

*Não importa o quanto você vá devagar desde que não pare. Confúcio***Esperança – Leandro Rasia**

Há que se pensar e refletir sobre o papel que a mídia faz hoje em nossas mentes e em nossos corações. Praticamente toda a grande mídia tem o objetivo de trazer a verdade ao público. No entanto, esta tem trazido basicamente um lado apenas da verdade: o negativo. Até porque, tudo tem um lado positivo e outro negativo. E com isso, ficamos a todo o momento pensando que o mundo está perdido e que estamos regredindo com o passar dos anos. Mas sempre existem aspectos positivos que acontecem no mundo atual. Nem um governo é totalmente ruim. Nem um país é totalmente ruim. Nenhuma pessoa é totalmente ruim. Sempre há algo de positivo nas pessoas, embora isso não seja explorado pela grande mídia, o qual teima em vender sempre o lado negativo, desastroso e nefasto do nosso cotidiano. Mas essa não é toda a realidade. Além disso, a mensagem que recebemos é que é fácil, com a grande mídia pública na mão, apontar os erros, enganar e desajustes de quem quer que seja. Apontar aos outros é mais fácil. Trazer a tona os erros dos outros é sempre melhor. É mais fácil ver o cisco no olho do outro, do que a trave nos nossos olhos. Quem nunca errou que atire a primeira pedra, afinal. Acredito que sim, os problemas devem vir à tona, pois isso pode gerar crescimento. Mas na mesma proporção do esforço em torná-los evidentes, há que se buscar soluções para que as situações sejam resolvidas, mesmo que no longo prazo. Identificar um problema e não se buscar medidas para que sejam resolvidas, não é vantajoso para a sociedade. Mas mesmo que as soluções sejam criadas, quando estas acontecem, elas não são exibidas na mídia. É como se o bem não fosse digno de ser mostrado nas TVs e rádios pelo Brasil afora. Você já viu uma grande notícia boa na capa dos grandes jornais? Já viu um telejornal em horário nobre com pelo menos metade do seu conteúdo com boas soluções e boas notícias? Já ouvi muitas histórias que podem inspirar pessoas a serem melhores dentro de minha atuação como voluntário. E tenho centenas de colegas voluntários que também já ouviram. Nenhuma delas jamais saiu na capa ou mesmo dentro de um jornal. Mas as grandes histórias acontecem todos os dias. Os grandes salvamentos, os maiores sacrifícios, as mais altas doses de abnegação e doação por amor incondicional ocorrem todos os dias. Nós, o grande povo, não sabemos disso. Mas elas acontecem. As coisas não estão tão ruins quanto falam. O brasileiro faz hoje milhões de coisas belíssimas todos os dias, na descrição e humildade que só o amor permite que sejam feitas. Ao acreditar nisso, você irá pensar melhor sobre o nosso momento atual nesse planeta. Há uma esperança e ela é real.

**Cura – Inácio Ferreira**

Nenhum remédio cura o que é da alma. E para saber disso, ninguém precisa ter diploma.

**Música - Casimiro Cunha**

Você ouviu música? Ouça-a com o coração. Habitue-se com a melhor música. Sintonize as harmonias da vida.

*Julgue seu sucesso pelo que você sacrificou para conseguir atingi-lo. Dalai Lama**Não importa o quanto você vá devagar desde que não pare. Confúcio***Esperança – Leandro Rasia**

Há que se pensar e refletir sobre o papel que a mídia faz hoje em nossas mentes e em nossos corações. Praticamente toda a grande mídia tem o objetivo de trazer a verdade ao público. No entanto, esta tem trazido basicamente um lado apenas da verdade: o negativo. Até porque, tudo tem um lado positivo e outro negativo. E com isso, ficamos a todo o momento pensando que o mundo está perdido e que estamos regredindo com o passar dos anos. Mas sempre existem aspectos positivos que acontecem no mundo atual. Nem um governo é totalmente ruim. Nem um país é totalmente ruim. Nenhuma pessoa é totalmente ruim. Sempre há algo de positivo nas pessoas, embora isso não seja explorado pela grande mídia, o qual teima em vender sempre o lado negativo, desastroso e nefasto do nosso cotidiano. Mas essa não é toda a realidade. Além disso, a mensagem que recebemos é que é fácil, com a grande mídia pública na mão, apontar os erros, enganar e desajustes de quem quer que seja. Apontar aos outros é mais fácil. Trazer a tona os erros dos outros é sempre melhor. É mais fácil ver o cisco no olho do outro, do que a trave nos nossos olhos. Quem nunca errou que atire a primeira pedra, afinal. Acredito que sim, os problemas devem vir à tona, pois isso pode gerar crescimento. Mas na mesma proporção do esforço em torná-los evidentes, há que se buscar soluções para que as situações sejam resolvidas, mesmo que no longo prazo. Identificar um problema e não se buscar medidas para que sejam resolvidas, não é vantajoso para a sociedade. Mas mesmo que as soluções sejam criadas, quando estas acontecem, elas não são exibidas na mídia. É como se o bem não fosse digno de ser mostrado nas TVs e rádios pelo Brasil afora. Você já viu uma grande notícia boa na capa dos grandes jornais? Já viu um telejornal em horário nobre com pelo menos metade do seu conteúdo com boas soluções e boas notícias? Já ouvi muitas histórias que podem inspirar pessoas a serem melhores dentro de minha atuação como voluntário. E tenho centenas de colegas voluntários que também já ouviram. Nenhuma delas jamais saiu na capa ou mesmo dentro de um jornal. Mas as grandes histórias acontecem todos os dias. Os grandes salvamentos, os maiores sacrifícios, as mais altas doses de abnegação e doação por amor incondicional ocorrem todos os dias. Nós, o grande povo, não sabemos disso. Mas elas acontecem. As coisas não estão tão ruins quanto falam. O brasileiro faz hoje milhões de coisas belíssimas todos os dias, na descrição e humildade que só o amor permite que sejam feitas. Ao acreditar nisso, você irá pensar melhor sobre o nosso momento atual nesse planeta. Há uma esperança e ela é real.

**Cura – Inácio Ferreira**

Nenhum remédio cura o que é da alma. E para saber disso, ninguém precisa ter diploma.

**Música - Casimiro Cunha**

Você ouviu música? Ouça-a com o coração. Habitue-se com a melhor música. Sintonize as harmonias da vida.

*Julgue seu sucesso pelo que você sacrificou para conseguir atingi-lo. Dalai Lama*

### **Crise - Emmanuel**

Nas horas de crise, refletamos na própria evolução, a fim de seguirmos em paz, nas trilhas do cotidiano. Te queixas, por vezes, de cansaço e tensão, nervosismo e desencanto. A experiência da vida, com as mutações de que se caracteriza, através de impactos incessantes, te martela o pensamento ou te aniquila as forças. Ainda assim, é importante que te refaças, dissolvendo todas as impressões negativas na fonte do entendimento. Começa por não te permitires entrar nos domínios obscuros do pessimismo ou da intolerância. Observa as ocorrências, por piores que sejam, cooperando em tua área de ação, tanto quanto possível, a benefício de todos os que te cercam e aceita as criaturas como são, sem exigir delas o figurino espiritual em que talhas o teu modo de ser. A diversidade estabelece a harmonia da natureza. O cravo e a rosa são flores sem se confundirem. O Sol e a vela acesa são luzes com funções diferentes. À vista de semelhantes realidades, nos dias de inquietação, não te irrites contra os outros e nem firas a outrem, de modo algum. Muitas vezes, a aflição é o sinônimo de nossa própria intemperança mental, à frente de abençoadas lições da vida. Faze, dessa forma, nas circunstâncias difíceis, o melhor que puderes sem o risco de perder a paz interior que te assegura o equilíbrio. Sobretudo, saibamos entender para auxiliar. Se alguém te impõe amargura ou desapontamento, oferece em troca simpatia e colaboração ao invés de vinagre ou reprovação. Se o empreendimento fracassa, reconsideremos o trabalho de novo com mais segurança. Ajuda e irão te ajudar. Dá e receberás. Garante a luz e a luz clareará o caminho. Nada te prenda à perturbação, a fim de que possas te desvencilhar facilmente da treva, de modo a avançar e servir. Por mais escura que seja a noite, o Sol tornará ao alvorecer. E por mais complicada ou sombria se nos faça a senda de provas, é preciso lembrar que para transpô-la, todos temos, invariavelmente, em nós e por nós, a luz inapagável do divino.

### **Bem - Carlos Hilsdorf**

Sim, infelizmente há pessoas destituídas de sentimentos de compaixão, bondade e amor. Pessoas que agridem com as mãos, com palavras, com o olhar, com o comportamento. Chefes tiranos, negociantes gananciosos e uma categoria sem fim de vilões com os quais cruzamos nas esquinas de nossas vidas todos os dias. Maldade é ausência de amor. Pessoas más vivem à procura de vítimas e, frequentemente, as encontram entre as pessoas mais frágeis, bondosas e afetivas.

Os bons sofrem porque esquecem que também é bondade denunciar e não aceitar a maldade. Seja bom, mas não seja tolo. Ser conivente com a maldade é uma maneira de se aproximar da aquisição de seus hábitos. Saia desse âmbito de ação. Neutralize as possibilidades de que apliquem vilania à sua vida. Como disse Martin Luther King: "O que me preocupa não é o grito dos maus. É o silêncio dos bons." Trate o mal com o bem, amando o próximo, mas cuidado para não levar o inimigo para dentro de casa. Não desacredite da humanidade, mas não convide os vilões para jantar.

Ao fazer o bem, não espere que as pessoas retribuam ou façam igual. Mas espere sim, que um dia quando você menos esperar, o bem volte para você, pois assim é a vida. <b>Autor Desconhecido</b>	A semente do conselho guarda-se na casca do silêncio. <b>Hitopadexa</b>	Toda a fuga à evolução é um atraso. <b>Autor Desconhecido</b>
---	---	---

A sorte não vem de fora; nós próprios criamos nossas oportunidades. **Masaharu Taniguchi**

### **Persistir - Dom Hélder Câmara**

É graça divina começar bem. Graça maior é persistir na caminhada. Mas a graça das graças é não desistir nunca.

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

### **Crise - Emmanuel**

Nas horas de crise, refletamos na própria evolução, a fim de seguirmos em paz, nas trilhas do cotidiano. Te queixas, por vezes, de cansaço e tensão, nervosismo e desencanto. A experiência da vida, com as mutações de que se caracteriza, através de impactos incessantes, te martela o pensamento ou te aniquila as forças. Ainda assim, é importante que te refaças, dissolvendo todas as impressões negativas na fonte do entendimento. Começa por não te permitires entrar nos domínios obscuros do pessimismo ou da intolerância. Observa as ocorrências, por piores que sejam, cooperando em tua área de ação, tanto quanto possível, a benefício de todos os que te cercam e aceita as criaturas como são, sem exigir delas o figurino espiritual em que talhas o teu modo de ser. A diversidade estabelece a harmonia da natureza. O cravo e a rosa são flores sem se confundirem. O Sol e a vela acesa são luzes com funções diferentes. À vista de semelhantes realidades, nos dias de inquietação, não te irrites contra os outros e nem firas a outrem, de modo algum. Muitas vezes, a aflição é o sinônimo de nossa própria intemperança mental, à frente de abençoadas lições da vida. Faze, dessa forma, nas circunstâncias difíceis, o melhor que puderes sem o risco de perder a paz interior que te assegura o equilíbrio. Sobretudo, saibamos entender para auxiliar. Se alguém te impõe amargura ou desapontamento, oferece em troca simpatia e colaboração ao invés de vinagre ou reprovação. Se o empreendimento fracassa, reconsideremos o trabalho de novo com mais segurança. Ajuda e irão te ajudar. Dá e receberás. Garante a luz e a luz clareará o caminho. Nada te prenda à perturbação, a fim de que possas te desvencilhar facilmente da treva, de modo a avançar e servir. Por mais escura que seja a noite, o Sol tornará ao alvorecer. E por mais complicada ou sombria se nos faça a senda de provas, é preciso lembrar que para transpô-la, todos temos, invariavelmente, em nós e por nós, a luz inapagável do divino.

### **Bem - Carlos Hilsdorf**

Sim, infelizmente há pessoas destituídas de sentimentos de compaixão, bondade e amor. Pessoas que agridem com as mãos, com palavras, com o olhar, com o comportamento. Chefes tiranos, negociantes gananciosos e uma categoria sem fim de vilões com os quais cruzamos nas esquinas de nossas vidas todos os dias. Maldade é ausência de amor. Pessoas más vivem à procura de vítimas e, frequentemente, as encontram entre as pessoas mais frágeis, bondosas e afetivas.

Os bons sofrem porque esquecem que também é bondade denunciar e não aceitar a maldade. Seja bom, mas não seja tolo. Ser conivente com a maldade é uma maneira de se aproximar da aquisição de seus hábitos. Saia desse âmbito de ação. Neutralize as possibilidades de que apliquem vilania à sua vida. Como disse Martin Luther King: "O que me preocupa não é o grito dos maus. É o silêncio dos bons." Trate o mal com o bem, amando o próximo, mas cuidado para não levar o inimigo para dentro de casa. Não desacredite da humanidade, mas não convide os vilões para jantar.

Ao fazer o bem, não espere que as pessoas retribuam ou façam igual. Mas espere sim, que um dia quando você menos esperar, o bem volte para você, pois assim é a vida. <b>Autor Desconhecido</b>	A semente do conselho guarda-se na casca do silêncio. <b>Hitopadexa</b>	Toda a fuga à evolução é um atraso. <b>Autor Desconhecido</b>
---	---	---

A sorte não vem de fora; nós próprios criamos nossas oportunidades. **Masaharu Taniguchi**

### **Persistir - Dom Hélder Câmara**

É graça divina começar bem. Graça maior é persistir na caminhada. Mas a graça das graças é não desistir nunca.

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