



*Os covardes nunca começam, os fracos nunca terminam e os vencedores nunca desistem.*

**Autor Desconhecido**

## **Transitório – Autor desconhecido**

Certa vez, um imperador assumiu o trono de seu reino disposto a fazer um grande reinado. Para isso, convocou todos os sábios do país, para que eles apresentassem conselhos sobre como o rei deveria agir para cumprir a difícil tarefa. Os sábios reuniram-se durante vários dias. Após muita reflexão, concluíram que a melhor forma de ajudar o rei era dar-lhe dois conselhos em envelopes diferentes. Retornaram ao rei e lhe entregaram os envelopes explicando que cada um continha um conselho precioso e que somente deveriam ser abertos em momentos específicos. O primeiro envelope era AZUL e só poderia ser aberto quando o reino estivesse caminhando muito bem. O outro era VERMELHO e deveria ser aberto somente quando o reino estivesse passando por problemas terríveis. Depois de alguns anos, o país prosperava, não havia guerras e o povo estava muito feliz com tudo que conquistaram. O rei estava tão satisfeito com seu reinado que decidiu abrir o envelope AZUL. Encontrou o antigo conselho de seus sábios: "O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!" O rei ficou um pouco perplexo, pois esperava algum conselho grandioso e positivo, não um alerta sombrio. De qualquer forma, continuou seu reinado. Alguns anos depois houve uma série de acontecimentos terríveis. Uma grande seca trouxe fome para o povo. Pragas acabaram com as plantações. Doenças dizimaram a população. Os eventos climáticos afetaram outros países próximos, e a disputa por alimento provocou conflitos com os reinos vizinhos. O Rei estava muito triste. Sentia-se impotente, derrotado e sem alternativas. Lembrou-se dos envelopes e do conselho que havia recebido. Mesmo relutante, decidiu abrir o envelope VERMELHO. Lá encontrou o conselho: "O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!" Lembre-se desta história quando estiver passando por um momento triste, difícil, que pareça sem solução. Mas não se esqueça disto também quando estiver vivendo um momento de êxito, sucesso, realização e vitória. O que está acontecendo, seja bom ou ruim, trágico ou imensamente feliz, desagradável ou prazeroso, não é para sempre! A vida é assim: tudo passa.

### **Ouvir – Anderson Cavalcante**

Se você for capaz de se ouvir, saberá, a cada pequena decisão, o quanto ela o afasta ou o aproxima de seu destino.

### **União - Bezerra de Menezes**

Solidários, seremos união. Separados uns dos outros seremos pontos de vista. Juntos, alcançaremos a realização de nossos propósitos.



*Os covardes nunca começam, os fracos nunca terminam e os vencedores nunca desistem.*

**Autor Desconhecido**

## **Transitório – Autor desconhecido**

Certa vez, um imperador assumiu o trono de seu reino disposto a fazer um grande reinado. Para isso, convocou todos os sábios do país, para que eles apresentassem conselhos sobre como o rei deveria agir para cumprir a difícil tarefa. Os sábios reuniram-se durante vários dias. Após muita reflexão, concluíram que a melhor forma de ajudar o rei era dar-lhe dois conselhos em envelopes diferentes. Retornaram ao rei e lhe entregaram os envelopes explicando que cada um continha um conselho precioso e que somente deveriam ser abertos em momentos específicos. O primeiro envelope era AZUL e só poderia ser aberto quando o reino estivesse caminhando muito bem. O outro era VERMELHO e deveria ser aberto somente quando o reino estivesse passando por problemas terríveis. Depois de alguns anos, o país prosperava, não havia guerras e o povo estava muito feliz com tudo que conquistaram. O rei estava tão satisfeito com seu reinado que decidiu abrir o envelope AZUL. Encontrou o antigo conselho de seus sábios: "O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!" O rei ficou um pouco perplexo, pois esperava algum conselho grandioso e positivo, não um alerta sombrio. De qualquer forma, continuou seu reinado. Alguns anos depois houve uma série de acontecimentos terríveis. Uma grande seca trouxe fome para o povo. Pragas acabaram com as plantações. Doenças dizimaram a população. Os eventos climáticos afetaram outros países próximos, e a disputa por alimento provocou conflitos com os reinos vizinhos. O Rei estava muito triste. Sentia-se impotente, derrotado e sem alternativas. Lembrou-se dos envelopes e do conselho que havia recebido. Mesmo relutante, decidiu abrir o envelope VERMELHO. Lá encontrou o conselho: "O que está acontecendo não é para sempre! Isso vai passar, esteja preparado!" Lembre-se desta história quando estiver passando por um momento triste, difícil, que pareça sem solução. Mas não se esqueça disto também quando estiver vivendo um momento de êxito, sucesso, realização e vitória. O que está acontecendo, seja bom ou ruim, trágico ou imensamente feliz, desagradável ou prazeroso, não é para sempre! A vida é assim: tudo passa.

### **Ouvir – Anderson Cavalcante**

Se você for capaz de se ouvir, saberá, a cada pequena decisão, o quanto ela o afasta ou o aproxima de seu destino.

### **União - Bezerra de Menezes**

Solidários, seremos união. Separados uns dos outros seremos pontos de vista. Juntos, alcançaremos a realização de nossos propósitos.

**Lute – Padre Fábio de Melo**

Só quem já perdeu na vida sabe o que é ganhar. Porque encontrou na derrota o motivo para lutar.

**Fé - Emmanuel**

A fé em Deus não te dispensará das provas inevitáveis, mas te investirá da força devida para suportá-las.

**Perfeição - Hammed**

O ser humano supercrítico tem uma necessidade compulsória de ser considerado irrepreensível. Sua capacidade de aceitar os outros como são é reflexo de sua incapacidade de aceitar a si próprio. Sua busca doentia da perfeição é uma projeção de suas próprias exigências internas. O perfeccionismo é, por certo, a mais comum das ilusões e, inquestionavelmente, uma das mais catastróficas, quando interfere nos relacionamentos humanos. Uma pessoa perfeita exigirá apenas companheiros perfeitos. A sensação de que podemos controlar a vida de parentes e amigos também é uma das mais frequentes ilusões e, nem sempre, é fácil diferenciar a ilusão de controlar e a realidade de amar e compreender. A ação de controlar os outros se transforma, com o passar do tempo em um nó que estrangula, lentamente, as mais queridas afeições. Se continuarmos a manter essa atitude manipuladora, veremos em breve se extinguir o amor dos que convivem conosco. Não culpemos ninguém pelos nossos desacertos, pois somos os únicos responsáveis – cada um de nós – pela qualidade de vida que experimentamos aqui e agora.

**Imaginação – Masaharu Taniguchi**

Geralmente os doentes pensam: "Quero ficar curado", mas existem muitas pessoas que não conseguem a cura. Por outro lado, há pessoas que se curam até mesmo com remédios falsos ou estragados quando os utilizam com a fé de que "serão curados com esse remédio". Percebe-se que o "quero ficar curado" é a vontade, e o "serei curado" é a fé ou o poder da imaginação. A "vontade" sozinha não consegue concretizar o desejo de ser curado, mas a "fé" ou a "imaginação" de quando se diz: "Serei curado" concretiza a cura. Descobriu-se que a coisa almejada não se concretiza quando a "vontade" e o "poder da imaginação" estão divorciados. A tentativa de dominar pela força da vontade um pensamento contrário, só servirá para aumentar e fortalecer ainda mais o pensamento que se deseja dominar. O poder da imaginação é mais forte que a vontade.

**Autoconhecimento – Código de Ética Indígena**

Procure conhecer a si mesmo. Não permita que outros façam seu caminho por você. É sua estrada e somente sua. Outros podem andar ao seu lado, mas ninguém pode andar por você.

**Causa - Confúcio**

Se quiseres conhecer o passado, examina o presente que é o resultado; se quiseres conhecer o futuro, examina o presente que é a causa.

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

**Lute – Padre Fábio de Melo**

Só quem já perdeu na vida sabe o que é ganhar. Porque encontrou na derrota o motivo para lutar.

**Fé - Emmanuel**

A fé em Deus não te dispensará das provas inevitáveis, mas te investirá da força devida para suportá-las.

**Perfeição - Hammed**

O ser humano supercrítico tem uma necessidade compulsória de ser considerado irrepreensível. Sua capacidade de aceitar os outros como são é reflexo de sua incapacidade de aceitar a si próprio. Sua busca doentia da perfeição é uma projeção de suas próprias exigências internas. O perfeccionismo é, por certo, a mais comum das ilusões e, inquestionavelmente, uma das mais catastróficas, quando interfere nos relacionamentos humanos. Uma pessoa perfeita exigirá apenas companheiros perfeitos. A sensação de que podemos controlar a vida de parentes e amigos também é uma das mais frequentes ilusões e, nem sempre, é fácil diferenciar a ilusão de controlar e a realidade de amar e compreender. A ação de controlar os outros se transforma, com o passar do tempo em um nó que estrangula, lentamente, as mais queridas afeições. Se continuarmos a manter essa atitude manipuladora, veremos em breve se extinguir o amor dos que convivem conosco. Não culpemos ninguém pelos nossos desacertos, pois somos os únicos responsáveis – cada um de nós – pela qualidade de vida que experimentamos aqui e agora.

**Imaginação – Masaharu Taniguchi**

Geralmente os doentes pensam: "Quero ficar curado", mas existem muitas pessoas que não conseguem a cura. Por outro lado, há pessoas que se curam até mesmo com remédios falsos ou estragados quando os utilizam com a fé de que "serão curados com esse remédio". Percebe-se que o "quero ficar curado" é a vontade, e o "serei curado" é a fé ou o poder da imaginação. A "vontade" sozinha não consegue concretizar o desejo de ser curado, mas a "fé" ou a "imaginação" de quando se diz: "Serei curado" concretiza a cura. Descobriu-se que a coisa almejada não se concretiza quando a "vontade" e o "poder da imaginação" estão divorciados. A tentativa de dominar pela força da vontade um pensamento contrário, só servirá para aumentar e fortalecer ainda mais o pensamento que se deseja dominar. O poder da imaginação é mais forte que a vontade.

**Autoconhecimento – Código de Ética Indígena**

Procure conhecer a si mesmo. Não permita que outros façam seu caminho por você. É sua estrada e somente sua. Outros podem andar ao seu lado, mas ninguém pode andar por você.

**Causa - Confúcio**

Se quiseres conhecer o passado, examina o presente que é o resultado; se quiseres conhecer o futuro, examina o presente que é a causa.

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