



*Todo homem tem na Terra uma missão, grande ou pequena; qualquer que ela seja, sempre lhe é dado para o bem; falsear a missão em seu princípio é, assim, falir no seu desempenho. Doutrina Espírita*

## Mudança - Emmanuel

Toda melhora parece distante. Toda superação surge como sendo quase impossível. Pediste, porém, o berço no exato lugar em que te cabe aprender e reaprender. Não espere, por isso, que o domínio da lição não dispensa a vontade. Recebeste no lar muitos daqueles que te não alimentam a simpatia. No entanto, se desejas, podes transformar toda aversão em amor, desde que te decidas a ajudá-los com paciência. Sofres com o chefe insano, a crivar-te de inúmeros dissabores. Contudo, se desejas, podes convertê-lo em amigo, desde que te disponhas a auxiliá-lo sem pretensão. Padeces dura condição social, próximo ao infortúnio. Todavia, se desejas, podes transfigurar a baixa posição em elevação, desde que te eduques, para que a vida te use em plano mais alto. Trazes um órgão enfermo, te limitando. Entretanto, se desejas, podes aproveitá-lo, na própria sublimação, em nível superior. Ainda hoje, é possível encontres sombras enormes. O obstáculo dos que não te entendem, a palavra dos que te insultam, o apontamento insensato ou as lágrimas que a prova talvez te venha pedir. Mas podes usar o silêncio e a oração, clareando o caminho. Declaras-te sem trabalho, amargando uma posição ruim, mas, se desejas, podes ainda agora começar humilde tarefa, conquistando respeito e cooperação. Acusam-te de erros graves, criando-te impedimentos, mas, se desejas, podes tomar, em bases de humildade e serviço, a atitude necessária à justa renovação. Sentes-te dominado por esse ou aquele hábito vicioso, mas, se desejas, podes reaver o próprio equilíbrio, empenhando energia e tempo no suor do trabalho digno. Afirma-te na impossibilidade de socorrer os necessitados, mas, se desejas, podes efetuar pequeninos sacrifícios domésticos em favor dos outros, de modo a que tua vida seja uma bênção na vida de teus irmãos. Para isso, porém, é preciso não esquecer os recursos singelos que tanta gente esquece. O minuto de tolerância. O esquecimento de toda injúria. A bondade que ninguém pede. O contato do livro nobre. A enxada obediente. A agulha simples. A flor da amizade. Te queixas de necessidade e desencanto, abandono e solidão, mas, se realmente desejas, tudo pode mudar.

## Finitude - Steve Jobs

Quando eu tinha 17 anos, li uma frase que era algo assim: "Se você viver cada dia como se fosse o último, um dia ele realmente será o último." Isso me impressionou, e desde então, nos últimos 33 anos, eu olho para mim mesmo no espelho toda manhã e pergunto: "Se hoje fosse o meu último dia, eu gostaria de fazer o que farei hoje?" E se a resposta é "não" por muitos dias seguidos, sei que preciso mudar alguma coisa. Lembrar de minha mortalidade é a ferramenta mais importante que encontrei para me ajudar a tomar grandes decisões. Porque quase tudo — expectativas externas, orgulho, medo de passar vergonha ou falhar — caem diante da morte, deixando apenas o que é apenas importante. Não há razão para não seguir o seu coração. Lembrar que você vai morrer é a melhor maneira que eu conheço para evitar a armadilha de pensar que você tem algo a perder.

## Aceitar – Jason Camargo

Jung dizia que procurava fazer o jogo da vida, ser receptivo a tudo que chegasse, bom ou mau, sol e sombra, e desta forma aceitar também a sua própria natureza, com seus aspectos positivos e negativos. Essa aceitação pacifica o Espírito diante de certos fatos da vida. É difícil aceitar uma perda material ou afetiva, uma dificuldade financeira, uma doença, uma humilhação, uma traição. A nossa tendência natural é resistir, não aceitar, combater tudo que nos contraria e que nos gera sofrimento. Resistir só nos mantém presos dentro da situação desconfortável, muitas vezes tornando tudo mais complicado e pesado. Quando não aceitamos nos tornamos amargos, revoltados, frustrados, insatisfeitos, cheios de rancor e tristeza, e esses sentimentos criam mais dificuldades e nunca trazem a solução. É um dever nosso agir quando necessário para restabelecer nosso ponto de equilíbrio físico e mental e não podemos confundidas aceitação com passividade. Aceitar é expandir a consciência e encontrar respostas, soluções, alívios. Aceitar é um dos elementos fundamentais da fé. Quando você se encontra em estado de aceitação, você está em estado de graça, uma doce paz o envolve, e você poderá tomar decisões mais claras e objetivas.

## Origem – Provérbio chinês

Se houver clareza na alma, haverá beleza na pessoa. Se houver beleza na pessoa, haverá harmonia na casa. Se houver harmonia na casa, haverá ordem na nação. Se houver ordem na nação, haverá paz no mundo.

## Problemas - Emmanuel

Problemas são sinônimos de lição. Se tu tens o caminho repleto deles, isso significa que chegaste à maturidade do espírito, com a possibilidade de frequentar ao mesmo tempo vários cursos de aperfeiçoamento na escola do mundo.

## Mudar – Autor desconhecido

Não passe sua vida sendo metade do que deveria ser. Sonhos podem sim se realizar. Nunca se subestime. Lute pelo que é correto. Guardar sentimentos dentro de nós só nos deixa doentes. O amor bate em nossas portas de maneiras e formas diferentes. Amar demais nunca é demais, amar de menos é demais. É necessário ouvir a voz do coração. Honestidade é tudo. O caráter é essencial. Abra os olhos para as coisas que realmente importam, descarte o restante. São poucos os que você pode depositar sua confiança, mas esses poucos estarão sempre com você e de uma forma ou outra devem sempre ser lembrados. Não faça da rotina um estilo de vida. Busque novos horizontes. Faça novas descobertas. Às vezes é preciso mudar. E o mais importante: seja sempre você, e não passe sua vida sendo metade do que deveria ser.

## Amor – Chico Xavier

Somente perde os seres queridos aquele que possessivamente os procura, quando se fazem distantes, porquanto quem ama, ama sempre, e de tal modo que, ainda mesmo quando os corações amados se distanciam, o coração que ama prossegue amando-os e abençoando-os, sabendo conscientemente que, pelas forças do espírito, jamais deles se afastará.

## Pensamentos – Dalai Lama

1) Quando você perder, não perca a lição. 2) Lembre-se que às vezes o silêncio é a melhor resposta. 3) Abra seus braços para mudanças, mas não esqueça seus valores. 4) Uma atmosfera de amor em sua casa é o fundamento para sua vida.