

Se não tiver a capacidade de dizer não, o seu sim não significa nada. Osho

Distância – Autor Desconhecido

Um dia, um pensador indiano fez a seguinte pergunta a seus discípulos: "Por que as pessoas gritam quando estão aborrecidas?" "Gritamos porque perdemos a calma", disse um deles. "Mas, por que gritar quando a outra pessoa está ao seu lado?", questionou novamente o pensador. "Bem, gritamos porque desejamos que a outra pessoa nos ouça", retrucou outro discípulo. E o mestre volta a perguntar: "Então não é possível falar-lhe em voz baixa?" Várias outras respostas surgiram, mas nenhuma convenceu o pensador. Então ele esclareceu: "Vocês sabem por que se grita com uma pessoa quando se está aborrecido? O fato é que, quando duas pessoas estão aborrecidas, seus corações se afastam muito. Para cobrir esta distância precisam gritar para poderem escutar-se mutuamente. Quanto mais aborrecidas estiverem, mais forte terão que gritar para ouvir um ao outro, através da grande distância. Por outro lado, o que sucede quando duas pessoas estão enamoradas? Elas não gritam. Falam suavemente. E por quê? Porque seus corações estão muito perto. A distância entre elas é pequena. Às vezes estão tão próximos seus corações, que nem falam, somente sussurram. E quando o amor é mais intenso, não necessitam sequer sussurrar, apenas se olham, e basta. Seus corações se entendem. É isso que acontece quando duas pessoas que se amam estão próximas." Por fim, o pensador conclui, dizendo: "Quando vocês discutirem, não deixem que seus corações se afastem, não digam palavras que os distanciem mais, pois chegará um dia em que a distância será tanta que não mais encontrarão o caminho de volta."

Crê em ti mesmo, age e verá os resultados. Quando te esforças, a vida também se esforça para te ajudar.

Pratique o silêncio e você adquirirá um conhecimento silencioso. Neste conhecimento silencioso está um sistema computacional que é muito mais minucioso, muito mais preciso, e muito mais poderoso do que qualquer coisa que esteja contida nas fronteiras do pensamento racional. **Deepak Chopra**

Chico Xavier

Entrega - Eileen Caddy

Não perca tempo e energia se debatendo como um peixe fora d'água, culpando outras pessoas pelo que acontece a você. Saiba simplesmente que tudo está em suas mãos. Portanto, você pode corrigir as circunstâncias sem ajuda de ninguém se você separar alguns momentos para encontrar, na quietude, sua paz interior, e aguardar que Eu Me manifeste. Nada do que você procura lhe será escondido se você depositar tudo à Minha frente e se colocar à Minha vontade, e somente a Minha vontade. E você só descobrirá qual é a Minha vontade quando você aprender a ficar quieto. Não se esforce muito; solte-se, relaxe e encontre a paz de coração e de mente que abre todas as portas e revela a luz da verdade. Você descobrirá que você consegue realizar muito mais quando relaxa e coloca tudo em Minhas mãos. E então, bem quieto, sirva-Me e permita que tudo flua livre e naturalmente, sem qualquer esforço de sua parte, e assim se desenvolva na verdadeira perfeição.

Se não tiver a capacidade de dizer não, o seu sim não significa nada. Osho

Distância – Autor Desconhecido

Um dia, um pensador indiano fez a seguinte pergunta a seus discípulos: "Por que as pessoas gritam quando estão aborrecidas?" "Gritamos porque perdemos a calma", disse um deles. "Mas, por que gritar quando a outra pessoa está ao seu lado?", questionou novamente o pensador. "Bem, gritamos porque desejamos que a outra pessoa nos ouça", retrucou outro discípulo. E o mestre volta a perguntar: "Então não é possível falar-lhe em voz baixa?" Várias outras respostas surgiram, mas nenhuma convenceu o pensador. Então ele esclareceu: "Vocês sabem por que se grita com uma pessoa quando se está aborrecido? O fato é que, quando duas pessoas estão aborrecidas, seus corações se afastam muito. Para cobrir esta distância precisam gritar para poderem escutar-se mutuamente. Quanto mais aborrecidas estiverem, mais forte terão que gritar para ouvir um ao outro, através da grande distância. Por outro lado, o que sucede quando duas pessoas estão enamoradas? Elas não gritam. Falam suavemente. E por quê? Porque seus corações estão muito perto. A distância entre elas é pequena. Às vezes estão tão próximos seus corações, que nem falam, somente sussurram. E quando o amor é mais intenso, não necessitam sequer sussurrar, apenas se olham, e basta. Seus corações se entendem. É isso que acontece quando duas pessoas que se amam estão próximas." Por fim, o pensador conclui, dizendo: "Quando vocês discutirem, não deixem que seus corações se afastem, não digam palavras que os distanciem mais, pois chegará um dia em que a distância será tanta que não mais encontrarão o caminho de volta."

Crê em ti mesmo, age e verá os resultados. Quando te esforças, a vida também se esforça para te ajudar.

Pratique o silêncio e você adquirirá um conhecimento silencioso. Neste conhecimento silencioso está um sistema computacional que é muito mais minucioso, muito mais preciso, e muito mais poderoso do que qualquer coisa que esteja contida nas fronteiras do pensamento racional. **Deepak Chopra**

Chico Xavier

Entrega - Eileen Caddy

Não perca tempo e energia se debatendo como um peixe fora d'água, culpando outras pessoas pelo que acontece a você. Saiba simplesmente que tudo está em suas mãos. Portanto, você pode corrigir as circunstâncias sem ajuda de ninguém se você separar alguns momentos para encontrar, na quietude, sua paz interior, e aguardar que Eu Me manifeste. Nada do que você procura lhe será escondido se você depositar tudo à Minha frente e se colocar à Minha vontade, e somente a Minha vontade. E você só descobrirá qual é a Minha vontade quando você aprender a ficar quieto. Não se esforce muito; solte-se, relaxe e encontre a paz de coração e de mente que abre todas as portas e revela a luz da verdade. Você descobrirá que você consegue realizar muito mais quando relaxa e coloca tudo em Minhas mãos. E então, bem quieto, sirva-Me e permita que tudo flua livre e naturalmente, sem qualquer esforço de sua parte, e assim se desenvolva na verdadeira perfeição.

É impossível disse o orgulho. É arriscado disse a experiência. É sem sentido disse a razão. Tente: disse o coração. **Autor Desconhecido** Vai! E, se der medo, vai com medo mesmo! **Fernanda Roehrs**

Inimigo - Mauricio Santini

Sofre de reumatismo, quem percorre os caminhos tortuosos; quem se destina aos escombros da tristeza; quem vive tropeçando no egoísmo. Sofre de artrite, quem jamais abre mão; quem sempre aponta os defeitos dos outros; quem nunca oferece uma rosa. Sofre de bursite, quem não oferta seu ombro amigo; quem retesa, permanentemente, os músculos. Quem cuida, excessivamente, das questões alheias. Sofre da coluna, quem nunca se curva diante da vida; quem carrega o mundo nas costas; quem não anda com retidão. Sofre dos rins, quem tem medo de enfrentar problemas; quem não filtra seus ideais; quem não separa o joio do trigo. Sofre de gastrite, quem vive de paixões avassaladoras; quem costuma agir na emoção; quem reage somente com impulsos; quem sempre chora o leite derramado. Sofre de prisão de ventre, quem aprisiona seus sentidos; quem detém suas mágoas; quem endurece em demasia. Sofre dos pulmões, quem se intoxica de raiva e de ódio; quem sufoca, permanentemente, os outros; quem não respira aliviado pelo dever cumprido; quem não muda de ares; quem não expele os maus fluidos. Sofre do coração, quem guarda ressentimentos; quem vive do passado; quem não segue as batidas do tempo; quem não se ama e, portanto, não tem coração para amar alguém. Sofre da garganta; quem fala mal dos outros; quem vocifera; quem não solta o verbo quem repudia; quem omite; quem usa sua espada afiada para ferir outrem; quem subjuga; quem reclama o tempo todo; quem não fala com Deus. Sofre do ouvido, quem prejudica os atos dos outros; quem não se escuta; quem costuma escutar a conversa dos outros; quem ensurdece ao chamado divino. Sofre dos olhos, quem não se enxerga; quem distorce os fatos; quem não amplia sua visão; quem vê tudo em duplo sentido; quem não quer ver. Sofre de distúrbios da mente, quem mente para si mesmo; quem não tem o mínimo de lucidez; quem preza a inconsciência; quem menospreza a intuição; quem não vigia seus pensamentos; quem embota seu canal com a Criação; quem não se volta para o Universo; quem vive no mundo da lua; quem não pensa na vida; quem vive sonhando; quem se ilude; quem alimenta a ilusão dos outros; quem mascara a realidade; quem não areja a cabeça; quem tem cabeça de vento. Causa e efeito. Ação e reação. Tudo está intrinsecamente ligado. Tudo se conecta o tempo todo. E assim, sucessivamente, passam os anos sem que o ser humano conheça a si mesmo. Somos, certamente, o maior amor das nossas vidas! Assim como o nosso maior inimigo é aquele que está oculto e que habita, inexoravelmente, no interior de nós mesmos.

Mudança - Carlos Antunes

Quando sai de onde eu morava, me vi perdido em meio ao novo. Não conhecia aonde ir e nem o que fazer. Conforme fui me acostumando, comecei a perceber a beleza da singularidade daquele local. A mudança me fez bem. Após algum tempo, tive novamente que me mudar. E outra vez, me vi sem saber os locais, os costumes e quem eram as pessoas. Conforme o tempo passou, mais uma vez me acostumei. E novos fatos aprendi. Quando novamente tive que me mudar, tudo ocorreu com mais tranquilidade. Mesmo o novo, o desconhecido e a falta de conhecimento não me causaram incômodo. Tudo aquilo era familiar para mim. As dificuldades da mudança se tornaram naturais e consegui lidar com tudo aquilo com serenidade. O desconforto da mudança acaba por nos trazer conhecimentos que apenas com a mudança são possíveis.

Projeto Pense Bem - www.FaceBook.com/ProjetoPenseBem

É impossível disse o orgulho. É arriscado disse a experiência. É sem sentido disse a razão. Tente: disse o coração. **Autor Desconhecido** Vai! E, se der medo, vai com medo mesmo! **Fernanda Roehrs**

Inimigo - Mauricio Santini

Sofre de reumatismo, quem percorre os caminhos tortuosos; quem se destina aos escombros da tristeza; quem vive tropeçando no egoísmo. Sofre de artrite, quem jamais abre mão; quem sempre aponta os defeitos dos outros; quem nunca oferece uma rosa. Sofre de bursite, quem não oferta seu ombro amigo; quem retesa, permanentemente, os músculos. Quem cuida, excessivamente, das questões alheias. Sofre da coluna, quem nunca se curva diante da vida; quem carrega o mundo nas costas; quem não anda com retidão. Sofre dos rins, quem tem medo de enfrentar problemas; quem não filtra seus ideais; quem não separa o joio do trigo. Sofre de gastrite, quem vive de paixões avassaladoras; quem costuma agir na emoção; quem reage somente com impulsos; quem sempre chora o leite derramado. Sofre de prisão de ventre, quem aprisiona seus sentidos; quem detém suas mágoas; quem endurece em demasia. Sofre dos pulmões, quem se intoxica de raiva e de ódio; quem sufoca, permanentemente, os outros; quem não respira aliviado pelo dever cumprido; quem não muda de ares; quem não expele os maus fluidos. Sofre do coração, quem guarda ressentimentos; quem vive do passado; quem não segue as batidas do tempo; quem não se ama e, portanto, não tem coração para amar alguém. Sofre da garganta; quem fala mal dos outros; quem vocifera; quem não solta o verbo quem repudia; quem omite; quem usa sua espada afiada para ferir outrem; quem subjuga; quem reclama o tempo todo; quem não fala com Deus. Sofre do ouvido, quem prejudica os atos dos outros; quem não se escuta; quem costuma escutar a conversa dos outros; quem ensurdece ao chamado divino. Sofre dos olhos, quem não se enxerga; quem distorce os fatos; quem não amplia sua visão; quem vê tudo em duplo sentido; quem não quer ver. Sofre de distúrbios da mente, quem mente para si mesmo; quem não tem o mínimo de lucidez; quem preza a inconsciência; quem menospreza a intuição; quem não vigia seus pensamentos; quem embota seu canal com a Criação; quem não se volta para o Universo; quem vive no mundo da lua; quem não pensa na vida; quem vive sonhando; quem se ilude; quem alimenta a ilusão dos outros; quem mascara a realidade; quem não areja a cabeça; quem tem cabeça de vento. Causa e efeito. Ação e reação. Tudo está intrinsecamente ligado. Tudo se conecta o tempo todo. E assim, sucessivamente, passam os anos sem que o ser humano conheça a si mesmo. Somos, certamente, o maior amor das nossas vidas! Assim como o nosso maior inimigo é aquele que está oculto e que habita, inexoravelmente, no interior de nós mesmos.

Mudança - Carlos Antunes

Quando sai de onde eu morava, me vi perdido em meio ao novo. Não conhecia aonde ir e nem o que fazer. Conforme fui me acostumando, comecei a perceber a beleza da singularidade daquele local. A mudança me fez bem. Após algum tempo, tive novamente que me mudar. E outra vez, me vi sem saber os locais, os costumes e quem eram as pessoas. Conforme o tempo passou, mais uma vez me acostumei. E novos fatos aprendi. Quando novamente tive que me mudar, tudo ocorreu com mais tranquilidade. Mesmo o novo, o desconhecido e a falta de conhecimento não me causaram incômodo. Tudo aquilo era familiar para mim. As dificuldades da mudança se tornaram naturais e consegui lidar com tudo aquilo com serenidade. O desconforto da mudança acaba por nos trazer conhecimentos que apenas com a mudança são possíveis.

Projeto Pense Bem - www.FaceBook.com/ProjetoPenseBem