



*Apressa-te a viver bem e pensa que cada dia é, por si só, uma vida. Sêneca*

---

## **Olhai os lírios do campo – Mateus – 6 / 25-34**

Não estejais ansiosos quanto à vossa vida, pelo que haveis de comer, ou pelo que haveis de beber; nem, quanto ao vosso corpo, pelo que haveis de vestir. Não é a vida mais do que o alimento, e o corpo mais do que o vestuário? Olhai para as aves do céu, que não semeiam, nem ceifam, nem ajuntam em celeiros; e vosso Pai celestial as alimenta. Não valeis vós muito mais do que elas? Ora, qual de vós, por mais ansioso que esteja, pode acrescentar um côvado à sua estatura? E pelo que haveis de vestir, por que andais ansiosos? Olhai para os lírios do campo, como crescem; não trabalham nem fiam; contudo vos digo que nem mesmo Salomão em toda a sua glória se vestiu como um deles. Pois, se Deus assim veste a erva do campo, que hoje existe e amanhã é lançada no forno, quanto mais a vós, homens de pouca fé? Portanto, não vos inquieteis, dizendo: Que havemos de comer? ou: Que havemos de beber? ou: Com que nos havemos de vestir? Porque vosso Pai celestial sabe que precisais de tudo isso. Mas buscai primeiro o seu reino e a sua justiça, e todas estas coisas vos serão acrescentadas. Não vos inquieteis, pois, pelo dia de amanhã; porque o dia de amanhã cuidará de si mesmo. Basta a cada dia o seu mal.

---

## **Vaso Cheio - Parábola Chinesa**

Um mestre de artes marciais chamou seus discípulos e lhes mostrou um grande vaso e um monte de pedras, em seguida pegou as pedras uma a uma e encheu completamente o vaso. Ao terminar essa operação ele perguntou “esse vaso está cheio?”. Os discípulos se entreolharam e responderam “sim está”. O mestre então pegou um punhado de pedrinhas bem pequenas e despejou no vaso, em seguida indagou “e agora, está cheio?”. Ainda confusos os discípulos responderam “sim, agora está cheio”. Sorrindo o mestre apanhou um punhado de areia e despejou completamente no vaso, virou-se para seus alunos e repetiu a pergunta, uma vez mais eles responderam afirmativamente, o vaso estava cheio. Ainda com o sorriso enigmático nos lábios ele encheu o tal vaso de água até a borda e disse “bem, agora está cheio, mas me digam, qual a relação entre esse vaso e as suas vidas?”

---

## **O velho do forte – Parábola Taoísta**

Um velho vivia com seu Filho em um forte abandonado, ao alto de um monte, e um dia perdeu um cavalo. Os vizinhos vieram-lhe expressar seu pesar por aquele infortúnio, e o Velho perguntou:

- Como sabeis que é má sorte?

Poucos dias mais tarde voltou seu cavalo com um bando de cavalos selvagens, e vieram os vizinhos felicitá-lo por sua boa sorte, e o Velho respondeu:

- Como sabeis que é boa sorte?

Com tantas montarias a seu alcance, começou o Filho a cavalgá-las, e um dia quebrou uma perna. Vieram os vizinhos apresentar-lhes condolências, e o Velho respondeu:

- Como sabeis que é má sorte?

No ano seguinte houve uma guerra, e como o Filho do Velho era agora inválido, não teve de ir para a frente de batalha.

---

## **Fracasso - Joanna de Ângelis**

Se algum projeto que elaboraste redundou em fracasso, não te aborreças, nem o abandones por isso. O aparente fracasso é a forma pela qual a Divindade te ensina a corrigir a maneira de atuar, facultando-te repetir a experiência com mais sabedoria. Quem se recusa a reencetar o trabalho, porque foi mal sucedido antes, não merece desfrutar o êxito dos resultados. A arte de recomeçar é medida de engrandecimento para quem aspira mais altos cometimentos. Ninguém logra respostas felizes, sem as tentativas de insucesso.

## **Amor – Patch Adams**

Comprimidos aliviam a dor, mas só o amor alivia o sofrimento.

---

## **Passado – Autor desconhecido**

O que está no passado tem motivos para não fazer parte do seu presente. Aos poucos você percebe o que vale a pena, o que se deve guardar pro resto da vida, e o que nunca deveria ter entrado nela.

---

A humildade é a única base sólida de todas as virtudes - **Confúcio**

---

## **Encruzilhada - Marcos Carvalho**

Quando estiveres numa encruzilhada, lembre-se sempre do que lhe diz o seu coração. Jamais tome uma decisão, sem ouvir o que ele lhe diz. Pois o divino está dentro do seu coração.