

# Projeto Pense Bem

Edição 17



As enfermidades são os resultados não só de nossos atos, mas também de nossos pensamentos.

Ghandi

## Controle – Autor desconhecido

Um colunista conta uma história em que acompanhava um amigo em uma banca de jornal.

O amigo cumprimentou o jornalista **amavelmente**, mas como retorno recebeu um tratamento **rude e grosseiro**. Pegando o jornal que foi atirado em sua direção, o amigo do colunista **sorriu** polidamente e desejou um bom fim de semana ao jornalista.

Quando os dois desciam pela rua, o colunista perguntou:

-Ele sempre trata você com tanta **grosseira**?

-Sim, infelizmente foi **sempre** assim.

-E você é sempre tão polido e **amável** com ele?

-Sim, **procuro** ser.

-Porque você é tão educado, já que ele é tão grosseiro com você?

-Porque não quero que **ele decida** como eu devo agir.

## Equilíbrio – Marcos Carvalho

O que é pensar bem, senão **vigiar** nossos pensamentos? De que vale sermos evoluídos se não controlarmos nossos **instintos** animais? Porque não **pensarmos** alguns segundos antes de reagirmos a alguma agressão? Como podemos ser felizes e serenos ao ter a mente agitada a todo momento por questões **pequenas**? Porque não nos perguntarmos, quando algo desagradável acontecer, se este terá alguma importância daqui **alguns anos**?

## Infeliz - Marco Prisco

Infeliz, realmente, é todo aquele que acredite ser **hoje** o tempo único, buscando resolver **agora**, o que só mais tarde será solucionado **naturalmente**.

## Dores - Lourdes Catherine

As dores aparecem como **último recurso** a ser aplicado. Elas apenas te solicitam uma **transformação** interior.

## Fidelidade - Madre Teresa de Calcutá

Seja fiel nas pequenas coisas porque é nelas que mora a sua **força**.

## O camundongo medroso - Autor Desconhecido

Diz uma antiga fábula que um camundongo vivia angustiado com **medo** do gato. Um mágico teve pena dele e o **transformou** em gato. Mas aí ele ficou com **medo** do cão, por isso o mágico o **transformou** em cão. Então, ele começou a temer a pantera e o mágico o **transformou** em pantera. Foi quando ele se encheu de medo do caçador. A essas alturas, o mágico desistiu. Transformou-o em **camundongo** novamente e disse: "nada que faça por você vai ajudá-lo, porque você tem a **coragem** de um camundongo".

## Persistência – Autor Desconhecido

Contam que certa vez duas moscas caíram num copo de leite. A primeira era **forte e valente**, assim logo ao cair, nadou até a borda do copo, mas como a superfície era muito lisa e ela tinha suas asas molhadas, **não conseguiu** sair. Acreditando que não havia saída a mosca **desanimou**, parou de nadar e de se debater, e afundou. Sua companheira de infortúnio, apesar de não ser tão forte, era **persistente** e, por isso, continuou a se debater, a se debater por tanto tempo que, aos poucos, o leite ao redor, com toda aquela **agitação**, foi se transformando e formou um pequeno nódulo de manteiga, onde a mosca persistente conseguiu, com muito esforço, subir e dali levantar vôo.

## Perseverança - Luiz G. Marques

A falta de perseverança é sinônimo de preguiça, ou seja, **desinteresse** pela continuidade no cumprimento dos nossos deveres. Reconhecendo que nos compete uma tarefa, devemos realizá-la com **determinação** e persistência, somente interrompendo-a quando necessário ao repouso indispensável, mas retornando novamente no tempo certo. A preguiça representa um defeito moral, revelando **irresponsabilidade**.

## Mente - Dalai-lama

Tudo é, portanto criado, **controlado** e regido pela mente. Assim como o carro segue o boi **que o puxa**, o sofrimento segue a mente que se cerca de maus pensamentos e de paixões mundanas.

## Perfeição - São Francisco de Assis

Ninguém é suficientemente perfeito, que não possa **aprender** com o outro e, ninguém é totalmente destituído de valores que não possa **ensinar** algo ao seu irmão.

## Auxílio - Confúcio

De nada vale tentar ajudar aqueles que não se ajudam a **si mesmos**.