



Quando a noite esconde a luz, Deus acende as estrelas. Padre Fábio de Melo

Temporário – Autor Desconhecido

Certa vez, um imperador assumiu o trono de seu reino disposto a fazer um grande reinado. Para isso, convocou todos os sábios do país, para que eles apresentassem conselhos sobre como o rei deveria agir para cumprir a difícil tarefa. Os sábios reuniram-se durante vários dias. Após muita reflexão, concluíram que a melhor forma de ajudar o rei era dar-lhe dois conselhos em envelopes diferentes. Retornaram ao rei e lhe entregaram os envelopes explicando que cada um continha um conselho precioso e que somente deveriam ser abertos em momentos específicos. O primeiro envelope era verde e só poderia ser aberto quando o reino estivesse caminhando muito bem. O outro era amarelo e deveria ser aberto somente quando o reino estivesse passando por problemas terríveis. Depois de alguns anos, o país prosperava, não havia guerras e o povo estava muito feliz com tudo que conquistaram. O rei estava tão satisfeito com seu reinado que decidiu abrir o envelope verde. Encontrou o antigo conselho de seus sábios: "O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!" O rei ficou um pouco perplexo, pois esperava algum conselho grandioso e positivo, não um alerta sombrio. De qualquer forma, continuou seu reinado. Alguns anos depois houve uma série de acontecimentos terríveis. Uma grande seca trouxe fome para o povo. Pragas acabaram com as plantações. Doenças dizimaram a população. Os eventos climáticos afetaram outros países próximos, e a disputa por alimento provocou conflitos com os reinos vizinhos. O Rei estava muito triste. Sentia-se impotente, derrotado e sem alternativas. Lembrou-se dos envelopes e do conselho que havia recebido. Mesmo relutante, decidiu abrir o envelope amarelo. Lá encontrou o conselho: "O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!" Lembre-se desta história quando estiver passando por um momento triste, difícil, que pareça sem solução. Mas não se esqueça disto também quando estiver vivendo um momento de êxito, realização e vitória. O que está acontecendo, seja bom ou ruim, trágico ou imensamente feliz, desagradável ou prazeroso, não é para sempre! A vida é assim: feita de altos e baixos. Mas, sempre, tudo passa.

O lugar mais precioso é o íntimo de seu coração. **Sabedoria Celta**

Há os que oram de joelhos, mas o orgulho reina em pé dentro de seus corações. **Ramatís**

A persistência é o caminho do êxito. **Charles Chaplin**

A maior glória não é ficar de pé, mas levantar-se cada vez que se cai. **Confúcio**



Quando a noite esconde a luz, Deus acende as estrelas. Padre Fábio de Melo

Temporário – Autor Desconhecido

Certa vez, um imperador assumiu o trono de seu reino disposto a fazer um grande reinado. Para isso, convocou todos os sábios do país, para que eles apresentassem conselhos sobre como o rei deveria agir para cumprir a difícil tarefa. Os sábios reuniram-se durante vários dias. Após muita reflexão, concluíram que a melhor forma de ajudar o rei era dar-lhe dois conselhos em envelopes diferentes. Retornaram ao rei e lhe entregaram os envelopes explicando que cada um continha um conselho precioso e que somente deveriam ser abertos em momentos específicos. O primeiro envelope era verde e só poderia ser aberto quando o reino estivesse caminhando muito bem. O outro era amarelo e deveria ser aberto somente quando o reino estivesse passando por problemas terríveis. Depois de alguns anos, o país prosperava, não havia guerras e o povo estava muito feliz com tudo que conquistaram. O rei estava tão satisfeito com seu reinado que decidiu abrir o envelope verde. Encontrou o antigo conselho de seus sábios: "O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!" O rei ficou um pouco perplexo, pois esperava algum conselho grandioso e positivo, não um alerta sombrio. De qualquer forma, continuou seu reinado. Alguns anos depois houve uma série de acontecimentos terríveis. Uma grande seca trouxe fome para o povo. Pragas acabaram com as plantações. Doenças dizimaram a população. Os eventos climáticos afetaram outros países próximos, e a disputa por alimento provocou conflitos com os reinos vizinhos. O Rei estava muito triste. Sentia-se impotente, derrotado e sem alternativas. Lembrou-se dos envelopes e do conselho que havia recebido. Mesmo relutante, decidiu abrir o envelope amarelo. Lá encontrou o conselho: "O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!" Lembre-se desta história quando estiver passando por um momento triste, difícil, que pareça sem solução. Mas não se esqueça disto também quando estiver vivendo um momento de êxito, realização e vitória. O que está acontecendo, seja bom ou ruim, trágico ou imensamente feliz, desagradável ou prazeroso, não é para sempre! A vida é assim: feita de altos e baixos. Mas, sempre, tudo passa.

O lugar mais precioso é o íntimo de seu coração. **Sabedoria Celta**

Há os que oram de joelhos, mas o orgulho reina em pé dentro de seus corações. **Ramatís**

A persistência é o caminho do êxito. **Charles Chaplin**

A maior glória não é ficar de pé, mas levantar-se cada vez que se cai. **Confúcio**

Superação – Carlos Hisdorf

Todos nós precisamos nos superar diariamente. Limitações são limites aceitos como definitivos. Não permita que limites se transformem em limitações. Supere seus limites continuamente! Como fazer isso? Melhorando as condições atuais. Dedique-se mais, estude mais, treine mais, tente mais, ouse mais, desafie-se mais. Se você quiser se dedicar ao que parece impossível, faça-o! Considere estas dicas: 1-O medo agiganta ainda as coisas. Mesmo com medo, avance e dê o melhor de si. Corajoso não é quem não sente medo, mas quem segue em frente, apesar do medo. 2-Você expande seus limites com dedicação, persistência e disciplina! 3-É importante realizar pequenas, mesmo minúsculas, vitórias todos os dias. 4-Cuidado com as recaídas e com exceções na disciplina. Sempre que sua mente perceber uma hesitação ou recuo, trabalhará para impor o padrão limitante anterior. Fique atento a este mecanismo de autossabotagem da mente. 5-Não desista, resista às tentações de encontrar desculpas nobres para atitudes pobres. 6-Deus abençoa todas nossas atitudes de superação. Faça tudo o que estiver ao seu alcance. Não se acomode, supere-se.

Virtudes – Autor Desconhecido

Certa vez, o povo de um vilarejo decidiu se reunir no centro do lugar para rezar pedindo por chuvas. Mas apenas um garoto levou o guarda-chuva. O nome disso é fé. Quando você joga um bebê para o alto, ele gargalha porque sabe que na queda alguém irá segurá-lo. O nome disso é confiança. A cada noite, antes de dormir, não temos garantia nenhuma de que estaremos vivos na manhã seguinte, mas, ainda assim, colocamos o despertador para tocar. O nome disso é esperança.

Vigiar - Carlos

Vigia a tua mente e observa as seleções dos sentimentos. Seja cuidadoso nos assuntos que tocares, diante dos teus companheiros. A tua língua pode ser um princípio de incêndio no coração de muita gente. Seja precavido nos sons que a tua boca emitir, para que não venhas a desarmonizar muitas vidas.

Críticas – Autor desconhecido

Quem nunca sofreu com críticas? Há dois tipos de crítica; a destrutiva e a construtiva. Devemos aprender com as duas. Uma crítica é destrutiva quando tem por finalidade desestruturar, magoar ou desorientar. Mesmo nesses casos, ouça atentamente. Lembre-se de que alguém, na tentativa de magoá-lo, pode, ainda assim, dizer-lhe uma verdade. Concentre-se naquilo que a crítica pode trazer de bom e não na intenção maldosa de quem o critica de maneira destrutiva. Já a crítica construtiva visa contribuir com nosso crescimento. Nesse caso, quem o está criticando quer o seu bem. Vai sempre lhe apontar uma deficiência (fraqueza) ou falta de eficiência (uma força que não está sendo corretamente utilizada). Seja grato às críticas construtivas: elas são um convite ao aperfeiçoamento e um poderoso remédio contra a vaidade. Em algumas situações uma crítica construtiva poderá vir em péssima “embalagem” – muitas pessoas não sabem escolher a melhor maneira e o melhor momento para dizer as coisas. Preste mais atenção ao conteúdo da crítica que em sua forma. Quem se mantém aberto às críticas recebe mais apoio e cresce mais rápido!

Projeto Pense Bem - Voluntariado AVESOL – WWW.SERVOLUNTARIO.COM.BR

Superação – Carlos Hisdorf

Todos nós precisamos nos superar diariamente. Limitações são limites aceitos como definitivos. Não permita que limites se transformem em limitações. Supere seus limites continuamente! Como fazer isso? Melhorando as condições atuais. Dedique-se mais, estude mais, treine mais, tente mais, ouse mais, desafie-se mais. Se você quiser se dedicar ao que parece impossível, faça-o! Considere estas dicas: 1-O medo agiganta ainda as coisas. Mesmo com medo, avance e dê o melhor de si. Corajoso não é quem não sente medo, mas quem segue em frente, apesar do medo. 2-Você expande seus limites com dedicação, persistência e disciplina! 3-É importante realizar pequenas, mesmo minúsculas, vitórias todos os dias. 4-Cuidado com as recaídas e com exceções na disciplina. Sempre que sua mente perceber uma hesitação ou recuo, trabalhará para impor o padrão limitante anterior. Fique atento a este mecanismo de autossabotagem da mente. 5-Não desista, resista às tentações de encontrar desculpas nobres para atitudes pobres. 6-Deus abençoa todas nossas atitudes de superação. Faça tudo o que estiver ao seu alcance. Não se acomode, supere-se.

Virtudes – Autor Desconhecido

Certa vez, o povo de um vilarejo decidiu se reunir no centro do lugar para rezar pedindo por chuvas. Mas apenas um garoto levou o guarda-chuva. O nome disso é fé. Quando você joga um bebê para o alto, ele gargalha porque sabe que na queda alguém irá segurá-lo. O nome disso é confiança. A cada noite, antes de dormir, não temos garantia nenhuma de que estaremos vivos na manhã seguinte, mas, ainda assim, colocamos o despertador para tocar. O nome disso é esperança.

Vigiar - Carlos

Vigia a tua mente e observa as seleções dos sentimentos. Seja cuidadoso nos assuntos que tocares, diante dos teus companheiros. A tua língua pode ser um princípio de incêndio no coração de muita gente. Seja precavido nos sons que a tua boca emitir, para que não venhas a desarmonizar muitas vidas.

Críticas – Autor desconhecido

Quem nunca sofreu com críticas? Há dois tipos de crítica; a destrutiva e a construtiva. Devemos aprender com as duas. Uma crítica é destrutiva quando tem por finalidade desestruturar, magoar ou desorientar. Mesmo nesses casos, ouça atentamente. Lembre-se de que alguém, na tentativa de magoá-lo, pode, ainda assim, dizer-lhe uma verdade. Concentre-se naquilo que a crítica pode trazer de bom e não na intenção maldosa de quem o critica de maneira destrutiva. Já a crítica construtiva visa contribuir com nosso crescimento. Nesse caso, quem o está criticando quer o seu bem. Vai sempre lhe apontar uma deficiência (fraqueza) ou falta de eficiência (uma força que não está sendo corretamente utilizada). Seja grato às críticas construtivas: elas são um convite ao aperfeiçoamento e um poderoso remédio contra a vaidade. Em algumas situações uma crítica construtiva poderá vir em péssima “embalagem” – muitas pessoas não sabem escolher a melhor maneira e o melhor momento para dizer as coisas. Preste mais atenção ao conteúdo da crítica que em sua forma. Quem se mantém aberto às críticas recebe mais apoio e cresce mais rápido!

Projeto Pense Bem - Voluntariado AVESOL – WWW.SERVOLUNTARIO.COM.BR