



Ninguém tem o destino do sofrimento. Ele é o resultado da ação negativa, jamais a causa.

Joanna de Ângelis

Saúde – Irmão Savas

A busca da saúde é mais do que apenas tomar remédios. A grande maioria dos pacientes confia, tão somente, nos medicamentos que ingere, sem mudar a forma de pensar, sem incluir a cura do espírito juntamente com o tratamento médico. Desconhece, por certo, que a alma já se encontra enferma antes de ser manifestada a doença física. Por isso, para combater a doença do corpo a alma precisa ser examinada e especialmente medicada. Comece seu trabalho despindo-a inteiramente, examinando-a cuidadosamente... Veja quantas máscaras escondem de ti próprio tua verdadeira face. Verifique quais as mágoas que tens armazenada em teu interior. Pergunte quais os motivos que te levam a sentir mágoa, raiva, inveja, ciúme, preguiça, depressão dentre outras emoções negativas que passam a te roer intimamente. Estuda-te, analisa-te, conheça-te para usufruíres do perdão que darás a ti mesmo por não teres agido corretamente no passado. Quando te permites o perdão aprendes a perdoar teus outros devedores. Assim como o músico que com maestria toca o seu violino, Deus toca sutilmente as cordas secretas de teu coração, fazendo soar a música silenciosa que proporciona teu equilíbrio emocional. Aprende com nosso Pai Eterno a dedilhar as cordas de tua vida. Com o passar do tempo essas cordas ficarão cada vez mais afinadas e tua música interior mais sutil e bela. Encontra-se desafinado todo viajante que carrega uma mochila de sofrimento nas costas. Ao descobrir a música Universal o viajante passa a dedilhar e a afinar as cordas do coração de outros irmãos que caminham juntos conosco pela estrada da vida. É ajudando que serás ajudado. Tua cura será uma realidade quando medicares conjuntamente teu corpo e tua alma. Teu corpo é o templo de tua alma. Se tua alma deixar teu corpo ele será como o casulo abandonado pela borboleta que bateu asas e voou pela imensidão do céu azul. Entendido isso, toque com as mãos da alma teu corpo físico convidando-o a nova vida que te espera para ser feliz.

Ação - Masaharu

As pessoas podem se tornar aquilo que imagem ser. Quem se julga insignificante só poderá ser insignificante. Quem tem a convicção de ser um grande personagem, tornar-se-á realmente um grande personagem. Mas nada adianta ter essa convicção se levar uma vida ociosa. É preciso se esforçar em termos práticos para alcançar o objetivo.

Evolução - Charles Chaplin

Não devemos ter medo dos confrontos... Até os planetas se chocam e do caos nascem as estrelas.

Tempo – Eclesiastes 3

Tudo tem o seu tempo determinado, e há tempo para todo propósito debaixo do céu.



Ninguém tem o destino do sofrimento. Ele é o resultado da ação negativa, jamais a causa.

Joanna de Ângelis

Saúde – Irmão Savas

A busca da saúde é mais do que apenas tomar remédios. A grande maioria dos pacientes confia, tão somente, nos medicamentos que ingere, sem mudar a forma de pensar, sem incluir a cura do espírito juntamente com o tratamento médico. Desconhece, por certo, que a alma já se encontra enferma antes de ser manifestada a doença física. Por isso, para combater a doença do corpo a alma precisa ser examinada e especialmente medicada. Comece seu trabalho despindo-a inteiramente, examinando-a cuidadosamente... Veja quantas máscaras escondem de ti próprio tua verdadeira face. Verifique quais as mágoas que tens armazenada em teu interior. Pergunte quais os motivos que te levam a sentir mágoa, raiva, inveja, ciúme, preguiça, depressão dentre outras emoções negativas que passam a te roer intimamente. Estuda-te, analisa-te, conheça-te para usufruíres do perdão que darás a ti mesmo por não teres agido corretamente no passado. Quando te permites o perdão aprendes a perdoar teus outros devedores. Assim como o músico que com maestria toca o seu violino, Deus toca sutilmente as cordas secretas de teu coração, fazendo soar a música silenciosa que proporciona teu equilíbrio emocional. Aprende com nosso Pai Eterno a dedilhar as cordas de tua vida. Com o passar do tempo essas cordas ficarão cada vez mais afinadas e tua música interior mais sutil e bela. Encontra-se desafinado todo viajante que carrega uma mochila de sofrimento nas costas. Ao descobrir a música Universal o viajante passa a dedilhar e a afinar as cordas do coração de outros irmãos que caminham juntos conosco pela estrada da vida. É ajudando que serás ajudado. Tua cura será uma realidade quando medicares conjuntamente teu corpo e tua alma. Teu corpo é o templo de tua alma. Se tua alma deixar teu corpo ele será como o casulo abandonado pela borboleta que bateu asas e voou pela imensidão do céu azul. Entendido isso, toque com as mãos da alma teu corpo físico convidando-o a nova vida que te espera para ser feliz.

Ação - Masaharu

As pessoas podem se tornar aquilo que imagem ser. Quem se julga insignificante só poderá ser insignificante. Quem tem a convicção de ser um grande personagem, tornar-se-á realmente um grande personagem. Mas nada adianta ter essa convicção se levar uma vida ociosa. É preciso se esforçar em termos práticos para alcançar o objetivo.

Evolução - Charles Chaplin

Não devemos ter medo dos confrontos... Até os planetas se chocam e do caos nascem as estrelas.

Tempo – Eclesiastes 3

Tudo tem o seu tempo determinado, e há tempo para todo propósito debaixo do céu.

Fortalecimento - Irmão José

Não somos tão ruins quanto pensamos que somos, porém nem tão bons quanto nos imaginamos ser. Não somos menos nem mais: somos o que simplesmente somos! Iguais a tantas pessoas que lutam para serem melhores do que são. Não nos deprimamos com a crítica e nem nos envaideçamos com o elogio. Não nos avaliemos pelo que os outros são ou deixam de ser. Tomemos unicamente aos grandes mestres por exemplo do que precisamos vir a ser, um dia. Em quase todos, certas virtudes compensam os vícios que ainda possuem. Lutemos para que a nossa parte positiva supere a negativa, que ainda predomina. No exercício constante do Bem é que nos fortalecemos.

Um covarde é incapaz de demonstrar amor. Isso é privilégio dos corajosos. **Ghandi**

Todos erram um dia, por inocência, descuido ou maldade. **Autor Desconhecido**

Torradas – Autor Desconhecido

Quando eu ainda era um menino, minha mãe gostava de fazer um lanche, tipo café da manhã, na hora do jantar. E eu me lembro especialmente de uma noite, quando ela fez um lanche desses, depois de um dia de trabalho muito duro. Naquela noite distante, minha mãe colocou um copo com leite e um prato com torradas bastante queimadas, para o meu pai. Eu me lembro de ter esperado um pouco, para ver se alguém notava o fato. Tudo o que meu pai fez foi pegar a sua torrada, sorrir para minha mãe, e me perguntar como tinha sido o meu dia na escola. Eu não me lembro do que respondi, mas me lembro de ter olhado para ele lambuzando a torrada com manteiga e geleia, engolindo cada pedaço. Quando eu deixei a mesa naquela noite, ouvi minha mãe se desculpando por ter queimado a torrada. E eu nunca esquecerei o que ele disse: "Amor, eu adoro torrada queimada." Mais tarde, naquela noite, quando fui dar um beijo de boa noite em meu pai, eu lhe perguntei se ele realmente gostava de torrada queimada. Ele me envolveu em seus braços e me disse: "Filho, sua mãe teve um dia de trabalho muito pesado e estava realmente cansada. Além disso, uma torrada queimada não faz mal a ninguém. A vida é cheia de imperfeições e as pessoas não são perfeitas. E eu também não sou o melhor cozinheiro do mundo." E você, tem comido suas torradas queimadas sem reclamar?

Evolução - Emmanuel

Independente de crenças somos convidados para nossa evolução diariamente em nossas relações na família e no trabalho.

Recomeço - Henry Ford

O insucesso é apenas uma oportunidade para recomeçar de novo com mais inteligência.

Busca – Aristóteles

A sua paz interior deve ser a sua meta de vida. Quando sentir um vazio na alma, quando acreditar que ainda falta algo, mesmo tendo tudo, remeta o seu pensamento para os seus desejos mais íntimos e busque a divindade que existe dentro de você.

Celebração – Osho

A vida deveria ser uma celebração contínua, um festival de luzes por todo o ano. Somente então você pode se desenvolver, você pode florir. Transforme pequenas coisas em celebração... Tudo o que você faz deveria expressar a si próprio; deveria ter a sua assinatura. Então a vida se torna uma celebração contínua.

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

Fortalecimento - Irmão José

Não somos tão ruins quanto pensamos que somos, porém nem tão bons quanto nos imaginamos ser. Não somos menos nem mais: somos o que simplesmente somos! Iguais a tantas pessoas que lutam para serem melhores do que são. Não nos deprimamos com a crítica e nem nos envaideçamos com o elogio. Não nos avaliemos pelo que os outros são ou deixam de ser. Tomemos unicamente aos grandes mestres por exemplo do que precisamos vir a ser, um dia. Em quase todos, certas virtudes compensam os vícios que ainda possuem. Lutemos para que a nossa parte positiva supere a negativa, que ainda predomina. No exercício constante do Bem é que nos fortalecemos.

Um covarde é incapaz de demonstrar amor. Isso é privilégio dos corajosos. **Ghandi**

Todos erram um dia, por inocência, descuido ou maldade. **Autor Desconhecido**

Torradas – Autor Desconhecido

Quando eu ainda era um menino, minha mãe gostava de fazer um lanche, tipo café da manhã, na hora do jantar. E eu me lembro especialmente de uma noite, quando ela fez um lanche desses, depois de um dia de trabalho muito duro. Naquela noite distante, minha mãe colocou um copo com leite e um prato com torradas bastante queimadas, para o meu pai. Eu me lembro de ter esperado um pouco, para ver se alguém notava o fato. Tudo o que meu pai fez foi pegar a sua torrada, sorrir para minha mãe, e me perguntar como tinha sido o meu dia na escola. Eu não me lembro do que respondi, mas me lembro de ter olhado para ele lambuzando a torrada com manteiga e geleia, engolindo cada pedaço. Quando eu deixei a mesa naquela noite, ouvi minha mãe se desculpando por ter queimado a torrada. E eu nunca esquecerei o que ele disse: "Amor, eu adoro torrada queimada." Mais tarde, naquela noite, quando fui dar um beijo de boa noite em meu pai, eu lhe perguntei se ele realmente gostava de torrada queimada. Ele me envolveu em seus braços e me disse: "Filho, sua mãe teve um dia de trabalho muito pesado e estava realmente cansada. Além disso, uma torrada queimada não faz mal a ninguém. A vida é cheia de imperfeições e as pessoas não são perfeitas. E eu também não sou o melhor cozinheiro do mundo." E você, tem comido suas torradas queimadas sem reclamar?

Evolução - Emmanuel

Independente de crenças somos convidados para nossa evolução diariamente em nossas relações na família e no trabalho.

Recomeço - Henry Ford

O insucesso é apenas uma oportunidade para recomeçar de novo com mais inteligência.

Busca – Aristóteles

A sua paz interior deve ser a sua meta de vida. Quando sentir um vazio na alma, quando acreditar que ainda falta algo, mesmo tendo tudo, remeta o seu pensamento para os seus desejos mais íntimos e busque a divindade que existe dentro de você.

Celebração – Osho

A vida deveria ser uma celebração contínua, um festival de luzes por todo o ano. Somente então você pode se desenvolver, você pode florir. Transforme pequenas coisas em celebração... Tudo o que você faz deveria expressar a si próprio; deveria ter a sua assinatura. Então a vida se torna uma celebração contínua.

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