

Todas as flores do futuro estão nas sementes de hoje. *Provérbio Chinês*

### Equilíbrio - Osho

O Mestre Zen, Hakuin, era respeitado por todos os seus vizinhos como alguém que levava uma vida pura. Um dia, foi descoberto que uma moça muito bonita que morava perto de sua casa estava grávida. Os pais da moça ficaram furiosos. No início, a moça não quis dizer quem era o pai, mas após muita pressão falou que era Hakuin. Com muita raiva, os pais foram a Hakuin, mas tudo o que ele disse foi: "É mesmo?" Quando a criança nasceu, foi levada a Hakuin que, a essa altura, já havia perdido sua reputação, o que parecia não perturbá-lo absolutamente. Hakuin obteve leite, comida e tudo o mais que a criança necessitava, pedindo esmola a seus vizinhos com todo o carinho. Um ano mais tarde, não suportando mais a situação, a mãe da criança contou a verdade a seus pais – o verdadeiro pai era um jovem que trabalhava no mercado de peixes. O pai e a mãe da moça foram imediatamente a Hakuin contar-lhe toda a história. Desculpavam-se muito, imploraram seu perdão e pediram a criança de volta. Enquanto entregava a criança, de boa vontade, o Mestre simplesmente falou: "É mesmo?". Após entregar a criança aos avós, retornou a sua meditação.

### Reflexão – Auto Desconhecido

Paredes de hospitais já ouviram preces mais honestas do que igrejas. Já viram despedidas e beijos mais sinceros do que aeroportos. É no hospital que você vê um homofóbico ser salvo por um médico homossexual. A médica patricinha salvando a vida do mendigo. Na UTI você vê um judeu cuidando de um racista, policial e presidiário na mesma enfermaria recebendo os mesmos cuidados, um rico na fila de transplante e o doador é pobre. O "Hospital" toca na ferida das pessoas, universos que se cruzam em um propósito divino, e nessa comunhão de destinos nos damos conta de que sozinhos não somos ninguém! A verdade absoluta das pessoas, na maioria das vezes, só aparece no momento da dor ou na ameaça da perda! Quando a humanidade vai entender que somos todos iguais?

### Guerreiros - Giselle Keller

Que teus momentos sejam a cada instante um amanhecer. Que a cada instante o Sol se levante com você, que seu respirar seja uma ventania e seu olhar mostre a alegria por onde passar. Que seu coração de fogo acenda aqueles que já lhe tentaram magoar, que a alegria esteja em seu caminhar e o que plantamos com lágrimas possamos colher com alegria. Que toda a noite o brilho da Lua reflita sobre você. Que possamos compreender que fomos feitos para viver e renascer como o Sol e a Lua e estamos aqui como estrelas de nosso próprio viver. Somos guerreiros de nós mesmos...

### Bambu – Stephen Covey

Muitas coisas na vida pessoal e profissional são iguais ao bambu chinês. Você trabalha, investe tempo, esforço, faz tudo o que pode para nutrir seu crescimento, e às vezes não vê nada por semanas, meses ou anos. Mas se tiver paciência para continuar trabalhando, persistindo e nutrindo, o seu 5º ano chegará, e com ele virão um crescimento e mudanças que você jamais esperava.

### Auxílio – Contos Sufi

É indiferente se ajudarmos ou não um homem. Existe alguma coisa no homem que pode fazer com que o objetivo não se realize", disse El Mahdi Abbassi. Algumas pessoas que escutaram essa teoria não concordaram com El Mahdi. Ele porém disse que em breve aconteceria uma demonstração. Pouco tempo depois, El Mahdi pediu a um homem para colocar um pote contendo moedas de ouro bem no meio de uma ponte. Naquele instante vinha se aproximando pelo caminho, um homem que todos conheciam no vilarejo, que além de ser pobre era extremamente endividado e vivia com muita necessidade. El Mahdi Abbassi e um grupo de pessoas ficaram escondidos do outro lado da ponte para não serem vistos. O homem se aproximou da ponte, que era bastante estreita, e começou a atravessá-la. Todos viram ele passar pelo pote de ouro sem ter nenhuma reação e sair na outra extremidade da ponte de mãos vazias. El Mahdi Abbassi foi na sua direção e perguntou: "O que viu no meio da ponte?" O homem respondeu: "Nada!". "Como você não viu alguma coisa?" disse El Mahdi. "Quando comecei a caminhar pela ponte, tive uma idéia. Fechei os olhos e atravessei. Havia alguma coisa que pudesse ser importante para mim no meio da ponte?" Perguntou o homem endividado.

### Força – André Luiz

Não admita possa alguém construir algo de bom sem dificuldade. Pense nos problemas que uma simples semente deve encontrar a fim de germinar para servir. Indique uma pessoa capaz de se manter na onda do êxito sem sofrer obstáculos. Muitas vezes, é na prestação de algum serviço incômodo que você vai achar os melhores ingredientes para solução de seus problemas. Não clame por vida fácil. Mas peçamos por ombros fortes, não só para carregar o bendito fardo as obrigações que nos competem, como também para sermos mais úteis. Cada coração pode ser um manancial de bênção.

### Ações - Daisaku Ikeda

As pessoas não são nobres desde o nascimento, mas se enobrecem através de suas ações. As pessoas não são medíocres desde o seu nascimento, mas tornam-se assim através de suas ações. Se existem alguma diferença entre as pessoas, então essa diferença está somente nas suas realizações.

### Silêncio - Daniel Manduruku

O nosso silêncio não é o silêncio de boca. Um silêncio em que a boca está apenas fechada é um silêncio que as pessoas até fazem aqui na cidade. O silêncio difícil é o do pensamento, quando a gente não permite que o pensamento crie asas e vá para lugares em que o nosso corpo não está. O difícil na cidade, e o difícil para nós também, na aldeia, é estar inteiro em algum lugar, ouvindo pessoas ou passeando com os filhos, enfim, estar ali, presente.

### Aceitação - Emmanuel

Não são os problemas da vida em si que nos agravam as tensões internas. São as questões conectadas a esses problemas, que nascem de nossas dificuldades em aceitá-las, que agravam nossas tensões.

### Tempo – Joanna de Angelis

Esclarece com calma e argumenta serenamente. Se o outro não leva em consideração os teus conceitos, te silencia e entrega-o ao tempo, que a todos nos ensina sem pressa.

O segredo da saúde da mente e do corpo está em não lamentar o passado, em não se afligir com o futuro e em não antecipar preocupações; mas está no viver sabiamente e seriamente o presente momento. **Sakyamuni**