

**Em branco – Contribuição de Joalber Lourenço**

Certo dia eu estava aplicando uma prova, os alunos em silêncio tentavam responder as perguntas com certa ansiedade. Faltavam uns 15 minutos para o encerramento e um aluno levantou o braço, se dirigiu a mim e disse: "Professora, pode me dar uma folha em branco?" Levei a folha até sua carteira e perguntei por que ele queria mais uma folha em branco! Ele respondeu: "Eu tentei responder as questões, a prova está difícil, rabisquei tudo, fiz uma confusão danada e agora eu queria começar tudo outra vez". Apesar de pouco tempo que faltava, confiei no rapaz, dei-lhe a folha em branco e fiquei torcendo por ele. Aquela sua atitude causou-me simpatia e me deixou esta lição inesquecível, que ora compartilho com todos que lerem esta página. Hoje, lembrando aquele episódio simples, comecei a pensar quantas pessoas receberam uma folha em branco, representada por cada ano de vida que Deus lhes deu até agora, e que elas só têm feito rabiscos, borrões, rascunhos, tentativas frustradas, cálculos errados e uma confusão danada... Assim, muitos são reprovados na escola da vida e se tornam repetentes das mesmas matérias, sem conseguirem ser bem sucedidos nas provas que a vida lhes ofereceu nos campos da saúde, família, vida profissional, etc. Agora, no limiar de cada ano de vida, seria um bom momento para se pedir ao Divino uma folha em branco, ou seja, uma nova oportunidade para ser feliz, onde faríamos novos esforços com mais cuidado para atingirmos os nossos melhores objetivos na vida, já que dispomos dos rascunhos e rabiscos feitos em anos passados. Assim como tirar uma boa nota depende exclusivamente da atenção e esforço do aluno; uma vida boa, próspera e bem-sucedida também depende da atenção que damos aos ensinamentos do nosso irmão e mestres maiores que já passaram por esse planeta. Não importa qual seja sua idade, estado de saúde, condição financeira, religião, etc.. Levante o braço, peça uma folha em branco, passe sua vida a limpo... Não se preocupe em tirar a nota dez, ser o melhor, escrever uma bela página, impressionar alguém; preocupe-se apenas em ter a consciência do dever bem cumprido nos campos familiar, profissional e social. Deus está interessado em quem se esforça para acertar os passos na vida. Portanto, só depende de você. Vale a pena tentar.

**Palavra – Autores diversos**

A palavra tem o poder de acordar/despertar/direcionar a consciência para se viver melhor e ainda ajuda-nos a superar as dificuldades existenciais. Não somente falar, mas verificar, sobretudo, o que damos com as nossas palavras. Cada frase é semente viva. Plantamos o bem ou o mal, a saúde ou a enfermidade, o otimismo ou o desalento, a vida ou a morte, naqueles que nos escutam. O verbo é o espelho que nos reflete a personalidade real para julgamento dos outros. Convém falar pouco, o menos possível, mas de forma clara, objetiva e sincera. O importante mesmo é não falar mais do que o precisamente necessário.

**Em branco – Contribuição de Joalber Lourenço**

Certo dia eu estava aplicando uma prova, os alunos em silêncio tentavam responder as perguntas com certa ansiedade. Faltavam uns 15 minutos para o encerramento e um aluno levantou o braço, se dirigiu a mim e disse: "Professora, pode me dar uma folha em branco?" Levei a folha até sua carteira e perguntei por que ele queria mais uma folha em branco! Ele respondeu: "Eu tentei responder as questões, a prova está difícil, rabisquei tudo, fiz uma confusão danada e agora eu queria começar tudo outra vez". Apesar de pouco tempo que faltava, confiei no rapaz, dei-lhe a folha em branco e fiquei torcendo por ele. Aquela sua atitude causou-me simpatia e me deixou esta lição inesquecível, que ora compartilho com todos que lerem esta página. Hoje, lembrando aquele episódio simples, comecei a pensar quantas pessoas receberam uma folha em branco, representada por cada ano de vida que Deus lhes deu até agora, e que elas só têm feito rabiscos, borrões, rascunhos, tentativas frustradas, cálculos errados e uma confusão danada... Assim, muitos são reprovados na escola da vida e se tornam repetentes das mesmas matérias, sem conseguirem ser bem sucedidos nas provas que a vida lhes ofereceu nos campos da saúde, família, vida profissional, etc. Agora, no limiar de cada ano de vida, seria um bom momento para se pedir ao Divino uma folha em branco, ou seja, uma nova oportunidade para ser feliz, onde faríamos novos esforços com mais cuidado para atingirmos os nossos melhores objetivos na vida, já que dispomos dos rascunhos e rabiscos feitos em anos passados. Assim como tirar uma boa nota depende exclusivamente da atenção e esforço do aluno; uma vida boa, próspera e bem-sucedida também depende da atenção que damos aos ensinamentos do nosso irmão e mestres maiores que já passaram por esse planeta. Não importa qual seja sua idade, estado de saúde, condição financeira, religião, etc.. Levante o braço, peça uma folha em branco, passe sua vida a limpo... Não se preocupe em tirar a nota dez, ser o melhor, escrever uma bela página, impressionar alguém; preocupe-se apenas em ter a consciência do dever bem cumprido nos campos familiar, profissional e social. Deus está interessado em quem se esforça para acertar os passos na vida. Portanto, só depende de você. Vale a pena tentar.

**Palavra – Autores diversos**

A palavra tem o poder de acordar/despertar/direcionar a consciência para se viver melhor e ainda ajuda-nos a superar as dificuldades existenciais. Não somente falar, mas verificar, sobretudo, o que damos com as nossas palavras. Cada frase é semente viva. Plantamos o bem ou o mal, a saúde ou a enfermidade, o otimismo ou o desalento, a vida ou a morte, naqueles que nos escutam. O verbo é o espelho que nos reflete a personalidade real para julgamento dos outros. Convém falar pouco, o menos possível, mas de forma clara, objetiva e sincera. O importante mesmo é não falar mais do que o precisamente necessário.

---

**Alerta – Autor Desconhecido**

Este alerta está colocado na porta de um consultório médico. "A enfermidade é um conflito e/ou desajuste entre a personalidade, a alma e o estilo de vida. O resfriado escorre quando o corpo não chora. A dor de garganta entope quando não é possível comunicar as aflições. O estômago arde quando as raivas não conseguem sair. O diabetes invade quando a solidão dói. O corpo engorda quando a insatisfação aperta. A dor de cabeça deprime quando as dúvidas aumentam. O coração desiste quando o sentido da vida parece terminar. A alergia aparece quando o perfeccionismo fica intolerável. As unhas quebram quando as defesas ficam ameaçadas. O peito aperta quando o orgulho escraviza. A pressão sobe quando o medo aprisiona. As neuroses paralisam quando a "criança interna" tiraniza. A febre esquenta quando as defesas detonam as fronteiras da imunidade. Os joelhos doem quando o orgulho não se dobra. O câncer mata quando não se perdoa e/ou cansa de viver. E as dores caladas? Como falam em nosso corpo? A enfermidade não é má, ela avisa quando erramos a direção. O caminho para a felicidade não é reto, existem curvas chamadas equívocos. Existem semáforos chamados amigos. Luzes de precaução chamadas família. Ajudará muito ter no caminho uma peça de reposição chamada decisão. Um potente motor chamado amor. Um alicerce de sustentação chamado FÉ. Abundante combustível chamado paciência. Mas há um maravilhoso Condutor e Solucionador chamado Deus. Os ensinamentos de Jesus nos aproximam do Pai e nos orientam a caminhar segundo as Leis divinas que regem o Universo, o que nos proporcionará saúde, paz, amor, serenidade, humildade, felicidade, sabedoria, harmonia, alegria, etc."

---

**Socorro - Angel Aguard**

Toda dor ou doença que afeta o ser humano é fruto dos seus erros, apetites exagerados, descontrole emocional, desvios morais, desalinhamento mental, conflitos interiores e descuidos do corpo, da mente, das emoções e da alma. Os primeiros passos para se obter a saúde são o desejo de cura e a identificação das causas que estão produzindo a enfermidade. De nada vale desejar a cura, se o próprio doente não acreditar nela. Toda doença pode ter cura, mas nem todo doente sabe e faz por onde alcançar a cura. As pessoas positivas adoececem menos e, quando de fato adoecem, saram mais depressa do que as que são prisioneiras de suas próprias imagens duvidosas ou negativas. Em outras palavras: Imagens negativas no mundo mental são piores do que o câncer ou o enfarte, ou seja, são o flagelo da humanidade. As doenças são respostas às pessoas que estão sem a devida sintonia com as leis naturais que regem a vida, achando-se, portanto, distantes da sua própria essência de espírito. De imediato, as causas das doenças são o que se deve buscar, para, suprimindo-as, acabar com os estados enfermicos. Apesar de todo conhecimento humano, o que conhecemos como doença é o derradeiro efeito produzido no corpo, é o produto final de forças profundas da alma decorrentes de sua missão de vida. Em última análise, a doença é um pedido de socorro, quando o corpo avisa que está passando por situação difícil ou grave.

---

**Amor - Albert Einstein**

Se em um dia de tristezas, tiveres de escolher entre o mundo e o amor... Escolhas o amor, e com ele conquiste o mundo!

**Fardo – Allan Kardec**

O fardo é proporcionado às forças, como a recompensa o será à resignação e à coragem. Mais opulenta será a recompensa, do que penosa a aflição.

---

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

---

**Alerta – Autor Desconhecido**

Este alerta está colocado na porta de um consultório médico. "A enfermidade é um conflito e/ou desajuste entre a personalidade, a alma e o estilo de vida. O resfriado escorre quando o corpo não chora. A dor de garganta entope quando não é possível comunicar as aflições. O estômago arde quando as raivas não conseguem sair. O diabetes invade quando a solidão dói. O corpo engorda quando a insatisfação aperta. A dor de cabeça deprime quando as dúvidas aumentam. O coração desiste quando o sentido da vida parece terminar. A alergia aparece quando o perfeccionismo fica intolerável. As unhas quebram quando as defesas ficam ameaçadas. O peito aperta quando o orgulho escraviza. A pressão sobe quando o medo aprisiona. As neuroses paralisam quando a "criança interna" tiraniza. A febre esquenta quando as defesas detonam as fronteiras da imunidade. Os joelhos doem quando o orgulho não se dobra. O câncer mata quando não se perdoa e/ou cansa de viver. E as dores caladas? Como falam em nosso corpo? A enfermidade não é má, ela avisa quando erramos a direção. O caminho para a felicidade não é reto, existem curvas chamadas equívocos. Existem semáforos chamados amigos. Luzes de precaução chamadas família. Ajudará muito ter no caminho uma peça de reposição chamada decisão. Um potente motor chamado amor. Um alicerce de sustentação chamado FÉ. Abundante combustível chamado paciência. Mas há um maravilhoso Condutor e Solucionador chamado Deus. Os ensinamentos de Jesus nos aproximam do Pai e nos orientam a caminhar segundo as Leis divinas que regem o Universo, o que nos proporcionará saúde, paz, amor, serenidade, humildade, felicidade, sabedoria, harmonia, alegria, etc."

---

**Socorro - Angel Aguard**

Toda dor ou doença que afeta o ser humano é fruto dos seus erros, apetites exagerados, descontrole emocional, desvios morais, desalinhamento mental, conflitos interiores e descuidos do corpo, da mente, das emoções e da alma. Os primeiros passos para se obter a saúde são o desejo de cura e a identificação das causas que estão produzindo a enfermidade. De nada vale desejar a cura, se o próprio doente não acreditar nela. Toda doença pode ter cura, mas nem todo doente sabe e faz por onde alcançar a cura. As pessoas positivas adoececem menos e, quando de fato adoecem, saram mais depressa do que as que são prisioneiras de suas próprias imagens duvidosas ou negativas. Em outras palavras: Imagens negativas no mundo mental são piores do que o câncer ou o enfarte, ou seja, são o flagelo da humanidade. As doenças são respostas às pessoas que estão sem a devida sintonia com as leis naturais que regem a vida, achando-se, portanto, distantes da sua própria essência de espírito. De imediato, as causas das doenças são o que se deve buscar, para, suprimindo-as, acabar com os estados enfermicos. Apesar de todo conhecimento humano, o que conhecemos como doença é o derradeiro efeito produzido no corpo, é o produto final de forças profundas da alma decorrentes de sua missão de vida. Em última análise, a doença é um pedido de socorro, quando o corpo avisa que está passando por situação difícil ou grave.

---

**Amor - Albert Einstein**

Se em um dia de tristezas, tiveres de escolher entre o mundo e o amor... Escolhas o amor, e com ele conquiste o mundo!

**Fardo – Allan Kardec**

O fardo é proporcionado às forças, como a recompensa o será à resignação e à coragem. Mais opulenta será a recompensa, do que penosa a aflição.

---

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