

Projeto Pense Bem

Edição 21



Ame a teu próximo como a ti mesmo e não faça aos outros o que não quer que façam contigo.

Jesus Cristo

Muito além do simples DÓ, RÉ, MI, FÁ, SOL, LÁ, SI, DÓ – Lia Goulart

A música é um dos estímulos mais potentes para os circuitos do cérebro. Além de ajudar no raciocínio lógico-matemático, contribui para a compreensão da linguagem e para o desenvolvimento da comunicação, para a percepção de sons sutis e para o aprimoramento de outras habilidades. “A música atua nos dois hemisférios do cérebro. O lado esquerdo que é mais lógico e sequencial e o direito que é holístico, intuitivo, criativo. No processo musical os dois lados são trabalhados”, diz Suzuki (professor). Nas pesquisas realizadas com o intuito de provar essa característica de estímulo cerebral da música mostram que crianças mostraram melhores resultados na cópia de desenhos geométricos, na percepção espacial e no jogo de quebra-cabeças do que as que não tiveram aulas de música. As provas estão aí, para serem testadas, experimentadas. A música encanta, nos traz lembranças, nos faz rir, chorar, gritar, nos liberta e nos preenche. Musicalize a sua vida, cantarole, seja louco, seja inusitado, seja irreverente, mas seja feliz, deixe que a música habite a sua vida, o seu coração, mas que habite em todo o seu ser.

O Tempo Certo – Autor Desconhecido

De uma coisa podemos ter certeza: de nada adianta querer apressar as coisas. Tudo vem ao seu tempo, dentro do prazo que lhe foi previsto. Mas a natureza humana não é muito paciente. Temos pressa em tudo! Aí acontecem os atropelos do destino, aquela situação que você mesmo provoca, por pura ansiedade de não aguardar o tempo certo. Mas alguém poderia dizer: - Mas qual é esse tempo certo? Bom, basta observar os sinais. Geralmente quando alguma coisa está para acontecer ou chegar até sua vida, Pequenas manifestações do cotidiano, enviarão sinais indicando o caminho certo. Pode ser a palavra de um amigo, um texto lido, uma observação qualquer. Mas com certeza, o sincronismo se encarregará de colocar você no lugar certo, na hora certa, no momento certo, diante da situação ou da pessoa certa! Basta você acreditar que nada acontece por acaso! E talvez seja por isso que você esteja agora lendo essas linhas. Tente observar melhor o que está a sua volta. Lembre-se que o universo, sempre conspira a seu favor, quando você possui um objetivo claro e uma disponibilidade de crescimento.

Projeto Pense Bem

Edição 21



Ame a teu próximo como a ti mesmo e não faça aos outros o que não quer que façam contigo.

Jesus Cristo

Muito além do simples DÓ, RÉ, MI, FÁ, SOL, LÁ, SI, DÓ – Lia Goulart

A música é um dos estímulos mais potentes para os circuitos do cérebro. Além de ajudar no raciocínio lógico-matemático, contribui para a compreensão da linguagem e para o desenvolvimento da comunicação, para a percepção de sons sutis e para o aprimoramento de outras habilidades. “A música atua nos dois hemisférios do cérebro. O lado esquerdo que é mais lógico e sequencial e o direito que é holístico, intuitivo, criativo. No processo musical os dois lados são trabalhados”, diz Suzuki (professor). Nas pesquisas realizadas com o intuito de provar essa característica de estímulo cerebral da música mostram que crianças mostraram melhores resultados na cópia de desenhos geométricos, na percepção espacial e no jogo de quebra-cabeças do que as que não tiveram aulas de música. As provas estão aí, para serem testadas, experimentadas. A música encanta, nos traz lembranças, nos faz rir, chorar, gritar, nos liberta e nos preenche. Musicalize a sua vida, cantarole, seja louco, seja inusitado, seja irreverente, mas seja feliz, deixe que a música habite a sua vida, o seu coração, mas que habite em todo o seu ser.

O Tempo Certo – Autor Desconhecido

De uma coisa podemos ter certeza: de nada adianta querer apressar as coisas. Tudo vem ao seu tempo, dentro do prazo que lhe foi previsto. Mas a natureza humana não é muito paciente. Temos pressa em tudo! Aí acontecem os atropelos do destino, aquela situação que você mesmo provoca, por pura ansiedade de não aguardar o tempo certo. Mas alguém poderia dizer: - Mas qual é esse tempo certo? Bom, basta observar os sinais. Geralmente quando alguma coisa está para acontecer ou chegar até sua vida, Pequenas manifestações do cotidiano, enviarão sinais indicando o caminho certo. Pode ser a palavra de um amigo, um texto lido, uma observação qualquer. Mas com certeza, o sincronismo se encarregará de colocar você no lugar certo, na hora certa, no momento certo, diante da situação ou da pessoa certa! Basta você acreditar que nada acontece por acaso! E talvez seja por isso que você esteja agora lendo essas linhas. Tente observar melhor o que está a sua volta. Lembre-se que o universo, sempre conspira a seu favor, quando você possui um objetivo claro e uma disponibilidade de crescimento.

Pense Positivo - Rutinaldo Miranda Batista Júnior

Comece seu dia com um pensamento positivo. Acredite que o dia vai ser bom. Não acorde imaginando que vai viver apenas um dia comum. O seu pensamento pode mudar a realidade. Acredite que merece ser feliz. Isso já faz uma enorme diferença. Pensar positivo muda as nossas ações. O nosso jeito de lidar com o mundo, provoca uma mudança em nosso interior. E quando a gente muda por dentro, tudo à nossa volta também muda. Porque passamos a enxergar as coisas diferentes. Enxergando a solução mais que o problema. Dessa maneira, a felicidade certamente vem bater à sua porta. E você vai saber abrir. Quem sabe ela já está esperando do lado de fora há muito tempo. E você nunca se deu conta disso. Preferiu buscar mais a infelicidade, esquecendo que ser feliz também é uma questão de atitude.

Mau humor – Chico Xavier

Se o mau humor te envolve como uma sombra sufocante, procura examinar-lhe as origens, a fim de que possas liquidá-lo o mais rápido possível. Caso alguma dívida te preocupe, não será com aspereza que conseguirás os recursos preciosos, de modo a liquidá-la. Doença quando aparece, solicita remédio e não intolerância para curar-se. Contratemos em família não se desfazem com frases ásperas. Se pretende adquirir companheiros e colaboradores, a irritação é um antigo processo de perder amizades. Lembra-te de que ninguém consegue realizar algo sem os outros e de que os outros não são culpados por nossas indisposições e insucessos. Ninguém sabe até hoje onde termina o mau humor e começa a enfermidade. Não se sabe de ninguém até agora que o azedume tenha auxiliado. Se você deseja livrar-se dessa máscara destruidora, cultiva a paciência e aprende a sorrir.

Caminhada - Santo Agostinho

Mesmo que você já tenha feito uma longa caminhada, há sempre um caminho a fazer.

Luz – Marcos Carvalho

Quando a luz se fizer presente dentro de você, o caminho ficará mais claro e suas escolhas serão as mais corretas. Ao evitar a sombra, você não errará o caminho.

Impermanência - Charles Chaplin

Nada é permanente nesse mundo cruel. Nem mesmo os nossos problemas.

Pedra ou vidraça - Provérbio Chinês

É muito fácil ser pedra, o difícil é ser vidraça.

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

Pense Positivo - Rutinaldo Miranda Batista Júnior

Comece seu dia com um pensamento positivo. Acredite que o dia vai ser bom. Não acorde imaginando que vai viver apenas um dia comum. O seu pensamento pode mudar a realidade. Acredite que merece ser feliz. Isso já faz uma enorme diferença. Pensar positivo muda as nossas ações. O nosso jeito de lidar com o mundo, provoca uma mudança em nosso interior. E quando a gente muda por dentro, tudo à nossa volta também muda. Porque passamos a enxergar as coisas diferentes. Enxergando a solução mais que o problema. Dessa maneira, a felicidade certamente vem bater à sua porta. E você vai saber abrir. Quem sabe ela já está esperando do lado de fora há muito tempo. E você nunca se deu conta disso. Preferiu buscar mais a infelicidade, esquecendo que ser feliz também é uma questão de atitude.

Mau humor – Chico Xavier

Se o mau humor te envolve como uma sombra sufocante, procura examinar-lhe as origens, a fim de que possas liquidá-lo o mais rápido possível. Caso alguma dívida te preocupe, não será com aspereza que conseguirás os recursos preciosos, de modo a liquidá-la. Doença quando aparece, solicita remédio e não intolerância para curar-se. Contratemos em família não se desfazem com frases ásperas. Se pretende adquirir companheiros e colaboradores, a irritação é um antigo processo de perder amizades. Lembra-te de que ninguém consegue realizar algo sem os outros e de que os outros não são culpados por nossas indisposições e insucessos. Ninguém sabe até hoje onde termina o mau humor e começa a enfermidade. Não se sabe de ninguém até agora que o azedume tenha auxiliado. Se você deseja livrar-se dessa máscara destruidora, cultiva a paciência e aprende a sorrir.

Caminhada - Santo Agostinho

Mesmo que você já tenha feito uma longa caminhada, há sempre um caminho a fazer.

Luz – Marcos Carvalho

Quando a luz se fizer presente dentro de você, o caminho ficará mais claro e suas escolhas serão as mais corretas. Ao evitar a sombra, você não errará o caminho.

Impermanência - Charles Chaplin

Nada é permanente nesse mundo cruel. Nem mesmo os nossos problemas.

Pedra ou vidraça - Provérbio Chinês

É muito fácil ser pedra, o difícil é ser vidraça.

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