneses, a solução é bem simples. L. Ron Hubbard observou, no começo dos anos 50: "O homem progride, estranhamente, somente perante a um ambiente desafiador". Quanto mais inteligente, persistente e competitivo você é, mais você gosta de um bom problema. Se seus desafios estão de um tamanho correto e você consegue, passo a passo, conquistar esses desafios, você fica muito feliz. Você pensa em seus desafios e se sente com mais energia. Você fica excitado e com vontade de tentar novas soluções. Você se diverte. Você fica vivo!

Para conservar o gosto de peixe fresco, as empresas de pesca japonesas ainda colocam os peixes dentro de tanques, nos seus barcos. Mas, eles também adicionam um pequeno tubarão em cada tanque. O tubarão come alguns peixes, mas a maioria dos peixes chega "muito vivo". E fresco no desembarque. Tudo porque os peixes são desafiados, lá nos tanques.

Portanto, como norma de vida, ao invés de evitar desafios, pule dentro deles. Massacre-os.

Curta o jogo. Se seus desafios são muito grandes e numerosos, não desista, se reorganize! Busque mais determinação, mais conhecimento e mais ajuda. Se você alcançou seus objetivos, coloque objetivos maiores. Uma vez que suas necessidades pessoais ou familiares forem atingidas, vá ao encontro dos objetivos do seu grupo, da sociedade e, até mesmo, da humanidade. Crie seu sucesso pessoal e não se acomode nele. Você tem recursos, habilidades e destrezas para fazer a diferença.



PRESENTE DE NATAL

(Antônio Castelo-Branco)

E então sonhei.

Sonhei que podia escolher um presente de Natal.

Qualquer coisa... escolhia e era concedida.

Mas o que escolher?

Entre dinheiro, coisa óbvia, e saúde, necessária...

Entre a paz, obrigatória, e o amor, tão perseguido...

Entre os risos de crianças e as emoções dos idosos...

Entre a água que se bebe e o ar que se respira...

Escolhi!

Escolhi a Esperança.

Escolhi o Natal.

Esperança para colocar um sorriso nos olhos de cada criança...

Esperança para distribuir pelas mulheres que vêm os filhos cair...

Esperança para o Amor que a todos possa chegar e suas vidas alegrar...

Esperança para o mundo!

Esperança para fazer brotar desta semente, Justiça e Paz...

Esperança que, na noite de Natal...

Ninguém tenha frio...

Ninguém morra à fome...

Ninguém tenha que dormir ao relento...

Ninguém passe a noite abraçado a uma arma...

E se o meu presente a todos chegar, e a esperança os corações inchar, no próximo Natal poderemos todos cantar, pois o mundo, enfim, tornou-se melhor.



A ARTE DE JULGAR OS OUTROS

Eram dois vizinhos. Um deles comprou um coelho para os filhos. Os filhos do outro vizinho também quiseram um animal de estimação. E os pais desta família compraram um filhote de pastor alemão. Então começa uma conversa entre os dois vizinhos: - Ele vai comer o meu coelho!

- De jeito nenhum. O meu pastor é filhote. Vão crescer juntos "pegar" amizade!!!

E parece que o dono do cão tinha razão. Juntos cresceram e se tornaram amigos. Era normal ver o coelho no quintal do cachorro e vice-versa. As crianças, felizes com os dois animais.

Eis que o dono do coelho foi viajar no fim de semana com a família, e o coelho ficou sozinho.

No domingo, à tarde, o dono do cachorro e a família tomavam um lanche tranqüilamente quando, de repente, entra o pastor alemão com o coelho entre os dentes, imundo, sujo de terra e morto. Quase mataram o cachorro de tanto agredi-lo, o cão levou uma tremenda surra!

Dizia o homem: - O vizinho estava certo, e agora? Só podia dar nisso! Mais algumas horas e os vizinhos iam chegar. E agora?!? Todos se olhavam. O cachorro, coitado, chorando lá fora, lambendo os seus ferimentos.

- Já pensaram como vão ficar as crianças?

Não se sabe exatamente quem teve a idéia, mas parecia infalível: - Vamos lavar o coelho, deixá-lo limpinho, depois a gente seca com o secador e o colocamos na sua casinha. E assim fizeram.

Até perfume colocaram no animalzinho. Ficou lindo, parecia vivo, diziam as crianças. Logo depois ouvem os vizinhos chegarem. Notam os gritos das crianças.

- Descobriram!

Não passaram cinco minutos e o dono do coelho veio bater à porta, assustado. Parecia que tinha visto um fantasma.

- O que foi? Que cara é essa?

- O coelho, o coelho.

- O que tem o coelho?

- Morreu!

- Morreu? Ainda hoje à tarde parecia tão bem.

- Morreu na sexta-feira!

- Na sexta?

- Foi. Antes de viajarmos, as crianças o enterraram no fundo do quintal e agora reapareceu!

A história termina aqui. O que aconteceu depois fica para a imaginação de cada um de nós. Mas o grande personagem desta história, sem dúvida alguma, é o cachorro.

Imagine o coitado, desde sexta-feira procurando em vão pelo seu amigo de infância. Depois de muito farejar, descobre seu amigo coelho morto e

enterrado. O que faz ele? Provavelmente com o coração partido, desenterra o amigo e vai mostrar para seus donos, imaginando o fizessem ressuscitá-lo.

E o ser humano continua julgando os outros...

Outra lição que podemos tirar desta história é que o homem tem a tendência de julgar os fatos sem antes verificar o que aconteceu. Quantas vezes tiramos conclusões erradas das situações e nos achamos donos da verdade?

Histórias como essa, são para pensarmos bem nas atitudes que tomamos. Às vezes fazemos o mesmo...

"A vida tem quatro sentidos: amar, sofrer, lutar e vencer."

Então: "AME muito, SOFRA pouco, LUTE bastante e VENÇA sempre, mas, sempre segundo o código de ética !!!"



AMIZADE

Você pode esperar uma acolhida calorosa e amigável. Alguns dos fundamentos básicos do cristianismo são amor e amizade para com o nosso próximo (Mt 22.36-40). A amizade quero falar aos amigos.

Os amigos que tenho são os melhores que alguém poderia ter. Além disso, os amigos que tenho têm muitos amigos e os dividem comigo. Assim, meu número de amigos sempre aumenta, já que sempre ganho amigos dos meus amigos.

Foi assim sempre. Uns ganhei há tempos. Outros são mais recentes.

E quem os deu não ficou sem eles, pois amizade pode ser sempre dividida sem nunca diminuir ou enfraquecer. Pelo contrário, Quanto mais dividida mais aumenta. E há mais vantagens na amizade:

É uma das poucas coisas que não custam nada, mas valem muito, embora não sejam vendáveis! Entretanto, é preciso que se cuide um pouco das amizades...

As mais recentes, por exemplo, precisam de alguns cuidados. Poucos, é verdade, mas indispensáveis.

É preciso mantê-los com um certo calor, cuidar, falar com eles. Com o tempo eles crescem, ficam fortes e suportam alguns trancos. Os mais antigos, já sólidos, não exigem muito não!

São como as mudas de plantas que, depois de enraizadas, parecem viver sem cuidados, porém não podem jamais ser esquecidas. Algo é preciso para mantê-las vivas. Prezo muito minhas amizades e reservo sempre um canto no meu peito para elas.

E sempre que surge a ocasião, não perco a oportunidade de dar um amigo a um amigo, da mesma forma que ganhei. E não adiantam as despedidas.

De um amigo ninguém se livra fácil.

Amizade, além de contagiosa, é incurável.



PERDÃO

(Chaplin)

O que nos importa viver muito, se não vivermos bem????

Já perdoei erros quase imperdoáveis, tentei substituir pessoas insubstituíveis e esquecer pessoas inesquecíveis.

Já fiz coisas por impulso, já me decepcionei com pessoas quando nunca pensei me decepcionar, mas também decepcionei alguém.

Já abracei pra proteger, já dei risada quando não podia, fiz amigos eternos, amei e fui amado, mas também já fui rejeitado, fui amado e não amei.

Já gritei e pulei de tanta felicidade, já vivi de amor e fiz juras eternas, quebrei a cara muitas vezes!

Já chorei ouvindo música e vendo fotos, já liguei só pra escutar uma voz, me apaixonei por um sorriso, já pensei que fosse morrer de tanta saudade e tive medo de perder alguém especial (e acabei perdendo)!

Mas vivi! E ainda vivo! Não passo pela vida... E você também não deveria passar. Vivaaa!!!

Bom mesmo é ir a luta com determinação, abraçar a vida e viver com paixão, perder com classe e vencer com ousadia, porque o mundo pertence a quem se atreve e a vida é MUITO para ser insignificante.



MÃE

Mãe carinhosa, mãe dengosa

Mãe amiga, mãe irmã

Mãe sem ter gerado é a mãe de coração

Mãe solidão

Mãe de muitos, mãe de poucos

Mãe de todos nós, Mãe das mães

Mãe dos filhos

Mãe-pai: duas vezes mãe

Mãe lutadora e companheira

Mãe educadora, mãe mestra

Mãe analfabeta, sábia mãe

Mãe dos simples e dos pobres

Mãe dos que nada têm e dos que tudo têm

Mãe do silêncio, mãe comunicação

Mãe dos doentes e dos sãos
Mães dos que plantam e dos que colhem
Mãe de quem nada fez e de quem compra feito
Mãe de quem magoou e de quem perdoou
Mãe rica, mãe pobre
Mãe dos que já foram, mãe dos que ficaram
Mãe dos guerreiros e dos guerreados



CÓDIGO DE ÉTICA DOS ÍNDIOS NORTE AMERICANOS

1. Levante com o Sol para orar. Ore sozinho. Ore com frequência. O Grande Espírito o escutará, se você ao menos, falar.
2. Seja tolerante com aqueles que estão perdidos no caminho. A ignorância, o convencimento, a raiva, o ciúme e a avareza, originam-se de uma alma perdida. Ore para que eles encontrem o caminho do Grande Espírito.
3. Procure conhecer-se, por si mesmo. Não permita que outros façam seu caminho por você. É sua estrada, e somente sua. Outros podem andar ao seu lado, mas ninguém pode andar por você.
4. Trate os convidados em seu lar com muita consideração. Sirva-os o melhor alimento, a melhor cama e trate-os com respeito e honra.
5. Não tome o que não é seu. Seja de uma pessoa, da comunidade, da natureza, ou da cultura. Se não lhe foi dado, não é seu.
6. Respeite todas as coisas que foram colocadas sobre a Terra. Sejam elas pessoas, plantas ou animais.
7. Respeite os pensamentos, desejos e palavras das pessoas. Nunca interrompa os outros nem ridicularize, nem rudemente os imite. Permita a cada pessoa o direito da expressão pessoal.

8. Nunca fale dos outros de uma maneira má. A energia negativa que você colocar para fora no universo, voltará multiplicada a você.
9. Todas as pessoas cometem erros. E todos os erros podem ser perdoados.
10. Pensamentos maus causam doenças da mente, do corpo e do espírito. Pratique o otimismo.
11. A natureza não é para nós, ela é uma parte de nós. Toda a natureza faz parte da nossa família Terrenal.
12. As crianças são as sementes do nosso futuro. Plante amor nos seus corações e água com sabedoria e lições da vida. Quando forem crescidos, dê-lhes espaço para que cresçam.
13. Evite machucar os corações das pessoas. O veneno da dor causada a outros, retornará a você.
14. Seja sincero e verdadeiro em todas as situações. A honestidade é o grande teste para a nossa herança do universo.
15. Mantenha-se equilibrado. Seu corpo Espiritual, seu corpo Mental, seu corpo Emocional, e seu corpo Físico; todos necessitam ser fortes, puros e saudáveis. Trabalhe o seu corpo Físico para fortalecer o seu corpo Mental. Enriqueça o seu corpo Espiritual para curar o seu corpo Emocional.
16. Tome decisões conscientes de como você será e como reagirá. Seja responsável por suas próprias ações.
17. Respeite a privacidade e o espaço pessoal dos outros. Não toque as propriedades pessoais de outras pessoas, especialmente objetos religiosos e sagrados. Isto é proibido.
18. Comece sendo verdadeiro consigo mesmo. Se você não puder nutrir e ajudar a si mesmo, você não poderá nutrir e ajudar os outros.
19. Respeite outras crenças religiosas. Não force suas crenças sobre os outros.
20. Compartilhe sua boa fortuna com os outros. Participe com caridade.

CONSELHO INDÍGENA INTER-TRIBAL NORTE AMERICANO

Deste conselho participam as tribos : Cherokee Blackfoot, Cherokee, Lumbee Tribe, Comanche, Mohawk, Willow Cree, Plains Cree, Tuscarora, Sicangu Lakota Sioux, Crow (Montana), Northern Cheyenne (Montana).

O TEMPO DO ADVENTO

Introdução

A palavra "advento" quer dizer "que está para vir". O tempo do Advento é para toda a Igreja, momento de forte mergulho na liturgia e na mística cristã. É tempo de espera e esperança, de estarmos atentos e vigilantes, preparando-nos alegremente para a vinda do Senhor, como uma noiva que se enfeita, se prepara para a chegada de seu noivo, seu amado.

O Advento começa às vésperas do Domingo mais próximo do dia 30 de Novembro e vai até as primeiras vésperas do Natal de Jesus contando quatro domingos.

Esse Tempo possui duas características: As duas últimas semanas, dos dias 17 a 24 de dezembro, visam em especial, a preparação para a celebração do Natal, a primeira vinda de Jesus entre nós. Nas duas primeiras semanas, a nossa expectativa se volta para a segunda vinda definitiva e gloriosa de Jesus Cristo, Salvador e Senhor da história, no final dos tempos. Por isto, o Tempo do Advento é um tempo de piedosa e alegre expectativa.

Origem

Há relatos de que o Advento começou a ser vivido entre os séculos IV e VII em vários lugares do mundo, como preparação para a festa do Natal. No final do século IV na Gália (atual França) e na Espanha tinha caráter ascético com jejum abstinência e duração de 6 semanas como na Quaresma (quaresma de S. Martinho). Este caráter ascético para a preparação do Natal se devia à

preparação dos catecúmenos para o batismo na festa da Epifania. Somente no final do século VII, em Roma, é acrescentado o aspecto escatológico do Advento, recordando a segunda vinda do Senhor e passou a ser celebrado durante 5 domingos.

Só após a reforma litúrgica é que o Advento passou a ser celebrado nos seus dois aspectos: a vinda definitiva do Senhor e a preparação para o Natal, mantendo a tradição das 4 semanas. A Igreja entendeu que não podia celebrar a liturgia, sem levar em consideração a sua essencial dimensão escatológica.

Teologia do Advento

O Advento recorda a dimensão histórica da salvação, evidencia a dimensão escatológica do mistério cristão e nos insere no caráter missionário da vinda de Cristo. Ao serem aprofundados os textos litúrgicos desse tempo, constata-se na história da humanidade o mistério da vinda do Senhor. Jesus que de fato se encarna e se torna presença salvífica na história, confirmando a promessa e a aliança feita ao povo de Israel. Deus que, ao se fazer carne, plenifica o tempo (Gl 4,4) e torna próximo o Reino (Mc 1,15) . O Advento recorda também o Deus da revelação, Aquele que é, que era e que vem (Ap 1, 4-8), que está sempre realizando a salvação mas cuja consumação se cumprirá no "dia do Senhor", no final dos tempos. O caráter missionário do Advento se manifesta na Igreja pelo anúncio do Reino e a sua acolhida pelo coração do homem até a manifestação gloriosa de Cristo. As figuras de João Batista e Maria são exemplos concretos da missionariedade de cada cristão, quer preparando o caminho do Senhor, quer levando o Cristo ao irmão para o santificar. Não se pode esquecer que toda a humanidade e a criação vivem em clima de advento, de ansiosa espera da manifestação cada vez mais visível do Reino de Deus.

A celebração do Advento é, portanto, um meio precioso e indispensável para nos ensinar sobre o mistério da salvação e assim termos a Jesus como

referencia e fundamento, dispendo-nos a "perder" a vida em favor do anúncio e instalação do Reino.

Espiritualidade do Advento

A liturgia do Advento nos impulsiona a reviver alguns dos valores essenciais cristãos, como a alegria expectante e vigilante, a esperança, a pobreza, a conversão.

Deus é fiel a suas promessas: o Salvador virá; daí a alegre expectativa, que deve nesse tempo, não só ser lembrada, mas vivida, pois aquilo que se espera acontecerá com certeza. Portanto, não se está diante de algo irreal, fictício, passado, mas diante de uma realidade concreta e atual. A esperança da Igreja é a esperança de Israel já realizada em Cristo mas que só se consumará definitivamente na parusia do Senhor. Por isso, o brado da Igreja característico nesse tempo é "Marana tha"! Vem Senhor Jesus!

O tempo do Advento é tempo de esperança porque Cristo é a nossa esperança (I Tm 1, 1); esperança na renovação de todas as coisas, na libertação das nossas misérias, pecados, fraquezas, na vida eterna, esperança que nos forma na paciência diante das dificuldades e tribulações da vida, diante das perseguições, etc.

O Advento também é tempo propício à conversão. Sem um retorno de todo o ser a Cristo não há como viver a alegria e a esperança na expectativa da Sua vinda. É necessário que "preparemos o caminho do Senhor" nas nossas próprias vidas, "lutando até o sangue" contra o pecado, através de uma maior disposição para a oração e mergulho na Palavra.

No Advento, precisamos nos questionar e aprofundar a vivência da pobreza. Não pobreza econômica, mas principalmente aquela que leva a confiar, se abandonar e depender inteiramente de Deus (e não dos bens terrenos), que tem n'Ele a única riqueza, a única esperança e que conduz à verdadeira humildade, mansidão e posse do Reino.

As Figuras do Advento

ISAIAS

É o profeta que, durante os tempos difíceis do exílio do povo eleito, levava a consolação e a esperança. Na segunda parte do seu livro, dos capítulos 40 - 55 (Livro da Consolação), anuncia a libertação, fala de um novo e glorioso êxodo e da criação de uma nova Jerusalém, reanimando assim, os exilados.

As principais passagens deste livro são proclamadas durante o tempo do Advento num anúncio perene de esperança para os homens de todos os tempos.

JOÃO BATISTA

É o último dos profetas e segundo o próprio Jesus, "mais que um profeta", "o maior entre os que nasceram de mulher", o mensageiro que veio diante d'Ele a fim de lhe preparar o caminho, anunciando a sua vinda (conf. Lc 7, 26 - 28), pregando aos povos a conversão, pelo conhecimento da salvação e perdão dos pecados (Lc 1, 76s).

A figura de João Batista ao ser o precursor do Senhor e aponta-IO como presença já estabelecida no meio do povo, encarna todo o espírito do Advento; por isso ele ocupa um grande espaço na liturgia desse tempo, em especial no segundo e no terceiro domingo.

João Batista é o modelo dos que são consagrados a Deus e que, no mundo de hoje, são chamados a também ser profetas e profecias do reino, vozes no deserto e caminho que sinaliza para o Senhor, permitindo, na própria vida, o crescimento de Jesus e a diminuição de si mesmo, levando, por sua vez os homens a despertar do torpor do pecado.

MARIA

Não há melhor maneira de se viver o Advento que unindo-se a Maria como mãe, grávida de Jesus, esperando o seu nascimento. Assim como Deus precisou do sim de Maria, hoje, Ele também precisa do nosso sim para poder nascer e se manifestar no mundo; assim como Maria se "preparou" para o

nascimento de Jesus, a começar pela renúncia e mudança de seus planos pessoais para sua vida inteira, nós precisamos nos preparar para vivenciar o Seu nascimento em nós mesmos e no mundo, também numa disposição de "Faça-se em mim segundo a sua Palavra" (Lc 1, 38), permitindo uma conversão do nosso modo de pensar, da nossa mentalidade, do nosso modo de viver, agir etc.

Em Maria encontramos se realizando, a expectativa messiânica de todo o Antigo Testamento.

JOSÉ

Nos textos bíblicos do Advento, se destaca José, esposo de Maria, o homem justo e humilde que aceita a missão de ser o pai adotivo de Jesus. Ao ser da descendência de Davi e pai legal de Jesus, José tem um lugar especial na encarnação, permitindo que se cumpra em Jesus o título messiânico de "Filho de Davi".

José é justo por causa de sua fé, modelo de fé dos que querem entrar em diálogo e comunhão com Deus.

A Celebração do Advento

O Advento deve ser celebrado com sobriedade e com discreta alegria. Não se canta o Glória, para que na festa do Natal, nos unamos aos anjos e entoemos este hino como algo novo, dando glória a Deus pela salvação que realiza no meio de nós. Pelo mesmo motivo, o diretório litúrgico da CNBB orienta que flores e instrumentos sejam usados com moderação, para que não seja antecipada a plena alegria do Natal de Jesus.

As vestes litúrgicas (casula, estola etc) são de cor roxa, bem como o pano que recobre o ambão, como sinal de conversão em preparação para a festa do Natal com exceção do terceiro domingo do Advento, Domingo da Alegria ou Domingo Gaudete, cuja cor tradicionalmente usada é a rósea, em substituição ao roxo, para revelar a alegria da vinda do libertador que está bem próxima e

se refere a segunda leitura que diz: Alegrai-vos sempre no Senhor. Repito, alegrai-vos, pois o Senhor está perto.(Fl 4, 4).

Vários símbolos do Advento nos ajudam a mergulhar no mistério da encarnação e a vivenciar melhor este tempo. Entre eles há a coroa ou grinalda do Advento. Ela é feita de galhos sempre verdes entrelaçados, formando um círculo, no qual são colocadas 4 grandes velas representando as 4 semanas do Advento. A coroa pode ser pendurada no prebistério, colocada no canto do altar ou em qualquer outro lugar visível. A cada domingo uma vela é acesa; no 1º domingo uma, no segundo duas e assim por diante até serem acesas as 4 velas no 4º domingo. A luz nascente indica a proximidade do Natal, quando Cristo salvador e luz do mundo brilhará para toda a humanidade, e representa também, nossa fé e nossa alegria pelo Deus que vem. O círculo sem começo e sem fim simboliza a eternidade; os ramos sempre verdes são sinais de esperança e da vida nova que Cristo trará e que não passa. A fita vermelha que enfeita a coroa representa o amor de Deus que nos envolve e a manifestação do nosso amor que espera ansioso o nascimento do Filho de Deus. A cor roxa das velas nos convida a purificar nossos corações em preparação para acolher o Cristo que vem. A vela de cor rosa, nos chama a alegria, pois o Senhor está próximo. Os detalhes dourados prefiguram a glória do Reino que virá.

Podemos também, em nossas casas, com as nossas famílias, mergulhar no espírito do Advento celebrando-o com a ajuda da coroa do Advento que pode ser colocada ao lado da mesa de refeição.

(Fonte:

http://www.comunidadeshalom.org.br/formacao/liturgia/o_tempo_advento.html)



DEFICIENTES? SERÁ?

Há alguns anos, nas olimpíadas especiais de Seattle, nove participantes, todos com deficiência mental, alinharam-se para a largada da corrida de 100 metros rasos. Ao sinal, todos partiram, não exatamente em disparada, mas com vontade de dar o melhor de si, terminar a corrida e ganhar.

Um dos garotos tropeçou no asfalto, caiu e começou a chorar.

Os outros ouviram o choro, diminuíram o passo e olharam para trás.

Então viraram e voltaram. Todos eles.

Uma das meninas com Síndrome de Down ajoelhou, deu um beijo no garoto e disse: - Pronto, agora vai sarar!

E todos os nove competidores deram os braços e andaram juntos até a linha de chegada. O estádio inteiro levantou e os aplausos duraram muitos minutos...

Talvez os atletas fossem deficientes mentais...

Mas com certeza, não eram deficientes espirituais.

"Isso porque, lá no fundo, todos nós sabemos que o que importa nesta vida, mais do que ganhar sozinho é ajudar os outros a vencer, mesmo que isso signifique diminuir os nossos passos..."

Procure ser uma pessoa de valor, em vez de procurar ser uma pessoa de sucesso.

"O sucesso é consequência".

(Albert Einstein)

"Felicidade será o dia em que realmente consigamos agir desta forma, andar lado a lado, amando e respeitando a todos!!!"



SABOREIE SEU CAFÉ...

Um grupo de ex-alunos, todos muito bem estabelecidos profissionalmente, se reuniu para visitar um antigo professor da universidade.

Em pouco tempo, a conversa girava em torno de queixas de estresse no trabalho e na vida como um todo.

Ao oferecer café aos seus convidados, o professor foi à cozinha e retornou com um grande bule e uma variedade de xícaras de porcelana, plástico, vidro, cristal; algumas simples, outras caras, outras requintadas, dizendo a todos para se servirem.

Quando todos os estudantes estavam de xícara em punho, o professor disse: "Se vocês repararem, pegaram todas as xícaras bonitas e caras e deixaram as simples e baratas para trás. Uma vez que não é nada anormal que vocês queiram o melhor para si, esta é a fonte dos seus problemas e estresse. Vocês podem ter certeza de que a xícara em si não adiciona qualidade nenhuma ao café. Na maioria das vezes, são apenas mais caras e, algumas vezes, até ocultam o que estamos bebendo. O que todos vocês realmente queriam era o café, não as xícaras, mas escolheram, conscientemente, as melhores xícaras e então ficaram de olho nas xícaras uns dos outros.

Agora, pensem nisso: a vida é o café, e empregos, dinheiro e posição social são as xícaras. Elas são apenas ferramentas para sustentar e conter a vida e o tipo de xícara que temos não define, nem altera a qualidade de vida que vivemos. Às vezes, ao nos concentrarmos apenas na xícara, deixamos de saborear o café que Deus nos deu".

Deus coa o café, não as xícaras.

Saboreie seu café !



TEM PÃO VELHO?

Vou contar um fato corriqueiro, que inesperadamente trouxe-me uma grande lição de vida.

Era um fim de tarde de sábado, eu estava molhando o jardim da minha casa, quando fui interpelada por um garotinho com pouco mais de 9 anos, dizendo:

- Dona, tem pão velho?

Essa coisa de pedir pão velho sempre me incomodou desde criança.

Olhei para aquela criança tão nostálgica e perguntei:

- Onde você mora?

- Depois do zoológico.

- Bem longe, hein!

- É...mas eu tenho que pedir as coisas para comer.

- Você está na escola?

- Não. Minha mãe não pode comprar material.

- Seu pai mora com vocês?

- Ele sumiu.

E o papo prosseguiu, até que disse:

- Vou buscar o pão, serve pão novo?

- Não precisa não, a senhora já conversou comigo, isso é suficiente.

Esta resposta caiu em mim como um raio. Tive a sensação de ter absorvido toda a solidão e a falta de amor daquela criança, daquele menino de apenas 9 anos, já sem sonhos, sem brinquedos, sem comida, sem escola e tão necessitado de um papo, de uma conversa amiga.

Caros amigos, quantas lições podemos tirar desta resposta.

"Não precisa não, a senhora já conversou comigo, isso é suficiente!" Que poder mágico tem o gesto de falar e ouvir com amor!

Alguns anos já se passaram e continuam pedindo "pão velho" na minha casa e eu dando "pão novo",mas procurando antes compartilhar o pão das pequenas conversas, o pão dos gestos que acolhem e promovem.

Este Pão de Amor não fica velho, porque é fabricado no coração de quem acredita naquele que disse:

- "EU SOU O PÃO DA VIDA".



UMA MENSAGEM POSITIVA

Certa tarde, João saiu para passear com as duas filhas, uma de oito e outra de quatro anos. Em determinado momento da caminhada, Helena, a mais nova, pediu ao pai que a carregasse, pois estava muito cansada para continuar andando. O pai respondeu que também estava muito cansado.

Diante da resposta, a menina começou a chorar e fazer "corpo mole". Sem dizer uma só palavra, o pai cortou um pequeno galho de árvore e o entregou a Helena, dizendo: - Olhe aqui um cavalinho para você montar, filha! Ele irá ajudá-la a seguir em frente. A menina parou de chorar e começou a cavalgar o galho verde tão rápido, que chegou em casa antes dos outros.

Ficou tão encantada com seu cavalo de pau, que foi difícil fazê-la parar de galopar.

A irmã mais velha, Jussara, ficou intrigada com o que viu e perguntou ao pai sobre como devia entender a atitude de Helena. João sorriu e respondeu: - Assim é a vida, minha filha.

Às vezes, estamos física e mentalmente cansados, certos de que é impossível continuar. Mas encontramos, então, um "cavalinho" qualquer que nos dá ânimo outra vez. Esse cavalinho pode ser um bom livro, um amigo, uma música, uma mensagem positiva...

Quando sentir cansaço ou desânimo, nunca se deixe abater.

Lembre-se: sempre haverá um "cavalinho" estimulando você em cada momento de sua vida. QUE JESUS ILUMINE SEUS PASSOS!!!



DANDO O MELHOR

Muitas coisas se falam a respeito de Beethoven. O fato de ter composto extraordinárias sinfonias, mesmo após a total surdez, é sempre recordado.

Exatamente por causa de sua surdez, ele era pouco sociável. Enquanto pôde, escondeu o fato de a audição estar comprometida.

Evitava as pessoas porque a conversa se lhe tornara uma prática difícil e humilhante. Era o atestado público da sua deficiência auditiva.

Certo dia, um amigo de Beethoven foi surpreendido pela morte súbita de seu filho. Assim que soube, o músico correu para a casa dele, pleno de sofrimento.

Beethoven não tinha palavras de conforto para oferecer. Não sabia o que dizer. Percebeu, contudo, que num canto da sala havia um piano.

Durante 30 minutos, ele extravasou suas emoções da maneira mais eloqüente que podia. Tocou piano. Ao contato dos seus dedos, as teclas acionadas emitiram lamentos e melodiosa harmonia de consolo.

Assim que terminou, ele foi embora. Mais tarde, o amigo comentou que nenhuma outra visita havia sido tão significativa quanto aquela.

Por vezes, nós também, surpreendidos por notícias muito tristes ou chocantes, não encontramos palavras para expressar conforto ou consolação.

Chegamos ao ponto de não comparecer ao enterro de um amigo, por sentir "não ter jeito" para dizer algo para a viúva, ou os filhos órfãos.

Não vamos ao hospital, visitar um enfermo do nosso círculo de relações, porque nos sentimos inibidos. Como chegar? O que levar? O que dizer?

Aprendamos com o gesto do imortal Beethoven. Na ausência de palavras, permitamos que falem os nossos sentimentos.

Ofertemos o abraço silencioso e deixemos que a vertente das lágrimas de quem se veste de tristeza, escorra em nosso peito.

Ofereçamos os ombros para auxiliar a carregar a dor que extravasa da alma, vergastando o corpo.

Sentemo-nos ao lado de quem padece e lhe seguramos a mão, como a afirmar, com todas as letras e nenhum som: "estou aqui. Conte comigo."

Sirvamos um copo d'água, um suco àquele que secou a fonte das lágrimas e prossegue com a alma em frangalhos. Isto poderá trazer renovado alento ao corpo exaurido pela convulsão das dores.

Verifiquemos se não podemos providenciar um cantinho para um repouso, ainda que breve.

Permaneçamos com o amigo, mesmo depois que todos se tenham retirado para seus lares ou se dirigido aos seus afazeres. As horas da solidão são mais longas, quando os ponteiros avançam a madrugada.

Sê amigo conveniente, sabendo conduzir-te com discrição e nobreza junto àqueles que te elegem a amizade. A discrição é tesouro pouco preservado nas amizades terrenas.

Todas as pessoas gostam de companhias nobres e discretas, que inspiram confiança, favorecendo a tranqüilidade.

Ouve, vê, acompanha e conversa com nobreza, sendo fiel à confiança que em ti depositem.

Fonte: Equipe do site www.momento.com.br, com base no cap. "O Dom de Beethoven", de autoria de Philip Yancey, do livro Histórias para o Coração

2, de Alice Gray, ed. United Press e cap. CXXXVIII do livro *Vida Feliz*, de Joanna de Ângelis, *psicografia de Divaldo Franco*.

DISCURSO

(Proferido pelo Professor Weber Figueiredo, paraninfo dos formandos em Engenharia da UERJ, em 13 de agosto de 2002. O Professor Weber é professor na Sta Úrsula, CEFET e foi diretor na SERLA)

Ilustríssimos Colegas da Mesa, Senhor Presidente, meus queridos Alunos, Senhoras e Senhores,

Para mim é um privilégio ter sido escolhido paraninfo desta turma. Esta é como se fôra a última aula do curso. O último encontro, que já deixa saudades. Um momento festivo, mas também de reflexão. Se eu fosse escolhido paraninfo de uma turma de direito, talvez eu falasse da importância do advogado que defende a justiça e não apenas o réu. Se eu fosse escolhido paraninfo de uma turma de medicina, talvez eu falasse da importância do médico que coloca o amor ao próximo acima dos seus lucros profissionais. Mas, como sou paraninfo de uma turma de engenheiros, vou falar da importância do engenheiro para o desenvolvimento do Brasil.

Para começar, vamos falar de bananas e do doce de banana, que eu vou chamar de bananada especial, inventada (ou projetada) pela nossa vovozinha lá em casa, depois que várias receitas prontas não deram certo. É isso mesmo. Para entendermos a importância do engenheiro vamos falar de bananas, bananadas e vovó.

A banana é um recurso natural, que não sofreu nenhuma transformação. A bananada é = banana + outros ingredientes + a energia térmica fornecida pelo fogão + o trabalho da vovó e + o conhecimento ou tecnologia da vovó. A

bananada é um produto pronto, que eu vou chamar de riqueza. E a vovó? Bem, a vovó é a dona do conhecimento, uma espécie de engenheira da culinária.

Agora, vamos supor que a banana e a bananada sejam vendidas. Um quilo de banana custa um real. Já um quilo da bananada custa cinco reais. Por quê essa diferença de preços? Porque quando nós colhemos um cacho de bananas na bananeira, criamos apenas um emprego: o do colhedor de bananas. Agora, quando a vovó, ou a indústria, faz a bananada, ela cria empregos na indústria do açúcar, da cana-de-açúcar, do gás de cozinha, na indústria de fogões, de panelas, de colheres e até na de embalagens, porque tudo isto é necessário para se fabricar a bananada. Resumindo, 1kg de bananada é mais caro do que 1kg de banana porque a bananada é igual a banana mais tecnologia agregada, e a sua fabricação criou mais empregos do que simplesmente colher o cacho de bananas da bananeira.

Agora vamos falar de outro exemplo que acontece no dia-a-dia no comércio mundial de mercadorias. Em média: 1kg de soja custa US\$ 0,10 (dez centavos de dólar), 1kg de automóvel custa US\$ 10, isto é, 100 vezes mais, 1kg de aparelho eletrônico custa US\$ 100, 1kg de avião custa US\$ 1.000 (10 mil quilos de soja) e 1kg de satélite custa US\$ 50.000. Vejam, quanto mais tecnologia agregada tem um produto, maior é o seu preço, mais empregos foram gerados na sua fabricação. Os países ricos sabem disso muito bem. Eles investem na pesquisa científica e tecnológica. Por exemplo: eles nos vendem uma placa de computador que pesa 100g por US\$ 250. Para pagarmos esta plaquinha eletrônica, o Brasil precisa exportar 20 toneladas de minério de ferro. A fabricação de placas de computador criou milhares de bons empregos lá no estrangeiro, enquanto que a extração do minério de ferro, cria pouquíssimos e péssimos empregos aqui no Brasil.

O Japão é pobre em recursos naturais, mas é um país rico. O Brasil é rico em energia e recursos naturais, mas é um país pobre. Os países ricos, são ricos

materialmente porque eles produzem riquezas. Riqueza vem de rico. Pobreza vem de pobre. País pobre é aquele que não consegue produzir riquezas para o seu povo. Se conseguisse, não seria pobre, seria país rico. Gostaria de deixar bem claro três coisas: 1º) quando me refiro à palavra riqueza, não estou me referindo a jóias nem a supérfluos. Estou me referindo àqueles bens necessários para que o ser humano viva com um mínimo de dignidade e conforto; 2º) não estou defendendo o consumismo materialista como uma forma de vida, muito pelo contrário; e 3º) acho abominável aqueles que colocam os valores das riquezas materiais acima dos valores da riqueza interior do ser humano. Existem nações que são ricas, mas que agem de forma extremamente pobre e desumana em relação a outros povos. Creio que agora posso falar do ponto principal. Para que o nosso Brasil torne-se um País rico, com o seu povo vivendo com dignidade, temos que produzir mais riquezas. Para tal, precisamos de conhecimento, ou tecnologia, já que temos abundância de recursos naturais e energia. E quem desenvolve tecnologias são os cientistas e os engenheiros, como estes jovens que estão se formando hoje.

Infelizmente, o Brasil é muito dependente da tecnologia externa. Quando fabricamos bens com alta tecnologia, fazemos apenas a parte final da produção. Por exemplo: o Brasil produz 5 milhões de televisores por ano e nenhum brasileiro projeta televisor. O miolo da TV, do telefone celular e de todos os aparelhos eletrônicos, é todo importado. Somos meros montadores de kits eletrônicos. Casos semelhantes também acontecem na indústria mecânica, de remédios e, incrível, até na de alimentos. O Brasil entra com a mão-de-obra barata e os recursos naturais. Os projetos, a tecnologia, o chamado pulo do gato, ficam no estrangeiro, com os verdadeiros donos do negócio. Resta ao Brasil lidar com as chamadas "caixas pretas". É importante compreendermos que os donos dos projetos tecnológicos são os donos das decisões econômicas, são os donos do "dinheiro", são os donos das riquezas

do mundo. Assim como as águas dos rios correm para o mar, as riquezas do mundo correm em direção aos países detentores das tecnologias avançadas. A dependência científica e tecnológica acarretou para nós, brasileiros, a dependência econômica, política e cultural. Não podemos admitir a continuação da situação esdrúxula, onde 70% do PIB brasileiro é controlado por não residentes. Ninguém pode progredir entregando o seu talão de cheques e a chave de sua casa para o vizinho fazer o que bem entender. Eu tenho a convicção que o desenvolvimento científico e tecnológico aqui no Brasil garantirá aos brasileiros a soberania das decisões econômicas, políticas e culturais. Garantirá trocas mais justas no comércio exterior. Garantirá a criação de mais e melhores empregos. E, se toda a produção de riquezas for bem distribuída, teremos a erradicação dos graves problemas sociais. O curso de engenharia da UERJ, com todas as suas possíveis deficiências, visa a formar engenheiros capazes de desenvolver tecnologias. É o chamado engenheiro de concepção, ou engenheiro de projetos. Infelizmente, o mercado desnacionalizado nem sempre aproveita todo este potencial científico dos nossos engenheiros. Nós, professores, não podemos nos curvar às deformações do mercado. Temos que continuar formando engenheiros com conhecimentos iguais aos melhores do mundo. Eu posso garantir a todos os presentes, principalmente aos pais, que qualquer um destes formandos é tão ou mais inteligente do que qualquer engenheiro americano, japonês ou alemão. Os meus trinta anos de magistério, lecionando desde o antigo ginásio até a universidade, me dão autoridade para afirmar que o brasileiro não é inferior a ninguém, pelo contrário, dizem até que somos muito mais criativos do que os habitantes do chamado primeiro mundo. O que me revolta, como professor e cidadão, é ver que as decisões políticas tomadas por pessoas despreparadas ou corruptas são responsáveis pela queima e destruição de inteligências brasileiras que poderiam, com o conhecimento apropriado, transformar o nosso Brasil num país florescente, próspero e socialmente

justo. Acredito que o mundo ideal seja aquele totalmente globalizado, mas uma globalização que inclua a democratização das decisões e a distribuição justa do trabalho e das riquezas. Infelizmente, isto ainda está longe de acontecer, até por limitações físicas da própria natureza. Assim, quem pensa que a solução para os nossos problemas virá lá de fora, está muito enganado. O dia que um presidente da república e todo o governo resolverem liderar um autêntico projeto de desenvolvimento nacional, certamente o Brasil vai precisar, em todas as áreas, de pessoas bem preparadas. Só assim seremos capazes de caminhar com autonomia e tomar decisões que beneficiem verdadeiramente a sociedade brasileira.

Será a construção de um Brasil realmente moderno, mais justo, inserido de forma soberana na economia mundial e não como um reles fornecedor de recursos naturais e mão-de-obra aviltada. Quando isto ocorrer, e eu espero que seja em breve, o nosso País poderá aproveitar de forma muito mais eficaz a inteligência e o preparo intelectual dos brasileiros e, em particular, de todos vocês, meus queridos alunos, porque vocês já foram testados e aprovados. Finalmente, gostaria de parabenizar a todos os pais pela contribuição positiva que deram à nossa sociedade, possibilitando a formação dos seus filhos no curso de engenharia da UERJ. A alegria dos senhores também é a nossa alegria.



FALA DO CACIQUE GUAICAIPURO CUATÉMOC NA REUNIÃO DOS LÍDERES DA UNIÃO EUROPÉIA, 1992

“Aqui eu, Guaicaipuro Cuatémoc, vim encontrar os que celebram o encontro. Eu, descendente dos que povoaram a América Há quarenta mil anos, vim encontrar os que nos encontraram aqui há quinhentos anos. Aqui nos encontramos todos. Sabemos o que somos, e é o bastante. Nunca teremos outra coisa.

O europeu que encontro na fronteira me pede papéis com vistos para poder descobrir aos que me descobriram. O usuário europeu me pede pagamento de uma dívida contraída por Judas, a quem jamais autorizei que me venda. O europeu das leis me explica que toda dívida se paga com juros, mesmo que seja vendendo seres humanos e países inteiros, sem pedir consentimento. Eu vou descobrindo os europeus.

Eu também posso reclamar pagamentos, também posso pedir que me paguem com juros. Consta no Arquivo das Índias. Papel sobre papel, recibo sobre recibo, assinatura sobre assinatura, que somente entre os anos de 1503 e 1660 chegaram a Sanlucár de Barrameda 185.000 kg de ouro e 16.000.000 kg de prata provenientes da América. Saque? No lo creio ! Porque seria pensar que os irmãos cristãos não cumpriram o Sétimo Mandamento. Expoliação? Valha-me Tanatzin, não posso imaginar que os europeus, tais como Caim, matam e escondem o sangue do irmão! Genocídio? Isso seria dar crédito a caluniadores, como Bartolomé de las Casas, que qualificam o encontro de “Destruição das Índias”, ou a absurdos, como Arturo Uslar Pietri, que afirma que a arrancada do capitalismo e a atual civilização européia só foram possíveis graças à inundação de metais preciosos vindos da América. Não! Estes 185.000 kg de ouro e 16.000.000 kg de prata devem ser considerados como o primeiro de muitos empréstimos amigáveis da América destinados ao desenvolvimento da Europa. Caso contrário, teríamos de presumir a

existência de crimes de guerra, o que daria direito não apenas a exigir sua devolução imediata, mas a indenização por perdas e danos.

Eu, Guaicaipuro Cuatémoc, prefiro acreditar na menos ofensiva das hipóteses. Essas fabulosas exportações de capital foram mais que o início de um plano Marshalltezuma, para garantir a reconstrução da bárbara Europa, arruinada por suas deploráveis guerras contra os cultos muçulmanos, criadores da álgebra, do banho cotidiano e de outras conquistas da civilização.

Por isso, ao celebrar o Quinto Centenário do Pequeno Empréstimo, podemos nos perguntar: fizeram os europeus um uso racional, responsável ou pelo menos produtivo dos recursos tão generosamente adiantados pelo Fundo Monetário Indoamericano? Temos que reconhecer que não. Do ponto de vista estratégico, dilapidaram o capital nas “Batalhas de Lepanto”, em “Armadas Invencíveis” em “Terceiros Reichs” e outras formas de extermínio mútuo, terminando ocupados por tropas estrangeiras da OTAN, como o Panamá, mas sem capital. Do ponto de vista financeiro, foram incapazes, depois de uma moratória de 500 anos, tanto de pagar o capital e os juros quanto de tornar-se independentes das rendas líquidas, das matérias-primas e da energia barata que lhes exporta constantemente o Terceiro Mundo.

Este quadro corrobora a afirmação de Milton Friedman, segundo a qual uma economia subsidiada jamais pode funcionar. E nos obriga a reclamar-lhes, para o seu próprio bem, o pagamento do capital e dos juros que, tão generosamente temos demorado todos estes séculos para cobrar.

Ao dizer isto, esclarecemos que não nos rebaixaremos a cobrar de nossos irmãos europeus, as mesmas vis e sanguinárias taxas de 20% e até 30% de juros que os irmãos europeus cobram aos povos do Terceiro Mundo. Nos limitaremos a exigir a devolução dos metais preciosos emprestados, acrescidos de um módico juro fixo de 10%, acumulado apenas durante os últimos 300 anos.

Sobre esta base, e aplicando a fórmula européia de juros compostos, informamos aos descobridores que eles nos devem 180 mil quilos de ouro e 16 milhões de quilos de prata, ambas as cifras elevadas à potência de 300. Isso quer dizer um número para cuja expressão total seriam precisos mais de 300 cifras, e que supera amplamente o peso total do planeta Terra.

Muito peso em ouro e prata! Quanto pesariam calculados em sangue?

Admitir que a Europa, em meio milênio, não conseguiu gerar riquezas suficientes para pagar esses módicos juros seria como admitir seu absoluto fracasso financeiro e/ou a demencial irracionalidade dos pressupostos do capitalismo.

Tais questões metafísicas, desde já, não nos inquietam aos índio-americanos. Porém exigimos a assinatura de uma carta de intenções que discipline aos povos devedores do Velho Continente e que os obrigue a cumpri-la, sob pena de uma privatização ou conversão da Europa, de forma que lhes permita nos entregá-la inteira como primeira prestação da dívida histórica.”

Quando terminou seu discurso diante dos Chefes de Estado da Comunidade Europeia, o Cacique Guaicaipuro Cuatemoc, nem sabia que estava expondo uma tese de Direito Internacional para determinar a Verdadeira Dívida Externa.

Agora só resta que algum Governo Latino Americano tenha a dignidade suficiente para impor seus direitos perante os Tribunais Internacionais. Os europeus ali reunidos devem ter percebido que nesse tempo de globalização e tecnologia, índio já não quer mais apito, quer que lhe paguem o devido, com juros.



DICAS CONTRA O ENVELHECIMENTO

Sabe-se que o envelhecimento é um processo biológico que pode ser controlado. Há uma série de estudos afirmando que um estilo de vida saudável é uma das chaves da longevidade.

Confira alguns deles:

1. CASE-SE. Segundo estudo publicado no *Health Psychology Journal*, dos Estados Unidos, as pessoas que se mantêm em longas e bem-sucedidas uniões têm uma expectativa de vida maior em comparação àquelas que se casam novamente ou terminam a vida divorciadas (mas, por favor, ficar com a pessoa errada causa mais problemas de saúde ainda; façam boas escolhas).

2. EXPRESSE SUAS EMOÇÕES. (*Journal of Clinical Psychology*, da Inglaterra) Aqueles que manifestam suas emoções por meio de alguma atividade artística, como cantar, escrever e pintar, são mais saudáveis do que as pessoas que não o fazem.

3. TENHA HORÁRIOS. Evite a prática de exercícios entre as 11 da manhã e à 1 da tarde. É quando a produção de adrenalina atinge seu pico. O sangue fica mais grosso do que o normal, a pressão arterial sobe e o batimento cardíaco se eleva. Durante essas duas horas, é maior a probabilidade de uma placa de gordura se romperem um vaso, o que pode provocar derrame cerebral ou infarto no coração.

4. SEJA SOLIDÁRIO. Segundo estudo publicado na revista *Psychology Science*, dar apoio físico ou emocional a outras pessoas reduz em até 60% o risco de morte prematura no idoso.

5. PREFIRA AS COMÉDIAS. O riso espontâneo promove a dilatação dos vasos e melhora o fluxo sanguíneo. Também reduz os níveis de adrenalina e cortisol no sangue e aumenta a liberação de endorfinas, hormônios ligados às sensações de bem-estar e prazer. Quer mais? Ainda emagrece. Estudos da Universidade Vanderbilt, nos Estados Unidos, concluíram que dar boas

risadas por um período de dez a quinze minutos faz uma pessoa queimar, em média, 50 calorias.

6. USE O FIO DENTAL. De acordo com pesquisadores da Universidade Harvard, nos Estados Unidos, a inflamação bacteriana da gengiva, causada pelo acúmulo de resíduos alimentares entre os dentes, aumenta em 72% o risco de doença cardiovascular.

7. IMITE OS BRITÂNICOS. Ser pontual é bom, mas beber chá é ainda melhor. De acordo com o jornal *Phytotherapy Research*, o hábito cultivado pelos ingleses pode ajudar no combate à doença de Alzheimer. Estudos indicam também que o consumo de chá reduz os riscos de câncer. O chá verde é o que promete maiores benefícios.

8. LARGUE O CIGARRO. Fumantes regulares vivem, em média, dez anos menos do que um não-fumante. Cerca de 90% dos casos de câncer nos pulmões, a neoplasia que mais mata no Brasil, estão relacionados ao tabagismo.

9. TENHA FÉ. Segundo o *International Journal of Psychiatry and Medicine*, ter uma crença forte em algo ajuda a combater o stress e problemas emocionais.

10. BEBA COM MODERAÇÃO. Estudos mostram que o consumo diário de até duas taças de vinho deve fazer parte da receita para uma vida longa. Até a cerveja, quando consumida moderadamente, pode trazer benefícios à saúde, apontam pesquisas recentes.

11. COMA MENOS. Nos Estados Unidos, um estudo comparou cinquentões que viviam de dieta com outros que consumiam, em média, 2 000 calorias por dia. A conclusão foi que o primeiro grupo teve uma expectativa de vida cerca de 30% maior, além de aparentar ser mais jovem do que os congêneres da mesma idade.

12. MORE PERTO DE UM PARQUE. Um estudo realizado por pesquisadores japoneses concluiu que a expectativa de vida dos idosos que

moram próximo a áreas verdes é maior do que a daqueles que vivem cercados de arranha-céus.

13. VÁ DE VERDES. Vegetais verde-escuros, como espinafre, rúcula e brócolis, são ricos em ácido fólico, uma substância que ajuda a manter a integridade do DNA.

14. MANTENHA A MENTE ATIVA. Pesquisas mostram que a doença de Alzheimer tem maior incidência entre as pessoas com baixo nível de instrução. Estudo publicado no *New England Journal of Medicine* relaciona a leitura, os jogos de cartas e de tabuleiro e as palavras cruzadas com a redução do risco de demência em pessoas com mais de 75 anos.

15. TOME VITAMINAS. Cápsulas de vitamina C são as mais indicadas. Seu consumo ajuda a prevenir a degeneração macular, que afeta 3 milhões de brasileiros e é a maior causa de cegueira em pessoas com mais de 50 anos. Consulte seu médico sobre a dosagem.

16. CURTA O CHOCOLATE. Em pequenas quantidades, ele pode ser benéfico à saúde. Segundo estudo do *King's College*, de Londres, a quantidade de flavonóides encontrada em 50 gramas de chocolate é equivalente à de seis maçãs, duas taças de vinho ou sete cebolas. Os flavonóides têm sido apontados como importantes armas no combate aos radicais livres.

17. DE PREFERÊNCIA AOS PESCADOS. Peixes de água profunda, como salmão e anchova, são ricos em ômega 3. Esse poderoso antioxidante, segundo o jornal da Associação Médica Americana, pode reduzir em até 81% o risco de morte súbita no homem.

18. FAÇA SEXO. A atividade sexual traz sensações de prazer e bem-estar, combate o stress, aumenta a auto-estima e ainda queima calorias. Estudos mostram que as pessoas sexualmente ativas são mais saudáveis. Segundo a OMS, o sexo é um dos quatro pilares da qualidade de vida, ao lado do prazer no trabalho, da harmonia familiar e do lazer.

19. SEJA OTIMISTA. Após dez anos estudando como a personalidade de uma pessoa pode influir no aumento ou na diminuição da expectativa de vida, pesquisadores holandeses concluíram que ter uma atitude positiva pode diminuir em até 55% o risco de morte prematura.

20. NÃO PULE O CAFÉ-DA-MANHÃ. Pesquisa do Instituto de Gerontologia da Universidade da Geórgia, nos Estados Unidos, averiguou que os centenários não costumam dispensar a primeira refeição do dia.

21. TENHA UM ANIMAL DE ESTIMAÇÃO. O conselho foi seguido por operadores da Bolsa de Valores de Nova York, avaliados em um estudo. Foi tão eficaz no combate ao stress que metade deles suspendeu o uso de medicamentos contra a hipertensão. Quem tem um bichinho em casa vai ao médico com menor frequência afirmam pesquisadores da Universidade de Cambridge, na Inglaterra.

22. REDUZA O SAL. Essa medida é importante no tratamento e na prevenção da hipertensão arterial, um dos fatores de risco para doença cardiovascular. Evite mais de 6 gramas por dia, o equivalente a uma colher de chá.

23. INVISTA EM CULTURA. Depois de acompanhar 12 000 pessoas por nove anos, pesquisadores suecos observaram que, em média, as chances de uma pessoa alcançar a longevidade foram 36% maiores naquelas que cultivavam o hábito de realizar programas culturais, como visitar galerias de arte, assistir a peças de teatro e freqüentar concertos musicais.

24. SINTA-SE EM CAPRI. Está provado que uma dieta mediterrânea, rica em vegetais, peixes e azeite de oliva, pode afastar doenças como hipertensão, diabetes e obesidade, capazes de encurtar a vida em até dez anos. A pesquisa foi feita com 1 507 homens e 832 mulheres, entre 70 e 90 anos, em onze países europeus.

25. ABUSE DO MOLHO DE TOMATE. (não industrializado) Pesquisas conduzidas pelo médico americano Michael Roizen, autor do livro Idade

Verdadeira e fundador do *Real Age Institute*, dos mais respeitados centros de estudo da saúde e do metabolismo humano, mostram que dez colheres de molho de tomate ingeridas semanalmente podem reduzir pela metade o risco de ocorrência de onze tipos de câncer. O tomate é rico em licopeno, um antioxidante encontrado nos vegetais vermelhos..

26. DURMA BEM. Estudos sugerem que a falta de sono crônica pode ter um impacto negativo nas funções metabólicas e endócrinas. Quando se dorme menos de cinco horas, há um desequilíbrio no metabolismo.

27. CONTE ATÉ CINCO. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, esse é o número mínimo de porções de frutas e vegetais que uma pessoa deve comer por dia. A OMS defende que uma alimentação balanceada e rica em vitaminas, fibras e minerais pode reduzir em até 40% o risco de câncer.

28. VÁ AO OFTALMOLOGISTA. Depois dos 50 anos, a chamada vista cansada se torna ainda mais comum. Com a idade, também aumentam os riscos de glaucoma e catarata. Além disso, alterações de fundo de olho podem indicar a presença de diabetes e hipertensão.

29. MODERAÇÃO COM A CARNE VERMELHA. Pesquisa sobre hábitos alimentares em dez países europeus concluiu que o consumo diário de carne vermelha aumenta o risco de câncer de intestino em até 35%. Mas não a evite. Proteínas são essenciais para quem faz atividade física regularmente, não só porque dão resistência, mas também porque ajudam a tonar os músculos.

30. MOVA-SE. De acordo com a Associação Americana do Coração, o sedentarismo, por si só, aumenta o risco de doença coronariana em, pelo menos, uma vez e meia. Exercícios diários moderados ajudam a aumentar o tempo de vida em até seis anos.



O ABRAÇO, SALVADOR DE VIDAS

Já se comprovou que todos necessitamos de contacto físico para nos sentirmos bem, e uma das formas mais importantes de contacto físico é o abraço.

Quando nos tocamos e nos abraçamos, levamos vida aos nossos sentidos e reafirmamos a confiança nos nossos próprios sentimentos.

Algumas vezes NÃO encontramos as palavras adequadas para expressar o que sentimos; o abraço é a melhor maneira.

Há vezes que não nos atrevemos a dizer o que sentimos, seja por timidez ou porque os sentimentos nos avassalam; nesses casos pode-se contar com o idioma dos abraços.

Os abraços, além de nos fazerem sentir bem, empregam-se para aliviar a dor, a depressão e a ansiedade.

Provocam alterações fisiológicas positivas em quem toca e em quem é tocado.

Aumenta a vontade de viver aos enfermos.

É importante saber que:

Os abraços são necessários para o desenvolvimento, manter-se são e para crescer como pessoa.

O que nos dá um abraço?

PROTECÇÃO. O sentir-se protegido é importante para todos, mas é o mais para as crianças e mais velhos, que frequentemente dependem do amor de quem os rodeia.

SEGURANÇA. Todos necessitamos de nos sentirmos seguros. Se não o conseguimos, atuamos de forma ineficaz e as nossas relações interpessoais declinam.

CONFIANÇA. A confiança faz-nos avançar quando o medo se impõe ao nosso desejo de participar com entusiasmo em algum desafio da vida.

FORÇA. Quando transferimos a nossa energia com um abraço, as nossas próprias forças aumentam.

SAÚDE. O contacto físico e o abraço partilham uma energia vital capaz de sanar ou aliviar enfermidades

AUTO-VALORIZAÇÃO. Através do abraço podemos transmitir uma mensagem de reconhecimento do valor e excelência de cada indivíduo.

UM ABRAÇO. Faz e Diz Muitíssimo; abraça o teu amigo; abraça os teus entes queridos; abraça as tuas crianças; abraça o teu animal de estimação...

ABRAÇA-OS A TODOS!



A SANTA CEIA

Diz uma lenda referente à pintura da Santa Ceia, ou "Última Ceia de Jesus com seus Apóstolos":

Ao conceber este quadro, Leonardo da Vinci deparou-se com uma grande dificuldade: precisava pintar o bem - na imagem de Jesus, e o mal - na figura de Judas, o amigo que resolvera traí-lo durante o jantar.

Interrompeu o trabalho no meio, até que conseguisse encontrar os modelos ideais.

Certo dia, enquanto assistia a um coral, viu em um dos rapazes a imagem perfeita de Cristo.

Convidou-o para o seu ateliê, e reproduziu seus traços em estudos e esboços. Passaram-se três anos.

A 'Última Ceia' estava quase pronta, mas Da Vinci ainda não havia encontrado o modelo ideal de Judas.

O cardeal, responsável pela igreja, começou a pressioná-lo, exigindo que terminasse logo o mural.

Depois de muitos dias procurando, o pintor finalmente encontrou um jovem prematuramente envelhecido, bêbado, esfarrapado, atirado na sarjeta. Imediatamente, pediu aos seus assistentes que o levassem até a igreja.

Da Vinci copiava as linhas da impiedade, do pecado, do egoísmo, tão bem delineadas na face do mendigo, que mal conseguia parar em pé.

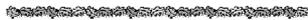
Quando terminou, o jovem - já um pouco refeito da bebedeira - abriu os olhos e notou a pintura à sua frente. E disse, numa mistura de espanto e tristeza:

- Eu já vi esse quadro antes!

Quando? Perguntou, surpreso, Da Vinci

Há três anos atrás, antes de eu perder tudo o que tinha, numa época em que eu cantava num coro, tinha uma vida cheia de sonhos e o artista me convidou para posar como modelo para a face de Jesus.

“O Bem e o Mal têm a mesma face; tudo depende apenas da época em que cruzam o caminho de cada ser humano.”



BOA FILOSOFIA

Sempre procure ajudar um amigo em necessidade.

Tenha confiança em si mesmo.

Seja corajoso! Mas lembre-se que é normal sentir medo algumas vezes.

Beije muito.

Não dê tanta importância a teu peso, pois é só um número!

Conheça novas pessoas, mesmo que elas pareçam ser diferentes de você.

Permaneça calmo... Mesmo quando isso parecer um tanto impossível !

Tire um cochilo se precisar...

Tenha um ótimo senso de humor e ria sempre!

Ame seus amigos, não importa quem eles sejam.

Não desperdice comida.

Ocasionalmente, arrisque-se.

Relaxe... até mesmo naqueles dias estressantes!!!

Tente se divertir um pouco todos os dias...

E... É importante, não importam as circunstâncias... Trabalhar em equipe, rir de uma piada com amigos e vizinhos, e apaixonar-se por alguém especial...

Diga "Eu te amo" freqüentemente.

Expresse-se criativamente.

Esteja sempre aberto a surpresas.

Compartilhe com um amigo.

Lembre-se do dito popular:

"Boas coisas acontecem a boas pessoas!"

Sempre haverá alguém que te ame mais do que tu possas imaginar.

Exercite-se um pouco a cada dia!

Viva à altura de teu nome.

Agarre-se aos bons amigos; eles são raros!



DOUTORAS ...

Certo dia, uma mulher chamada Anne foi renovar a sua carteira de motorista. Quando lhe perguntaram qual era a sua profissão, ela hesitou. Não sabia bem como se classificar.

O funcionário insistiu: “o que eu pergunto é se tem um trabalho”. “Claro que tenho um trabalho”, exclamou Anne. “Sou mãe”.

“Nós não consideramos isso um trabalho. Vou colocar dona de casa”, disse o funcionário friamente.

Uma amiga sua, chamada Marta soube do ocorrido e ficou pensando a respeito por algum tempo.

Num determinado dia, ela se encontrou numa situação idêntica. A pessoa que a atendeu era uma funcionária de carreira, segura, eficiente.

O formulário parecia enorme, interminável.

A primeira pergunta foi: “qual é a sua ocupação?”

Marta pensou um pouco e sem saber bem como, respondeu:

“Sou doutora em desenvolvimento infantil e em relações humanas”.

A funcionária fez uma pausa e Marta precisou repetir pausadamente, enfatizando as palavras mais significativas.

Depois de ter anotado tudo, a jovem ousou indagar; “Posso perguntar, o que é que a senhora faz exatamente?”

Sem qualquer traço de agitação na voz, com muita calma, Marta explicou: “Desenvolvo um programa em longo prazo, dentro e fora de casa”.

Pensando na sua família, ela continuou: “sou responsável por uma equipe e já recebi quatro projetos. Trabalho em regime de dedicação exclusiva. O grau de exigência é de 14 horas por dia, às vezes até 24 horas”.

À medida que ia descrevendo suas responsabilidades, Marta notou o crescente tom de respeito na voz da funcionária, que preencheu todo o formulário com os dados fornecidos.

Quando voltou para casa, Marta foi recebida por sua equipe: uma menina com 13 anos, outra com 7 e outra com 3.

Subindo ao andar de cima da casa, ela pôde ouvir o seu mais novo projeto, um bebê de seis meses, testando uma nova tonalidade de voz.

Feliz, Marta tomou o bebê nos braços e pensou na glória da maternidade, com suas multiplicadas responsabilidades. E horas intermináveis de dedicação...

“Mãe, onde está meu sapato? Mãe, me ajuda a fazer a lição? Mãe, o bebê não pára de chorar. Mãe, você me busca na escola? Mãe, você vai assistir a minha dança? Mãe, você compra? Mãe...”

Sentada na cama, Marta pensou: “se ela era doutora em desenvolvimento infantil e em relações humanas, o que seriam as avós?”

E logo descobriu um título para elas: doutoras-sênior em desenvolvimento infantil e em relações humanas.

As bisavós, doutoras executivas sênior.

As tias, doutoras-assistentes.

E todas as mulheres, mães, esposas, amigas e companheiras: doutoras na arte de fazer a vida melhor.

Num mundo em que se dá tanta importância aos títulos, em que se exige sempre maior especialização, na área profissional, torne-se um(a) especialista na arte de amar.



FOLHAS MORTAS

Oh, eu queria tanto que você se lembrasse
Dos dias felizes em que éramos namorados
Nesse tempo, a vida era mais bela
E o sol mais ardente do que hoje
As folhas mortas se juntam aos montes.
Estás vendo? Eu não esqueci....
As folhas mortas se juntam aos montes.
As lembranças e os desgostos também
E o vento norte as carrega
Para a noite fria do esquecimento
Está vendo: eu não esqueci
A canção que você me cantava
É uma canção que me imita
Você que me amava, eu que a amava
E nós vivíamos
Os dois juntos
Eu que a amava, você que me amava
Mas a vida separa os que se amam
Bem suavemente, sem fazer ruído
E o mar apaga sobre a areia
Os passos dos amantes separados.
Mas a vida separa os que se amam
Bem suavemente, sem fazer ruído
E o mar apaga sobre a areia
Os passos dos amantes separados...



É LOUCURA...

Odiar todas as rosas porque uma te espetou...

Entregar todos os teus sonhos porque um deles não se realizou...

Perder a fé em todas as orações porque numa não foste atendido...

Desistir de todos os esforços porque um deles fracassou...

Condenar todas as amizades porque uma te traiu...

Descrer de todo amor porque um deles te foi infiel...

Jogar fora todas as chances de ser feliz porque uma tentativa não deu certo....

Espero que na tua caminhada não cometa estas loucuras.

Lembrando que sempre há uma outra chance, uma outra amizade, um outro amor; uma nova força.

É só ser perseverante e procurar ser mais feliz a cada dia.

A glória não consiste em jamais cair, mas sim de erguer-se toda vez que for necessário!



NUNCA SE ABANDONE

Quando depositamos, excessivamente, confiança ou expectativas em uma pessoa, o risco de nos decepcionarmos se torna muito grande.

As pessoas não estão neste mundo para satisfazer as nossas expectativas e vontades, assim como não estamos aqui para satisfazer as delas.

Nós, na verdade, podemos até beber do mesmo vinho, mas nunca na mesma taça.

Temos que procurar nos bastar e reconhecer essa verdade...

Nos bastar sempre e, quando procurarmos estar com alguém, devemos fazer isso, cientes de que estamos juntos porque amamos, gostamos, queremos e

nos sentimos bem, e nunca por achar que precisamos daquela pessoa ao ponto de não conseguirmos viver sem ela, e jamais permitir que a outra pessoa desenvolva tal sentimento por nós.

Somos individuais, querendo ou não.

Devemos viver por nós, sempre buscando o propósito da nossa existência.

Aprendamos com as cordas do violão, que são independentes, mas juntas, cada uma fazendo a sua parte, constroem as mais belas melodias.

As pessoas se completam não por serem metades, mas por serem pessoas inteiras, dispostas a dividir objetivos comuns, alegrias e... vida !!!

POR ISSO, NUNCA SE ABANDONE.



ORAÇÃO

(Clemente Furtado, C.P.)

Senhor, dá-nos sempre um coração insatisfeito.

Dai-nos um coração onde possa se manifestar às perguntas que nunca queremos fazer.

Retira-nos do nosso conformismo.

Que possamos sentir o gosto pelo que temos, mas que entendamos que isso não é tudo.

Que possamos entender que somos pessoas boas.

Mas, sobretudo, que nos perguntemos sempre onde podemos melhorar.

Porque, se perguntamos, é bem possível que Tu venhas e nos abra horizontes que antes não conseguíamos enxergar.



MOTIVAÇÃO PARA O SEU DIA

(Aristóteles Onassis)

Hoje acordei para vencer. A auto-mensagem positiva pela manhã é um estímulo que pode mudar seu humor, fortalecer sua autoconfiança e, pensando positivo, você reunirá força para vencer os obstáculos. Não deixe que nada afete seu estado de espírito.

Envolva-se pela música, cante ou ouça. Comece a sorrir mais cedo.

Ao invés de reclamar quando o relógio despertar, agradeça a Deus pela oportunidade de acordar mais um dia.

O bom humor é contagiante: espalhe-o, fale de coisas boas, de saúde, de sonhos com quem você encontrar. Não se lamente, ajude as pessoas a perceber o que há de bom dentro de si.

Não viva emoções mornas e vazias. Cultive seu interior, extraia o máximo das pequenas coisas. Seja transparente e deixe que as pessoas saibam que você as estima e precisa delas. Repense seus valores e dê a si mesmo a chance de crescer e ser mais feliz.

Faça tudo o que merece ser feito. Torne suas obrigações atraentes, tenha garra e determinação. Mude, opine, ame o que você faz. Não trabalhe só por dinheiro e sim pela satisfação da “missão cumprida”. Lembre-se: nem todos têm a mesma oportunidade. Pense no melhor, trabalhe pelo melhor e espere pelo melhor.

Transforme seus momentos difíceis em oportunidades. Seja criativo buscando alternativas e apresentando soluções ao invés de problemas. Veja o lado positivo das coisas e assim tornará seu otimismo uma realidade.

Não inveje. Admire! Seja entusiasta com o sucesso alheio como seria o seu próprio. Idealize um modelo de competência e faça sua auto-avaliação para saber o que está lhe faltando para chegar lá.

Ocupe o seu tempo crescendo, desenvolvendo sua habilidade e talento. Só assim não terá tempo para criticar os outros. Não acumule fracassos e sim experiências. Tire proveito de seus problemas e não se deixe abater por eles. Tenha fé e energia, acredite.

Perdoe, seja grande para os aborrecimentos, nobre pra a raiva, forte para vencer o medo e feliz para permitir a presença de momentos infelizes.

Não viva só para o trabalho. Tenha outras atividades paralelas como: esporte, leitura, cultive amigos. O trabalho é uma das contribuições que damos para a vida, mas não se deve jogar as expectativas de realizações.

Finalmente, ria das coisas a sua volta, ria dos seu problemas, de seus erros, ria da vida. “A gente é feliz quando é capaz de rir da gente mesmo”.



APROVEITE AS LIÇÕES DO PASSADO

O vencedor é uma pessoa que aprende as lições da história. Quando uma situação se repete, só há duas opções: ou se mantém o enredo, ou se muda o final. Se o “filme” já visto foi ruim, o vencedor vai lembrar-se de cada detalhe e saberá transformá-lo numa situação favorável. Agindo assim, abandona o passado como vivência – pois a vida real é sempre agora – e guarda-o como experiência de vida. Quando alguém vive no passado, sente saudade do que acabou, ou culpa por algo que perdeu, ou ressentido de pessoas de quem esperava um comportamento diferente. O passado, para o vencedor, é como um livro na estante. Está sempre disponível, ao alcance da mão. Pode ser aberto a qualquer momento, pois traz muitas lições. Mas permanece fechado, em seu devido lugar.



QUINZE MINUTOS DE PODER

Numa escola de anjos os aprendizes passavam por um estágio e saíam em duplas para fazer o bem e no final de cada dia, apresentavam um relatório ao anjo mestre.

Dois anjos estagiários, depois de vagarem exaustivamente, regressaram frustrados por não terem feito nenhum bem. Parece que naquele dia, o mal estava de folga. Enquanto voltavam tristes, os dois depararam com dois lavradores que seguiam por uma trilha, e, um dos anjos disse:

- Tive uma idéia... que tal darmos 15 minutos de poder a estes lavradores para ver o que eles fariam?

- Você ficou maluco? O anjo mestre não vai gostar nada disto! respondeu o outro anjo.

- Que nada, acho que ele vai até gostar. Vamos fazer isto e depois contaremos para ele.

E assim o fizeram. Puseram suas mãos na cabeça dos dois e colocaram-se a observá-los. Poucos passos adiante os lavradores se separaram, seguindo cada um o seu caminho.

Um deles, após alguns passos, viu um bando de pássaros voando em direção a sua lavoura, e passando a mão na testa suada disse:

- Por favor meus passarinhos, não comam toda a minha plantação! Eu preciso que esta lavoura cresça e produza, pois é daí que tiro o sustento do meu lar.

Naquele momento, ele viu espantado a lavoura crescer e ficar prontinha para ser colhida em questão de segundos.

Assustado, ele esfregou os olhos e pensou: "devo estar cansado e acelerou o passo".

Logo adiante ele caiu ao tropeçar em seu porco que havia fugido do chiqueiro. Mais uma vez, esfregando a testa ele disse:

- Você fugiu de novo meu porquinho? Mas, a culpa é minha, eu ainda vou construir um chiqueiro decente para você.

Mais uma vez espantado, ele viu o chiqueiro se transformar num local limpo, acolhedor e com água corrente e o seu porquinho instalado no novo compartimento. Esfregou novamente os olhos, apressou o passo e pensou: "estou mesmo muito cansado".

Chegando em casa, ao abrir a porta, a tranca que estava pendurada caiu sobre sua cabeça. Ele então tirou o chapéu, e esfregando a cabeça disse:

- De novo, e o pior é que eu não aprendo mesmo. Uso a falta de tempo como desculpa e não conserto esta tranca. Mas, hei de ter dinheiro para construir uma grande casa e dar um pouco mais de conforto a minha família. Naquele instante aconteceu o milagre. Aquela humilde casa, foi se transformando em uma verdadeira mansão, diante dos seus olhos assustados.

Convicto de que era tudo imaginação decorrente do cansaço, ele se jogou em uma enorme poltrona que estava em sua frente e dormiu profundamente.

Foi acordado aos berros pelo outro lavrador, pedindo socorro. Ainda atordoado, sem entender muito o que estava acontecendo, ele chegou na porta e encontrou o amigo em prantos. Ele se lembrava que minutos antes eles se despediram e ele estava bem. Perguntando o que se passava, ele ouviu a seguinte estória:

-Nós nos despedimos no caminho e eu segui para minha casa, poucos passos adiante, eu vi um bando de pássaros voando em direção a minha lavoura, este fato me deixou revoltado e eu gritei:

- Vocês de novo, atacando a minha lavoura; tomara que seque tudo pra vocês morrerem de fome! Naquele exato momento, eu vi a lavoura secar e todos os pássaros morrerem bem na minha frente. Pensei, devo estar cansado, e apressei o passo. Mais adiante, tropecei no meu porco que tinha fugido.

Fiquei bravo e gritei:

- Você fugiu de novo? Por que não morre logo e para de me dar trabalho?

Compadre, não é que o porco morreu ali mesmo, na minha frente.

Acreditando estar vendo coisas, andei mais depressa, e ao entrar em minha casa, me caiu na cabeça à tranca da porta.

Naquele instante eu já estava com muita raiva, gritei novamente:

- Esta casa velha, caindo os pedaços, por que não cai de uma vez? Para surpresa minha ela caiu e eu não pude fazer nada... Mas, compadre, o que aconteceu com a sua casa? De onde veio esta mansão?

Depois de tudo observarem, os dois anjos foram correndo contar ao mestre e ficaram muito apreensivos quanto ao tipo de reação que o anjo mestre teria. Mas, tiveram uma grande surpresa.

O anjo mestre ouviu tudo com muita atenção, parabenizou os dois pela idéia brilhante que haviam tido, e resolveu decretar que a partir daquele momento, **TODO SER HUMANO TERIA 15 MINUTOS DE PODER AO LONGO DA VIDA**. Só que, ninguém jamais saberia quando estes 15 minutos de poder aconteceriam.

Será que os quinze minutos próximos serão os seus? Ou será que você já os utilizou? (e de que forma?) Por isso vamos ter muito cuidado com o que falamos, como agimos e com aquilo que pensamos! A nossa mente trabalha para que tudo aconteça, seja bom ou ruim.



VINTE E CINCO TOQUES PARA SER FELIZ:

1. Seja ético. A vitória que vale a pena é a que aumenta sua dignidade e reafirma valores profundos. Pisar nos outros para subir desperta o desejo de vingança.
2. Estude sempre e muito. A glória pertence aquele que tem um trabalho especial para oferecer.
3. Acredite sempre no amor. Não fomos feitos para a solidão. Se você está sofrendo por amor, está com a pessoa errada ou amando de uma forma ruim para você. Caso tenha se separado, curta a dor, mas se abra para outro amor.
4. Seja grato a quem participa das suas conquistas. O verdadeiro campeão sabe que as vitórias são alimentadas pelo trabalho em equipe. Agradecer é a melhor maneira de deixar todos motivados.
5. Eleve suas expectativas. Pessoas com sonhos grandes obtém energia para crescer. Os perdedores dizem: "Isso não é para nós". Os vencedores pensam em como realizar seu objetivo.
6. Curta muito a sua companhia. Casamento dá certo para quem não é dependente. Aprenda a viver feliz mesmo sem uma pessoa ao lado. Se não tiver com quem ir ao cinema, vá com a pessoa mais fascinante: você!
7. Tenhas metas claras. A história da humanidade é cheia de vidas desperdiçadas. Amores que não geram relações enriquecedoras, talentos que não levam a carreiras de sucesso. Ter objetivos evita o desperdício de tempo, energia e dinheiro.
8. Cuide bem do seu corpo. Alimentação, sono e exercícios são fundamentais para uma vida saudável. Seu corpo é seu templo. Gostar da gente deixa as portas abertas para que os outros gostem também.
9. Declare o seu amor. Cada vez mais as pessoas devem exercer seu direito de buscar o que querem (sobretudo no amor), mas atenção: elegância e bom senso são fundamentais.

10. Amplie os relacionamentos profissionais. Os amigos são a melhor referência em crises e a melhor fonte de oportunidades na expansão. Ter bons contatos é essencial em momentos decisivos.

11. Seja simples. Retire de sua vida tudo o que lhe dá trabalho e preocupação desnecessários. Crie espaço para desfrutar mais a viagem da vida.

12. Não imite o modelo masculino. Os homens fizeram sucesso à custa da solidão e da restrição aos sentimentos. O preço tem sido alto: enfarto e suicídio. Sem dúvidas, temos mais a aprender com as mulheres do que vocês conosco. Preserve a sensibilidade feminina - é mais natural e lucrativa.

13. Tenha um orientador. Viver e decidir na neblina sabendo que o resultado só será conhecido quando pouco restar a fazer. Procure alguém de confiança, de preferência mais experiente e bem sucedido, para lhe orientar nas indecisões.

14. Jogue fora o vício da preocupação. Viver tenso e estressado está virando moda. Parece que ser competente e estar de bem com a vida são coisas incompatíveis. Bobagem! Defina suas metas, conquiste-as e deixe a neura para quem gosta dela!

15. O amor é um jogo cooperativo. Se vocês estão juntos, é para jogar no mesmo time. Ficar mostrando dificuldades do outro ou lembrando suas fraquezas para os amigos não tem graça.

16. Tenha amigos vencedores. Campeões falam “de e com campeões”. Perdedores só tocam na tecla perdedores. Aproxime-se de pessoas com alegria de viver e afaste-se de gente baixo-astral, que seca até espada de São Jorge.

17. Diga a Deus a quem não merece. Alimentar relacionamentos que trazem sofrimento e masoquismo só atrapalha sua vida. Não gaste vela com mau defunto. Se você tiver um marido que não esteja usando, empreste, venda alugue, doe e deixe espaço livre para um novo amor.

18. Resolva. A pessoa do próximo milênio vai limpar de sua vida as situações e os problemas desnecessários. Saiba tomar decisões, mesmo as antipáticas. Você otimizará seu tempo e seu trabalho. A vida fluirá muito melhor.
19. Aceite o ritmo do amor. Assim como ninguém vai empolgadíssimo todos os dias para o trabalho, ninguém está sempre no auge da paixão. Cobrar de si e do outro viver nas nuvens é o começo de muita frustração.
20. Celebre as vitórias. Compartilhe o sucesso, mesmo pequenas conquistas, com pessoas queridas. Grite, chore encha-se de energia para os desafios seguintes.
21. Perdoe. Se você quer continuar com uma pessoa, enterre o passado para viver feliz. Todo mundo erra, a gente também.
22. Tenha ídolos. Uma pessoa que você admira é uma fonte de inspiração. Ajuda a tomar decisões e a evitar desvios de rota.
23. Arrisque! O amor não é para covardes. Quem fica a noite em casa sozinho só terá de decidir que pizza pedir. E o único risco que corre será o de engordar.
24. Tenha uma vida espiritual. Conversar com Deus é o máximo, especialmente para agradecer. Reze antes de dormir, faz bem ao sono e a alma. Oração e meditação são forças de inspiração.
25. Planeje bem uma mudança. Os arquitetos gostam de conhecer bem as pessoas e discutir o projeto antes de começar a obra. Fazer tudo de supetão leva a desgastes desnecessários. A melhor ação e a análise do novo projeto de vida.



A ÁGUIA

A águia é a ave que possui a maior longevidade da espécie. Chega a viver 70 anos. Mas para chegar a essa idade, aos 40 anos ela tem que tomar uma séria e difícil decisão.

Aos 40 anos ela está com as unhas compridas e flexíveis, não consegue mais agarrar as suas presas das quais se alimenta. O bico alongado e pontiagudo se curva. Apontando contra o peito estão as asas, envelhecidas e pesadas em função da grossura das penas, e voar já é precário e muito difícil!

Então, a águia só tem duas alternativas: morrer, ou enfrentar um dolorido processo de renovação que irá durar 150 dias. Esse processo consiste em voar para o alto de uma montanha e se recolher em um ninho próximo a um paredão onde ela não necessite voar.

Então, após encontrar esse lugar, a águia começa a bater com o bico em uma parede até conseguir arrancá-lo. Após arrancá-lo, espera nascer um novo bico, com o qual vai depois arrancar suas unhas.

Quando as novas unhas começam a nascer, ela passa a arrancar as velhas penas.

E só após cinco meses sai para o famoso vôo de renovação e para viver então mais 30 anos.

Em nossa vida, muitas vezes, temos de nos resguardar por algum tempo e começar um processo de renovação.

Para que continuemos a voar um vôo de vitória, devemos nos desprender de lembranças, costumes e outras tradições que nos causaram dor.

Somente livres do peso do passado, poderemos aproveitar o resultado valioso que uma renovação sempre traz.



A ALDEIA

Havia uma pequena aldeia onde o dinheiro não entrava.

Tudo o que as pessoas compravam, tudo o que era cultivado e produzido por cada um, era trocado.

A coisa mais importante, a coisa mais valiosa, era a amizade.

Quem nada produzia, quem não possuía coisas que pudessem ser trocadas por alimentos, ou utensílios, dava seu CARINHO.

O CARINHO era simbolizado por um floquinho de algodão.

Muitas vezes, era normal que as pessoas trocassem floquinhos sem querer nada em troca.

As pessoas davam seu CARINHO pois sabiam que receberiam outros num outro momento ou outro dia.

Um dia, uma mulher muito má, que vivia fora da aldeia, convenceu um pequeno garoto a não mais dar seus floquinhos. Desta forma, ele seria a pessoa mais rica da cidade e teria o que quisesse.

Iludido pelas palavras da malvada, o menino, que era uma das pessoas mais populares e queridas da aldeia, passou a juntar CARINHOS e em pouquíssimo tempo sua casa estava repleta de floquinhos, ficando até difícil de circular dentro dela.

Então, quando a cidade já estava praticamente sem floquinhos, as pessoas começaram a guardar o pouco CARINHO que tinham e toda a HARMONIA da cidade desapareceu.

Surgiram a GANÂNCIA, a DESCONFIANÇA, o primeiro ROUBO, o ÓDIO, a DISCÓRDIA, as pessoas se XINGARAM pela primeira vez e passaram a IGNORAR-SE pelas ruas.

Como era o mais querido da cidade, o garoto foi o primeiro a sentir-se TRISTE e SOZINHO, o que o fez procurar a velha para perguntar-lhe e dizer-lhe se aquilo fazia parte da riqueza que ele acumularia.

Não a encontrando mais, ele tomou uma decisão.

Pegou uma grande carriola, colocou todos os seus floquinhos em cima e caminhou por toda a cidade distribuindo aleatoriamente seu CARINHO.

A todos que dava CARINHO, apenas dizia: "Obrigado por receber meu carinho".

A todos que dava CARINHO, apenas dizia: "Obrigado por receber meu carinho".

Sem que tivesse tempo de sentir-se sozinho e triste novamente, alguém caminhou até ele e lhe deu CARINHO.

Um outro fez o mesmo... Mais outro...e outro...até que definitivamente a aldeia voltou ao normal.”

Nunca devemos fazer as coisas pensando em receber em troca. Mas devemos fazer sempre.

Lembrar que um amigo existe é muito importante. Muito mais importante do que cobrar dos outros que se lembrem de você, pois assim, você estará querendo acumular amizades sem fazer o seu papel de amigo.

Dar CARINHO é muito bom. E o simples gesto de lembrar que um amigo existe é a forma mais simples de fazê-lo.

Eis aqui o meu floquinho a você!!!!!!!!!!!!!!



A ARANHA

Uma vez um homem estava sendo perseguido por vários malfeitores que queriam matá-lo. O homem, correndo, virou em um atalho que saía da estrada e entrava pelo meio do mato e, no desespero, elevou uma oração a Deus da seguinte maneira:

- Deus Todo Poderoso fazei com que dois anjos venham do céu e tapem a entrada da trilha para que os bandidos não me matem!!!

Nesse momento escutou que os homens se aproximavam da trilha onde ele se escondia e viu que na entrada da trilha apareceu uma minúscula aranha.

A aranha começou a tecer uma teia na entrada da trilha.

O homem se pôs a fazer outra oração cada vez mais angustiado:

- Senhor, eu vos pedi anjos, não uma aranha. Senhor, por favor, com tua mão poderosa coloca um muro forte na entrada desta trilha, para que os homens não possam entrar e me matar...

Então ele abriu os olhos esperando ver um muro tapando a entrada e viu apenas a aranha tecendo a teia. Os malfeitores estavam entrando na trilha, na qual ele se encontrava, e ele estava esperando apenas a morte. Quando passaram em frente da trilha o homem escutou:

- Vamos, entremos nesta trilha.

- Não, não está vendo que tem até teia de aranha?

Nada entrou por aqui. Continuemos procurando nas próximas trilhas.

Fé é crer no que não se vê, é perseverar diante do impossível. Às vezes pedimos muros para estarmos seguros, mas Deus pede que tenhamos confiança nEle para deixar que Sua Glória se manifeste e faça algo como uma teia, que nos dá a mesma proteção de uma muralha.

Nunca desanime em meio às lutas, siga em frente, pois Deus disse: “diga ao fraco que Eu sou forte”.

São nos momentos mais difíceis que encontramos em Deus a nossa força.

A ARCA DE NOÉ

Aprenda a aprender com a Arca de Noé.

- 1) Não perca o barco.
- 2) Lembre-se de que estamos todos no mesmo barco.
- 3) Planeje para o futuro. Não estava chovendo quando Noé construiu a arca.
- 4) Mantenha-se em forma. Quando você tiver 60 anos, alguém pode lhe pedir para fazer algo realmente grande.
- 5) Não dê ouvido aos críticos; apenas continue a fazer o trabalho que precisa ser feito.
- 6) Construa seu futuro em terreno alto.
- 7) Por segurança, viaje em pares.
- 8) A velocidade nem sempre é uma vantagem. Os caramujos estavam a bordo com os leopardos.
- 9) Quando estiver estressado, flutue por um tempo.
- 10) Lembre-se, a Arca foi construída por amadores; o Titanic por profissionais.
- 11) Não importa a tempestade, pois quando você está com Deus há sempre um arco-íris te esperando.



A ARTE DE VIVER JUNTO

Conta uma lenda dos índios *Sioux* que, certa vez, Touro Bravo e Nuvem azul chegaram de mãos dadas à tenda do velho feiticeiro da tribo e pediram:

- Nós nos amamos e vamos nos casar. Mas nos amamos tanto que queremos um conselho que nos garanta ficar sempre juntos, que nos assegure estar um ao lado do outro até a morte. Há algo que possamos fazer?

E o velho, emocionado ao vê-los tão jovens, tão apaixonados e tão ansiosos por uma palavra, disse:

- Há o que possa ser feito, ainda que sejam tarefas muito difíceis. Tu, Nuvem Azul, deves escalar o monte ao norte da aldeia apenas com uma rede, caçar o falcão mais vigoroso e trazê-lo aqui, com vida, até o terceiro dia depois da lua cheia. E tu, Touro Bravo, deves escalar a montanha do trono; lá em cima, encontrarás a mais brava de todas as águias. Somente com uma rede deverás apanhá-la, trazendo-a para mim viva!

Os jovens se abraçaram com ternura e logo partiram para cumprir a missão.

No dia estabelecido, na frente da tenda do feiticeiro, os dois esperavam com as aves.

O velho tirou-as dos sacos e constatou que eram verdadeiramente formosos exemplares dos animais que ele tinha pedido.

- E agora, o que faremos? Os jovens perguntaram.

-Peguem as aves e amarrem uma à outra pelos pés com essas fitas de couro. Quando estiverem amarradas, soltem-nas para que voem livres.

Eles fizeram o que lhes foi ordenado e soltaram os pássaros. A águia e o falcão tentaram voar, mas conseguiram apenas saltar pelo terreno.

Eles fizeram o que lhes foi ordenado e soltaram os pássaros. A águia e o falcão tentaram voar, mas conseguiram apenas saltar pelo terreno.

-Jamais esqueçam o que estão vendo, esse é o meu conselho. Vocês são como a águia e o falcão. Se estiverem amarrados um ao outro, ainda que por amor,

não só viverão arrastando-se como também, cedo ou tarde, começarão a machucar um ao outro.

Se quiserem que o amor entre vocês perdure, voem juntos, mas jamais amarrados.

Libere a pessoa que você ama para que ela possa voar com as próprias asas
Essa é uma verdade no casamento e também nas relações familiares, de amizades e profissionais. Respeite o direito das pessoas de voar rumo ao sonho delas.

A lição principal é saber que somente livres as pessoas são capazes de amar.



A CADEIRA

Um sacerdote foi chamado pela filha de um homem que se encontrava muito enfermo. E que necessitava de orações.

Quando o sacerdote entrou no quarto, encontrou o pobre homem na cama com a cabeça apoiada num par de almofadas.

Havia uma cadeira ao lado da cama, fato que levou o sacerdote a pensar que o homem estava aguardando a sua chegada.

- Suponho que estava me esperando?-, perguntou-lhe.

- Não, quem é você?-, respondeu o homem enfermo.

- Suponho que estava me esperando?-, perguntou-lhe.

- Não, quem é você?-, respondeu o homem enfermo.

-Ah sim, a cadeira...você não se importaria de fechar a porta?

O sacerdote fechou a porta.

O homem enfermo lhe disse:

- Nunca contei isto para ninguém, mas passei toda a minha vida sem ter aprendido a rezar. Quando eu ia para a igreja e ouvia algo a respeito da

oração, como se deve orar e os benefícios que recebemos através dela... mesmo assim, não queria saber de orações! Entrava-me por um ouvido e saía por outro. Assim sendo, não tenho idéia de como rezar. Então, há muito tempo abandonei por completo a devoção. Assim eu vivia até alguns anos atrás, quando – conversando com meu melhor amigo – ele me disse:

- José, orar é simplesmente ter uma conversa com Deus, e isto eu sugiro que você não deixe de fazer...você se senta numa cadeira e coloca outra cadeira vazia na sua frente. Em seguida, com muita fé, você imagina que Deus está sentado nela, bem diante de você. Isto não se trata de insanidade, pois ele sempre está nos ouvindo.

- Portanto, você deve falar com ele e escutá-lo, da mesma forma como está fazendo comigo agora.

- Pois assim eu procedi e me adaptei à idéia. Desde então, tenho conversado com Deus durante umas duas horas diárias. Tenho sempre muito cuidado para que a minha filha não me veja...pois me internaria num manicômio imediatamente.

O sacerdote sentiu uma grande emoção ao ouvir aquilo, e disse a José que era muito bom o que vinha fazendo e que não deixasse nunca de fazê-lo.

Em seguida rezou com ele. Deu-lhe uma bênção e foi para a sua paróquia.

Dois dias mais tarde, a filha de José comunicou ao sacerdote que seu pai havia falecido.

O sacerdote perguntou:

- Ele faleceu em paz?

- Sim, quando eu estava me preparando para sair, ele me chamou ao seu quarto.

Disse-me que me queria muito e me deu um beijo. Quando eu regresssei das compras, uma hora mais tarde, já o encontrei morto. Porém há algo de estranho em relação à sua morte, pois aparentemente, antes de morrer,

chegou perto da cadeira que estava ao lado da cama e recostou sua cabeça nela. Foi assim que eu o encontrei. O que será que isto poderia significar?

O sacerdote, profundamente estremeado, enxugou as lágrimas e lhe respondeu:

- Oxalá que todos pudéssemos partir dessa maneira.



A CONSTRUÇÃO DO NAVIO

A construção de um navio parece com a formação das pessoas.

Durante a gestação o casco é construído, até que somos lançados ao mar.

A maior parte de um navio é colocada depois, como acontece com a gente.

Camarotes, porões, motores, pinturas, enfeites são acrescentados durante a infância e adolescência, até o navio ficar pronto para a primeira viagem.

Um navio fica pronto quando sai do estaleiro, mas com a gente é diferente - e este é o desafio de cada um, pois crescemos todo dia e nunca ficamos prontos.

Apesar disso é preciso partir.... Mas nem todos têm a coragem de ir e continuam atracados ao cais, julgando-se incapazes de navegar sozinhos.

Algumas pessoas são obrigadas a zarpar, já que os encargos de segurança do porto tornam-se pesados demais e, às vezes, perdem um tempo precioso da viagem revoltadas e lamentando-se por tudo isso.... Mas nem todo mundo é assim....

Alguns mal o dia amanhece, já partiram.

Parecem muito ocupados e logo somem no horizonte.

Desde cedo sabem o que querem e têm pressa de viver.

Outros navios também saem logo que podem, mas ficam dando voltas e mais voltas sem chegar a lugar algum.

Acabam navegando só para comprar mais combustível todo dia, e o que ganham mal dá para a reforma do casco...

Os maiores desperdiçadores de seus próprios recursos são aqueles que não sabem o que querem... e o pior é que, quando a gente não sabe direito o que espera do rumo que está tomando ou nem se tem um rumo, não pode corrigir a rota se estiver no caminho errado... nós somos os maiores responsáveis pelas tempestades que não conseguimos evitar.

Já outras pessoas deixam de navegar milhares de milhas para se conformarem com umas poucas centenas, porque tem medo de atrair ventos contrários ou então querem agradar ou impressionar alguém.... A gente não deve aceitar isso, pois significa concordar em ser menos do que pode ser. Todo dia é dia de evolução e aprendizado e, como a lua cheia, quando paramos de crescer, começamos a diminuir.

Então a primeira coisa a fazer é tornar-se comandante de si próprio e isso equivale a pensar com a própria cabeça, ser timão e timoneiro, assumindo riscos pelos erros, pois só erram os que têm a coragem para ousar e, se caírem, levantar e tentar de novo-sempre...pois ninguém sabe nossa autonomia no mar, nossa capacidade de carga, ou a que velocidade podemos singrar as águas dos oceanos, sejam azuis ou escuras.

Ninguém nos conhece melhor que nós mesmos e, por mais que digam o que temos - ou não temos - que fazer, ninguém pode viver a vida no nosso lugar. Outras pessoas, ainda, vivem frustradas e infelizes porque não conseguem ter as mesmas coisas que viram em outro navio. Algumas também vivem furiosas quando alguma coisa ou alguém não age ou sai como gostariam. O amor a si próprio e ao próximo é um exercício diário para saber a diferença entre o que precisa ser mudado e o que devemos aceitar como é.

Muita gente tem preferido impor suas idéias e opiniões em vez de escutar o outro; ficar revoltada com o mundo, em vez de admirar a vida, pois não sabem o que é amar. E tem viajantes que pensam no amor como algo a ser

obtido, como se fosse um objeto e não como uma arte que precisa ser aprendida. Alguns acabam confundindo o amor, Deus ou a felicidade com o significado de suas rotas, e vivem frustradas navegando atrás do que não conseguem alcançar - e até desistem no meio do caminho, desalentados, achando que a vida não vale a pena, que Deus não existe e felicidade e amor são balelas... mas Deus, felicidade, amor, bondade não são lugares ou coisas que possam ser possuídos.

A primeira coisa a fazer para quem quer encontrar estes bens é não procurar! Quando procuramos o que não é um lugar ou objeto, e que muito menos está escondido, quem fica perdido somos nós mesmos. Mas quando não procuramos, porque não pode ser encontrado fora de nós, descobrimos que o que tanto queremos - Deus, felicidade, paz - habita camarotes no coração do nosso próprio navio... e tem pessoas tão preocupadas em procurar do lado de fora que até se esquecem de olhar por dentro!...

Não existe navio que não tenha passado por tempestades e muitos afundam por não saberem evitá-las, por falta de comunicação ou por acharem que não precisam dos outros. Somos fortes quando unidos. Juntos somos tão grandes e poderosos quanto a onda mais forte e ameaçadora. Perdoar as falhas e limitações de nossos semelhantes é muito mais que amor ou virtude - é questão de inteligência e sobrevivência... pois a única coisa que possuímos de verdade é a necessidade do outro.

Mas não existe tempestades que durem para sempre, assim como os dias de sol também não são permanentes. Dor e frustrações muitas vezes são resultado de querermos perpetuar momentos de prazer, bem-estar, alegria, que por si só são efêmeros e com que facilidade esquecemos que nada é eterno - a não ser o próprio movimento - e que, por isso, momentos de alegria se alternam com momentos de tristeza, dor se alterna com prazer, fome com saciedade, doença com saúde - um sempre dando lugar ao outro.

Quando a gente pára de tentar lutar contra isso e se abandona nesse jogo delicioso da vida, descobrimos que, acima de tudo, a vida vale a pena ser vivida intensamente.



A DIFERENÇA QUE FAZ A DIFERENÇA

Assim como há pessoas pobres e pessoas ricas, há países pobres e países ricos. Nem sempre os mais antigos são os mais prósperos, como se nota no exemplo da Índia e do Egito. Ao contrário, Austrália e Nova Zelândia, que há pouco mais de 150 anos eram quase desconhecidos, hoje são desenvolvidos e fortes.

A diferença também não está nos recursos naturais de que uma nação dispõe. O Japão tem um território muito pequeno, montanhoso, ruim para a agricultura e para a criação de gado. Porém, é a segunda potência econômica mundial – uma imensa fábrica flutuante que recebe matérias-primas de todo o mundo, para transformá-las e exportá-las.

A Suíça não tem cacau, mas tem o melhor chocolate do mundo; em seus poucos quilômetros quadrados, cria ovelhas e consegue obter os produtos lácteos de melhor qualidade de toda a Europa.

O que então faz a diferença? A ATITUDE das pessoas faz a diferença.

Ao estudar a conduta das pessoas nos países ricos, descobre-se que a maior parte da população cumpre as seguintes regras:

Um: a moral como princípio básico.

Dois: a ordem e a limpeza.

Três: a integridade.

Quatro: a pontualidade.

Cinco: a responsabilidade.

Seis: o desejo de superação.

Sete: o respeito às leis e aos regulamentos.

Oito: o respeito pelo direito dos demais.

Nove: amor ao trabalho.

Dez: esforço pela economia e investimento

Necessitamos de mais leis? Não seria suficiente cumprir e cobrar o cumprimento dessas dez regras simples?

Se esperarmos que o governo solucione os nossos problemas, ficaremos toda a vida esperando...



A FLAUTA MÁGICA ...

Era uma vez um caçador que contratou um feiticeiro para ajudá-lo a conseguir alguma coisa que pudesse lhe facilitar o trabalho nas caçadas. Depois de alguns dias, o feiticeiro lhe entregou uma flauta mágica que, ao ser tocada, enfeitiçava os animais, fazendo-os dançar. Desse modo, o caçador teria facilitada a sua ação.

Entusiasmado com o instrumento, o caçador organizou uma caravana convidando dois outros amigos caçadores para à África.

Logo no primeiro dia de caçada, o grupo se deparou com um feroz tigre. De imediato, o caçador pôs-se a tocar a flauta e, milagrosamente, o tigre, que já estava próximo de um de seus amigos, começou a dançar. Foi fuzilado à queima roupa.

Horas depois, um sobressalto. A caravana foi atacada por um leopardo que saltava de uma árvore. Ao som da flauta, contudo, o animal transformou-se: de agressivo, ficou manso e dançou. Os caçadores não hesitaram: o mataram

com vários tiros. E foi assim: flauta sendo tocada, animais ferozes dançando, caçadores matando.

Ao final do dia, o grupo encontrou pela frente, um leão faminto. A flauta soou, mas o leão não dançou. Ao contrário, atacou um dos amigos do caçador flautista, devorando-o. Logo depois, devorou o segundo. O tocador de flauta, desesperadamente, fazia soar as notas musicais, mas sem resultado algum. O leão não dançava. E enquanto tocava e tocava, o caçador foi devorado.

Dois macacos, em cima de uma árvore próxima, a tudo assistiam. Um deles observou com sabedoria:

- Eu sabia que eles iam se dar mal quando encontrassem um surdinho...

Moral da História:

Não confie cegamente nos métodos que sempre deram certo; um dia podem não dar. Tenha sempre planos de contingência; prepare alternativas para as situações imprevistas; preveja tudo que pode dar errado e prepare-se. Esteja atento às mudanças e não espere as dificuldades para agir.

"CUIDADO COM O LEÃO SURDO"



A FLOR

Minha mãe sempre contava uma história assim.

Havia uma jovem muito rica, que tinha tudo, um marido maravilhoso, filhos perfeitos, um emprego que lhe pagava muitíssimo bem, uma família unida.

O estranho é que ela não conseguia conciliar tudo isso, o trabalho e os afazeres lhe ocupavam todo o tempo e a sua vida sempre estava deficitária em alguma área.

Se o trabalho lhe consumia muito tempo, ela tirava dos filhos, se surgiam problemas, ela deixava de lado o marido... E assim, as pessoas que ela amava eram sempre deixadas para depois

Até que um dia, seu pai, um homem muito sábio, lhe deu um presente: Uma flor caríssima e raríssima, da qual só havia um exemplar em todo o mundo.

E disse a ela:

- Filha, esta flor vai te ajudar muito mais do que você imagina! Você terá apenas que regá-la e podá-la de vez em quando, e às vezes conversar um pouquinho com ela, e ela te dará em troca esse perfume maravilhoso e essas lindas flores.

A jovem ficou muito emocionada, afinal a flor era de uma beleza sem igual. Mas o tempo foi passando, os problemas surgiam, o trabalho consumia todo o seu tempo, e a sua vida, que continuava confusa, não lhe permitia cuidar da flor.

Ela chegava em casa, olhava a flor e as flores ainda estavam lá, não mostravam sinal de fraqueza ou morte, apenas estavam lá, lindas, perfumadas. Então ela passava direto.

Até que um dia, sem mais nem menos, a flor morreu. Ela chegou em casa e levou um susto!

Estava completamente morta, suas raízes estavam ressecadas, suas flores caídas e suas folhas amarelas.

A jovem chorou muito, e contou a seu pai o que havia acontecido.

Seu pai então respondeu:

- Eu já imaginava que isso aconteceria, e eu não posso te dar outra flor, porque não existe outra igual a essa, ela era única, assim como seus filhos, seu marido e sua família. Todos são bênçãos que o Senhor te deu, mas você tem que aprender a regá-los, podá-los e dar atenção a eles, pois assim como a flor, os sentimentos também morrem. Você se acostumou a ver a flor sempre

lá, sempre florida, sempre perfumada, e se esqueceu de cuidar dela. Cuide das pessoas que você ama!

E você? Tem cuidado das bênçãos que Deus tem te dado?

Lembre-se sempre da flor, pois como ela são as Bênçãos do Senhor, Ele nos dá, mas nós é que temos que cuidar.



A FOLHA AMASSADA

Quando criança, por causa de meu caráter impulsivo, tinha raiva à menor provocação.

Na maioria das vezes, depois de um desses incidentes me sentia envergonhado e me esforçava por consolar a quem tinha magoado.

Um dia, meu professor me viu pedindo desculpas, depois de uma explosão de raiva, e entregou-me uma folha de papel lisa e me disse: AMASSE-A!

Com medo, obedeci e fiz com ela uma bolinha.

- Agora, deixe-a como estava antes. Voltou a dizer-me.

Óbvio que não pude deixá-la como antes. Por mais que tentasse, o papel continuava cheio de pregas.

O professor me disse, então:

- O coração das pessoas é como esse papel. A impressão que neles deixamos será tão difícil de apagar como esses amassados.

Assim, aprendi a ser mais compreensivo e mais paciente.

Quando sinto vontade de estourar, lembro daquele papel amassado.

A impressão que deixamos nas pessoas é impossível de apagar.

Quando magoamos alguém com nossas ações ou com nossas palavras, logo queremos consertar o erro, mas é tarde demais...

Alguém já disse, certa vez:

- Fale somente quando suas palavras possam ser tão suaves como o silêncio. Mas não deixe de falar, por medo da reação do outro. Acredite, principalmente em seus sentimentos! “Seremos sempre responsáveis pelos nossos atos – nunca se esqueça”.



A FORMATURA

Um dia, quando eu era calouro na escola, vi um garoto de minha sala caminhando para casa depois da aula. Seu nome era Kyle. Parecia que ele estava carregando todos os seus livros. Eu pensei: "Por que alguém iria levar para casa todos os seus livros numa Sexta-Feira? Ele deve ser mesmo um C.D.F!" O meu final de semana estava planejado (festas e um jogo de futebol com meus amigos Sábado à tarde), então dei de ombros e segui o meu caminho.

Conforme ia caminhando, vi um grupo de garotos correndo em direção a Kyle. Eles o atropelaram, arrancando todos os livros de seus braços, empurrando-o de forma que ele caiu no chão. Seus óculos voaram e eu os vi aterrisar na grama há alguns metros de onde ele estava. Kyle ergueu o rosto e eu vi uma terrível tristeza em seus olhos. Meu coração penalizou-se! Corri até o colega, enquanto ele engatinhava procurando por seus óculos. Pude ver uma lágrima em seus olhos. Enquanto eu lhe entregava os óculos, disse: "Aqueles caras são uns idiotas! Eles realmente deviam arrumar uma vida própria".

Kyle olhou-me nos olhos e disse, "Ei, obrigado"! Havia um grande sorriso em sua face.

Era um daqueles sorrisos que realmente mostram gratidão. Eu o ajudei a apanhar seus livros e perguntei onde ele morava. Por coincidência ele morava perto da minha casa.

mas não havíamos nos visto antes, porque ele freqüentava uma escola particular.

Conversamos por todo o caminho de volta para casa e eu carreguei seus livros.

Ele se revelou um garoto bem legal.

Perguntei se ele queria jogar futebol no Sábado comigo e meus amigos. Ele disse que sim. Ficamos juntos por todo o final de semana e quanto mais eu conhecia Kyle, mais gostava dele. Meus amigos pensavam da mesma forma.

Chegou a Segunda-Feira e lá estava o Kyle com aquela quantidade imensa de livros outra vez! Eu o parei e disse: "Diabos, rapaz, você vai ficar realmente musculoso carregando essa pilha de livros assim todos os dias!". Ele simplesmente riu e me entregou metade dos livros. Nos quatro anos seguintes, Kyle e eu nos tornamos mais amigos, mais unidos.

Quando estávamos nos formando começamos a pensar em Faculdade. Kyle decidiu ir para Georgetown e eu para a Duke. Eu sabia que seríamos sempre amigos, que a distância nunca seria problema. Ele seria médico e eu ia tentar uma bolsa escolar no time de futebol.

Kyle era o orador oficial de nossa turma. Eu o provocava o tempo todo sobre ele ser um C.D.F. Ele teve que preparar um discurso de formatura e eu estava super contente por não ser eu quem deveria subir no palanque e discursar.

No dia da Formatura Kyle estava ótimo. Era um daqueles caras que realmente se encontram durante a escola. Estava mais encorpado e realmente tinha uma boa aparência, mesmo usando óculos. Ele saía com mais garotas do que eu e todas as meninas o adoravam! Às vezes eu até ficava com inveja. Hoje era um daqueles dias.

Eu podia ver o quanto ele estava nervoso sobre o discurso. Então, dei-lhe um tapinha nas costas e disse: "Ei, garotão, você vai se sair bem!". Ele olhou para mim com aquele olhar de gratidão, sorriu e disse: -"Valeu" !!

Quando ele subiu no oratório, limpou a garganta e começou o discurso:

"A Formatura é uma época para agradecermos àqueles que nos ajudaram durante estes anos duros. Seus pais, professores, irmãos, talvez até um treinador... Mas principalmente aos seus amigos. Eu estou aqui para lhes dizer que ser um amigo, para alguém, é o melhor presente que você pode lhes dar. Vou contar-lhes uma história".

Eu olhei para o meu amigo sem conseguir acreditar enquanto ele contava a história sobre o primeiro dia em que nos conhecemos.

Ele havia planejado se matar naquele final de semana! Contou à todos como havia esvaziado seu armário na escola, para que sua Mãe não tivesse que fazer isso depois que ele morresse e estava levando todas as suas coisas para casa.

Ele olhou diretamente nos meus olhos e deu um pequeno sorriso.

- "Felizmente, meu amigo me salvou de fazer algo inominável!"

Eu observava o nó na garganta de todos na platéia enquanto aquele rapaz popular e bonito contava a todos sobre aquele seu momento de fraqueza. Vi sua mãe e seu pai olhando para mim e sorrindo com a mesma gratidão. Até aquele momento eu jamais havia me dado conta da profundidade do sorriso que ele me deu naquele dia.

Nunca subestime o poder de suas ações. Com um pequeno gesto você pode mudar a vida de uma pessoa. Para melhor ou para pior.

Deus nos coloca na vida dos outros para que tenhamos um impacto, uns sobre o outro de alguma forma.



A HISTÓRIA DE PAPAI NOEL

Era uma vez um velho gordo de barbas brancas chamado Nicolau. Ele vivia no Norte da Europa com sua esposa Marta.

Como não tinha filhos fazia brinquedos de madeira para todas as crianças da aldeia e na noite de Natal, ele e sua esposa entregavam presentes.

Nunca certa noite, durante uma tempestade de neve, quando Nicolau e Marta estavam indo entregar os presentes do outro lado da aldeia, Donner e Blitz, suas renas, não resistiram e tombaram durante a Nevasca.

Nicolau e Marta ficaram desacordados.

Quando tudo parecia perdido brilha no céu a estrela polar aquecendo com os seus raios Nicolau, Marta, Donner e Blitz.

De repente, dela abre-se um caminho de luz trazendo um velho sábio de manto azul com uma longa barba branca como a neve e cintilante como os raios da estrela polar.

Então solenemente ele disse:

- A profecia se cumpre. Deste dia em diante não pertencerás mais ao mundo como tu conheces. Não terás somente as crianças da tua aldeia, mas sim todas as crianças do mundo.

O Dom de Voar será teu. O tempo viajará contigo. A noite do mundo será uma passagem de uma noite sem fim, até que tua missão se complete. Este será o teu legado e o teu presente.

E TODOS TE CHAMARÃO PAPAI NOEL.

Papai Noel, também quer lhe dar um presente, afinal o Natal está chegando.

Selecione um dos presentes abaixo:

PRESENTE DO ESCUTAR: Mas você deve realmente escutar. Sem interrupção, sem distração, sem planejar sua resposta, sem ficar pensando em outra coisa... Apenas escutar.

PRESENTE DA AFEIÇÃO: Seja generoso com abraços, beijos, tapinhas nas costas e aperto de mãos. Deixe estas pequenas ações demonstrarem o amor que você tem por família e amigos.

PRESENTE DO SORRISO: Junte alguns desenhos. Compartilhe artigos e histórias engraçadas. Seu presente será dizer, "Eu adoro rir com você."

PRESENTE DO BILHETINHO: Pode ser um simples bilhete de "Muito obrigado por sua ajuda" ou um soneto completo. Um breve bilhete escrito à mão pode ser lembrado pelo resto da vida, e pode mesmo mudar uma vida.

PRESENTE DO ELOGIO: Um simples e sincero, "Você ficou muito bem de vermelho", "Você fez um super trabalho" ou "Que comida maravilhosa" faz o dia de alguém. O estímulo é importante para o ser humano...

PRESENTE DO FAVOR: Todo dia, faça algo amável. Mas faça espontaneamente, sem esperar reconhecimento.

PRESENTE DA SOLIDÃO: Tem momentos em que nós não queremos nada mais do que ficar sozinhos. Seja sensível a esses momentos e dê o presente da solidão ao outro.

PRESENTE DA DISPOSIÇÃO: A maneira mais fácil de sentir-se bem é colocar-se à disposição de alguém; e isso não é difícil de ser feito.

Gostou do presente?? Então faça bom uso dele.

Feliz Natal para você, família e amigos.



A LIÇÃO DO FOGO

Um membro de um determinado grupo, ao qual prestava serviços regularmente, sem nenhum aviso deixou de participar de suas atividades.

Após algumas semanas, o líder daquele grupo decidiu visitá-lo. Era uma noite fria. O líder encontrou o homem em casa sozinho, sentado diante da lareira, onde ardia um fogo brilhante e acolhedor.

Adivinhando a razão da visita, o homem deu boas-vindas ao líder conduziu-o a uma grande cadeira perto da lareira e ficou quieto, esperando.

O líder acomodou-se confortavelmente no local indicado, mas não disse nada. No silêncio sério que se formara, apenas contemplava a dança das chamas em torno das lenhas, que ardiam.

Ao cabo de alguns minutos, o líder examinou as brasa que formaram e cuidadosamente selecionou uma delas, a mais incandescente de todas, empurrando-a para o lado.

Voltou então a sentar-se, permanecendo silencioso e imóvel. O anfitrião prestava atenção a tudo, fascinado e quieto. Aos poucos a chama da brasa solitária diminuía, até que houve um brilho momentâneo e seu fogo apagou-se de vez. Em pouco tempo, o que antes era uma festa de calor e luz, agora não passava de um negro, frio e morto pedaço de carvão recoberto de uma espessa camada de fuligem acinzentada.

Nenhuma palavra tinha sido dita desde o protocolar cumprimento inicial entre os dois amigos. O líder, antes de se preparar para sair, manipulou novamente o carvão frio e inútil, colocando-o de volta no meio do fogo. Quase que imediatamente ele tornou a incandescer, alimentado pela luz e calor dos carvões ardentes em torno dele.

Quando o líder alcançou a porta para partir, seu anfitrião disse: Obrigado, por sua visita e pelo belíssimo sermão. Estou voltando ao convívio do grupo.



A LIVRARIA

O universo é uma imensa livraria.

A Terra é apenas uma das suas estantes.

Somos os livros colocados nela.

Da mesma maneira que as pessoas compram livros apenas pela beleza da capa, sem pesquisarem o índice e conteúdo do mesmo, muitas pessoas avaliam os outros pela aparência externa, pela capa física, sem considerarem a parte interna.

Outras, procuram livros com títulos bombásticos, sensacionalistas, histórias de terror ou romances.

Também é assim com as pessoas:

Há aquelas que buscam sensacionalismos baratos, dramas alheios ou apenas um romance, seja profundo ou rasteiro.

Somos homens-livro, lendo uns aos outros.

Podemos ficar só na capa ou aprofundarmos nossa leitura até as páginas vivas do coração.

A capa pode ser interessante, mas é no conteúdo que brilha a essência do texto.

O corpo pode ter uma bela plástica, mas é o espírito que dá brilho aos olhos.

Também podemos ler nas páginas experientes da vida muitos textos de sabedoria.

Depende do que estamos buscando na estante.

Podemos ver em cada homem-livro um texto impresso nas linhas do corpo.

Deus colocou sua assinatura Divina ali, nas páginas do coração, mas só quem lê o interior é que descobre isso.

Só vence a ilusão da capa e mergulha nas páginas da vida íntima de alguém, é que descobre seu real valor, humano e espiritual.

Que todos nós possamos ser bons leitores conscientes.

Que nas páginas de nossos corações possamos ler uma história de amor profundo.

Que em nossos espíritos possamos ler uma história imortal

E que, sendo homens-livro, nós possamos ser a leitura interessante e criativa nas várias estantes da livraria-universo.

A capa amassa e as folhas podem rasgar.

Mas, ninguém amassa ou rasga as idéias e sentimentos de uma consciência imortal.

O que não foi bem escrito poderá ser bem escrito mais à frente.

Mas com toda certeza será publicado pela editora da vida, na estante Divina...



A MÁQUINA DE ESCREVER

Às vezes, meu parceiro que me dá CLUBE e como a minha máquina de escrever, que não tem todos os companheiros estão desamparando suas funções como deviam, que tem um membro achando que sua ausência não fará falta...

Alguém dirá: "Finalmente, sou apenas uma peça sem expressão e, por isso, não farei diferença e falta a comunidade".

Entretanto, para uma organização poder progredir eficazmente, precisa da participação ativa e consecutiva de todos os seus integrantes.

Na próxima vez que você pensar que não precisa de você, lembre-se da minha velha máquina de escrever e diga a si mesmo: "Eu sou uma peça muito importante do meu clube e os meus amigos precisam de mim."

Pronto, Agora consertei a minha máquina de escrever. Você entendeu o que eu queria te dizer?

Percebeu a sua imensa participação na vida daqueles ao seu redor... Percebeu que assim como existem pessoas que são importantes para nós, também, somos importantes para alguém...

Lembre-se de que somos parte do Universo e como tal, somos uma peça que não podemos faltar no quebra-cabeça da vida.



A ORAÇÃO

Semana passada levei meus filhos a um restaurante. Meu filho de seis anos perguntou se ele podia dar graças. Quando concordamos ele disse:

- "Deus é bom. Deus é maravilhoso. Obrigado pela comida. E eu ficarei ainda mais agradecido se Mamãe nos der sorvete como sobremesa. E Liberdade e Justiça para todos! Amém!"

Junto com as risadas dos outros clientes por perto, eu escutei uma mulher comentar:

- "É isso que está errado com esse país. As crianças de hoje não sabem nem como rezar. Pedir sorvete a Deus? Eu nunca vi isso!"

Escutando isto, meu filho rebentou em lágrimas e me perguntou:

- "Eu fiz uma coisa errada? Deus está zangado comigo?"

Enquanto eu o abraçava e lhe assegurava que ele havia feito uma oração maravilhosa e que Deus com toda certeza não estava zangado com ele, um cavalheiro mais idoso se aproximou da mesa. Deu uma piscada para meu filho e disse:

- "Eu fiquei sabendo que Deus achou que foi uma grande oração."

- "Mesmo?" Meu filho perguntou.

- "Dou a minha palavra," o homem respondeu.

Então num sussurro teatral ele acrescentou (indicando a mulher cujo comentário havia desencadeado a coisa toda).

- "Que pena que ela nunca tenha pedido sorvete a Deus. Às vezes, um pouco de sorvete faz bem para a alma."

Naturalmente, eu comprei sorvete para meus filhos no fim da refeição. Meu filho olhou fixamente para o seu por um momento e, então, fez algo de que me lembrarei o resto de minha vida. Ele pegou o seu sundae e sem uma palavra, caminhou na direção da mulher e o colocou em frente a ela. Com um grande sorriso lhe disse, "Aqui, este é para você. Sorvete às vezes é bom para a alma; e a minha alma já está bastante boa."

QUER SORVETE???



A PARÁBOLA DO LÁPIS

No princípio o fazedor de lápis falou ao lápis dizendo:

- Precisas saber cinco coisas antes que eu te mande ao mundo. Lembre-as sempre e tornar-te-ás no melhor lápis que podes ser.

PRIMEIRO: Serás capaz de fazer grandes coisas, mas apenas se permitires ser seguro pelas mãos de alguém.

SEGUNDO: De tempos em tempos experimentarás cortes doloridos, mas isto é necessário para que te tornes um lápis melhor.

TERCEIRO: Tens a habilidade para corrigir qualquer erro que possas cometer.

QUARTO: O mais importante em ti será sempre o que está dentro.

QUINTO: Tens de continuar escrevendo em qualquer condição. Deves sempre deixar uma marca clara e legível, não importa o quão difícil seja a situação.

O lápis compreendeu, prometendo lembrar, e foi para a caixa ciente do desejo do seu criador.

Agora substituindo o lugar do lápis por ti; lembre-as sempre e nunca te esqueças, e tornar-te-ás a melhor pessoa que podes ser.

UM: Serás capaz de grandes coisas, mas somente se permitires ser sustentado pelas mãos de Deus, e deixar que outros se aproximem para partilhar dos muitos dons que tens.

DOIS: De tempos em tempos experimentarás sofrimentos profundos, ao enfrentar os vários problemas, mas isto te será necessário para te tornares uma pessoa forte.

TRÊS: Serás capaz de corrigir erros que talvez cometas, e mesmo crescer com eles.

QUATRO: O mais importante será sempre o que está dentro de ti.

QUINTO: Por onde andares, tens de deixar tuas marcas. Não importa a situação, deves continuar servindo a Deus em tudo.

Todo mundo é como um lápis... Feito pelo Criador com um propósito único e especial.

Compreender e lembrar permite-nos continuar a vida com significado no coração e na relação diária com Deus.

FOSTE FEITO PARA REALIZAR GRANDES COISAS.



A PERSISTÊNCIA

Um homem investe tudo o que tem numa pequena oficina.

Trabalha dia e noite, inclusive dormindo na própria oficina.

Para poder continuar nos negócios, empenha as jóias da própria esposa.

Quando apresentou o resultado final de seu trabalho a uma grande empresa, dizem-lhe que seu produto não atende ao padrão de qualidade exigido.

O homem desiste? Não!

Volta a escola por mais dois anos, sendo vítima da maior gozação dos seus colegas e de alguns professores que o tachavam de "visionário".

O homem fica chateado? Não!

Após dois anos, a empresa que o recusou finalmente fecha contrato com ele.

Durante a guerra, sua fábrica é bombardeada duas vezes, sendo que grande parte dela é destruída.

O homem se desespera e desiste? Não!

Reconstrói sua fábrica, mas um terremoto novamente a arrasa.

Essa é a gota d'água e o homem desiste? Não!

Imediatamente após a guerra segue-se uma grande escassez de gasolina em todo o país e este homem não pode sair de automóvel nem para comprar comida para a família.

Ele entra em pânico e desiste? Não!

Criativo, ele adapta um pequeno motor a sua bicicleta e sai às ruas.

Os vizinhos ficam maravilhados e todos querem também as chamadas "bicicletas motorizadas". A demanda por motores aumenta muito e logo ele fica sem mercadoria.

Decide então montar uma fábrica para essa novíssima invenção.

Como não tem capital, resolve pedir ajuda para mais de quinze mil lojas espalhadas pelo país. Como a idéia é boa, consegue apoio de mais ou menos

cinco mil lojas, que lhe adiantam o capital necessário para a indústria.
Encurtando a história:

Hoje a *Honda Corporation* é um dos maiores impérios da indústria automobilística japonesa, conhecida e respeitada no mundo inteiro.

Tudo porque o Sr. Soichiro Honda, seu fundador, não se deixou abater pelos terríveis obstáculos que encontrou pela frente.

Portanto, se você adquiriu a mania de viver reclamando, pare com isso!

O que sabemos é uma gota d'água.

O que ignoramos é um oceano.

Lembre-se, nosso dia não se acaba ao anoitecer e sim começa sempre amanhã, não se desanime, vamos acordar todo dia como se tivéssemos descobrindo um mundo novo.

Seja vencedor, não desista !!!



A PRESENÇA

Que jamais, em tempo algum, o teu coração acalente o ódio.

Que o canto da maturidade jamais asfixie a tua criança interior.

Que o teu sorriso seja sempre verdadeiro.

Que as pedras do teu caminho sejam sempre encaradas como lições de vida.

Que a música seja tua companheira de momentos secretos contigo mesmo. Que os teus momentos de amor conttenham a magia de tua alma eterna em cada beijo.

Que os teus olhos sejam dois sóis olhando a luz da vida em cada amanhecer.

Que cada dia seja um novo recomeço, onde tua alma dance na luz.

Que em cada passo teu fiquem marcas luminosas de tua passagem em cada coração.

Que em cada amigo o teu coração faça festa e celebre o encanto da amizade profunda que liga as almas afins.

Que em teus momentos de solidão e cansaço esteja sempre presente em teu coração a lembrança de que tudo passa e se transforma, quando a alma é grande e generosa.

Que o teu coração voe contente nas asas da espiritualidade consciente, para que tu percebas a ternura invisível tocando o centro do teu ser eterno.

Que um suave vento te acompanhe, na terra ou no espaço, e por onde quer que a força invisível do amor leve o teu viver.

Que o teu coração sinta a PRESENÇA secreta do inexplicável !

Que o teu coração sinta a PRESENÇA secreta do inexplicável !

Que o teu viver seja pleno de PAZ e LUZ.



À PROCURA DE UM AMIGO

(Djalma P. Bentes)

Busco um companheiro, que me diga sempre a verdade, que não camufle os meus grandes defeitos e que não despreze as minhas lágrimas...

Busco um companheiro, cuja presença traga alegria, quando em silêncio, transmita paz, cujo sorriso dê esperanças, cuja lembrança infunda coragem...

Busco um companheiro, ao qual eu possa dizer: desculpa! Uma, duas, três infinitas vezes...

Busco um companheiro, que não me seja nem mestre, nem discípulo, mas um companheiro com o qual eu possa caminhar rumo ao infinito...em qualquer estação, em qualquer circunstância, em qualquer momento...

Busco um companheiro, que ao me ver não me diga só: - Bom dia, mas me abra o seu coração com um amável sorriso...

Busco um companheiro, que creia na amizade e a vida como uma audaz conquista de liberdade...

Busco um companheiro, cuja amizade seja como óleo doce, suave e perfumado, extraído até do fruto amargo de uma árvore espinhosa que eu tenha plantado...

Busco um companheiro, que não se preocupe, em dar ou receber, mas que seja capaz de partilhar...

Busco um companheiro, simples, sincero, natural...que como eu, seja capaz de chorar, mas sobretudo de sorrir...

Busco realmente um amigo, como você, meu companheiro!

Seja muito feliz meu amigo e companheiro.

A VERDADEIRA PÁSCOA

Há dois mil anos atrás, um homem veio ao mundo disposto a ser o maior exemplo de amor e verdade que a humanidade conheceria.

Sua proposta de vida não foi entendida por muitos e então, condenaram este homem e crucificaram-no, ignorando todos os seus propósitos de um mundo melhor.

Houve dor, angústia e escuridão.

Por três dias, o sol se recusou a brilhar, a lua se negou a iluminar a Terra, até que no terceiro dia algo aconteceu...

Houve a ressurreição!

A Páscoa existe para nos lembrar deste espetáculo inigualável chamado ressurreição!

Páscoa...

Ressurreição do sorriso...

Ressurreição da alegria de viver...

Ressurreição do amor...

Ressurreição da amizade...

Ressurreição da vontade de ser feliz.

Ressurreição dos sonhos, das lembranças e de uma verdade que está acima dos ovos de chocolate ou até dos coelhinhos: Cristo morreu, mas ressuscitou e fez isso somente para nos ensinar a matar os nossos piores defeitos e ressuscitar as maiores virtudes sepultadas no íntimo de nossos corações. Que esta seja a verdade da sua Páscoa.

Feliz Páscoa!



A VIAGEM DE TÁXI

Há vinte anos, eu ganhava a vida como motorista de táxi. Era uma vida de *cowboy* própria para alguém que não deseja ter patrão. O que eu não percebi é que aquela vida era também um ministério.

Em face de eu dirigir no turno da noite, meu táxi tornou-se um repositório de reminiscências ambulante, às vezes um confessionário.

Os passageiros embarcavam e sentavam atrás, totalmente anônimas, e contavam episódios de suas vidas - suas alegrias e suas tristezas.

Encontrei pessoas cujas vidas surpreenderam-me, enobreceram-me, fizeram-me rir e chorar.

Mas nenhuma me tocou mais do que a de uma velhinha que eu peguei tarde da noite - era Agosto.

Eu havia recebido uma chamada de um pequeno prédio de tijolinhos, de quatro andares, em uma rua tranqüila de um subúrbio da cidade.

Eu imaginara que iria pegar pessoas num fim de festa, ou alguém que brigara com o amante, ou talvez um trabalhador indo para um turno da madrugada de alguma fábrica da parte industrial da cidade.

Quando eu cheguei às 02:30 horas da madrugada, o prédio estava escuro, com exceção de uma única lâmpada acesa numa janela do térreo.

Nessas circunstâncias, muitos motoristas teriam buzinado umas duas ou três vezes, esperariam um minuto, então iriam embora.

Mas eu tinha visto inúmeras pessoas pobres que dependiam de táxis, como o único meio de transporte a tal hora. A não ser que a situação fosse claramente perigosa, eu sempre ia até a porta.

"Este passageiro pode ser alguém que necessita de ajuda", eu pensei.

Assim fui até a porta e bati.

"Um minuto", respondeu uma voz débil e idosa. Eu ouvi alguma coisa ser arrastada pelo chão. Depois de uma pausa longa, a porta abriu-se.

Uma octogenária pequenina apareceu.

Usava um vestido estampado e um chapéu bizarro que mais parecia uma caixa com véu, daqueles usados pelas senhoras idosas nos filmes da década de 40.

Ao seu lado havia uma pequena valise de nylon.

O apartamento parecia estar desabitado há muito tempo.

Toda a mobília estava coberta por lençóis. Não havia relógios, roupas ou utensílios sobre os móveis. Num canto jazia uma caixa com fotografias e vidros.

- O Sr poderia por a minha mala no carro?, ela pediu.

Eu peguei a mala e caminhei vagarosamente para o meio-fio, ela ficou agradecendo minha ajuda.

- Não é nada. Eu apenas procuro tratar meus passageiros do jeito que gostaria que tratassem minha mãe, aduzi.

- Oh!, você é um bom rapaz!

Quando embarcamos, ela deu-me o endereço e pediu:

- O Sr poderia ir pelo centro da cidade?

- Não é o trajeto mais curto, alertei-a prontamente.

- Eu não me importo. Não estou com pressa, pois meu destino é um asilo de velhos.

Eu olhei pelo retrovisor.

Os olhos da velhinha estavam marejados, brilhando.

- Eu não tenho mais família, continuou. O médico diz que tenho pouco tempo.

Eu disfarçadamente desliguei o taxímetro e perguntei:

- Qual o caminho que a Sra deseja que eu tome?

Nas duas horas seguintes nós dirigimos pela cidade. Ela mostrou-me o edifício que havia, em certa ocasião, trabalhado como ascensorista. Nós passamos pelas cercanias em que ela e o esposo tinham vivido como recém-casados.

Ela pediu-me que passasse em frente a um depósito de móveis, que havia sido um grande salão de dança que ela freqüentara quando mocinha. De vez em quando, pedia-me para dirigir vagarosamente em frente a um edifício ou esquina - ficava então com os olhos fixos na escuridão, sem dizer nada.

Quando o primeiro raio de sol surgiu no horizonte, ela disse de repente:

- Eu estou cansada. Vamos agora!

Viajamos, então, em silêncio, para o endereço que ela havia me dado. Chegamos a um prédio baixo, lúgubre, como uma pequena casa de repouso.

A via de entrada passava sob um pórtico. Dois atendentes caminharam até o táxi, assim que ele parou. Eram muito amáveis e atentos e observavam todos os movimentos dela. Eles deviam estar esperando-a.

Eu abri a mala do carro e levei a pequena valise para a porta. A senhora já estava sentada em uma cadeira de rodas.

- Quanto lhe devo?, ela perguntou, pegando a bolsa.

- Nada, respondi.

- Você tem que ganhar a vida, meu jovem.

- Há outros passageiros, respondi.

Quase sem pensar, eu curvei-me e dei-lhe um abraço. Ela me envolveu comovidamente.

- Você deu a esta velhinha bons momentos de alegria.

- Obrigado. Apertei sua mão e caminhei no lusco-fusco da alvorada.

Atrás de mim uma porta foi fechada. Era o som do término de uma vida. Naquele dia não peguei mais passageiro. Dirigi sem rumo, perdido nos meus pensamentos. Mal podia falar.

Se a velhinha tivesse pegado um motorista mal-educado e raivoso, ou algum que estivesse ansioso para terminar seu turno? E se houvesse recusado a corrida, ou tivesse buzinado uma vez e ido embora? Ao relembrear, não creio que eu jamais tenha feito algo mais importante na minha vida.

Nós estamos condicionados a pensar que nossas vidas giram em torno de grandes momentos. Todavia, os grandes momentos freqüentemente nos pegam desprevenidos e ficam maravilhosamente guardados em recantos que os outros podem considerar sem importância.

As pessoas podem não lembrar exatamente o que você fez, ou o que você disse, mas elas sempre lembrarão como você as fez sentir.



A VOZ DO EGO... A VOZ DA ALMA...

"Todos nós buscamos a felicidade...

E nessa busca percorremos caminhos que nem sempre nos levam a ela...

Muitas vezes nos afastam cada vez mais do ponto onde a felicidade se encontra...

Aprendemos a querer coisas que na verdade não queremos... Numa total incoerência com a nossa natureza...

Desde criança somos levados a acreditar que a felicidade será encontrada em coisas fora de nós...

E nos são dadas ao longo dos tempos muitas possíveis fórmulas prontas... E muitos caminhos que apontam para a tão buscada felicidade...

E acabamos acreditando que fora daqueles padrões e daqueles conceitos não existe a menor chance de ser feliz...

E vamos por aí... Conquistando coisas... Cargos... Status... Stress... Menos a felicidade...

Dá um sentimento de vazio quando constatamos que não era bem aquilo que esperávamos... Uma sensação de ter vencido a corrida e não ter levado o prêmio...

Mas... A voz do ego nos chama de muitas formas... Cada vez mais atrativas e mais convincentes e de novo embarcamos nessa busca... Que não tem conexão com a nossa vontade mais profunda... E podemos ficar perdidos no meio de tantos chamados do ego...

Tentando chegar aos muitos finais onde existem as promessas que nunca se cumprem e que cada vez mais nos afastam da felicidade...

Ou podemos escolher escutar uma outra voz... Uma voz que nos fala suavemente nos convidando a descobrir nosso próprio caminho...

Sem receitas prontas e aonde cada um vai escrevendo a sua própria história...

É a voz da Alma...

Para seguir esse chamado da alma é preciso coragem... Desapego... Além de muita Fé.

Coragem porque em alguns pontos precisamos abrir a nossa própria estrada... Passar por onde ninguém passou... Buscando nos mergulhos profundos as pistas que indicam a direção do próximo passo... Desapego dos conceitos... Das regras e principalmente do ego...

É preciso desaprender muitas das coisas que aprendemos... E deixar espaço para as coisas novas e que fazem sentido para a nossa história... E fé para confiar nos caminhos que a Alma nos indica...

Sabendo que aqui não existem os limites da nossa mente racional e que os impossíveis podem se tornar possíveis quando menos esperamos...

Quando nos abrimos para seguir a voz da Alma... Aos poucos vamos descobrindo que a felicidade não se encontra nos prometidos finais...

Mas em cada passo em que estamos conectados com o nosso propósito Divino...

Vamos percebendo que a felicidade é um atributo de cada um de nós que aparece na medida em que vamos nos conhecendo melhor e nos aproximando de quem realmente somos...

A felicidade se aproxima da gente na medida em que nos aproximamos de nós mesmos...

E chega um tempo onde não conseguimos mais fugir do chamado que vem da Alma... Porque essa voz vai se fazendo tão presente e tão natural que entendemos que é a única voz que nos indica o caminho de volta pra casa...

Escute a voz da sua alma e siga esses caminhos... Assim você vai perceber que muito além do conhecido existem muitas possibilidades...

Até a de Ser feliz..."



ACALME MEU PASSO, SENHOR

Desacelere as batidas do meu coração, acalmando minha mente.

Diminua meu ritmo apressado com uma visão da eternidade do tempo.

Em meio às confusões do dia a dia, dê-me a tranqüilidade das montanhas.

Retire a tensão dos meus músculos e nervos com a música tranqüilizante dos rios de águas constantes que vivem em minhas lembranças.

Ajude-me a conhecer o poder mágico e reparador do sono.

Ensina-me a arte de tirar pequenas férias: reduzir o meu ritmo para contemplar uma flor, papear com um amigo, afagar uma criança, ler um poema, ouvir uma música preferida.

Acalme meu passo, Senhor, para que eu possa perceber no meio do incessante labor cotidiano dos ruídos, lutas, alegrias, cansaços ou desalentos, a Tua presença constante no meu coração.

Acalme meu passo, Senhor, para que eu possa entoar o cântico da esperança, sorrir para o meu próximo e calar-me para escutar a Tua voz.

Acalme meu passo, Senhor, e inspire-me a enterrar minhas raízes no solo dos valores duradouros da vida, para que eu possa crescer até as estrelas do meu destino maior.

Obrigado Senhor, pelo dia de hoje, pela família que me deste, meu trabalho e, sobretudo pela Tua presença em minha vida.



ACELERAÇÃO DO TEMPO

(Airton Luiz Mendonça)

O cérebro humano mede o tempo por meio da observação dos movimentos. Se alguém colocar você dentro de uma sala branca vazia, sem nenhuma mobília, sem portas ou janelas, sem relógio... você começará a perder a noção do tempo. Por alguns dias, sua mente detectará a passagem do tempo sentindo as reações internas do seu corpo, incluindo os batimentos cardíacos, ciclos de sono, fome, sede e pressão sanguínea.

Então... Quando tempo suficiente houver passado, você perderá completamente a noção das horas, dos dias...ou anos. Estou exagerando para efeito didático, mas em essência é o que ocorreria.

Isso acontece porque nossa noção de passagem do tempo deriva do movimento dos objetos, pessoas, sinais naturais e da repetição de eventos cíclicos, como o nascer e o pôr do sol. Se alguém tirar estes sinais sensoriais da nossa vida, simplesmente perdemos a noção da passagem do tempo.

Compreendido este ponto, há outra coisa que você tem que considerar: nosso cérebro é extremamente otimizado. Ele evita fazer duas vezes o mesmo trabalho. Um adulto médio tem entre 40 e 60 mil pensamentos por dia.

Qualquer um de nós ficaria louco se o cérebro tivesse que processar conscientemente tal quantidade. Por isso, a maior parte destes pensamentos é automatizada e não aparece no índice de eventos do dia. Para que não fiquemos loucos, o cérebro faz parecer que nós não vivemos, não sentimos e não vivenciamos aqueles pensamentos automáticos, repetidos, iguais.

Por isso, quando você vive uma experiência pela primeira vez ele dedica muitos recursos para compreender o que está acontecendo. É quando você se sente mais vivo. Conforme a mesma experiência vai se repetindo, ele vai simplesmente colocando suas reações no modo automático e "apagando" as experiências duplicadas.

Se você entendeu estes dois pontos, já vai compreender porque parece que o tempo acelera, quando ficamos mais velhos e porque os Natais chegam cada vez mais rapidamente. Quando começamos a dirigir, tudo parece muito complicado, o câmbio, os espelhos, os outros veículos... nossa atenção parece ser requisitada ao máximo. Então, um dia dirigimos trocando de marcha, olhando os semáforos, lendo os sinais ou até falando ao celular (proibido no Brasil), ao mesmo tempo. E você usa apenas uma pequena "área" da atenção para isso.

Como acontece? Simples: o cérebro já sabe o que está escrito nas placas (você não lê com os olhos, mas com a imagem anterior, na mente); O cérebro já sabe qual marcha trocar (ele simplesmente pega suas experiências passadas e usa, no lugar de repetir realmente a experiência).

Em outras palavras, você não vivenciou aquela experiência, pelo menos para a mente.

Aqueles críticos segundos de troca de marcha, leitura de placa... São apagados de sua noção de passagem do tempo... Porque estou explicando isso?

Que relação tem isso com a aparente aceleração do tempo? Tudo.

A primeira vez que isso me ocorreu foi quando passei três meses nas florestas de *New Hampshire*, Estados Unidos, morando em uma cabana. Era tudo tão diferente, as pessoas, a paisagem, a língua, que eu tinha dores de cabeça sempre que viajava em uma estrada, porque meu cérebro ficava lendo todas as placas (eu lia mesmo, pois era tudo novidade, para mim).. Foram somente três meses, mas ao final do segundo mês eu já me sentia como se estivesse há um ano longe do Brasil. Foi quando comecei a pesquisar a razão dessa diferença de percepção.

Bastou eu voltar ao Brasil e o tempo voltou a "acelerar". Pelo menos, assim parecia. Veja, quando você começa a repetir algo exatamente igual, a mente apaga a experiência repetida. Conforme envelhecemos, as coisas começam a

se repetir -- as mesmas ruas, pessoas, problemas, desafios, programas de televisão, reclamações... enfim... as experiências novas (aquelas que fazem a mente parar e pensar de verdade, fazendo com que seu dia pareça ter sido longo e cheio de novidades), vão diminuindo. Até que tanta coisa se repete que fica difícil dizer o que tivemos de novidade na semana, no ano ou, para algumas pessoas, na década.

Em outras palavras, o que faz o tempo parecer que acelera é a...r-o-t-i-n-a.

Não me entenda mal. A rotina é essencial para a vida e otimiza muita coisa, mas a maioria das pessoas ama tanto a rotina que, ao longo da vida, seu diário acaba sendo um livro de um só capítulo, repetido todos os anos.

O ANTÍDOTO PARA A ACELERAÇÃO DO TEMPO: "M&M"

Felizmente há um antídoto: Mude e Marque. Mude, fazendo algo diferente e marque, fazendo um ritual, uma festa ou registros com fotos. Mude de paisagem, tire férias com a família (sugiro que você tire férias sempre e, preferencialmente, para um lugar quente, um ano, e frio no seguinte) e marque com fotos, cartões postais e cartas. Tenha filhos (eles destroem a rotina) e sempre faça festas de aniversário para eles, e para você (marcando o evento e diferenciando o dia); Use e abuse dos rituais para tornar momentos especiais diferentes de momentos usuais. Faça festas de noivado, casamento, 15 anos, bodas disso ou daquilo, bota-foras, participe da formatura de sua turma, visite parentes distantes, vá a uma final de campeonato, entre na universidade com 60 anos, troque a cor do cabelo, deixe a barba, tire a barba, compre enfeites diferentes no Natal, ou faça os enfeites com frutas da região e a participação das crianças, vá a shows, cozinhe uma receita nova, tirada de um livro novo. Escolha roupas diferentes, não pinte a casa da mesma cor -- faça diferente. Beije diferente sua paixão e viva com ela momentos diferentes. Vá a mercados diferentes, leia livros diferentes, busque experiências diferentes.

Seja diferente.

Se você tiver dinheiro, especialmente se já estiver aposentado, vá com seu marido, esposa ou amigos para outras cidades ou países, veja outras culturas, visite museus estranhos, deguste pratos esquisitos... em outras palavras... V-I-V-A. Porque se você viver intensamente as diferenças, o tempo vai parecer mais longo. E se tiver a sorte de estar casado(a) com alguém disposto(a) a viver e buscar coisas diferentes, seu livro será muito mais longo, muito mais interessante e muito mais v-i-v-o... do que a maioria dos livros da vida que existem por aí. Cerque-se de amigos. Amigos com gostos diferentes, vindos de lugares diferentes, com religiões diferentes e que gostam de comidas diferentes.

Enfim, acho que você já entendeu o recado, não é? Boa sorte em suas experiências para expandir seu tempo, com qualidade, emoção, rituais e vida.



ACENDA SUA ESTRELA É HORA DE BRILHAR

Toda pessoa traz consigo estrelas que a vida concede.

Estrelas de brilhar, estrelas de crescer, estrelas de encontrar o caminho do sonho que se persegue.

Saber reconhecer os brilhos e as Estrelas é o nosso destino.

Porque há quem se encante com o brilho de Estrelas que não são suas e se perde.

Há quem deseje o brilho de outra mais distante e por isso passa quase todo o tempo como passageiro, nas estações, à espera de um trem para lugar nenhum.

Aceitar as estrelas que trazemos é o que faz a diferença entre o que queremos ser e o que verdadeiramente somos.

Brilhar é acreditar na força que elas têm, desvendar seus mistérios, e aí então deixar que suas luzes se derramem alma adentro e tanto, que carregar as estrelas seja como conduzir um candeeiro, para que, onde quer que se vá, longe, alto, possam os outros perceber a claridade.

Esse é o desejo: uma felicidade intensa hospedada definitivamente em seu coração, como estrelas na palma das mãos a iluminar os caminhos.



ADIVINHA QUANTO EU TE AMO

Era hora de ir para a cama, e o coelhinho se agarrou firme nas longas orelhas do coelho pai.

Depois de ter certeza de que o papai coelho estava ouvindo, o coelhinho disse: "adivinha o quanto eu te amo!".

"Ah, acho que isso eu não consigo adivinhar" - respondeu o coelho pai.

"Tudo isto" - disse o coelhinho, esticando os braços o mais que podia.

Só que o coelho pai tinha os braços mais compridos, e disse: "e eu te amo tudo isto!"

"Hum, isso é um bocado" pensou o coelhinho.

"Eu te amo toda a minha altura" - disse o coelhinho.

"E eu te amo toda a minha altura" - disse o coelho pai.

"Puxa, isso é bem alto, pensou o coelhinho. Eu queria ter braços compridos assim".

Então o coelhinho teve uma boa idéia. Ele se virou de ponta-cabeça apoiando as patinhas na árvore, e gritou: "eu te amo até as pontas dos dedos dos meus pés, papai!"

"E eu te amo até as pontas dos dedos dos teus pés" - disse o coelho pai balançando o filho no ar.

"Eu te amo toda a altura do meu pulo!", riu o coelhinho saltando de um lado para outro.

"E eu te amo toda a altura do meu pulo" - riu também o coelho pai, e saltou tão alto que suas orelhas tocaram os galhos da árvore.

"Isso é que é saltar; pensou o coelhinho. Bem que eu gostaria de pular assim."

"Eu te amo toda a estradinha daqui até o rio". - gritou o coelhinho.

"Eu te amo até depois do rio, até as colinas". - disse o coelho pai.

"É uma bela distância pensou o coelhinho". Mas, àquela altura já estava sonolento demais para continuar pensando.

Então, ele olhou para além das copas das árvores, para a imensa escuridão da noite e concluiu: nada podia ser maior que o céu.

"Eu te amo até a Lua!" - disse ele, e fechou os olhos.

"Puxa, isso é longe" - falou o papai coelho - "longe mesmo!"

O coelho pai deitou o coelhinho na sua caminha de folhas, inclinou-se e lhe deu um beijo de boa-noite.

Depois, deitou-se ao lado do filho e sussurrou sorrindo: "eu te amo até a Lua... ida e volta!"

E você, já disputou alguma vez com seu filho quem gosta mais um do outro? Geralmente as disputas são em torno de questões como quem joga futebol melhor, quem corre mais, quem vence mais etapas no vídeo game, quem coleciona mais troféus, etc.

A vida atarefada, o corre-corre, os inúmeros compromissos, por vezes nos afastam das coisas simples como sentar na cama ao lado do filho e lhe contar uma história, enquanto o sono não vem.

Acariciar-lhe os cabelos, segurar suas mãozinhas pequenas, fazer-lhe companhia para que se sinta seguro.

Deitar-se, sem pressa, ao seu lado quando ele vai para a cama, falar-lhe das coisas boas, ouvir com ele uma melodia suave para espantar os medos que tantas vezes ele não confessa.

Falar-lhe do afeto que sentimos por ele, do quanto ele é importante em nossa vida. Dizer-lhe que um anjo bom vela seu sono e que Deus cuida de todos nós.

E se você pensa que isso não é importante, talvez tenha esquecido das muitas vezes que arranjou uma boa desculpa para se aconchegar ao lado do pai ou da mãe, nas noites de temporal...

Se, às vezes, é difícil se aproximar de um filho rebelde, considere que a sua rebeldia pode ser, simplesmente, um apelo desajeitado de alguém que precisa apenas de um colo seguro e um abraço de ternura.



AGIR & REAGIR

(John Powell, S. J.)

O colunista Sydney Harris conta uma estória em que acompanhava um amigo à banca de jornais.

O amigo cumprimentou o jornalista amavelmente, mas como retorno recebeu um tratamento rude e grosseiro.

Pegando o jornal que foi atirado em sua direção, o amigo de Harris sorriu polidamente e desejou um bom fim de semana ao jornalista.

Quando os dois amigos desciam pela rua, o colunista perguntou:

- "Ele sempre te trata com tanta grosseria?"
- "Sim, infelizmente é sempre assim..."
- "E você é sempre tão polido e amigável com ele?"
- "Sim, sou."
- "Por que você é tão educado, já que ele é tão inamistoso com você?"

- "Porque não quero que ele decida como eu devo agir."



AH, ESTE ENVELHECER!

(Andréa Abdalla)

Envelhecer explodindo de vida, alimentando-se do prazer.

Envelhecer com os amigos, com os vizinhos, sem importar-se muito com o dogma e a sombra do preconceito. Envelhecer na santa paz , com a genética que a vida nos deu. Envelhecer com Fé.

Fé, paciência divina, que sustenta o espírito e faz da alma uma menina travessa, sapeca e feliz...

Fé de uma guerreira e de uma aprendiz. Envelhecer com a saliva e o paladar presentes na boca, com as lágrimas banhando os olhos, com a pele bronzeada pelo sol e pela lua, envelhecer com um sorriso largo no rosto afável. Envelhecer como o bem que se quis, enxergando-se à frente do nariz.

Envelhecer não é tão doloroso assim !

Para alguns é o fim do mundo, e eu me pergunto: - O mundo tem fim?

Envelhecer é ganhar do tempo o tempo exato e lapidado para saber aproveitar, compartilhar, multiplicar todas as belezas e obras do sol nascente.

Por que a sua idade mente?

Envelhecer é fazer da abobrinha o prato do dia e do açúcar a festa de domingo.

Envelhecer é comer pela manhã, exercitar o corpo à tarde e relaxar ao anoitecer.

É ir à praia, ao mercadinho, é ver novela, é ir ao cinema, ao shopping, é estar perto do que temos direito, é ser livre, é valorizar a pátria das células, o sangue que transita nas veias e controlar a oxidação dos tecidos.

Envelhecer é trazer, no peito, a medalha dos filhos, dos netos, dos bisnetos...
é ver a cegonha várias vezes por ano, milhares de vezes sobrevoando o céu.

Envelhecer é dar o colo confortável, o ombro, o abraço, o beijo apaixonado na face de um mimo querido.

Saber envelhecer é qualquer carinho!

O que são as doenças? Elas dão na gente e não nas pedras, dizia a minha avó.

Nunca escolhe o dia mais certo ou o mais errado para chegar e nem mesmo bate a nossa porta como uma convidada exemplar.

Doença é coisa de velho... você tem certeza do que fala ou pensa??? Cuidado com a sua crença. O controle da mente, a vontade de existir, a mão firme, mesmo que frágil, um dia menos triste, espanta qualquer vírus, nos livra da maca, do convênio e da emergência.

Envelhecer é estar de bem com as árvores, é ver o pássaro colorido, é respeitar o tempo da felicidade, é gostar-se como se gosta dos amigos.

Envelhecer é cantar, dançar, acreditar na sabedoria. Envelhecer é algo que me anima, possui ritmo e melodia. É experimentar prazeres e galgar descobertas.

Ah, este envelhecer transformou-se em arte, Van Gogh, Monet, Sinatra.

Envelhecer é dar bombom aos netos, é brindar a tecnologia. Meu avô, minha avó... Velhos amados, que eu pude ter. Estar velho, antigo, idoso seja qual for o nome dado, importa muito pouco o rótulo.

Importa muito mais a garantia de vida.

Os hormônios, a atividade física, são recursos que podemos optar sem desmerecê-los. O sexo está no desejo e devemos a ele saciar. Amigos, aproveitem. Envelheçamos sem preconceitos. Quero vê-los na casa dos 90 com os nossos 30, 40, 50, 60 e etc. Quero estar onde vocês estiverem, com ou sem rugas, com ou sem cabelos brancos, mas repletos de paz e alegria!

A vida não se aprende nas cartilhas, ela está em nossas mãos!

Envelhecer exige, acima de tudo, perseverança e muita paixão.

Tenha FORÇA SEMPRE!!!



SUGESTÕES PARA VIVER DIFERENTE!

Ao levantar-se, deixe a cama para fazer depois.

Saia à rua sorrindo.

Esqueça os problemas, a pretensa idade...

Tome um banho gostoso, com musiquinha e tudo!

Dê um tempo para si mesmo e, e se for assistir à televisão... Atenção!

Nada de notícias! Só abobrinhas, viu?

Quando CHEGAR DO TRABALHO... ponha a música bem alto! É dia de samba, de reggae e de roqueiros!

O mínimo a que deverá se permitir é o "Mambo number five".

Quando ninguém esperar, DE UM GRITO BEM ALTO.....

Pisque um olho para alguém que esteja de cara séria...

Leve as coisas na base do bom humor!

Converta o seu dia numa deliciosa reunião de feira, e veja o quanto vai mudar quebrando a rotina!

Sem dúvida o rosto reflete o que se sente na alma. E a atitude é o que na realidade conta.

Quantos jovens estão conosco e que já passam dos setenta! Quantos anciãos que ainda não fizeram vinte...

QUE FAZ AÍ SENTADO??? DANCE COMIGO!

TENHA um dia maravilhosooooo!

"A maior parte das pessoas é tão feliz quanto resolve ser."

(Abraham Lincoln)



ALTO PREÇO

George Tomas, um pregador Inglês, apareceu um dia em sua pregação carregando uma gaiola e a colocou no balcão, e começou a falar:

“Estava andando pela rua ontem, e vi um menino levando essa gaiola com 3 pequenos passarinhos dentro com frio e com medo. Eu perguntei:

- Menino o que você vai fazer com esses passarinhos? Ele respondeu:

- Levá-los para casa tirar as penas e queimá-los, vou me divertir com eles.

- Quanto você quer por esses passarinhos menino? O menino respondeu:

- O senhor não vai querê-los, eles não servem para nada, são feios!”

O pregador os comprou por 10 dólares! E os soltou em uma árvore!

Um dia Jesus e Satanás estavam conversando e Jesus perguntou a Satanás o que ele estava fazendo para as pessoas aqui na Terra. Ele respondeu:

- Estou me divertindo com elas, ensino a fazer bombas e a matar, a usar revólver, a odiar umas a outras, a casar e a divorciar, ensino a abusar de criancinhas, ensino a jovens usar drogas, a beber e fazer tudo o que não se deve! Estou me divertindo muito com eles!

Jesus perguntou:

- E depois o que você vai fazer com eles?

- Vou matá-los e acabar com eles!

Jesus perguntou:

- Quanto você quer por eles?

Satanás respondeu:

- Você não vai querer essas pessoas, elas são traiçoeiras, mentirosas, falsas, egoístas e avarentas! Elas não vão te amar de verdade, vão bater e cuspir no Teu rosto, vão te desprezar e nem vão levar em consideração o que você fizer!

- Quanto você quer por elas Satanás?

- Quero toda a tua lágrima e todo o teu sangue!

Trato feito! E..... Jesus pagou o preço da nossa liberdade!

Como nos esquecemos de Jesus! Acreditamos em tudo o que nos ensinam, mas sempre questionamos as coisas que vem de Deus! Todos querem um dia estar com Deus, mas não querem conhecê-lo! E amá-lo! Muitos dizem: Eu acredito em Deus, (Satanás também!) mas não fazem nada por Ele!

As pessoas mandam piadas por e-mail e umas passam para as outras em uma velocidade luz! Mas quando a mensagem é sobre Deus, as pessoas pensam duas vezes antes de compartilhar com as outras. Dizem a todo momento, a qual clube pertence, mas pensam duas vezes antes de dizerem: SOU DE CRISTO E AMO A DEUS! Tentam ser invisíveis, quando se trata de Jesus Cristo! PORQUE? Falar sobre Jesus Cristo não é um assunto que as pessoas querem ouvir! Somente querem a Jesus quando estão em grandes apuros!



AMOR, SUCESSO OU FARTURA?

Uma mulher saiu de sua casa e viu três homens com longas barbas brancas sentados em frente a sua casa. Ela não os reconheceu e disse:

- Acho que não os conheço, mas devem estar com fome. Por favor, entrem e comam algo.

- O homem da casa está?

- Não está fora.

- Então não podemos entrar.

À noite quando o marido chegou, ela contou-lhe o que aconteceu.

- Vá, diga que estou em casa e convide-os a entrar. A mulher saiu e convidou-os a entrar.

- Não podemos entrar juntos. Responderam.

- Por que isto? Ela quis saber.

Um dos velhos explicou-lhe:

- Seu nome é Fartura. Ele disse apontando um dos seus amigos e mostrando o outro, falou:

- Ele é o Sucesso e eu sou o Amor. E completou:

- Agora vá e discuta com o seu marido qual de nós você quer em sua casa.

A mulher entrou e falou ao marido o que foi dito. Ele ficou arrebatado e disse:

- Neste caso, vamos convidar Fartura. Deixe-o vir e encher nossa casa de fartura.

A esposa discordou:

- Meu querido, por que não convidamos o Sucesso?

A cunhada deles ouvia do outro canto da casa. Ela apresentou sua sugestão:

- Não seria melhor convidar o Amor? Nossa casa então estará cheia de amor.

Atentando para o conselho da cunhada, disse o marido para a esposa:

- Vá lá fora e chame o Amor para ser nosso convidado. A mulher saiu e perguntou aos três homens:

- Qual de vocês é o Amor? Por favor entre e seja nosso convidado.

O Amor levantou-se e seguiu em direção à casa. Os outros dois levantaram-se e seguiram-no.

Surpresa a senhora perguntou-lhes:

Apenas convidei o Amor, por que vocês entraram?

Os velhos homens responderam juntos:

- Se você convidasse o Fartura ou o Sucesso, os outros dois esperariam aqui fora, mas como você convidou o Amor, onde ele for iremos com ele.

Onde há amor, há também fartura e sucesso!!!

Meu desejo para você:

- Onde há dor, desejo paz e perdão. Onde há dúvidas próprias, desejo confiança renovada em sua capacidade de lidar com elas.

- Onde há cansaço, ou exaustão, desejo compreensão, paciência e força renovada.
- Onde há medo, desejo amor e coragem.



AS COISAS NEM SEMPRE SÃO O QUE PARECEM

Dois Anjos viajantes pararam para passar a noite na casa de uma família muito rica. A família era rude e não permitiu que os Anjos ficassem no quarto de hóspedes da mansão. Em vez disso, deram aos Anjos um espaço pequeno no frio sótão da casa. À medida que eles faziam a cama no duro piso, o Anjo mais velho viu um buraco na parede e o tapou. Quando o Anjo mais jovem perguntou: por que?, o Anjo mais velho respondeu: "As coisas nem sempre são o que parecem".

Na noite seguinte, os dois anjos foram descansar na casa de um casal muito pobre, mas o senhor e sua esposa eram muito hospitaleiros. Depois de compartilhar a pouca comida que a família pobre tinha, o casal permitiu que os Anjos dormissem na sua cama onde eles poderiam ter uma boa noite de descanso. Quando amanheceu, ao dia seguinte, os anjos encontraram o casal banhado em lágrimas. A única vaca que eles tinham, cujo leite havia sido a única entrada de dinheiro, jazia morta no campo. O Anjo mais jovem estava furioso e perguntou ao mais velho: "como você permitiu que isto acontecesse? O primeiro homem tinha de tudo e, no entanto, você o ajudou"; o Anjo mais jovem o acusava. "A segunda família tinha pouco, mas estava disposta a compartilhar tudo, e você permitiu que a vaca morresse".

"As coisas nem sempre são o que parecem", respondeu o anjo mais velho. "Quando estávamos no sótão daquela imensa mansão, notei que havia ouro naquele buraco da parede. Como o proprietário estava obcecado com a

avareza e não estava disposto a compartilhar sua boa sorte, fechei o buraco de maneira que ele nunca mais o encontraria”.

"Depois, ontem à noite, quando dormíamos na casa da família pobre, o anjo da morte veio em busca da mulher do agricultor. E eu lhe dei a vaca em seu lugar. As coisas nem sempre são como parecem”.

Algumas vezes, isso é exatamente o que acontece quando as coisas não saem da maneira como esperamos. Se você tiver fé, somente necessita confiar que seja quais forem as coisas que aconteçam, sempre serão uma vantagem para você. E talvez você venha a compreender isto só um pouco mais tarde...

Algumas pessoas passam por nossas vidas e se vão rapidamente...

Algumas pessoas se convertem em amigos e permanecem por algum tempo... Deixando lindas marcas em nossos corações... E nunca voltamos a ser os mesmos, porque conseguimos um bom amigo!!

O ontem é história. O amanhã um mistério. O hoje é uma dádiva. E é por isto que se chama Presente!

Acredito que esta vida é especial... Viva e saboreie cada momento... Isto não faz parte da apresentação de um show!



ANO NOVO

1. Afirme somente se tiver certeza; acredite somente se lhe derem fatos; gaste somente se souber de onde tirar os fundos; coma somente se tiver fome; durma somente se tiver sono e, em caso de dúvida, fique na sua e siga seu próprio nariz.
2. Abrace muito, beije mais ainda e ria , já que a vida é de graça.
3. Peça - sempre haverá alguém quem lhe dará o que você está precisando.
4. Despeça-se do que já passou - quem vive de passado é museu.

5. Pare de se preocupar. Suas desgraças nunca serão do tamanho que você pensa. Nem seus êxitos.
6. Perdoe-se por suas burrices e fracassos. Se você não se perdoar, vai ser inútil pedir desculpas ou dizer "sinto muito" a quem quer que seja.
7. Reze para agradecer, nunca para pedir. Você já recebeu mais do que suficiente para crescer e ser feliz.
8. Não perca tempo em discussões inúteis. Ao invés de brigar, cante uma canção do Roberto, tome um banho frio ou vá dar uma volta de bicicleta no parque.
9. Desista de fazer a cabeça dos outros - o que eles pensam de você não é da sua conta. Adote a filosofia do CAVALO NA PARADA DE 7 DE SETEMBRO: "cagando, andando e sendo aplaudido".
10. Cuide de si mesmo como se estivesse cuidando do seu melhor amigo.
11. Expresse a sua individualidade. Transe a sua sexualidade. Apóie-se em seus talentos e virtudes. Concentre-se em seus objetivos. Pare de fumar, e faça ginástica 3 vezes por semana, no mínimo.
12. Mude algo em si mesmo todos os dias. Abra-se com alguém. Faça alguma coisa que sempre desejou fazer, que pode fazer, mas que tinha vergonha.
13. Cometa erros novos.
14. Simplifique sua vida.
15. Deixe bagunçado.
16. Pare de frescura.
17. Acredite no amor; nada no mundo é mais digno de crédito. AME - não é vexame nenhum.
18. Nunca pense que o amor é uma "água morna" - onde há amor, há respeito pelas diferenças; onde as diferenças são aceitas, existem pontos de vista contrários; e onde existem pontos de vista contrários, há conflitos e desentendimentos.

19. Não se intrometa na vida dos outros, nem julgue as pessoas de jeito nenhum. Deixe-as ser como são e curta o melhor de cada uma.

20. Grandes amizades não se perdem em pequenas disputas. Se se perderem, é porque não eram nem amizades, muito menos grandes.

21. Leia o que está escrito, ouça o que é dito e, se não compreender, pergunte. Não tenha vergonha de perguntar o que não sabe. É assim que se aprende.

22. E o mais importante...

SEJA MUITO FELIZ !!!



APENAS PUSH!

Uma noite, um homem estava dormindo em sua cabana quando de repente seu quarto ficou cheio de luz e Deus lhe apareceu. O Senhor disse ao homem o trabalho que ele deveria fazer para Ele e mostrou-lhe uma grande rocha na frente de sua cabana. O Senhor explicou que o homem deveria empurrar (PUSH) a rocha com toda a sua força. O homem então o fez, dia após dia.

Por muitos anos ele pelejou de sol a sol; com seus ombros escorados na fria maciça superfície da rocha imóvel, empurrando-a com toda a sua força. A cada noite o homem retornava à sua cabana aborrecido e sem roupa, sentindo que havia gasto todo o seu dia em vão.

Desde que o homem mostrou-se desencorajado, o Adversário (Satanás) decidiu entrar em cena colocando pensamentos em sua mente desgastada. "Você tem empurrado essa rocha por tanto tempo, e ela ainda nem sequer se moveu."

Isso dava ao homem a impressão de que sua tarefa era impossível e que ele era um fracasso. Esses pensamentos desencorajavam e desanimavam o

homem.

"Por que eu vou me matar tentando fazer isso?", ele pensou. "Eu farei apenas o possível, colocando o mínimo esforço e isso será suficiente". E era o que ele planejava fazer, até que um dia ele decidiu fazer disso um alvo de oração e levar os seus pensamentos atribulados ao Senhor.

"Senhor", ele disse, "eu tenho trabalhado duro e por muito tempo em Teu serviço, colocando toda a minha força pra fazer aquilo que o Senhor me mandou. Entretanto, após todo esse tempo eu não consegui mover essa rocha por nem um milímetro. O que está errado? Porque eu tenho falhado?"

O Senhor respondeu com compaixão: "Meu amigo, quando eu lhe disse para me servir e você o aceitou, eu disse que sua tarefa seria empurrar a rocha com toda a sua força, e é o que você tem feito. Eu nunca sequer mencionei que eu esperava que você a movesse. Sua tarefa era empurrá-la.

E agora você vem a mim após todo o seu esforço, pensando que você falhou. Mas, será isso realmente verdade? Olhe para si mesmo. Seus braços estão fortes e musculosos, suas costas estão enrijecidas e bronzeadas, suas mãos estão calejadas pela pressão constante, suas pernas se tornaram musculosas e firmes. Pela oposição você cresceu muito e agora suas habilidades superam o que você era antes.

Ainda assim, você não moveu a rocha, mas seu chamado foi para ser obediente e empurrar, exercitando sua fé e confiança na minha sabedoria. E isso foi o que você fez. Agora, meu amigo, Eu mesmo moverei a rocha".

Às vezes, quando ouvimos uma palavra de Deus, nós tentemos a usar nosso próprio intelecto pra decifrar o que Ele quer, quando na verdade o que Ele deseja é apenas nossa obediência e fé Nele. Em todos os sentidos, exercite a fé que remove montanhas, mas saiba que continua sendo Deus quem as move.

Quando tudo parecer estar errado, apenas empurre P.U.S.H.!

Quando o trabalho te deixar pra baixo, apenas P.U.S.H.!

Quando as pessoas não agirem da maneira que deveriam, apenas P.U.S.H.!

Quando o seu dinheiro parecer ir embora e as contas ficarem, apenas P.U.S.H.!

Quando as pessoas não compreenderem você... apenas P.U.S.H.!

P. = *Pray* (ore)

U. = *Until* (até)

S. = *Something* (alguma coisa)

H. = *Happens* (acontecer)

"ORE ATÉ ALGUMA COISA ACONTECER"

Deus Te Abençoe!



APRENDENDO SEMPRE

Você receberá um corpo físico.

Você pode amá-lo ou detestá-lo, mas ele será seu ao longo de toda a sua existência.

Você receberá lições.

Você estará matriculado na escola da vida em período integral.

Você terá oportunidades para aprender a cada dia que passa.

Você poderá usar estas oportunidades ou deixá-las passar simplesmente.

Não há erros, apenas lições.

O crescimento é resultado de um processo de tentativa e erro: uma experimentação.

Os experimentos fracassados são tão parte do processo quanto os experimentos que funcionam.

Uma lição se repetirá até que tenha sido aprendida.

Esta lição será apresentada a você sob várias formas até que você a tenha aprendido.

Quando conseguir isso, poderá então passar para a próxima lição.

Aprender lições é um processo interminável.

Não há nenhum evento na vida que não contenha uma lição.

Se você está vivo, sempre haverá uma lição para aprender.

Lá não é melhor que aqui.

Quando o seu lá se transformar em aqui, você apenas estará obtendo outro lá que, mais uma vez, parecerá melhor que aqui.

Os outros são apenas espelhos da sua própria imagem.

Você não pode amar ou detestar alguma coisa em outra pessoa sem que isso reflita alguma coisa que você ama ou detesta em si mesmo.

É você quem escolhe o que quer fazer da sua vida.

Você tem todas as ferramentas e recursos de que precisa.

O que faz com eles, é problema seu.

A escolha é sua.

As respostas estão dentro de você.

As respostas às questões da vida estão dentro de você.

Tudo que você tem a fazer é prestar atenção, ouvir e confiar.



APROVEITE AS LIÇÕES DO PASSADO

O vencedor é uma pessoa que aprende as lições da história. Quando uma situação se repete, só há duas opções: ou se mantém o enredo, ou se muda o final. Se o “filme” já visto foi ruim, o vencedor vai lembrar-se de cada detalhe e saberá transformá-lo numa situação favorável. Agindo assim, abandona o passado como vivência – pois a vida real é sempre agora – e guarda-o como experiência de vida. Quando alguém vive no passado, sente saudade do que acabou, ou culpa por algo que perdeu, ou ressentido de pessoas de quem esperava um comportamento diferente. O passado, para o vencedor, é como um livro na estante. Está sempre disponível, ao alcance da mão. Pode ser aberto a qualquer momento, pois traz muitas lições. Mas permanece fechado, em seu devido lugar.

