



O homem que sofre antes de ser necessário, sofre mais que o necessário - Sêneca

A Arte de Resolver Conflitos – Parábolas do Aikido

O trem atravessava os subúrbios de Tóquio. Um dos vagões estava quase vazio: apenas algumas mulheres e idosos e um jovem lutador de Aikidô. Chegando a uma estação as portas se abriram e, de repente, a quietude foi rompida por um homem forte que entrou cambaleando, gritando com violência palavras sem nexo, empurrando uma mulher que caiu sobre uma poltrona. O lutador estava em excelente forma física, mas suas habilidades nunca haviam sido testadas em um combate de verdade, pois o Aikidô é "a arte da reconciliação". Mas no fundo do coração, desejava uma oportunidade legítima em que pudesse salvar os inocentes, destruindo os culpados. O jovem se levantou e o bêbado percebeu a chance de canalizar sua ira. Ah! Um valentão! Você está precisando de uma lição de boas maneiras! E se preparou para atacar. Mas, antes que ele pudesse se mexer, alguém deu um grito: Hei! O jovem e o bêbado olharam para um velho japonês que estava sentado em um dos bancos, o qual vestia um quimono impecável e devia ter mais de setenta anos... Venha aqui, venha conversar comigo insistiu, chamando-o com um aceno de mão. O homenzarrão obedeceu, meio contrariado. O que você andou bebendo? Perguntou, com olhar interessado. Saquê rosou de volta o operário! Com muita ternura, o velho começou a falar da sua vida, do afeto que sentia pela esposa, das noites que sentavam num velho banco de madeira, no jardim, um ao lado do outro, vendo como vai indo o nosso caquizeiro, comentou o velho mestre. Pouco a pouco o operário foi relaxando e disse: é, é bom. Eu também gosto de caqui...São deliciosos concordou o velho, sorrindo. E tenho certeza de que você também tem uma ótima esposa. Não, falou o operário. Minha esposa morreu. Suavemente, acompanhando o balanço do trem, aquele homenzarrão começou a chorar. Eu não tenho esposa, não tenho casa, não tenho emprego. Eu só tenho vergonha de mim mesmo. E o jovem estava lá, com toda sua inocência juvenil, com toda a sua vontade de tornar o mundo melhor para se viver, sentindo-se, de repente, o pior dos homens. O trem chegou à estação e o jovem desceu. Voltou-se para dar uma última olhada. O operário escarrapachara-se no banco e deitara a cabeça no colo do velho, que afagava com ternura seus cabelos emaranhados e sebosos. Enquanto o trem se afastava, o jovem ficou meditando... O que pretendia resolver pela força foi alcançado com algumas palavras meigas. E aprendeu, através de uma lição viva, a arte de resolver conflitos.



O homem que sofre antes de ser necessário, sofre mais que o necessário - Sêneca

O trem atravessava os subúrbios de Tóquio. Um dos vagões estava quase vazio: apenas algumas mulheres e idosos e um jovem lutador de Aikidô. Chegando a uma estação as portas se abriram e, de repente, a quietude foi rompida por um homem forte que entrou cambaleando, gritando com violência palavras sem nexo, empurrando uma mulher que caiu sobre uma poltrona. O lutador estava em excelente forma física, mas suas habilidades nunca haviam sido testadas em um combate de verdade, pois o Aikidô é "a arte da reconciliação". Mas no fundo do coração, desejava uma oportunidade legítima em que pudesse salvar os inocentes, destruindo os culpados. O jovem se levantou e o bêbado percebeu a chance de canalizar sua ira. Ah! Um valentão! Você está precisando de uma lição de boas maneiras! E se preparou para atacar. Mas, antes que ele pudesse se mexer, alguém deu um grito: Hei! O jovem e o bêbado olharam para um velho japonês que estava sentado em um dos bancos, o qual vestia um quimono impecável e devia ter mais de setenta anos... Venha aqui, venha conversar comigo insistiu, chamando-o com um aceno de mão. O homenzarrão obedeceu, meio contrariado. O que você andou bebendo? Perguntou, com olhar interessado. Saquê rosou de volta o operário! Com muita ternura, o velho começou a falar da sua vida, do afeto que sentia pela esposa, das noites que sentavam num velho banco de madeira, no jardim, um ao lado do outro, vendo como vai indo o nosso caquizeiro, comentou o velho mestre. Pouco a pouco o operário foi relaxando e disse: é, é bom. Eu também gosto de caqui...São deliciosos concordou o velho, sorrindo. E tenho certeza de que você também tem uma ótima esposa. Não, falou o operário. Minha esposa morreu. Suavemente, acompanhando o balanço do trem, aquele homenzarrão começou a chorar. Eu não tenho esposa, não tenho casa, não tenho emprego. Eu só tenho vergonha de mim mesmo. E o jovem estava lá, com toda sua inocência juvenil, com toda a sua vontade de tornar o mundo melhor para se viver, sentindo-se, de repente, o pior dos homens. O trem chegou à estação e o jovem desceu. Voltou-se para dar uma última olhada. O operário escarrapachara-se no banco e deitara a cabeça no colo do velho, que afagava com ternura seus cabelos emaranhados e sebosos. Enquanto o trem se afastava, o jovem ficou meditando... O que pretendia resolver pela força foi alcançado com algumas palavras meigas. E aprendeu, através de uma lição viva, a arte de resolver conflitos.

Escolhas – Louise L. Hay

A melhor coisa que podemos fazer pela nossa vida é ter pensamentos positivos e amorosos. Perdoar os outros, ter carinho por nós mesmos e deixar a inteligência do universo agir, criando tudo aquilo que possa servir para o nosso bem estar e alegria. Dessa forma, tudo acontece suavemente. O poder que nos criou deu-nos o poder de criar nossas vidas, o poder de escolher os nossos pensamentos. Essas escolhas criam o nosso futuro. Se escolhermos a raiva, a agressão e o ressentimento, vamos apenas criar raiva, ressentimento e agressão. Se queremos amor, precisamos ter pensamentos amorosos.

O poder da luz - Pastorino

Não se queixe do mundo. O mundo não é mau. Alguns homens é que não conseguiram ainda ser bons. Mas da lama imunda nasce a pureza dos lírios. E daquilo que nos parece mau e impuro pode surgir a luz mais sublime. Repare que a luz não se suja, mesmo que é refletida pelo pântano. Procure ter apenas pensamentos bons e positivos, pois eles não serão contaminados, nem mesmo quando refletidos em ambientes menos puros.

Reflexo – Arnold Patent

O maior obstáculo à solução de problemas nas nossas vidas é o fato de lidarmos com eles como se fossem algo exterior a nós. A verdade é que cada problema é uma manifestação externa de nosso estado interno. Quando nossa consciência é clara e está em paz, o problema desaparece.

A arte da guerra – Sun Tzu

Se você conhece o inimigo e conhece a si mesmo, não precisa temer o resultado de cem batalhas. Se você se conhece mas não conhece o inimigo, para cada vitória, sofrerá uma derrota. Se você não conhece nem o inimigo nem a si mesmo, perderá todas as batalhas.

Lute – Marcos Carvalho

Nunca pare, mesmo que pense nisso por um instante. Permaneça lutando e sempre em frente. Desatrele-se do seu passado, pois o apenas presente tem as respostas que você precisa. Caminhe sempre e olhe para o alto agradecendo a sua oportunidade de fazer a diferença hoje. Seja humilde e mude os seus aspectos interiores.

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

Escolhas – Louise L. Hay

A melhor coisa que podemos fazer pela nossa vida é ter pensamentos positivos e amorosos. Perdoar os outros, ter carinho por nós mesmos e deixar a inteligência do universo agir, criando tudo aquilo que possa servir para o nosso bem estar e alegria. Dessa forma, tudo acontece suavemente. O poder que nos criou deu-nos o poder de criar nossas vidas, o poder de escolher os nossos pensamentos. Essas escolhas criam o nosso futuro. Se escolhermos a raiva, a agressão e o ressentimento, vamos apenas criar raiva, ressentimento e agressão. Se queremos amor, precisamos ter pensamentos amorosos.

O poder da luz - Pastorino

Não se queixe do mundo. O mundo não é mau. Alguns homens é que não conseguiram ainda ser bons. Mas da lama imunda nasce a pureza dos lírios. E daquilo que nos parece mau e impuro pode surgir a luz mais sublime. Repare que a luz não se suja, mesmo que é refletida pelo pântano. Procure ter apenas pensamentos bons e positivos, pois eles não serão contaminados, nem mesmo quando refletidos em ambientes menos puros.

Reflexo – Arnold Patent

O maior obstáculo à solução de problemas nas nossas vidas é o fato de lidarmos com eles como se fossem algo exterior a nós. A verdade é que cada problema é uma manifestação externa de nosso estado interno. Quando nossa consciência é clara e está em paz, o problema desaparece.

A arte da guerra – Sun Tzu

Se você conhece o inimigo e conhece a si mesmo, não precisa temer o resultado de cem batalhas. Se você se conhece mas não conhece o inimigo, para cada vitória, sofrerá uma derrota. Se você não conhece nem o inimigo nem a si mesmo, perderá todas as batalhas.

Lute – Marcos Carvalho

Nunca pare, mesmo que pense nisso por um instante. Permaneça lutando e sempre em frente. Desatrele-se do seu passado, pois o apenas presente tem as respostas que você precisa. Caminhe sempre e olhe para o alto agradecendo a sua oportunidade de fazer a diferença hoje. Seja humilde e mude os seus aspectos interiores.

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