



Não permita que as insatisfações pessoais de hoje, determinem as esperanças futuras.

A vida não se limita ao momento presente. Padre Fabio de Melo

Medo - Osho

Expor-se cria um grande medo. É natural, porque expor-se significa expor todo o lixo que você carrega em sua mente, o lixo que tem sido amontoado por séculos, por muitas vidas. Expor a si mesma significa expor todas as suas fraquezas, limitações, falhas e sua vulnerabilidade. Por trás de todo esse lixo e barulho da mente existe uma dimensão de completo vazio. Sem Deus a pessoa é oca. Então ela cobre isso com belas flores e decora essa cobertura. Ela pelo menos finge que é alguma coisa, que é alguém. Esse é o caso de todo mundo. Ninguém consegue ser como um livro aberto. O medo toma conta: "O que as pessoas pensarão de mim?" Desde a sua infância foi-lhe ensinado a usar belas máscaras. Não há necessidade de se ter uma bela face, só uma bela máscara é o bastante. É árduo transformar a sua face, mas pintá-la é muito simples. Agora, de repente, expor a sua face verdadeira lhe dá um arrepio no mais profundo centro do seu ser. Uma tremedeira surge: as pessoas gostarão disso? Porque eles amavam a sua máscara, eles respeitavam o seu caráter, eles glorificavam o seu vestuário. Agora o medo aparece. Devido ao medo há o fingimento e as falsidades. Para ser autêntica, a pessoa precisa não ter medo. E essa é uma das leis fundamentais da vida: tudo aquilo que você esconde, se for errado, continuará crescendo. Aquilo que você expõe, se for errado, desaparece, evapora ao sol, e se for correto será nutrido. Exatamente o oposto ocorre quando você esconde alguma coisa correta, ela começa a morrer porque não está sendo nutrida. Ela consegue crescer somente com a verdade, ela se alimenta com a verdade. E as pessoas estão acabando com aquilo que é real nelas e reforçando aquilo que não é real. A sua face não verdadeira se alimenta com mentiras, por isso você tem que continuar inventando mais e mais mentiras. Para dar sustentação a uma mentira você terá que mentir cem vezes mais, porque uma mentira só pode ser sustentada por mentiras ainda maiores. Se você conseguir expor-se religiosamente, não na privacidade, não com seu psicanalista, mas simplesmente em todos os seus relacionamentos, isso é auto-psicanálise em todo tipo de situação: com a esposa, com o amigo, com os parentes, com o inimigo, com o estranho, com o chefe, com o seu funcionário. Por vinte e quatro horas você está se relacionando. No começo vai ser realmente muito assustador, mas logo você começará a ganhar força porque uma vez que a verdade é exposta, ela se torna mais forte e a não verdade morre. E com a verdade tornando-se mais forte, você se tornará mais enraizado e centrado. Você começa a se tornar um indivíduo. A personalidade desaparece e o indivíduo aparece.



Não permita que as insatisfações pessoais de hoje, determinem as esperanças futuras.

A vida não se limita ao momento presente. Padre Fabio de Melo

Medo - Osho

Expor-se cria um grande medo. É natural, porque expor-se significa expor todo o lixo que você carrega em sua mente, o lixo que tem sido amontoado por séculos, por muitas vidas. Expor a si mesma significa expor todas as suas fraquezas, limitações, falhas e sua vulnerabilidade. Por trás de todo esse lixo e barulho da mente existe uma dimensão de completo vazio. Sem Deus a pessoa é oca. Então ela cobre isso com belas flores e decora essa cobertura. Ela pelo menos finge que é alguma coisa, que é alguém. Esse é o caso de todo mundo. Ninguém consegue ser como um livro aberto. O medo toma conta: "O que as pessoas pensarão de mim?" Desde a sua infância foi-lhe ensinado a usar belas máscaras. Não há necessidade de se ter uma bela face, só uma bela máscara é o bastante. É árduo transformar a sua face, mas pintá-la é muito simples. Agora, de repente, expor a sua face verdadeira lhe dá um arrepio no mais profundo centro do seu ser. Uma tremedeira surge: as pessoas gostarão disso? Porque eles amavam a sua máscara, eles respeitavam o seu caráter, eles glorificavam o seu vestuário. Agora o medo aparece. Devido ao medo há o fingimento e as falsidades. Para ser autêntica, a pessoa precisa não ter medo. E essa é uma das leis fundamentais da vida: tudo aquilo que você esconde, se for errado, continuará crescendo. Aquilo que você expõe, se for errado, desaparece, evapora ao sol, e se for correto será nutrido. Exatamente o oposto ocorre quando você esconde alguma coisa correta, ela começa a morrer porque não está sendo nutrida. Ela consegue crescer somente com a verdade, ela se alimenta com a verdade. E as pessoas estão acabando com aquilo que é real nelas e reforçando aquilo que não é real. A sua face não verdadeira se alimenta com mentiras, por isso você tem que continuar inventando mais e mais mentiras. Para dar sustentação a uma mentira você terá que mentir cem vezes mais, porque uma mentira só pode ser sustentada por mentiras ainda maiores. Se você conseguir expor-se religiosamente, não na privacidade, não com seu psicanalista, mas simplesmente em todos os seus relacionamentos, isso é auto-psicanálise em todo tipo de situação: com a esposa, com o amigo, com os parentes, com o inimigo, com o estranho, com o chefe, com o seu funcionário. Por vinte e quatro horas você está se relacionando. No começo vai ser realmente muito assustador, mas logo você começará a ganhar força porque uma vez que a verdade é exposta, ela se torna mais forte e a não verdade morre. E com a verdade tornando-se mais forte, você se tornará mais enraizado e centrado. Você começa a se tornar um indivíduo. A personalidade desaparece e o indivíduo aparece.

Mente - André Luiz

Cultiva a tua mente, iluminando-a e enobrecendo-a. Ainda que não percebas, a tua alma se expande, em milhões de partículas, que são os agentes de libertação do cativeiro elaborado por tua própria mente. Avança, escolhendo a "melhor parte". Diante do sofrimento e da morte, afirmou o Mestre: "Não temas, crê somente." Segundo pensarmos, assim será...

Mudança - Bатуíra

Não basta mudar um comportamento sem reflexão. É preciso mudar a causa que provoca esse comportamento. Assim poderá efetuar uma autêntica mudança.

Excessos – Carlos Hilsdorf

Nós nunca saberemos se no dia de amanhã vamos ter que viver com o que temos, com mais ou com menos, mas se aprendermos a viver com o que é essencial, viveremos sempre bem. Quem sabe viver com pouco, sempre saberá viver em quaisquer situações, mas aqueles que só sabem viver com muito, nas mínimas provações e ausências irão sofrer e se desesperar. Esses últimos se confundem com seus excessos, e na falta deles, não se reconhecem. Abandone o que não faz sentido, não faz diferença, não faz falta e não faz bem. Mantenha somente o necessário, o que agrega! Todo excesso é energia acumulada em local inapropriado, estagnando o fluxo da vida.

Esclarecimento - Ataíde Lemos

Ser uma pessoa espiritualizada não a torna perfeita, mas colabora para que conheça suas próprias imperfeições.

Vozes – Autor Desconhecido

Siga suas vozes interiores, naquilo que lhe sussurram sobre felicidade, amor e ideal.

Esclarecimento – Marcos Carvalho

Quando formos para o início da existência, verás que tudo foi escrito conforme era necessário para a correta evolução do homem e ainda que tudo tenha sido devidamente escrito e planejado, nem tudo saiu conforme o desejado. Logo, faça suas escolhas certas, para que o bem comece a se instaurar na sua vida. Pois ainda que tudo esteja correndo bem, isso não significa que esteja certo. Entenda que suas escolhas são a base de sua mudança e reforma, para que possa atingir os méritos e virtudes tão desejados. E uma vez lá, conseguirá ver com clareza a topografia de todos os teus passos, que, de uma forma ou de outra, te conduziram ao cume elevado do esclarecimento.

Alvorecer – Lourival Lopes

Logo cedo, tente obter simpatia pelo dia que está iniciando, ele deseje que ele seja o melhor de todos. Isso atrai você para tanta positividade, esperança e poder de ação, que nem sentirá as dificuldades.

Expectativas – Autor Desconhecido

Não crie expectativas com relação ao outro e nem sofra por decepções. Mude a si mesmo e entenderá que ele se trata de um doente, necessitado de piedade e paciência e não de condenação.

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

Mente - André Luiz

Cultiva a tua mente, iluminando-a e enobrecendo-a. Ainda que não percebas, a tua alma se expande, em milhões de partículas, que são os agentes de libertação do cativeiro elaborado por tua própria mente. Avança, escolhendo a "melhor parte". Diante do sofrimento e da morte, afirmou o Mestre: "Não temas, crê somente." Segundo pensarmos, assim será...

Mudança - Bатуíra

Não basta mudar um comportamento sem reflexão. É preciso mudar a causa que provoca esse comportamento. Assim poderá efetuar uma autêntica mudança.

Excessos – Carlos Hilsdorf

Nós nunca saberemos se no dia de amanhã vamos ter que viver com o que temos, com mais ou com menos, mas se aprendermos a viver com o que é essencial, viveremos sempre bem. Quem sabe viver com pouco, sempre saberá viver em quaisquer situações, mas aqueles que só sabem viver com muito, nas mínimas provações e ausências irão sofrer e se desesperar. Esses últimos se confundem com seus excessos, e na falta deles, não se reconhecem. Abandone o que não faz sentido, não faz diferença, não faz falta e não faz bem. Mantenha somente o necessário, o que agrega! Todo excesso é energia acumulada em local inapropriado, estagnando o fluxo da vida.

Esclarecimento - Ataíde Lemos

Ser uma pessoa espiritualizada não a torna perfeita, mas colabora para que conheça suas próprias imperfeições.

Vozes – Autor Desconhecido

Siga suas vozes interiores, naquilo que lhe sussurram sobre felicidade, amor e ideal.

Esclarecimento – Marcos Carvalho

Quando formos para o início da existência, verás que tudo foi escrito conforme era necessário para a correta evolução do homem e ainda que tudo tenha sido devidamente escrito e planejado, nem tudo saiu conforme o desejado. Logo, faça suas escolhas certas, para que o bem comece a se instaurar na sua vida. Pois ainda que tudo esteja correndo bem, isso não significa que esteja certo. Entenda que suas escolhas são a base de sua mudança e reforma, para que possa atingir os méritos e virtudes tão desejados. E uma vez lá, conseguirá ver com clareza a topografia de todos os teus passos, que, de uma forma ou de outra, te conduziram ao cume elevado do esclarecimento.

Alvorecer – Lourival Lopes

Logo cedo, tente obter simpatia pelo dia que está iniciando, ele deseje que ele seja o melhor de todos. Isso atrai você para tanta positividade, esperança e poder de ação, que nem sentirá as dificuldades.

Expectativas – Autor Desconhecido

Não crie expectativas com relação ao outro e nem sofra por decepções. Mude a si mesmo e entenderá que ele se trata de um doente, necessitado de piedade e paciência e não de condenação.

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