

# Projeto Pense Bem

www.servoluntario.com.br

Edição 41



*Não importa o tamanho da montanha, ela não pode tapar o sol – Provérbio Chinês*

---

## **Paz de espírito – Dalai Lama**

A bondade é o que realmente importa. A bondade, o amor e a compaixão combinados são sentimentos que levam à essência da fraternidade. São os alicerces da paz interior. Com sentimentos de ódio e rancor, é muito difícil alcançar a paz interior. Neste sentido, as religiões e crenças são convergentes. Em todas as grandes religiões do mundo, a ênfase é no espírito de fraternidade. São os inimigos que verdadeiramente nos ensinam a vivenciar sentimentos de compaixão e tolerância. As guerras surgem porque não há compreensão do lado humano das pessoas. Ao invés de conferências e encontros políticos, por que não convocar as famílias a fazerem um piquenique para que se conheçam mutuamente, enquanto suas crianças brincam juntas? Muitos de nós juntam-se sob o mesmo sol resplandecente, falando línguas diversas, vestindo indumentárias diferentes e até mesmo possuindo crenças distintas. Contudo, nós todos somos idênticos como seres humanos e individualmente únicos. Desejamos todos, indistintamente, a felicidade e não o sofrimento. Mesmo que não possamos resolver certos problemas, não devemos nos frustrar. Como humanos devemos enfrentar a morte, a velhice e doenças, que, tal qual um furacão, são fenômenos naturais que fogem ao nosso controle. Devemos enfrentá-los, não podemos evitá-los. São sofrimentos que já bastam em nossa vida. Por que criarmos mais problemas por apego à nossa ideologia ou porque pensamos de maneira diferente? É inútil e triste! Milhões de pessoas sofrem com esse tipo de problema. É um verdadeiro desperdício, visto que podemos evitar o sofrimento adotando uma atitude diferente e reconhecendo a humanidade à qual as ideologias deveriam servir. Rancor, ódio, ciúme: não é possível encontrar a paz com eles. Podemos resolver muitos de nossos problemas por meio da compaixão e do amor. Só assim nos desarmaremos e encontraremos a verdadeira felicidade. Uma das maiores virtudes é a compaixão. A compaixão não pode ser comprada numa loja de departamentos ou fabricada por máquinas. Ela advém do crescimento interior. Sem paz de espírito, é impossível haver paz no mundo.

---

## **Provações - Provérbio Hindu**

Assim como as pedras são polidas por atrito, as provações tornam os homens brilhantes.

---

# Projeto Pense Bem

www.servoluntario.com.br

Edição 41



*Não importa o tamanho da montanha, ela não pode tapar o sol – Provérbio Chinês*

---

## **Paz de espírito – Dalai Lama**

A bondade é o que realmente importa. A bondade, o amor e a compaixão combinados são sentimentos que levam à essência da fraternidade. São os alicerces da paz interior. Com sentimentos de ódio e rancor, é muito difícil alcançar a paz interior. Neste sentido, as religiões e crenças são convergentes. Em todas as grandes religiões do mundo, a ênfase é no espírito de fraternidade. São os inimigos que verdadeiramente nos ensinam a vivenciar sentimentos de compaixão e tolerância. As guerras surgem porque não há compreensão do lado humano das pessoas. Ao invés de conferências e encontros políticos, por que não convocar as famílias a fazerem um piquenique para que se conheçam mutuamente, enquanto suas crianças brincam juntas? Muitos de nós juntam-se sob o mesmo sol resplandecente, falando línguas diversas, vestindo indumentárias diferentes e até mesmo possuindo crenças distintas. Contudo, nós todos somos idênticos como seres humanos e individualmente únicos. Desejamos todos, indistintamente, a felicidade e não o sofrimento. Mesmo que não possamos resolver certos problemas, não devemos nos frustrar. Como humanos devemos enfrentar a morte, a velhice e doenças, que, tal qual um furacão, são fenômenos naturais que fogem ao nosso controle. Devemos enfrentá-los, não podemos evitá-los. São sofrimentos que já bastam em nossa vida. Por que criarmos mais problemas por apego à nossa ideologia ou porque pensamos de maneira diferente? É inútil e triste! Milhões de pessoas sofrem com esse tipo de problema. É um verdadeiro desperdício, visto que podemos evitar o sofrimento adotando uma atitude diferente e reconhecendo a humanidade à qual as ideologias deveriam servir. Rancor, ódio, ciúme: não é possível encontrar a paz com eles. Podemos resolver muitos de nossos problemas por meio da compaixão e do amor. Só assim nos desarmaremos e encontraremos a verdadeira felicidade. Uma das maiores virtudes é a compaixão. A compaixão não pode ser comprada numa loja de departamentos ou fabricada por máquinas. Ela advém do crescimento interior. Sem paz de espírito, é impossível haver paz no mundo.

---

## **Provações - Provérbio Hindu**

Assim como as pedras são polidas por atrito, as provações tornam os homens brilhantes.

---

<b>Desilusão – Autor desconhecido</b> A desilusão é a visita da verdade.	<b>Perdão – Anália Franco</b> Perdoar não é esquecer e sim modificar sentimentos.
---	--

**Julgamento – João, 8, 1-11**

Os escribas e fariseus trouxeram a Jesus uma mulher apanhada em adultério. E, pondo-a no meio, disseram-lhe: "Mestre, esta mulher foi apanhada em adultério, e, na lei, nos mandou Moisés que estas sejam apedrejadas. Tu, pois, que dizes?" Isso diziam eles, tentando-o, para que tivessem de que o acusar. Mas Jesus, inclinando-se, escrevia com o dedo na terra. E, como insistissem, perguntando-lhe, endireitou-se e disse-lhes: "Aquele que dentre vós está sem pecado, que atire a primeira pedra." Quando ouviram isso, saíram um a um, a começar pelos mais velhos até aos últimos; ficaram sós Jesus e a mulher, que estava no meio. E, endireitando-se Jesus e não vendo ninguém mais do que a mulher, disse-lhe: "Mulher, onde estão àqueles teus acusadores? Ninguém te condenou?" E ela disse: "Ninguém, Senhor." E disse-lhe Jesus: "Nem eu também te condeno; vai-te e não peques mais."

**Sofrimento - Jurema das Matas**

Não falo do sofrimento como algo bom, mas necessário, na medida em que ainda não conseguimos acreditar no poder transformador do amor. Não digo que é preciso sofrer para alcançar algum tipo de elevação espiritual, mas também não podemos negar que é através do sofrimento que o homem vem conquistando novos valores. É preciso viver para conhecer, experienciar para discernir, sentir para se libertar. Provar para poder dizer: eu não quero e não preciso mais disso.

**Fé – Marcos Carvalho**

Bem afortunados os pobres de espírito, pois deles é o reino dos céus. Não tenha receio de sua ignorância, mas tenha receio de sua falta de fé. Pois ainda que tenhas fé, nada de mal irá lhe acontecer. Enquanto que, sem ela fatalmente terás problemas.

**Dever - André Luiz**

Não se renda à tentação entre aquilo que você quer e aquilo que você pode. Fique com aquilo que você deve fazer.

**Injustiças - Pitágoras**

Anima-te por teres de suportar as injustiças; a verdadeira desgraça consiste em cometê-las.

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

<b>Desilusão – Autor desconhecido</b> A desilusão é a visita da verdade.	<b>Perdão – Anália Franco</b> Perdoar não é esquecer e sim modificar sentimentos.
---	--

**Julgamento – João, 8, 1-11**

Os escribas e fariseus trouxeram a Jesus uma mulher apanhada em adultério. E, pondo-a no meio, disseram-lhe: "Mestre, esta mulher foi apanhada em adultério, e, na lei, nos mandou Moisés que estas sejam apedrejadas. Tu, pois, que dizes?" Isso diziam eles, tentando-o, para que tivessem de que o acusar. Mas Jesus, inclinando-se, escrevia com o dedo na terra. E, como insistissem, perguntando-lhe, endireitou-se e disse-lhes: "Aquele que dentre vós está sem pecado, que atire a primeira pedra." Quando ouviram isso, saíram um a um, a começar pelos mais velhos até aos últimos; ficaram sós Jesus e a mulher, que estava no meio. E, endireitando-se Jesus e não vendo ninguém mais do que a mulher, disse-lhe: "Mulher, onde estão àqueles teus acusadores? Ninguém te condenou?" E ela disse: "Ninguém, Senhor." E disse-lhe Jesus: "Nem eu também te condeno; vai-te e não peques mais."

**Sofrimento - Jurema das Matas**

Não falo do sofrimento como algo bom, mas necessário, na medida em que ainda não conseguimos acreditar no poder transformador do amor. Não digo que é preciso sofrer para alcançar algum tipo de elevação espiritual, mas também não podemos negar que é através do sofrimento que o homem vem conquistando novos valores. É preciso viver para conhecer, experienciar para discernir, sentir para se libertar. Provar para poder dizer: eu não quero e não preciso mais disso.

**Fé – Marcos Carvalho**

Bem afortunados os pobres de espírito, pois deles é o reino dos céus. Não tenha receio de sua ignorância, mas tenha receio de sua falta de fé. Pois ainda que tenhas fé, nada de mal irá lhe acontecer. Enquanto que, sem ela fatalmente terás problemas.

**Dever - André Luiz**

Não se renda à tentação entre aquilo que você quer e aquilo que você pode. Fique com aquilo que você deve fazer.

**Injustiças - Pitágoras**

Anima-te por teres de suportar as injustiças; a verdadeira desgraça consiste em cometê-las.

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