



Nunca se deve consentir em rastejar quando se sente um impulso para voar. Helen Keller

Positivismo - Autor Desconhecido

Por mais imperceptível que seja um pensamento, ele vem antes das nossas emoções, ações e reações. Por isso, mudar a maneira de pensar sobre as coisas para trazer um olhar mais positivo é tão importante. Quando você pensa de maneira positiva sobre si mesmo e as suas possibilidades, você sente autoconfiança, alegria, coragem, entre outras emoções positivas essenciais para empreender em um projeto de vida. Pois, ao termos pensamentos positivos geramos emoções positivas, nos comportamos de maneira positiva e, por isso, teremos resultados mais positivos. Ao pensarmos que algo é possível para nós, por maior que seja o desafio, nossas emoções nos ajudarão a encontrar as soluções de forma mais prática, nos ajudarão a enxergar oportunidades que pensamentos pessimistas não enxergariam, pelo simples fato de não acharem ser possível. Se nossos pensamentos são positivos, interpretamos a vida com esse viés e, assim, nossas ações e comportamentos são direcionados para trilhar o caminho daquilo que queremos para nós. Quem pensa positivo não acha que o mundo é cor-de-rosa e tudo é lindo. A diferença é que ao pensar positivamente, diante dos riscos, do inesperado, das situações contrárias, ao invés de dizer: "ah, eu sabia que isso não ia dar certo, não é para mim", essas pessoas dizem: "de que maneiras eu posso superar esse desafio para continuar buscando o que quero para mim?". Transformar desafios em oportunidades é um dos grandes "truques" de uma mente positiva e focada no SIM, eu posso! Por isso, além de atrair aquilo que você deseja para sua vida, o pensamento positivo te impulsiona a criar a vida que você deseja! Seja o autor da sua própria história! Viva a vida que você quer viver! Acredite, você pode! Não como um passe de mágica e sim com um investimento sério e contínuo do seu tempo e da sua energia. A vida está acontecendo aqui e agora e só está esperando sua permissão para ser maravilhosa. "Mude sua maneira de ver o mundo e todo seu mundo mudará."

Obstáculos - J. C. de Lucca

Quase todos buscam na vida o caminho das facilidades. Esforço e aprimoramento são itens dos quais quase todos nos distanciamos. Preferimos sempre o mais fácil, esquecendo que nem sempre o mais fácil nos leva ao progresso. O que é fácil já está pronto, já foi feito. É mais fácil não estudar, mas sempre será mais difícil progredir sem cultura. É mais fácil executar tarefas que não exijam maiores responsabilidades de nossa parte, mas sempre será mais difícil que os outros notem nossas qualidades, quando permanecemos distantes do campo de lutas. É mais fácil nos afastarmos das pessoas problemáticas, mas sempre será mais difícil encontrar o amor, apenas entre aqueles que nada exigem de nós. Se você transpuser os obstáculos de sua vida, enfrentando-os corajosamente, ninguém saberá o quão valoroso você é.

Acerte em tudo que puder acertar. Mas não se torture com seus erros. Paulo Coelho



Nunca se deve consentir em rastejar quando se sente um impulso para voar. Helen Keller

Positivismo - Autor Desconhecido

Por mais imperceptível que seja um pensamento, ele vem antes das nossas emoções, ações e reações. Por isso, mudar a maneira de pensar sobre as coisas para trazer um olhar mais positivo é tão importante. Quando você pensa de maneira positiva sobre si mesmo e as suas possibilidades, você sente autoconfiança, alegria, coragem, entre outras emoções positivas essenciais para empreender em um projeto de vida. Pois, ao termos pensamentos positivos geramos emoções positivas, nos comportamos de maneira positiva e, por isso, teremos resultados mais positivos. Ao pensarmos que algo é possível para nós, por maior que seja o desafio, nossas emoções nos ajudarão a encontrar as soluções de forma mais prática, nos ajudarão a enxergar oportunidades que pensamentos pessimistas não enxergariam, pelo simples fato de não acharem ser possível. Se nossos pensamentos são positivos, interpretamos a vida com esse viés e, assim, nossas ações e comportamentos são direcionados para trilhar o caminho daquilo que queremos para nós. Quem pensa positivo não acha que o mundo é cor-de-rosa e tudo é lindo. A diferença é que ao pensar positivamente, diante dos riscos, do inesperado, das situações contrárias, ao invés de dizer: "ah, eu sabia que isso não ia dar certo, não é para mim", essas pessoas dizem: "de que maneiras eu posso superar esse desafio para continuar buscando o que quero para mim?". Transformar desafios em oportunidades é um dos grandes "truques" de uma mente positiva e focada no SIM, eu posso! Por isso, além de atrair aquilo que você deseja para sua vida, o pensamento positivo te impulsiona a criar a vida que você deseja! Seja o autor da sua própria história! Viva a vida que você quer viver! Acredite, você pode! Não como um passe de mágica e sim com um investimento sério e contínuo do seu tempo e da sua energia. A vida está acontecendo aqui e agora e só está esperando sua permissão para ser maravilhosa. "Mude sua maneira de ver o mundo e todo seu mundo mudará."

Obstáculos - J. C. de Lucca

Quase todos buscam na vida o caminho das facilidades. Esforço e aprimoramento são itens dos quais quase todos nos distanciamos. Preferimos sempre o mais fácil, esquecendo que nem sempre o mais fácil nos leva ao progresso. O que é fácil já está pronto, já foi feito. É mais fácil não estudar, mas sempre será mais difícil progredir sem cultura. É mais fácil executar tarefas que não exijam maiores responsabilidades de nossa parte, mas sempre será mais difícil que os outros notem nossas qualidades, quando permanecemos distantes do campo de lutas. É mais fácil nos afastarmos das pessoas problemáticas, mas sempre será mais difícil encontrar o amor, apenas entre aqueles que nada exigem de nós. Se você transpuser os obstáculos de sua vida, enfrentando-os corajosamente, ninguém saberá o quão valoroso você é.

Acerte em tudo que puder acertar. Mas não se torture com seus erros. Paulo Coelho

Veja somente o lado positivo das pessoas. Quem vê apenas o lado negativo dos outros cria um inferno para si próprio. Todas as pessoas têm o lado positivo e o negativo. E, quando reparamos nos defeitos, estes parecem manifestar-se de modo mais acentuado. **M. Taniguchi**

Podemos trocar da parceiro, de trabalho ou de religião. Enquanto não mudarmos internamente, atrairemos as mesmas pessoas e circunstâncias. **Yehuda Berg**

Inquietude - Emmanuel

Quase que em toda a parte encontramos pessoas agoniadas, sem motivo, ou exaustas, sem razão aparente. Transitam nos consultórios médicos, recorrem a casas religiosas, suplicando prodígios, isolam-se na inutilidade, choram de tédio. Confessam desconhecer a causa dos males que as atingem; clamam, infundadamente, contra o meio em que vivem... É que, via de regra, ao invés de situarem a mente no caminho natural da evolução, atiram-na aos despenhadeiros da margem. A imprensa vulgar utiliza colunas e colunas dedicadas à tragédia. Certas publicações cultivam o hábito de instalar a delinquência, conflitos explodem insuflando a rebeldia dessa ou daquela camada social, profetas do pessimismo adiantam escuras previsões... Isso tudo acontece, isso tudo é inevitável. Urge, no entanto, não dar, aos acontecimentos contrários à harmonia da vida, qualquer atenção, além da necessária. Basta empregar exageradamente a energia mental, num escândalo ou num crime, para entrar em relação com os agentes destrutivos que os provocaram. Ofereçamos ao repouso restaurativo ou à resistência ao mal mais tempo que o tempo indispensável e cairemos na preguiça ou na cólera que nos desgastam as forças. Se consumirmos alimento deteriorado, rumamos para a doença; se enchermos o cérebro de preocupações descontroladas, inclinamo-nos, de imediato, ao desequilíbrio. Imunizando-nos contra semelhantes desajustes, exortou-nos o apóstolo Paulo: "não estejais inquietos por coisa alguma", como a dizer-nos que compete a nós a obrigação de andar no mundo, ainda conturbado e sofredor, sem gastar tempo e vida em questões supérfluas, prosseguindo firmes na estrada de entendimento e serviço que a vida nos traçou.

Foco - Carlos Hilsdorf

Beto era um adolescente que vivia desregrado, bagunceiro, matava as aulas para se divertir. Um dia o professor o chamou para uma conversa: "Beto, sei que você tem potencial, que é muito inteligente, mas está cometendo erros que podem prejudicar sua vida" disse o professor. Meio sem jeito, Beto perguntou: "Professor, o que devo fazer para não cometer tantos erros? Tenho me esforçado, mas não estou conseguindo melhorar!" O professor então pegou um copo, encheu-o de água até a boca e entregou-o a Beto, dizendo: "Ande com esse copo por todo o colégio, suba e desça todas as escadas, entre em todos os cantos, nos jardins, classes, corredores, e volte aqui sem derramar uma só gota." "Ah professor, isso é impossível!" respondeu Beto. "Pelo menos tente. Tenho certeza que vai conseguir." disse o mestre. Beto então saiu, devagar, com os olhos fixos no copo. Subiu e desceu escadas, entrou e saiu das salas, corredores, percorreu todos os cantos do colégio, e voltou sem ter derramado uma só gota de água. O professor sorri para Beto, bate em seus ombros e lhe diz: "Você não viu as garotas que passeavam pelo jardim no horário de aula? Não viu seus colegas matando aula para bagunçar e jogar baralho?" "Não. Eu estava com os olhos fixos no copo." respondeu Beto. O mestre então diz: "Quando você estabelece objetivos e coloca seu foco neles, assim como fez com o copo, encontrará a força e a motivação necessárias para vencer os desafios e as dificuldades da vida."

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

Veja somente o lado positivo das pessoas. Quem vê apenas o lado negativo dos outros cria um inferno para si próprio. Todas as pessoas têm o lado positivo e o negativo. E, quando reparamos nos defeitos, estes parecem manifestar-se de modo mais acentuado. **M. Taniguchi**

Podemos trocar da parceiro, de trabalho ou de religião. Enquanto não mudarmos internamente, atrairemos as mesmas pessoas e circunstâncias. **Yehuda Berg**

Inquietude - Emmanuel

Quase que em toda a parte encontramos pessoas agoniadas, sem motivo, ou exaustas, sem razão aparente. Transitam nos consultórios médicos, recorrem a casas religiosas, suplicando prodígios, isolam-se na inutilidade, choram de tédio. Confessam desconhecer a causa dos males que as atingem; clamam, infundadamente, contra o meio em que vivem... É que, via de regra, ao invés de situarem a mente no caminho natural da evolução, atiram-na aos despenhadeiros da margem. A imprensa vulgar utiliza colunas e colunas dedicadas à tragédia. Certas publicações cultivam o hábito de instalar a delinquência, conflitos explodem insuflando a rebeldia dessa ou daquela camada social, profetas do pessimismo adiantam escuras previsões... Isso tudo acontece, isso tudo é inevitável. Urge, no entanto, não dar, aos acontecimentos contrários à harmonia da vida, qualquer atenção, além da necessária. Basta empregar exageradamente a energia mental, num escândalo ou num crime, para entrar em relação com os agentes destrutivos que os provocaram. Ofereçamos ao repouso restaurativo ou à resistência ao mal mais tempo que o tempo indispensável e cairemos na preguiça ou na cólera que nos desgasta as forças. Se consumirmos alimento deteriorado, rumamos para a doença; se enchermos o cérebro de preocupações descontroladas, inclinamo-nos, de imediato, ao desequilíbrio. Imunizando-nos contra semelhantes desajustes, exortou-nos o apóstolo Paulo: "não estejais inquietos por coisa alguma", como a dizer-nos que compete a nós a obrigação de andar no mundo, ainda conturbado e sofredor, sem gastar tempo e vida em questões supérfluas, prosseguindo firmes na estrada de entendimento e serviço que a vida nos traçou.

Foco - Carlos Hilsdorf

Beto era um adolescente que vivia desregrado, bagunceiro, matava as aulas para se divertir. Um dia o professor o chamou para uma conversa: "Beto, sei que você tem potencial, que é muito inteligente, mas está cometendo erros que podem prejudicar sua vida" disse o professor. Meio sem jeito, Beto perguntou: "Professor, o que devo fazer para não cometer tantos erros? Tenho me esforçado, mas não estou conseguindo melhorar!" O professor então pegou um copo, encheu-o de água até a boca e entregou-o a Beto, dizendo: "Ande com esse copo por todo o colégio, suba e desça todas as escadas, entre em todos os cantos, nos jardins, classes, corredores, e volte aqui sem derramar uma só gota." "Ah professor, isso é impossível!" respondeu Beto. "Pelo menos tente. Tenho certeza que vai conseguir." disse o mestre. Beto então saiu, devagar, com os olhos fixos no copo. Subiu e desceu escadas, entrou e saiu das salas, corredores, percorreu todos os cantos do colégio, e voltou sem ter derramado uma só gota de água. O professor sorri para Beto, bate em seus ombros e lhe diz: "Você não viu as garotas que passeavam pelo jardim no horário de aula? Não viu seus colegas matando aula para bagunçar e jogar baralho?" "Não. Eu estava com os olhos fixos no copo." respondeu Beto. O mestre então diz: "Quando você estabelece objetivos e coloca seu foco neles, assim como fez com o copo, encontrará a força e a motivação necessárias para vencer os desafios e as dificuldades da vida."

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