

**Crise - Juliana Nishiyama**

Hoje resolvi abordar este tema devido a ver tão tristemente a "tal crise", que avassala os pensamentos, emoções e sentimentos da humanidade, infelizmente de uma forma bem generalizada. Sim, eu disse pensamentos, emoções e sentimentos. Não a vida, propriamente dita. Eu quero que você neste momento analise: em que profundidade a tão falada crise afetou ou afeta literalmente seu momento? Seu presente? E se afeta, você irá abraçar isso como uma vítima ou irá aproveitar isso como uma transformação, mesmo que sutil? Tenho visto pessoas mais falarem, do que efetivamente vivenciarem isso. De fato, hoje, o país e o mundo enfrentam uma dificuldade política-sócio-econômica mais acentuada, o que já aconteceu outras vezes e poderá acontecer novamente. Desde que o mundo é mundo as crises são uma constante. O que realmente existe é uma imensa crença negativa e em massa de que a crise está afetando terrivelmente a vida de todos. E isso infelizmente acaba acontecendo devido à ressonância. Você traz para si aquilo em que coloca foco. Tendo em vista o que falamos e aprendemos todos os dias de que você é o único responsável por sua vida, procure se questionar se realmente é efetivo que fatores externos podem modificar o seu percurso. E de tudo o que vive ou cria. Não é o governo. Não é a sociedade. Não é o dinheiro. Não são as pessoas. Nada externo pode interferir, influenciar ou corromper sua vida se assim você não permitir. Você é o que pensa. O que sente. O que vibra. O que faz. O que emana. O que fala. Sobre o que você tem pensado, sentido, vibrado, feito, falado sobre a crise? Ela é uma verdade em sua vida? Crise é renovação. É um momento de profunda transformação. É um período onde tudo renasce. Jamais depois de uma crise as coisas voltam a ser como eram antes. Tampouco piores. Tudo evolui. Lentamente ou não. Dificultosamente ou não. Dolorosamente ou não. O que você não entende é que esse "ou não" depende apenas de como você deseja olhar para isso. Silencie agora seus pensamentos. Imagine que é hora de purificar. De deixar o velho ir para que o novo possa chegar. Confie que existe uma inteligência superior cuidando para que tudo o que está acontecendo seja para um bem mais elevado. Cria. Não se deixem impregnar pela velha crença de que a vida é dura. Que é uma luta. Porque não é. Tudo é o que você acredita que é. Logicamente que não ignoramos os reais problemas do mundo. Da miséria, do sofrimento, da fome, das guerras. Porém ao invés de ressaltarmos tais problemas de uma maneira ainda mais sofrida, ideal seria que emanássemos amor, compaixão, perdão e luz para todos os nossos irmãos. E que eles possam receber suas mais sinceras vibrações. Eu desejo de meu coração que você possa lidar com sua crise. Que você possa de dentro dela extrair o que há de mais valioso. Que é o seu brilho. Que é ser quem você é em plenitude e verdade. Que é a sua mestria. Que é Deus em você. Utilize este momento para fazer o que de melhor você pode fazer pelo mundo. Que é sua reforma íntima, sua autotransformação.

Você pode ter todo o talento do mundo, mas se você não estiver interessado em fazer uso total dele, a vitória é improvável. **George Mikán**

**Pensamentos - Autor Desconhecido**

Tudo em que acreditamos torna-se verdade para nós. Se você sofreu um súbito desastre financeiro, é bem Possível que em algum nível você acredite que é indigno de ter dinheiro, encargos pesados e dívidas. Pode ser também que acredite que nada de bom pode durar muito, que a vida é sua inimiga ou, como OUÇO com tanta frequência, "Simplesmente não consigo vencer". Se você parece incapaz de atrair um relacionamento, pode ser que acredite que "Ninguém me ama", ou sou indigno. Talvez tema ser dominado como sua mãe era, ou pode ser que pense: "As pessoas só me magoam". Se sua saúde é má, você pode acreditar que "A doença é comum na minha família" ou que você é uma vítima do clima. A crença pode ser também: "Nasci para sofrer" ou "Sempre tenho alguma coisa". Você pode também ter uma crença diferente, da qual nem mesmo esteja consciente. A maioria das pessoas não está e só vê as causas externas do acontecimento. Enquanto alguém não lhe mostra a ligação entre as experiências externas e os pensamentos internos, você continua sendo uma vítima da vida.

**Bondade - Jetsunma Tenzin Palmo**

Um coração genuinamente bom é fundamentado no entendimento da situação como ela realmente é. Não é uma questão de sentimentalismo. E um bom coração também não é uma questão de sair por aí num tipo de euforia de falso amor, negando o sofrimento e dizendo que tudo é benção e alegria. Não é assim. Um coração genuinamente bom é um coração que é aberto e é ávido por compreensão. Ele ouve as tristezas do mundo. Nossa sociedade está errada ao pensar que a felicidade depende da satisfação dos nossos próprios desejos e vontades. Por isso nossa sociedade está tão miserável. Somos uma sociedade de indivíduos, todos obsessivos com o esforço por nossa própria felicidade. Estamos desconectados de nosso sentido de interconexão com os outros, estamos desligados da realidade. Porque na realidade estamos todos interconectados.

**Perfeição - Lourdes Catherine**

Se você fixa os olhos na perfeição, provavelmente nunca fará as coisas de maneira natural e tranquila. Somente aqueles que exploraram seu interior é que reconhecem a capacidade limitadora para decidir as coisas. A realidade é semelhante ao trabalho de azulejar uma parede. Ela não fica pronta com a aplicação de um só lote de azulejos; cada caixa traz uma parte, e cada parte é assentada por vez. Peças distintas e de cores variadas são colocadas a cada novo dia até completarem a construção definitiva do painel decorativo. Portanto, não seja temerosa e categórica em suas decisões. A resolução correta deve ser a experimental, não a definitiva. Isso não quer dizer que deva ser inconstante, mas maleável. Através da análise de suas decisões erradas é que você ficará mais apta para agir acertadamente em suas próximas atitudes. Aprenda a correr riscos, assuma a condição de criatura humana e se desligue do fervor pela perfeição presunçosa. Pessoas rígidas não conseguem conviver com a possibilidade de ter dúvidas. Precisam resolver tudo rapidamente. Alinhe a mente ao físico a fim de encontrar seu ritmo interno. Quando surgirem novas evidências que complementam os fatos (base de suas decisões), ajuste as conclusões e interpretações anteriores. Sua visão interna deve estar receptiva para que veja em cada dia uma nova oportunidade para refazer atitudes e melhorar sua qualidade de vida. Aprende tanto com os erros quanto com os acertos. Essa verdade irá introduzi-la nos reinos da segurança e do bem-estar interior. Não seja uma prisioneira da infalibilidade, das experiências que não deram certo, das vivências difíceis do passado. Não continue remoendo todos esses acontecimentos; isso só dificultará um desfecho feliz para sua vida.