

Projeto Pense Bem

www.servoluntario.com.br

Edição 54



*Não importa o quão escuras as coisas pareçam ser ou realmente seja;, levante seus olhos e enxergue as possibilidades - sempre veja-as, pois elas estão sempre lá. **Norman Vincent Peale***

Vaso – Fábula Chinesa

Uma chinesa velha tinha dois grandes vasos, cada um suspenso na extremidade de uma vara que ela carregava nas costas. Um dos vasos era rachado e o outro era perfeito. Todos os dias ela ia ao rio buscar água, e ao fim da longa caminhada do rio até casa o vaso perfeito chegava sempre cheio de água, enquanto o rachado chegava meio vazio. Naturalmente o vaso perfeito tinha muito orgulho do seu próprio resultado - e o pobre vaso rachado tinha vergonha do seu defeito, de conseguir fazer só a metade daquilo que deveria fazer. Ao fim de dois anos, refletindo sobre a sua própria amarga derrota de ser 'rachado', durante o caminho para o rio o vaso rachado disse à velha : "Tenho vergonha de mim mesmo, porque esta rachadura que tenho faz-me perder metade da água durante o caminho até à sua casa" A velhinha sorriu : "Reparaste que lindas flores há no teu lado do caminho, somente no teu lado do caminho ? Eu sempre soube do teu defeito e portanto plantei sementes de flores na beira da estrada do teu lado. E todos os dias, enquanto voltávamos do rio, tu as regava. Foi assim que durante dois anos pude apanhar belas flores para enfeitar a mesa e alegrar o meu jantar. Se tu não fosses como és, eu não teria tido aquelas maravilhas na minha casa !" Cada um de nós tem o seu defeito próprio : mas é o defeito que cada um de nós tem, que faz com que nossa convivência seja interessante e gratificante. É preciso aceitar cada um pelo que é; e descobrir o que há de bom nele!

Ciclo - Autor desconhecido

Agradeça o que já tem. Declare o que quer. Arrisque um passo a mais. Solicite o que deseja. Essa é a roda da abundância.

Metas - Autor desconhecido

Defina suas metas objetivamente, escreva-as, mentalize-as e aja em direção a elas.

Passos – Marcos Carvalho

Após ter definido suas metas, pense em quais passos você tem que seguir para chegar até lá. E execute um passo após o outro. E sempre que concluir um passo, agradeça por ter conseguido. Mas continue em frente, com a firmeza necessária e sempre visualizando seu objetivo sendo alcançado por você.

Projeto Pense Bem

www.servoluntario.com.br

Edição 54



*Não importa o quão escuras as coisas pareçam ser ou realmente seja;, levante seus olhos e enxergue as possibilidades - sempre veja-as, pois elas estão sempre lá. **Norman Vincent Peale***

Vaso – Fábula Chinesa

Uma chinesa velha tinha dois grandes vasos, cada um suspenso na extremidade de uma vara que ela carregava nas costas. Um dos vasos era rachado e o outro era perfeito. Todos os dias ela ia ao rio buscar água, e ao fim da longa caminhada do rio até casa o vaso perfeito chegava sempre cheio de água, enquanto o rachado chegava meio vazio. Naturalmente o vaso perfeito tinha muito orgulho do seu próprio resultado - e o pobre vaso rachado tinha vergonha do seu defeito, de conseguir fazer só a metade daquilo que deveria fazer. Ao fim de dois anos, refletindo sobre a sua própria amarga derrota de ser 'rachado', durante o caminho para o rio o vaso rachado disse à velha : "Tenho vergonha de mim mesmo, porque esta rachadura que tenho faz-me perder metade da água durante o caminho até à sua casa" A velhinha sorriu : "Reparaste que lindas flores há no teu lado do caminho, somente no teu lado do caminho ? Eu sempre soube do teu defeito e portanto plantei sementes de flores na beira da estrada do teu lado. E todos os dias, enquanto voltávamos do rio, tu as regava. Foi assim que durante dois anos pude apanhar belas flores para enfeitar a mesa e alegrar o meu jantar. Se tu não fosses como és, eu não teria tido aquelas maravilhas na minha casa !" Cada um de nós tem o seu defeito próprio : mas é o defeito que cada um de nós tem, que faz com que nossa convivência seja interessante e gratificante. É preciso aceitar cada um pelo que é; e descobrir o que há de bom nele!

Ciclo - Autor desconhecido

Agradeça o que já tem. Declare o que quer. Arrisque um passo a mais. Solicite o que deseja. Essa é a roda da abundância.

Metas - Autor desconhecido

Defina suas metas objetivamente, escreva-as, mentalize-as e aja em direção a elas.

Passos – Marcos Carvalho

Após ter definido suas metas, pense em quais passos você tem que seguir para chegar até lá. E execute um passo após o outro. E sempre que concluir um passo, agradeça por ter conseguido. Mas continue em frente, com a firmeza necessária e sempre visualizando seu objetivo sendo alcançado por você.

Crise – Albert Einstein

A verdadeira crise é a crise da incompetência. Sem crise não há desafios, sem desafios, a vida é uma rotina, uma lenta agonia. Sem crise não há mérito. É na crise que se aflora o melhor de cada um. Falar de crise é promovê-la, e calar-se sobre ela é exaltar o conformismo. Em vez disso, trabalhemos duro. "Acabemos de uma vez com a única crise ameaçadora, que é a tragédia de não querer lutar para superá-la".

Humildade - Emmanuel

A humildade não está na pobreza, não está na indigência, na penúria, na necessidade, na nudez e nem na fome. A humildade está na pessoa que, tendo o direito de reclamar, julgar, reprovar e tomar qualquer atitude compreensível no brio pessoal, apenas abençoa.

Cuidado – Autor desconhecido

Não te descuides de ler uma página mensageira de otimismo, capaz de produzir júbilo no teu interior. Reprime dentro de ti as observações menos dignas, as apreciações fúteis, as referências deprimentes e maliciosas. Vigia tua mente e quando o mal quiser se apoderar dela, faça uma prece.

Retidão - Gilvan Lopes da Silva

A vida reta pode ser o ponto mais nobre e importante de superação para uma vida feliz. Pode ser a superação do corpo e da alma, das injúrias e deficiências do mundo, as quais podemos dizer que é a infelicidade humana. A constante prática das virtudes pode nos proporcionar uma vida de retidão. O ser humano que tem uma vida reta, na prática das virtudes, pode ser uma pessoa que dificilmente será atingida por tantos problemas capazes de gerar infelicidade. Podemos até mesmo pensar que seja possível superar os problemas mais diretos como a dor.

Vazio - Khalil Gibran

Todo o trabalho é vazio a não ser que haja amor.

Verdade – Autor desconhecido

Se você não quer ouvir a verdade ninguém pode dizê-la a você.

Equilíbrio – Filosofia budista

Durante seis anos, Siddhartha e os seus seguidores viveram em silêncio e nunca saíram da floresta. Para beber, tinham a chuva, como comida, comiam um grão de arroz ou um caldo de musgo. Então um dia, Siddhartha escutou um velho músico, num barco que passava, falando para o seu aluno... "Se apertares esta corda demais, ela arrebenta; e se a deixares solta demais, ela não toca." De repente, Siddhartha percebeu de que estas palavras simples continham uma grande verdade, e que durante todos estes anos ele tinha seguido o caminho errado. Uma aldeã ofereceu a Siddhartha a sua taça de arroz. E pela primeira vez em anos, ele provou uma alimentação apropriada. Mas quando os ascetas viram o seu mestre banhar-se e comer como uma pessoa comum, sentiram-se traídos, como se Siddhartha tivesse desistido da grande procura pela iluminação. Siddhartha os chamou : "Venham e comam comigo." Os ascetas responderam: "Traíste os teus votos, Siddhartha. Desistiu da procura. Não podemos continuar a te seguir. Não podemos continuar a aprender contigo." e foram se retirando. Siddhartha disse: "Aprender é mudar. O caminho para a iluminação está no Caminho do Meio. É a linha entre todos os extremos opostos."

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

Crise – Albert Einstein

A verdadeira crise é a crise da incompetência. Sem crise não há desafios, sem desafios, a vida é uma rotina, uma lenta agonia. Sem crise não há mérito. É na crise que se aflora o melhor de cada um. Falar de crise é promovê-la, e calar-se sobre ela é exaltar o conformismo. Em vez disso, trabalhemos duro. "Acabemos de uma vez com a única crise ameaçadora, que é a tragédia de não querer lutar para superá-la".

Humildade - Emmanuel

A humildade não está na pobreza, não está na indigência, na penúria, na necessidade, na nudez e nem na fome. A humildade está na pessoa que, tendo o direito de reclamar, julgar, reprovar e tomar qualquer atitude compreensível no brio pessoal, apenas abençoa.

Cuidado – Autor desconhecido

Não te descuides de ler uma página mensageira de otimismo, capaz de produzir júbilo no teu interior. Reprime dentro de ti as observações menos dignas, as apreciações fúteis, as referências deprimentes e maliciosas. Vigia tua mente e quando o mal quiser se apoderar dela, faça uma prece.

Retidão - Gilvan Lopes da Silva

A vida reta pode ser o ponto mais nobre e importante de superação para uma vida feliz. Pode ser a superação do corpo e da alma, das injúrias e deficiências do mundo, as quais podemos dizer que é a infelicidade humana. A constante prática das virtudes pode nos proporcionar uma vida de retidão. O ser humano que tem uma vida reta, na prática das virtudes, pode ser uma pessoa que dificilmente será atingida por tantos problemas capazes de gerar infelicidade. Podemos até mesmo pensar que seja possível superar os problemas mais diretos como a dor.

Vazio - Khalil Gibran

Todo o trabalho é vazio a não ser que haja amor.

Verdade – Autor desconhecido

Se você não quer ouvir a verdade ninguém pode dizê-la a você.

Equilíbrio – Filosofia budista

Durante seis anos, Siddhartha e os seus seguidores viveram em silêncio e nunca saíram da floresta. Para beber, tinham a chuva, como comida, comiam um grão de arroz ou um caldo de musgo. Então um dia, Siddhartha escutou um velho músico, num barco que passava, falando para o seu aluno... "Se apertares esta corda demais, ela arrebenta; e se a deixares solta demais, ela não toca." De repente, Siddhartha percebeu de que estas palavras simples continham uma grande verdade, e que durante todos estes anos ele tinha seguido o caminho errado. Uma aldeã ofereceu a Siddhartha a sua taça de arroz. E pela primeira vez em anos, ele provou uma alimentação apropriada. Mas quando os ascetas viram o seu mestre banhar-se e comer como uma pessoa comum, sentiram-se traídos, como se Siddhartha tivesse desistido da grande procura pela iluminação. Siddhartha os chamou : "Venham e comam comigo." Os ascetas responderam: "Traíste os teus votos, Siddhartha. Desistiu da procura. Não podemos continuar a te seguir. Não podemos continuar a aprender contigo." e foram se retirando. Siddhartha disse: "Aprender é mudar. O caminho para a iluminação está no Caminho do Meio. É a linha entre todos os extremos opostos."

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