



É somente aceitando as coisas que podemos assumir uma atitude em relação a elas. Carl Jung

Fortalecendo – Carlos Hilsdorf

As verdades primárias, que incluem tudo o que é mais óbvio na vida, acredite, são as que aprendemos por último. Uma dessas verdades primárias é: tudo que existe precisa ser diariamente alimentado se desejarmos que continue a existir. Não apenas os seres, mas também os pensamentos, as emoções, os sentimentos, os processos e tudo o mais, depois que foram gerados, precisam ser alimentados continuamente para continuar a existir. Se você alimentar pequenas idéias de desânimo, elas crescerão e se tornarão ideias “adultas e fortes”. Se, pelo contrário, você alimentar a cada manhã o seu bom humor e a sua vontade de aprender, de ser melhor a cada dia, serão estas as características que crescerão, e que, bem alimentadas, se tornarão “adultas”, prontas para conduzi-lo pelos caminhos de uma vida melhor! Como dizia Aristóteles: “Nós somos o que repetidamente fazemos”. Observe com atenção quais as forças e os pensamentos que você vem cotidianamente alimentando e alimente apenas as sementes que você quer que cresçam e produzam frutos em sua vida. Elimine da sua mente pensamentos trágicos e negativos. Aquilo que não alimentamos, não cresce! Transforme a atitude correta e positiva num hábito, e você se tornará exatamente aquilo que semeou, uma pessoa positiva, com alegria de viver, sucesso e prosperidade cada vez maiores e mais vigorosos.

Somos - Irmão José

Não somos tão ruins quanto pensamos que somos, porém nem tão bons quanto nós imaginamos ser. Não somos menos nem mais: somos o que simplesmente somos! Iguais a tantas pessoas que lutam para serem melhores do que são. Não nos deprimamos com a crítica e nem nos envaideçamos com o elogio. Não nos avaliemos pelo que os outros são ou deixam de ser. Tomemos unicamente aos grandes Mestres por exemplo do que precisamos vir a ser, um dia. Em quase todos, certas virtudes compensam os vícios que ainda possuem. Lutemos para que a nossa parte positiva supere a negativa, que ainda predomina. No exercício constante do bem é que nos fortalecemos.

Final - Ana Jácomo

Quem dera eu aprendesse a viver cada dia como se fosse o último. O último pra esquecer tolices. O último para ignorar o que, no fim das contas, não tem a menor importância. O último para rir até o coração dançar. O último para chorar toda dor que não transbordou. O último para deixar o coração aprontar todas as artes que quiser. O último para ser útil em toda circunstância que me for possível. O último para não deixar o tempo escoar inutilmente entre os dedos e as horas.

Vazio – Autor Desconhecido

Certa manhã um pai convidou seu filho para um passeio no sítio, e o menino aceitou com prazer. Em certa altura do caminho, pararam perto de uma árvore e o pai perguntou ao filho: “Além dos passarinhos, você está ouvindo alguma coisa?” O menino prestou atenção e respondeu: “Estou ouvindo um barulho de carroça.” Disse o pai : “Isso mesmo, filho, é o barulho de uma carroça vazia”. “Mas pai, como pode saber que a carroça está vazia se ainda não a vimos?” “Filho, a gente sabe que uma carroça está vazia por causa do barulho. Quanto mais vazia a carroça, mais barulho faz.” Aquele garotinho cresceu e se tornou um homem. E sempre que vê alguém falando com arrogância, se vangloriando, querendo impor sua vontade a todo mundo, querendo demonstrar que é dono da verdade e da razão absoluta, falando da vida dos outros, ele se lembra das palavras do seu pai: “Quanto mais vazia a carroça, mais barulho faz.”

Escolhas – Osho

Esqueça essa história de querer entender tudo. Em vez disso, VIVA, em vez disso, DIVIRTA-SE! Não analise, CELEBRE!

Motivação – Padre Fábio de Melo

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

Permissão – Autor Desconhecido

O colunista Sydney Harris acompanhava um amigo à banca de jornal. O amigo cumprimentou o jornalista cordialmente, mas como retorno recebeu um tratamento rude e grosseiro. Pegando o jornal que foi atirado em sua direção, o amigo de Harris sorriu atenciosamente e desejou ao jornalista um bom final de semana. Quando os dois amigos desciam pela rua, o colunista perguntou: “Ele sempre te trata com tanta grosseria?” E o colunista disse: “Sim, infelizmente é sempre assim.” E o amigo: “E você é sempre tão atencioso e amável com ele?” Disse o colunista: “Sim, sou.” E o amigo: “Por que você é tão educado, já que ele é tão rude com você?” Responde o colunista: “Porque não quero que ele decida como eu devo agir. Nós somos os únicos responsáveis por nossa felicidade. Não devemos nos curvar diante de qualquer vento que sopra, nem estar à mercê do mau humor, da mesquinharia, da impaciência e da raiva dos outros.” “Os tristes acham que o vento geme. Os alegres e cheios de espírito afirmam que ele canta”. Não são os ambientes que devem nos transformar, e sim nós que devemos tentar transformar os ambientes. Ninguém pode estragar o seu dia, a menos que você permita!

Paciência - Masaharu Taniguchi

Não é preciso ter pressa. A impaciência acelera o envelhecimento, eleva a pressão arterial e apressa a morte. Tudo chega a seu tempo.

Espiritualidade - Neale Donald Walsch

A religião o incentiva a explorar os pensamentos de outras pessoas e aceitá-las como seus. A espiritualidade o convida a deixar de lado os pensamentos das outras pessoas e ter os seus.

Realização - Roberto Shinyashiki

Tudo o que um sonho precisa para ser realizado é alguém que acredite que ele possa ser realizado.

Tentativa - Deepak Chopra

Tente observar o lado bom dos outros. Isso o torna mais positivo.