



Quando falares, cuide para que tuas palavras sejam melhores do que o silêncio. **Provérbio Indiano**

Otimismo - Osho

Não se humilhe sendo pessimista. Ser pessimista é insultar a si mesmo. Isto significa que você não se vê como merecedor de experimentar a verdade. E eu lhe digo: você é merecedor e certamente irá alcançá-la. ... No mundo interior, o otimismo é um dispositivo muito útil. Quando você está cheio de otimismo, todas as células de seu corpo são preenchidas com otimismo, todos os poros de sua pele são preenchidos com otimismo, toda respiração é preenchida com otimismo, todo pensamento é realçado com otimismo, toda a sua energia vital pulsa com otimismo e a batida de seu coração espalha otimismo. Quando todo o seu ser está preenchido com otimismo, isto cria um clima dentro de você no qual o sublime pode acontecer. O pessimismo também cria uma personalidade, um caráter em que toda célula está chorando, está triste, está cansada, está em desespero, sem vida, como se estivesse vivendo apenas aparentemente, mas estivesse morto em espírito. Eu gostaria de também dizer que, após muitos anos de experiência, eu cheguei à conclusão que a negatividade do homem pode ser tão forte que mesmo que ele comece a alcançar alguma coisa, é possível que ele não seja capaz de ver, devido à sua negatividade. Se você experimentar, ainda que seja o menor raio de silêncio, considere que você viu todo o Sol, pois mesmo a menor experiência de luz irá ajudá-lo a alcançar o Sol. Se eu estou sentado numa sala escura e vejo um fino raio de luz, existem duas maneiras de eu me relacionar com isto. Eu posso dizer, 'O que é este pequeno raio de luz comparado com a profunda escuridão que me cerca? O que pode um pequeno raio de luz fazer? Existe muita escuridão por toda a minha volta.' A outra maneira seria pensar, 'Apesar de toda esta escuridão, existe pelo menos um raio de luz disponível para mim e se eu caminhar em direção a ele, eu poderei chegar até onde o sol está'. É por isto que estou lhe dizendo para não pensar a respeito da escuridão. Se existir pelo menos o mais lânguido e minúsculo raio de luz, concentre-se nele. Isto fará crescer uma visão positiva dentro de você.

Reação – Victor Hugo

O homem hoje semeia a causa, de forma que o divino amanhã amadurece o efeito.

Doença - André Luiz

A enfermidade súbita, quase sempre é o processo de que se utiliza o Plano Superior para se impedir uma queda espetacular.

Caia sete vezes; levante-se oito. **Provérbio japonês**



Quando falares, cuide para que tuas palavras sejam melhores do que o silêncio. **Provérbio Indiano**

Otimismo - Osho

Não se humilhe sendo pessimista. Ser pessimista é insultar a si mesmo. Isto significa que você não se vê como merecedor de experimentar a verdade. E eu lhe digo: você é merecedor e certamente irá alcançá-la. ... No mundo interior, o otimismo é um dispositivo muito útil. Quando você está cheio de otimismo, todas as células de seu corpo são preenchidas com otimismo, todos os poros de sua pele são preenchidos com otimismo, toda respiração é preenchida com otimismo, todo pensamento é realçado com otimismo, toda a sua energia vital pulsa com otimismo e a batida de seu coração espalha otimismo. Quando todo o seu ser está preenchido com otimismo, isto cria um clima dentro de você no qual o sublime pode acontecer. O pessimismo também cria uma personalidade, um caráter em que toda célula está chorando, está triste, está cansada, está em desespero, sem vida, como se estivesse vivendo apenas aparentemente, mas estivesse morto em espírito. Eu gostaria de também dizer que, após muitos anos de experiência, eu cheguei à conclusão que a negatividade do homem pode ser tão forte que mesmo que ele comece a alcançar alguma coisa, é possível que ele não seja capaz de ver, devido à sua negatividade. Se você experimentar, ainda que seja o menor raio de silêncio, considere que você viu todo o Sol, pois mesmo a menor experiência de luz irá ajudá-lo a alcançar o Sol. Se eu estou sentado numa sala escura e vejo um fino raio de luz, existem duas maneiras de eu me relacionar com isto. Eu posso dizer, 'O que é este pequeno raio de luz comparado com a profunda escuridão que me cerca? O que pode um pequeno raio de luz fazer? Existe muita escuridão por toda a minha volta.' A outra maneira seria pensar, 'Apesar de toda esta escuridão, existe pelo menos um raio de luz disponível para mim e se eu caminhar em direção a ele, eu poderei chegar até onde o sol está'. É por isto que estou lhe dizendo para não pensar a respeito da escuridão. Se existir pelo menos o mais lânguido e minúsculo raio de luz, concentre-se nele. Isto fará crescer uma visão positiva dentro de você.

Reação – Victor Hugo

O homem hoje semeia a causa, de forma que o divino amanhã amadurece o efeito.

Doença - André Luiz

A enfermidade súbita, quase sempre é o processo de que se utiliza o Plano Superior para se impedir uma queda espetacular.

Caia sete vezes; levante-se oito. **Provérbio japonês**

A dificuldade aumenta o valor da esperança.

Autor Desconhecido.

Não há problema que não possa ser solucionado pela paciência.

Chico Xavier.

Aceitação – Carlos Hilsdorf

Há momentos na vida, onde tudo parece estar perfeito, maravilhoso, melhor que o sonhado. Muitos desses momentos têm continuidade e nos permitem experimentar esta sensação de alegria profunda e realização, outros não. Alguns desses momentos são subitamente interrompidos por causas inesperadas, fatos inusitados e circunstâncias inimagináveis. Diante dessas situações, seja forte. O mundo é dos fortes, diria uma sábia amiga se estivesse ao meu lado agora. A verdadeira força reside nas capacidades de aceitação e de recomeçar. Aceitação não é comodismo ou fuga. Aceitar é receber com amor os fatos que não podemos alterar e encará-los como circunstâncias a serem vivenciadas e vencidas para o fortalecimento do nosso ser. Viver é renascer e recomeçar a cada dia, como repetia com profundo amor Francisco Cândido Xavier: "Embora ninguém possa voltar atrás e fazer um novo começo, qualquer um pode começar agora e fazer um novo fim".

Atitude – Sabedoria indígena

Semelhante a uma flor que parece linda, mas não tem nenhum perfume, assim são as palavras do homem que as fala e não coloca em prática.

Sofrimento – Autor Desconhecido

A pedra que atiramos no próximo talvez não volte sobre nós em forma de pedra, mas permanece conosco na figura de sofrimento.

Simplicidade - Augusto Branco

Certa vez, um sábio pediu para que um barqueiro o leva-se de barco a outra margem um largo e belo rio. Enquanto o barqueiro remava, o sábio puxou conversa com o barqueiro e perguntou-lhe: "Então, meu jovem, você sabe filosofia?" Respondeu o barqueiro: "Nunca ouvi falar disso. Eu só sei remar, nadar e rezar." E o sábio disse: "Ah, meu amigo! Então você perdeu uma parte importante da sua vida." E o sábio continuou perguntando: "E você já estudou física? Já aprendeu matemática? Astronomia? Gramática?" E para todas essas perguntas o barqueiro tinha sempre a mesma resposta: "Não!" E o sábio dizia: "Então, meu caro, você já perdeu muito de sua vida." De tão distraídos nem perceberam que o barco ia em direção a uma pedra escondida em baixo da água. E de repente o barco bate na pedra e começa a afundar. A margem do rio estava ainda bem longe. O barqueiro, sabendo nadar, jogou-se na água e sem qualquer dificuldade conseguiu chegar são e salvo ao outro lado do rio. O sábio por sua vez ficou parado sem saber o que fazer para livrar-se daquela situação. Então o barqueiro grita para o sábio: "Nade para cá." Ao que o sábio responde chorando: "eu não sei nadar". O barqueiro então diz: "Ah, pobre sábio, o senhor perdeu a vida inteira."

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

A dificuldade aumenta o valor da esperança.

Autor Desconhecido.

Não há problema que não possa ser solucionado pela paciência.

Chico Xavier.

Aceitação – Carlos Hilsdorf

Há momentos na vida, onde tudo parece estar perfeito, maravilhoso, melhor que o sonhado. Muitos desses momentos têm continuidade e nos permitem experimentar esta sensação de alegria profunda e realização, outros não. Alguns desses momentos são subitamente interrompidos por causas inesperadas, fatos inusitados e circunstâncias inimagináveis. Diante dessas situações, seja forte. O mundo é dos fortes, diria uma sábia amiga se estivesse ao meu lado agora. A verdadeira força reside nas capacidades de aceitação e de recomeçar. Aceitação não é comodismo ou fuga. Aceitar é receber com amor os fatos que não podemos alterar e encará-los como circunstâncias a serem vivenciadas e vencidas para o fortalecimento do nosso ser. Viver é renascer e recomeçar a cada dia, como repetia com profundo amor Francisco Cândido Xavier: "Embora ninguém possa voltar atrás e fazer um novo começo, qualquer um pode começar agora e fazer um novo fim".

Atitude – Sabedoria indígena

Semelhante a uma flor que parece linda, mas não tem nenhum perfume, assim são as palavras do homem que as fala e não coloca em prática.

Sofrimento – Autor Desconhecido

A pedra que atiramos no próximo talvez não volte sobre nós em forma de pedra, mas permanece conosco na figura de sofrimento.

Simplicidade - Augusto Branco

Certa vez, um sábio pediu para que um barqueiro o leva-se de barco a outra margem um largo e belo rio. Enquanto o barqueiro remava, o sábio puxou conversa com o barqueiro e perguntou-lhe: "Então, meu jovem, você sabe filosofia?" Respondeu o barqueiro: "Nunca ouvi falar disso. Eu só sei remar, nadar e rezar." E o sábio disse: "Ah, meu amigo! Então você perdeu uma parte importante da sua vida." E o sábio continuou perguntando: "E você já estudou física? Já aprendeu matemática? Astronomia? Gramática?" E para todas essas perguntas o barqueiro tinha sempre a mesma resposta: "Não!" E o sábio dizia: "Então, meu caro, você já perdeu muito de sua vida." De tão distraídos nem perceberam que o barco ia em direção a uma pedra escondida em baixo da água. E de repente o barco bate na pedra e começa a afundar. A margem do rio estava ainda bem longe. O barqueiro, sabendo nadar, jogou-se na água e sem qualquer dificuldade conseguiu chegar são e salvo ao outro lado do rio. O sábio por sua vez ficou parado sem saber o que fazer para livrar-se daquela situação. Então o barqueiro grita para o sábio: "Nade para cá." Ao que o sábio responde chorando: "eu não sei nadar". O barqueiro então diz: "Ah, pobre sábio, o senhor perdeu a vida inteira."

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