



*Não se zangue com o ingrato, pois provavelmente é desorientado ou inexperiente - André Luiz*

## Quem está no controle? – Autor desconhecido

Você entregaria as chaves do seu carro a um desconhecido e permitiria que essa pessoa saísse dirigindo seu carro? Não, naturalmente que não. Você daria o controle de sua conta bancária e cartões de crédito a alguém que você não conhece muito bem? Absolutamente não! Entretanto, você deixa as pessoas, pessoas que você nem mesmo conhece, tomar controle de algo muito mais valioso do que seu carro ou sua conta bancária: sua atitude. Pense bem. Quem realmente controla a sua atitude? Quando você deixa sua atitude ser levada pelo que outros dizem e fazem, você está lhes entregando esse controle, e as consequências geralmente não são positivas. Mantenha sempre em mente que, não importa o que acontecer, você tem o poder de decidir o que pensar e agir. Você pode decidir entre estar distraído ou permanecer atento. Você pode decidir entre ser insultado ou ser alegre. Você pode decidir entre ganhar sem nenhum mérito ou continuar trabalhando na busca de seus objetivos. A forma como você encara o mundo ao seu redor faz uma enorme diferença na qualidade de sua vida. Então, mantenha o controle de sua atitude, e faça de sua vida o melhor que puder.

## Egoísmo – Contos Zen

O Primeiro Ministro da Dinastia Tang era um herói nacional pelo seu sucesso tanto como homem de estado quanto como líder militar. Mas a despeito de sua fama, poder e riqueza, ele se considerava um humilde e devoto Budista. Frequentemente ele visitava seu mestre Zen favorito para estudar com ele, e eles pareciam se dar muito bem. O fato de que ele era primeiro ministro aparentemente não tinha efeito em sua relação, que parecia ser simplesmente a de um reverendo mestre e seu respeitoso estudante. Um dia, durante sua visita usual, o Primeiro Ministro perguntou ao mestre, "Mestre, o que é o egoísmo de acordo com o Budismo?" O rosto do mestre ficou vermelho, e num tom de voz extremamente desdenhoso e insultuoso ele gritou em resposta: "Que tipo de pergunta estúpida é esta?!" Tal resposta tão inesperada chocou tanto o Primeiro Ministro que este tornou-se imediatamente arrogante e com raiva: "Como ousa me tratar assim?" Neste momento o mestre Zen sorriu e disse: "ISTO, Sua Excelência, é egoísmo..."

## Mudar - James Baldwin

As pessoas conseguem chorar muito mais facilmente do que elas conseguem mudar.

### Ao acordar - Suelaine Macena

Quando acordar, antes de colocar seus pés fora da cama, foque seu pensamento positivo em algo que deseja conquistar, acredite e veja o que vai ser diferente nesse dia!

### Pare – Marcos Carvalho

Quando a incerteza tomar conta de você, pare por um minuto. Olhe pela janela. Observe o que está ali, logo após a janela. Preste atenção nisso. E após fazer isso, analise novamente o que estava pensando. Certamente, você terá uma nova percepção sobre seu problema e talvez consiga resolvê-lo.

### Dar a outra face - Augusto Cury

Dar a outra face é um símbolo de maturidade e força interior. Não se refere à face física, mas à psíquica. Dar a outra face é procurar fazer o bem para quem nos decepciona, é ter elegância para elogiar quem nos difama, altruísmo para ser gentil com quem nos aborrece. É sair silenciosamente e sem estardalhaço da linha de fogo dos que nos agridem. Dar a outra face previne homicídios, traumas, cicatrizes impagáveis. Os fracos se vingam, os fortes se protegem.

### Vencer – Autor desconhecido

Não é porque perdemos uma batalha que perdemos a guerra, não é porque não chegamos em primeiro lugar que podemos deixar de chegar. Cada coisa no seu tempo, a questão é saber esperar com confiança. É enfrentando as dificuldades que você fica forte, É superando seus limites que você cresce, é resolvendo problemas que você desenvolve a maturidade, é desafiando o perigo que você descobre a coragem. Arrisque e descobrirá como as pessoas crescem quando exigem mais de si próprias e assim conseguem alcançar os seus objetivos. Se você não venceu ontem, não se preocupe, vencerá hoje. Se não vencer hoje, tenha fé que vencerá amanhã.

### Mentes - James Dewar

Mentes são como paraquedas. Elas só funcionam quando são abertas.

### Pressão – Frases islâmicas

Não temas a pressão, lembre-se que é ela que transforma o carvão em diamante.

### Diferenças – Autor desconhecido

Não seja gentil apenas por que uma pessoa foi gentil com você, mas sim por que você fez a diferença acontecer. A virtude independente do outro, nasce com a gente.

### Alto - Provérbio japonês

Ao olharmos para o alto, não vemos fronteiras.

### A arte da guerra - Sun Tzu

Triunfam aqueles que sabem quando lutar e quando esperar.