

**MENSAGENS  
TRANSFORMADORAS**

**PARA NOSSA REFLEXÃO**

**VOLUME 5**

**Compilação e adaptação: Cel Meirelles**

**Cuiabá Fev/2005**



## APRESENTAÇÃO

Este é o Volume 9 da série “Mensagens Transformadoras”.

Como os demais é uma coletânea de mensagens com fundo filosófico-espiritual por mim recebidas via internet. Como os demais volumes este tem a mesma finalidade - compartilhar com maior círculo de amigos o prazer de uma leitura educativa, que nos leve a meditar sobre os verdadeiros valores da sociedade, com vistas a transformações do nosso modo de ser e de sentir a vida.

O aspecto que marca estas mensagens é o de respeito a todas as crenças religiosas, procurando o sentido universalista de seus conceitos.

Espero que a leitura dessas mensagens atinja a sua finalidade e seja útil a todos os leitores amigos.

Abraço a todos com carinho com votos de muita paz

Cel Meirelles  
[celjm@uol.com.br](mailto:celjm@uol.com.br)



## ÍNDICE

<i>Título</i>	<i>Pág</i>	<i>Título</i>	<i>Pág</i>
És um Privilegiado e não sabes	9	Verdadeiro Amor	58
Pacto com a Felicidade	11	De Tudo um Pouco	61
A Caderneta Vermelha	13	Carta Escrita no Ano 2.070	63
Assim é a Vida	20	A Oração	67
Sentir-se Jovem	24	Grandeza de Alma	72
As Sete Maravilhas do Mundo	26	É o Meu Desejo, Amigo	75
Morrer Lentamente	28	Ajudemos a Vida Mental	81
Esta é a Lei	29	Janelas da Vida	83
Conselhos de Dalai Lama	31	Pedir Com o Coração	86
Poema da Prosperidade	33	A Bolsa de Água Quente	87
Oração De Agradecimento	35	O Pacote de Biscoito	92
Letra John	38	Faça Você Mesmo o seu Dia	95
Reclamações	40	O Exemplo do Menino	98
Revolução da Alma	42	Idéias Sobre Beleza	101
Câncer de Mama	44	Por uma Vida Melhor	104
Efêmero	47	Viver bem com a Vida	106
O Diamante	49	Renova-te Sempre	108
Idosos e Velhos	51	Desapostado	110
As Coisas que Aprendi na Vida	53	Reflexões para a Vida	114
A Arte de Não Adoecer	56	Sabedoria Chinesa	116



*ÍNDICE (Continuação)*

<i>Título</i>	<i>Pág</i>	<i>Título</i>	<i>Pág</i>
A Paz no Mundo	118	Educação	134
Cinco Lições	119	Parábola da Rosa	138
Resposta de Jesus quando Oramos	124	A História da Vaquinha	140
Você tem Experiência?	126	Nada Acontece Por Acaso	143
Atitudes Sábias	129	Saudades	146
Para Pensar	132	Há um Poder Maior do que a tua Vontade	148





## **ÉS UM PRIVILEGIADO PELA VIDA E NÃO SABES**

Se acordaste hoje com força e sem dor  
...tens mais sorte que muitos outros

Se nunca conheceste os perigos da guerra, da solidão da prisão,  
da fome...  
...estás acima de 500 milhões de pessoas do  
mundo.

Se podes ir à Igreja, ao Templo ou seguir as tuas crenças sem ser  
perseguido...  
...tens mais sorte que 3 milhões de pessoas neste  
planeta.

Se tens as tuas necessidades básicas satisfeitas  
...és mais rico que 75% dos outros habitantes.

Se tens umas economias  
...és parte dos 10% da população próspera do  
mundo inteiro.

Se viste os teus pais tornarem-se envelhecidos juntos  
...és um caso pouco comum.

Se trazes um sorriso na tua cara e estás agradecido por tudo...  
...tens sorte, porque a maioria da gente pode  
fazê-lo mas não o faz.

Se podes pegar na mão de alguém, abraçá-lo ou somente tocar o  
seu ombro...  
...alegra-te, nunca te sentirás só

Se podes ler esta mensagem, recebeste uma dupla bênção...  
...já que, primeiro alguém pensou em ti e, segundo, tens  
mais sorte que 2 mil milhões de pessoas, que não sabem ler.

Pensa na tua sorte e transmite esta mensagem aos outros para  
que se dêem conta de tudo o que têm.

## PACTO COM A FELICIDADE

“Amar se aprende..... amando”

De hoje em diante todos os dias ao acordar, direi : Eu hoje vou ser Feliz !

Vou lembrar de agradecer ao sol pelo seu calor e luminosidade, sentirei que estou vivendo, respirando.

Posso desfrutar de todos os recursos da natureza gratuitamente. Não preciso comprar o canto dos pássaros, nem o murmúrio das ondas do mar.

Lembrarei de sentir a beleza das árvores, das flores. Vou sorrir mais, sempre que puder.

Vou cultivar mais amizades e neutralizar as inimizades.

Não vou julgar os atos dos meus semelhantes ou companheiros. Vou aprimorar os meus.

Lembrarei de ligar para alguém para dizer que estou com saudades !

Reservarei minutos de silêncio, para ter a oportunidade de ouvir.

Não vou lamentar nem amargar as injustiças.

Vou pensar no que fazer para diminuir seus efeitos.

Terei sempre em mente que um minuto passado, não volta mais, vou viver todos os minutos proveitosamente.

Não vou sofrer por antecipação prevendo futuros incertos, nem com atraso, lembrando de coisas sobre as quais não tenho mais ação.

Não vou pensar no que não tenho e que gostaria de ter, mas em como posso ser feliz com o que possuo. E o maior bem que possuo é a própria vida.

Vou lembrar de ler uma poesia e de ouvir uma canção, vou dedicá-las a alguém. Vou fazer alguma coisa para alguém, sem esperar nada em troca, apenas pelo prazer de ver alguém sorrir.

Vou lembrar que existe alguém que me quer bem, vou dedicar uns minutos de pensamento para os que já se foram para que saibam que serão sempre uma doce lembrança, até que venhamos a nos encontrar outra vez.

Vou procurar dar um pouco de alegria para alguém, especialmente quando sentir que a tristeza e o desânimo querem se aproximar. E quando a noite chegar, vou olhar o céu, para as estrelas e para o luar e agradecer a Deus, porque hoje eu fui feliz !

Carlos Drummond

Vale a pena ler de novo.....,

### A CADERNETA VERMELHA

O carteiro estendeu o telegrama.

José Roberto não agradeceu e enquanto abria o envelope, uma profunda ruga sulcou-lhe a testa.

Uma expressão mais de surpresa do que de dor tomou-lhe conta do rosto. Palavras breves e incisivas:

- Seu pai faleceu. Enterro 18 horas. Mamãe;

Jose Roberto continuou parado, olhando para o vazio. Nenhuma lágrima lhe veio aos olhos nenhum aperto no coração.

Nada!

Era como se houvesse morrido um estranho. Por que nada sentia pela morte do velho?

Com um turbilhão de pensamentos confundido-o, avisou a esposa, tomou o ônibus e se foi, vencendo os silenciosos quilômetros de estrada enquanto a cabeça girava a mil.

No íntimo, não queria ir ao funeral e, se estava indo era apenas para que a mãe não ficasse mais amargurada.

Ela sabia que pai e filho não se davam bem.

A coisa havia chegado ao final no dia em que, depois de mais uma chuva de acusações, José Roberto havia feito as malas e partido prometendo nunca mais botar os pés naquela casa.

Um emprego razoável, casamento, telefonemas à mãe pelo Natal, Ano Novo ou Páscoa...

Ele havia se desligado da família não pensava no pai e a última coisa na vida que desejava na vida era ser parecido com ele.

O velório: poucas pessoas.

A mãe está lá, pálida, gelada, chorosa.

Quando reviu o filho, as lágrimas correram silenciosas, foi um abraço de desesperado silêncio.

Depois, ele viu o corpo sereno envolto por um lençol de rosas vermelho, como as que o pai gostava de cultivar.

José Roberto não verteu uma única lágrima, o coração não pedia.

Era como estar diante de um desconhecido um estranho, um...

O funeral: o sabiá cantando, o sol se pondo.

Ele ficou em casa com a mãe até a noite, beijou-a e prometeu que voltaria trazendo netos e esposa para conhecê-la.

Agora, ele poderia voltar à casa, porque aquele que não o amava, não estava mais lá para dar-lhe conselhos ácidos nem para criticá-lo.

Na hora da despedida a mãe colocou-lhe algo pequeno e retangular na mão

- Há mais tempo você poderia ter recebido isto - disse.

- Mas, infelizmente só depois que ele se foi eu encontrei entre os guardados mais importantes...

Foi um gesto mecânico que, minutos depois de começar a viagem, meteu a mão no bolso e sentiu o presente.

O foco mortiço da luz do bagageiro, revelou uma pequena caderneta de capa vermelha.

Abriu-a curioso.

Páginas amareladas. Na primeira, no alto, reconheceu a caligrafia firme do pai:

"Nasceu hoje o José Roberto. Quase quatro quilos! O meu primeiro filho, um garotão!

Estou orgulhoso de ser o pai daquele que será a minha continuação na Terra!".

À medida que folheava, devorando cada anotação, sentia um aperto na boca do estomago, mistura de dor e perplexidade, pois as imagens do passado ressurgiram firmes e atrevidas como se acabassem de acontecer!

"Hoje, meu filho foi para escola. Está um homenzinho! Quando eu vi ele de uniforme, fiquei emocionado e desejei-lhe um futuro cheio de sabedoria.

A vida dele será diferente da minha, que não pude estudar por ter sido obrigado a ajudar meu pai.

Mas para meu filho desejo o melhor. “ Não permitirei que a vida o castigue".

Outra página

- "Roberto me pediu uma bicicleta, meu salário não dá, mas ele merece porque é estudioso e esforçado".
- Fiz um empréstimo que espero pagar com horas extras".

José Roberto mordeu os lábios.

Lembrava-se da sua intolerância, das brigas feitas para ganhar a sonhada bicicleta.

Se todos os amigos ricos tinham uma, por que ele também não poderia ter a sua?

"É duro para um pai castigar um filho e bem sei que ele poderá me odiar por isso; entretanto, devo educá-lo para seu próprio bem."

"Foi assim que aprendi a ser um homem honrado e esse é o único modo que sei de ensiná-lo".

José Roberto fechou os olhos e viu toda a cena quando por causa de uma bebedeira, tinha ido para a cadeia e naquela noite, se o pai não tivesse aparecido para impedi-lo de ir ao baile com os amigos...

Lembrava-se apenas do automóvel retorcido e manchado de sangue que tinha batido contra uma árvore...

Parecia ouvir sinos, o choro da cidade inteira enquanto quatro caixões seguiam lugubrememente para o cemitério.



As páginas se sucediam com ora curtas, ora longas anotações, cheias das respostas que revelam o quanto, em silêncio e amargura o pai o havia amado.

O "velho" escrevia de madrugada.

Momento da solidão, num grito de silêncio, porque era desse jeito que ele era, ninguém o havia ensinado a chorar e a dividir suas dores, o mundo esperava que fosse durão para que não o julgassem nem fraco e nem covarde.

E, no entanto, agora José Roberto estava tendo a prova que, debaixo daquela fachada de fortaleza havia um coração tão terno e cheio de amor.

A última página. Aquela do dia em que ele havia partido:

- "Deus, o que fiz de errado para meu filho me odiar tanto?

Por que sou considerado culpado, se nada fiz, senão tentar transformá-lo em um homem de bem?"

"Meu Deus, não permita que esta injustiça me atormente para sempre!

Que um dia ele possa me compreender e perdoar por eu não ter sabido ser o pai que ele merecia ter."

Depois não havia mais anotações e as folhas em branco davam a idéia de que o pai tinha morrido naquele momento,

José Roberto fechou depressa a caderneta, o peito doía. O coração parecia haver crescido tanto, que lutava para escapar pela boca.

Nem viu o ônibus entrar na rodoviária, levantou aflito e saiu quase correndo porque precisava de ar puro para respirar

A aurora rompia no céu e mais um dia começava.

"Honre seu pai para que os dias de sua velhice sejam tranquilos!" – certa vez ele tinha ouvido essa frase e jamais havia refletido na profundidade que ela continha.

Em sua egocêntrica cegueira de adolescente, jamais havia parado para pensar em verdades mais profundas.

Para ele, os pais eram descartáveis e sem valor como as embalagens que são atiradas ao lixo.

Afinal, naqueles dias de pouca reflexão tudo era juventude, saúde, beleza, música, cor, alegria despreocupação, vaidade.

Não era ele um semi-Deus?

Agora, porém, o tempo o havia envelhecido, fatigado e também tornado pai aquele falso herói.

De repente. No jogo da vida, ele era o pai e seus atuais contestadores

Como não havia pensado nisso antes?

Certamente por não ter tempo, pois andava muito ocupado com os negócios, a luta pela sobrevivência, a sede de passar fins de semana longe da cidade grande, a vontade de mergulhar no silêncio sem precisar dialogar com os filhos.

Ele jamais tivera a idéia de comprar uma cadernetinha de capa vermelha para anotar uma frase sobre seus herdeiros, jamais lhe

havia passado pela cabeça escrever que tinha orgulho daqueles que continuam o seu nome.

Justamente ele, que se considerava o mais completo pai da Terra?

Uma onda de vergonha quase o prostrou por terra numa derradeira lição de humildade.

Quis gritar, erguer procurando agarrar o velho para sacudi-lo e abraçá-lo, encontrou apenas o vazio.

Havia uma raquítica rosa vermelha num galho no jardim de uma casa, o sol acabava de nascer.

Então, José Roberto acariciou as pétalas e lembrou-se da mãozona do pai podando, adubando e cuidando com amor.

Por que nunca tinha percebido tudo aquilo antes?

Uma lágrima brotou como o orvalho, e erguendo os olhos para o céu dourado, de repente, sorriu e desabafou-se numa confissão aliviadora:

- "Se Deus me mandasse escolher, eu juro que não queria ter tido outro pai que não fosse você velho!
- Obrigado por tanto amor, e me perdoe por haver sido tão cego."

"FALE, CURTA, ABRACE, BEIJE SINTA E AME TODAS AS PESSOAS COM QUE VOCÊ PODE VER E TOCAR"

APROVEITE!!!

(Esta mensagem já foi publicada no Volume 1)

## ASSIM É A VIDA...

“Um garoto que nasceu com uma doença que não tinha cura.

Tinha 17 anos e podia morrer a qualquer momento.

Sempre viveu na casa de seus pais, sob o cuidado constante de sua mãe.

Um dia decidiu sair sozinho e, com a permissão da mãe, caminhou pela sua quadra, olhando as vitrines e as pessoas que passavam.

Ao passar por uma loja de discos, notou a presença de uma garota, mais ou menos da sua idade, que parecia ser feita de ternura e beleza.

Foi amor a primeira vista.

Abriu a porta e entrou, sem olhar para mais nada que não a sua amada.

Aproximando-se timidamente, chegou ao balcão onde ela estava.

Quando o viu, ela deu-lhe um sorriso e perguntou:

- "Posso ajudá-lo em alguma coisa".

Era o sorriso mais lindo que ele já havia visto, e a emoção foi tão forte que ele mal conseguiu dizer que queria comprar um CD.

Pegou o primeiro que encontrou, sem nem olhar de quem era, e disse: - "Esse aqui".

- "Quer que embrulhe para presente" perguntou a garota sorrindo ainda mais.

Ele só mexeu com a cabeça para dizer que sim.

Ela saiu do balcão e voltou, pouco depois, com o CD muito bem embalado.

Ele pegou o pacote e saiu, louco de vontade de ficar por ali, admirando aquela figura divina.

Daquele dia em diante, todas as tardes voltava a loja de discos e comprava um CD qualquer.

Todas as vezes a garota deixava o balcão e voltava com um embrulho cada vez mais bem feito, que ele guardava com carinho no closet, sem nem abrir.

Ele estava apaixonado, mas tinha medo da reação dela, e assim, por mais que ela sempre o recebesse com um sorriso doce, não tinha coragem para convidá-la para sair e conversar.

Comentou sobre isso com sua mãe e ela o incentivou, muito, a chamá-la para sair.

Um dia, ele se encheu de coragem e foi para a loja.

Como todos os dias comprou outro CD e, como sempre, ela foi embrulhá-lo.

Quando ela não estava vendo, escondeu um papel com seu nome e telefone no balcão e saiu da loja correndo.

No dia seguinte o telefone tocou e a mãe do jovem atendeu.

Era a garota perguntando por ele.

A mãe, desconsolada, nem perguntou quem era, começou a chorar e disse: - "Então, você não sabe? Faleceu essa manhã".

Mais tarde, a mãe entrou no quarto do filho, para olhar suas roupas e ficou muito surpresa com a quantidade de CDs, todos embrulhados. Ficou curiosa e decidiu abrir um deles.

Ao fazê-lo, viu cair um pequeno pedaço de papel, onde estava escrito: "Você é muito simpático, não quer me convidar para sair? Eu adoraria".

Emocionada, a mãe abriu outro CD e dele também caiu um papel que dizia o mesmo, e assim todos quantos ela abriu traziam uma mensagem de carinho e a esperança de conhecer aquele rapaz.

Assim é a vida: não espere demais para dizer a alguém especial aquilo que você sente. Diga-o já; amanhã pode ser muito tarde. Aproveite e fala, escreve, telefona diz o que ainda não foi dito.

Diga a alguém o que ela significa para você. Não deixe para amanhã. Quem sabe não dá mais tempo.

O tempo é nosso grande mestre, que ameniza nossas dores, cuida das nossas feridas e cura as cicatrizes, da incompreensão, do desamor, da falsidade, das derrotas temporárias, dos que se aproximam de nós apenas em benefício próprio.

Só o tempo nos mostra os verdadeiros amigos.

"E quando alguém o abraçar, não seja você o primeiro a soltar os braços."

A VIDA é assim, então Tenho que lhe dizer: VOCÊ É UM GRANDE AMIGO, GOSTO MUITO DE VOCÊ!!!

Olha... ...fala agora para a pessoa que você AMA, o quanto ele é importante na sua vida, pois quando você achar que é a hora certa, pode ser tarde demais.

...tenha um ótimo dia... ...e aproveite ao máximo... ...cada minuto de sua VIDA!!!

## SENTIR-SE JOVEM

Sentir-se jovem é sentir o gosto de envelhecer ao lado da mesma mulher;

Curtir ruga por ruga de seu rosto, que a idade - sem vaidade - lhe trazer.

O corpo transformar-se em escultura. O Tempo apaixonado é um escultor

E a fêmea oculta na mulher madura explode em sensuais formas de amor!

Ser jovem cinquentão: não é preciso provar que emagrecer rejuvenesce, pois a melhor ginástica é o sorriso, E quem sorri de amor nunca envelhece.

Amar ou desamar sem sentir culpa, desafiando as leis do coração.

Não faça da velhice uma desculpa e nem da juventude profissão.

Idade não é culpa, velhice não é desculpa, nem mesmo a juventude é profissão!

Fica mais velho quem tem medo de ser velho. roubando sonhos de alguma adolescente, Dizer que ele "dá duas", que é potente, mentir para si próprio e para o espelho.

A idade é uma verdade, não ilude. quem dividiu a vida com prazer,

Velho é se drogar de juventude, ser jovem é saber envelhecer!



Velho é quem se ilude que a idade é juventude.

Ser jovem é ser envelhecer!

Juca Chaves

## AS SETE MARAVILHAS DO MUNDO

Numa classe, a professora pediu aos alunos que listassem o que, para eles, seriam as "Sete Maravilhas do Mundo" nos dias de hoje.

Após algumas discussões, as que receberam os maiores votos foram:

1. As grandes pirâmides do Egito
2. Taj Mahal
3. Grand Canyon
4. Canal do Panamá
5. Empire State
6. Basílica de St. Peter
7. As Muralhas da China

Enquanto os votos eram recolhidos, a professora notou que uma aluna não tinha entregado sua lista ainda. Então ela perguntou se a garota estava tendo algum problema. A menina respondeu: "Sim, um pouco. Eu não consigo completar a lista, há tantas maravilhas no mundo!"

A professora disse: "Bom, então me diga o que você escreveu e talvez eu possa ajudar você".

A garota pensou um pouco e então disse:

"As Sete Maravilhas do Mundo são:

1. VER
2. OUVIR
3. TOCAR
4. PROVAR
5. SENTIR

6. RIR

7. AMAR

O silêncio que se seguiu foi tão grande que mal se ouviam as respirações.

As coisas que nos foram doadas e que negligenciamos por serem simples e comuns são as verdadeiras maravilhas do mundo!

## MORRE LENTAMENTE

Morre lentamente quem não viaja, quem não lê,

Morre lentamente quem destrói seu amor próprio, quem não se deixa ajudar.

Morre lentamente quem se transforma em escravo do hábito repetindo todos os dias os mesmos trajetos, quem não muda de marca, não se arrisca a vestir uma nova cor ou não conversa com quem não conhece

Morre lentamente quem evita uma paixão e seu redemoinho de emoções, justamente as que resgatam o brilho dos olhos e os corações aos tropeços.

Morre lentamente quem não vira a mesa quando está infeliz com o seu trabalho, ou amor, quem não arrisca o certo pelo incerto para ir atrás de um sonho quem não se permite, pelo menos uma vez na vida, fugir dos conselhos sensatos...

Viva hoje !

Arrisque hoje !

Faça hoje !

Não se deixe morrer lentamente !

**NÃO SE ESQUEÇA DE SER FELIZ !**

Vale a pena ler de novo....

## ESTA É A LEI

Nascestes no lar que precisavas,

Vestiste o corpo físico que merecias,

Moras onde melhor Deus te proporcionou, de acordo com teu adiantamento.

Possuis os recursos financeiros coerentes com as tuas necessidades, nem mais, nem menos, mas o justo para as tuas lutas terrenas.

Teu ambiente de trabalho é o que elegeste espontaneamente para a tua realização.

Teus parentes, amigos são as almas que atraíste, com tua própria afinidade.

Portanto, teu destino está constantemente sob teu controle.

Tu escolhes, recolhes, eleges, atraís, buscas, expulsas, modificas tudo aquilo que te rodeia a existência.

Teus pensamentos e vontade são a chave de teus atos e atitudes..... São as fontes de atração e repulsão na tua jornada vivência.

Não reclames nem te faças de vítima! Antes de tudo, analisa e observa! A mudança está em tuas mãos. Reprograma tua meta! Busca o bem e viverás melhor.

Embora ninguém possa voltar atrás e fazer um novo começo,  
Qualquer Um pode Começar agora e fazer um Novo Fim.

Chico Xavier

## CONSELHOS DE DALAI LAMA

Pra começar o dia com conselhos do Dalai Lama

Leve em consideração que grandes amores e conquistas envolvem grande risco.

Quando você perde, não perca a lição! Siga os três R's:

Respeito a si mesmo.

Respeito aos outros.

Responsabilidade por todas suas ações.

Lembre-se que se não conseguir o que você quer, é algumas vezes um grande lance de sorte!

Aprenda as regras de maneira a saber quebrá-las da maneira mais apropriada.

Não deixe uma disputa por questões menores ferir um grande amigo.

Quando você perceber que cometeu um erro, tome providências imediatas para corrigi-lo.

Passa algum tempo sozinho todos os dias.

Abra seus braços para mudanças, sem abrir mão de seus valores.

Lembre-se que o silêncio é algumas vezes a melhor resposta.

Viva uma vida boa e honrada. Assim, quando você ficar mais velho e pensar no passado, poderá obter prazer uma segunda vez. Uma atmosfera de amor em sua casa é o fundamento para sua vida.

Em discordâncias com entes queridos, trate apenas da situação corrente, não levante questões passadas.

Compartilhe o seu conhecimento. Esta é uma maneira de alcançar a imortalidade.

Seja gentil com a terra.

Uma vez por ano, vá a algum lugar que você nunca esteve antes.

Lembre-se que o melhor relacionamento é aquele em que o amor mútuo excede o amor que cada um precisa do outro.

Julgue o seu sucesso por aquilo que você teve que abrir mão para consegui-lo.

Entregue-se total e irrestritamente ao amor e à cozinha.



## POEMA DA PROSPERIDADE

Nem a tristeza, nem a desilusão. Nem a incerteza, nem a solidão

NADA ME IMPEDIRÁ DE SORRIR.

Nem o medo, nem a depressão. Por mais que sofra meu coração,

NADA ME IMPEDIRÁ DE SONHAR.

Nem o desespero, nem a descrença. Muito menos o ódio ou alguma ofensa,

NADA ME IMPEDIRÁ DE VIVER.

Mesmo errando e aprendendo, tudo me será favorável, para que eu possa sempre evoluir, preservar, servir, cantar, agradecer, perdoar, recomeçar...

QUERO VIVER O DIA DE HOJE

Como se fosse o primeiro,

Como se fosse o último,

Como se fosse o único.

Quero viver o momento de agora

Como se ainda fosse cedo,

Como se nunca fosse tarde.

Quero manter o otimismo. Conservar o equilíbrio. Fortalecer a minha esperança. Recompôr minhas energias,

Para prosperar na minha missão

E viver alegre todos os dias.

Quero caminhar na certeza de chegar. Quero lutar na certeza de vencer. Quero buscar na certeza de alcançar. Quero saber esperar

Para poder realizar os ideais do meu ser.

ENFIM,

Quero dar o máximo de mim, para viver intensamente e maravilhosamente

TODOS OS DIAS DA MINHA VIDA.

Vale a pena ler de novo...

### **ORAÇÃO DE AGRADECIMENTO**

UMA ORAÇÃO!!!!!!!!!! PARA AGRADECER E...PARA REZAR, QUANDO O CORAÇÃO PEDIR, QUANDO PRECISAR DE PAZ...

Agradecemos-te Senhor. Pela glória de viver. Pela honra de amar!

Muito obrigada Senhor, pelo que me deste, pelo que me dás!

Muito obrigada pelo pão, pelo ar, pela paz

Muito obrigada pela beleza que meus olhos vêem no altar da natureza! Olhos que fitam o ar, a terra e o mar. Que acompanha a ave fagueira que corre ligeira pelo céu de anil e se detém na terra verde salpicada de flores em tonalidades mil! Muito obrigada Senhor, porque eu posso ver o meu amor

Diante de minha visão, pelos cegos, formulo uma oração:

Eu sei que depois dessa vida, na outra vida, eles também enxergarão!

Obrigada pelos ouvidos meus que me foram dados por Deus. Ouvidos que ouvem o tamborilar da chuva no telheiro, a melodia do vento nos ramos do salgueiro, as lágrimas que choram os olhos do mundo inteiro.

Diante de minha capacidade de ouvir, pelos surdos eu te quero pedir, eu sei que depois desta dor, no teu reino de amor, eles também ouvirão

Muito obrigada Senhor, pela minha voz!

Mas também pela voz que canta, que ensina, que alfabetiza, que canta uma canção e teu nome profere com sentida emoção!

Diante da minha melodia, quero te rogar pelos que sofrem de afazia, pelos que não cantam de noite e não falam de dia.

Eu sei que depois desta dor, no teu reino de amor, eles também cantarão

Muito obrigada Senhor, pelas minhas mãos!

Mas também pelas mãos que oram, que semeiam, que agasalham. Mãos de amor, mãos de caridade, de solidariedade. Mãos que apertam mãos. Mãos de poesia, de cirurgia, de sinfonia, de psicografias... Mãos que acalentam a velhice, a dor e o desamor! Mãos que acolhem ao seio do corpo, um filho alheio, sem receio..

Pelos meus pés, que me levam a andar sem reclamar. Muito obrigada Senhor, porque posso bailar!

Olho para a terra e vejo amputados, marcados, desesperados, paralisados... Eu posso andar!!! Oro por eles!

Eu sei que depois dessa expiação, na outra reencarnação, eles também bailarão

Muito obrigada Senhor, pelo meu lar!

É tão maravilhoso ter um lar... Não importa se este lar é uma mansão, um bangalô, seja lá o que for! O importante é que dentro dele exista amor! O amor de pai, de mãe, de marido e esposa, de filho, de irmão... De alguém que lhe estenda a mão,

mesmo que seja o amor de um cão, pois é tão triste viver na solidão!

Mas se não tiver ninguém para amar, um teto pra me acolher, uma cama para me deitar...mesmo assim, não reclamarei, nem blasfemarei.

Simplesmente direi:

Obrigada Senhor, porque nasci. Obrigada Senhor, porque creio em ti! Pelo teu amor, obrigada Senhor!

Texto: Amália Rodrigues/Divaldo Franco

Apresentação e Montagem: Luiz Carlos Peralva

(Esta mensagem já foi publicada no Volume 4)

## LETRAS JOHN

"Fizeram a gente acreditar que amor mesmo, amor pra valer, só acontece uma vez, geralmente antes dos 30 anos.

Não contaram pra nós que amor não é acionado, nem chega com hora marcada.

Fizeram a gente acreditar que cada um de nós é a metade de uma laranja, e que a vida só ganha sentido quando encontramos a outra metade.

Não contaram que já nascemos inteiros, que ninguém em nossa vida merece carregar nas costas a responsabilidade de completar o que nos falta:

A gente cresce através da gente mesmo. Se estivermos em boa companhia é só mais agradável.

Fizeram a gente acreditar numa fórmula chamada "dois em um": duas pessoas pensando igual, agindo igual, que era isso que funcionava.

Não nos contaram que isso tem nome: anulação. Que só sendo indivíduos com personalidade própria é que poderemos ter uma relação saudável.

Fizeram a gente acreditar que casamento é obrigatório e que desejos fora de hora devem ser reprimidos.

Fizeram a gente acreditar que os bonitos e magros são mais amados, que os que transam pouco são caretas, que os que transam muito não são confiáveis, e que sempre haverá um chinelo velho para um pé torto. Só não disseram que existe muito mais cabeça torta do que pé torto.

Fizeram a gente acreditar que só há uma fórmula de ser feliz, a mesma para todos, e os que escapam dela estão condenados à marginalidade.

Não nos contaram que estas fórmulas dão errado, frustram as pessoas, são alienantes, e que podemos tentar outras alternativas. Ah, também não contaram que ninguém vai contar isso tudo pra gente.

Cada um vai ter que descobrir sozinho.

E aí, quando você estiver muito apaixonado por você mesmo, vai poder ser muito feliz e se apaixonar por alguém"

*(John Lennon)*

***Por: Renato Cardoso e  
Eloah Segalla Passarelli***

As eternas e normalmente infundadas...

### **RECLAMAÇÕES**

O mundo, hoje, vai mal... O governo só faz política... A Prefeitura é inoperante... A própria igreja estacionou... O carro não pega... A minha promoção não sai... O sinal ainda tá fechado... Meu time perdeu... Que calor insuportável... Minha mulher só reclama... Os amigos sumiram... A cidade tá uma sujeira... Meu chefe não me compreende... O táxi não aparece... E essa fila que não anda... Ninguém reconhece meu trabalho... Os preços não param de subir... Meu telefone vive enguiçado

Que vida, hein!

Mais alguma reclamação?

E se eu tivesse nascido em berço de ouro? E se meus pais fossem mais inteligentes? E se eu ganhasse uma enorme quantia? E se não existisse tanta gente atrapalhando a minha vida? E se eu conseguisse um diploma sem precisar estudar? Por que a gente tem tanta luta e tribulação, tanta dor e sofrimento, transformando a vida num “Vale de Lágrimas”?

Difícil, não é mesmo???

Mas agora preste muita atenção nesta situação...

Jesus nasceu num estábulo... Jesus montou num burrico... Jesus multiplicou os pães e peixes num cesto... Jesus utilizou um local para evangelizar... Jesus promoveu um milagre num barco... Jesus foi sepultado em um túmulo...

**EMPRESTADO! Só a cruz era d'ELE !**



E Ele nunca amaldiçoou a Sua condição de nada ter, nunca murmurou e jamais blasfemou!

Você tem mais alguma reclamação ?

Acredito que não!

Então, retransmita este e-mail, pois alguém pode estar precisando ler esta mensagem para aprender a dar mais valor às pessoas, coisas e situações que lhe são impostas, não por elas mesmas, mas por DEUS.

## REVOLUÇÃO DA ALMA

*O autor, "Aristóteles", filósofo grego,  
discípulo de Platão e este de Sócrates,  
escreveu esta mensagem no ano 360 a.C.*

Ninguém é dono da sua felicidade, por isso não entregue sua alegria, sua paz, sua vida nas mãos de ninguém, absolutamente ninguém.

Somos livres, não pertencemos a ninguém e não podemos querer ser donos dos desejos, da vontade ou dos sonhos de quem quer que seja.

Se você anda repetindo muito "eu preciso tanto de você" ou, "você é a razão da minha vida", cuide-se.

Remova essas palavras e principalmente a ação dessas palavras da sua vida, pois fazem muito mal ao seu "eu" interior.

A razão da sua vida é você mesmo. A tua paz interior é a tua meta de vida, quando sentires um vazio na alma, quando acreditares que ainda está faltando algo, mesmo tendo tudo, remete teu pensamento para os teus desejos mais íntimos e busque a divindade que existe em você.

Pare de colocar sua felicidade cada dia mais distante de você. Não coloque objetivos longe demais de suas mãos, abrace os que estão ao seu alcance hoje.

Se andas desesperado por problemas financeiros, amorosos ou de relacionamentos familiares, busca em teu interior a resposta para acalmar-te, você é reflexo do que pensas diariamente.

Pare de pensar mal de você mesmo, e seja seu melhor amigo sempre.

Sorrir significa aprovar, aceitar, felicitar. Então abra um sorriso para aprovar o mundo que te quer oferecer o melhor. Com um sorriso no rosto as pessoas terão as melhores impressões de você, e você estará afirmando para você mesmo, que está "pronto" para ser feliz.

Trabalhe, trabalhe muito a seu favor. Pare de esperar a felicidade sem esforços. Pare de exigir das pessoas aquilo que nem você conquistou ainda.

Critique menos, trabalhe mais. E, não se esqueça nunca de agradecer.

Quando você agradece, Deus recebe seu coração.

Agradeça tudo que está em sua vida nesse momento, inclusive a dor .

Nossa compreensão do universo, ainda é muito pequena para julgar o que quer que seja na nossa vida.

Por fim, acredite que não estamos sozinhos um instante sequer.

Você pode, através de uma oração simples e de coração buscar Aquele que é maior que quaisquer problemas.

Unir-se a DEUS nos momentos de alegria, garante uma facilidade maior de contato nos momentos menos alegres.

Pensem nisso!!!

"A grandeza não consiste em receber honras, mas em merecê-las  
{Aristóteles}

## UMA LIÇÃO PARA MULHERES E HOMENS (CÂNCER DE MAMA)

Você está recebendo isto porque é uma mulher, porém os homens não devem ficar isento de conhecer e difundir a mensagem...

### PARA LEVAR EM CONTA

Um homem atraente, de meia idade, entrou em um bar e se sentou. Antes de fazer o pedido não deixou de perceber que um grupo de homens mais jovens que bebiam em uma mesa perto da sua, riam dele.

Somente quando se lembrou da pequena fita rosa que levava na lapela de seu blazer foi que se deu conta que se tratava de uma gozação.

O homem não deu maior importância, mas os insistentes risos na mesa vizinha começaram a incomodá-lo. Olhou a um dos homens diretamente nos olhos, levou o dedo até a lapela e apontou a fita: “Isto?” Com este gesto todos os homens da mesa riram abertamente.

O homem ao qual dirigiu o olhar lhe disse: “Desculpe amigo, mas estávamos comentando como está bonito com esta fitinha rosa no blazer azul”.

Com toda calma, o homem fez um gesto para o gozador convidando-o a se aproximar e sentar com ele à sua mesa. Ainda que estivesse bastante incomodado o homem mais jovem se aproximou e sentou-se. O homem mais velho com uma voz muito calma lhe disse: -

“Uso esta fita para chamar atenção sobre o câncer da mama”.  
“Eu uso em honra à minha mãe”.

- ”Sinto muito, amigo, Ela morreu de câncer da mama? ”.

- "Não. Ela está sadia e muito bem. Mas seus seios me alimentaram quando eu era um bebê e foram abrigo quando tive medo ou me senti só em minha infância. Estou muito agradecido aos seios de minha mãe e por sua saúde”.

"Entendo", respondeu o outro, não muito convencido.

"Também uso esta fita para honrar à minha mulher", continuou dizendo o homem.

- ”E ela também está bem?”

- "Claro que sim. Seus seios foram fonte de amor... Com eles alimentou a nossa bela filha de 23 anos. Estou muito grato pelos seios de minha mulher e por sua saúde”.

- ”Já sei. Suponho que também usa a fita para honrar a sua filha”.

"Não. É muito tarde para isto. Minha filha morreu de câncer da mama faz um mês. Ela pensou que era muito jovem para ter câncer, assim quando acidentalmente notou uma pequena protuberância, a ignorou. Ela pensou que, como não a incomodava, nem doía, não havia com que se preocupar”.

Comovido e envergonhado o estranho disse : ”Sinto muito, senhor.”

- "Portanto, também em memória de minha filha uso esta fitinha com muito orgulho. Isto me dá oportunidade de falar com os

outros. Quando voltar para a sua casa fale com a sua esposa, suas filhas, sua mãe, suas irmãs, suas amigas. Tome...", o homem buscou no bolso e entregou ao outro uma pequena fita rosa. Ele a pegou, olhou-a, lentamente levantou a cabeça e lhe disse: "Poderia me ajudar a colocá-la?"

Incentive às mulheres que você gosta a praticar regularmente o auto-exame das mamas e a fazer uma mamografia uma vez ao ano.

Por favor, envie esta mensagem a todas as mulheres a quem estime e aos homens que tenha contato, para lembrá-los sobre a importância do auto exame da mama.

**UMA VELA NÃO PERDE SUA LUZ POR  
COMPARTILHAR SUA LUZ COM OUTRA...POR FAVOR !  
NÃO DEIXE QUE ESTA VELA SE APAGUE !**

## EFÊMERO...

Se pudéssemos ter consciência do quanto nossa vida é efêmera, talvez pensássemos duas vezes antes de jogar fora as oportunidades que temos de ser e de fazer os outros felizes.

Muitas flores são colhidas cedo demais. Algumas, mesmo ainda em botão. Há sementes que nunca brotam e há aquelas flores que vivem a vida inteira até que, pétala por pétala, tranquilas, vividas, se entregam ao vento.

Mas a gente não sabe adivinhar. A gente não sabe por quanto tempo estará enfeitando esse Éden e tampouco aquelas flores que foram plantadas ao nosso redor. E descuidamos. Cuidamos pouco. De nós, dos outros.

Nos entristecemos por coisas pequenas e perdemos minutos e horas preciosos.

Perdemos dias, às vezes anos. Nos calamus quando deveríamos falar; falamos demais quando deveríamos ficar em silêncio. Não damos o abraço que tanto nossa alma pede porque algo em nós impede essa aproximação.

Não damos um beijo carinhoso "porque não estamos acostumados com isso" e não dizemos que gostamos porque achamos que o outro sabe automaticamente o que sentimos.

E passa a noite e chega o dia, o sol nasce e adormece e continuamos os mesmos, fechados em nós. Reclamamos do que não temos, ou achamos que não temos suficiente. Cobramos. Dos outros. Da vida. De nós mesmos. Nos consumimos.

Costumamos comparar nossas vidas com as daqueles que possuem mais que a gente.

E se experimentássemos comparar com aqueles que possuem menos?

Isso faria uma grande diferença!

E o tempo passa...

Passamos pela vida, não vivemos. Sobrevivemos, porque não sabemos fazer outra coisa.

Até que, inesperadamente, acordamos e olhamos pra trás. E então nos perguntamos: e agora ?

Agora, hoje, ainda é tempo de reconstruir alguma coisa, de dar o abraço amigo, de dizer uma palavra carinhosa, de agradecer pelo que temos.

Nunca se é velho demais ou jovem demais para amar, dizer uma palavra gentil ou fazer um gesto carinhoso.

Não olhe para trás. O que passou, passou. O que perdemos, perdemos. Olhe para frente!

Ainda é tempo de apreciar as flores que estão inteiras ao nosso redor. Ainda é tempo de voltar-se para Deus e agradecer pela vida, que mesmo efêmera, ainda está em nós.

Pense!...

Não o perca mais!...

Autor Desconhecido

QUE JESUS NOS ABENÇOE!



## O DIAMANTE

Um rei possuía um valioso diamante, Um dos mais raros e perfeitos do mundo.

Um dia o diamante caiu de grande altura e um arranhão estragou sua face.

O rei chamou os melhores peritos para que tentassem corrigir a imperfeição.

Mas todos concordaram que não poderiam retirar o arranhão sem cortar fora uma boa parte da superfície, assim reduzindo o peso e o valor do diamante.

Finalmente apareceu um artesão, não tão famoso, que garantiu:

- Tenho muito observado o maior artesão de todos e, com ele, muito aprendi. Posso lhe garantir que saberei reparar o diamante sem reduzir seu valor.

Sua confiança era tanta que, convencido, o rei entregou o diamante ao homem.

Depois de alguns dias, o artesão retornou com o diamante ao rei, que ficou surpreso ao descobrir que o feio arranhão tinha desaparecido e em seu lugar fora entalhada uma bela rosa.

O arranhão anterior tinha se tornado o talo de uma rara flor!

O rei, empolgado, falou ao artesão:

- Que belo trabalho, que ótima idéia

Diga-me, quem é este grande artesão que é seu mestre?

E o artesão respondeu:

- Deus, o artesão da vida.

Deus está sempre, se permitimos, transformando nossos  
arranhões em algo de belo.

Autor do Slide: Ria Ellwanger

[riaellw@globocom.com](mailto:riaellw@globocom.com)

Texto: O Diamante, tradução de  
Sergio Barros

Música: Serenade, de Franz  
Schubert

Imagens: Getty Images e Google  
Este slide é exclusivo do site Ria  
Slides

## **IDOSOS OU VELHOS?**

Você se considera uma pessoa idosa, ou velha?

Acha que é a mesma coisa?

Pois então ouça o depoimento de um idoso de setenta anos:

Idosa é uma pessoa que tem muita idade. Velha é a pessoa que perdeu a jovialidade.

Você é idoso quando sonha. É velho quando apenas dorme.

Você é idoso quando ainda aprende. É velho quando já nem ensina.

Você é idoso quando pratica esportes, ou de alguma outra forma se exercita. É velho quando apenas descansa.

Você é idoso quando seu calendário tem amanhã. É velho quando seu calendário só tem ontens.

O idoso é aquela pessoa que tem tido a felicidade de viver uma longa vida produtiva, de ter adquirido uma grande experiência.

Ele é uma ponte entre o passado e o presente, como o jovem é uma ponte entre o presente e o futuro. E é no presente que os dois se encontram.

Velho é aquele que tem carregado o peso dos anos, que em vez de transmitir experiência às gerações vindouras, transmite pessimismo e desilusão. Para ele, não existe ponte entre o passado e o presente, existe um fosso que o separa do presente pelo apego ao passado

O idoso se renova a cada dia que começa; o velho se acaba a cada noite que termina.

O idoso tem seus olhos postos no horizonte de onde o sol desponta e a esperança se ilumina. O velho tem sua miopia voltada para os tempos que passaram.

O idoso tem planos. O velho tem saudades.

O idoso curte o que resta da vida. O velho sofre o que o aproxima da morte

O idoso se moderniza, dialoga com a juventude, procura compreender os novos tempos.

O velho se emperra no seu tempo, se fecha em sua ostra e recusa a modernidade.

O idoso leva uma vida ativa, plena de projetos e de esperanças. Para ele o tempo passa rápido, mas a velhice nunca chega.

O velho cochila no vazio de sua vida e suas horas se arrastam destituídas de sentido.

As rugas do idoso são bonitas porque foram marcadas pelo sorriso. As rugas do velho são feias porque foram vincadas pela amargura.

Em resumo, idoso e velho, são duas pessoas que até podem ter a mesma idade no cartório, mas têm idade bem diferente no coração.

Se você é idoso, guarde a esperança de nunca ficar velho.

Música:

Chico\_Buarque & Nelson Gonçalves\_Valsinha

Montagem: [maricarusocunha@terra.com.br](mailto:maricarusocunha@terra.com.br)

## AS COISAS QUE APRENDI NA VIDA

...Porque Viver É Aprender A Viver !!!

05 Anos

Aprendi que peixinhos dourados não gostam de gelatina.

06 Anos

Aprendi que não dá para esconder brócolis no copo de leite.

08 Anos

Aprendi que meu pai pode dizer um monte de palavras que eu não posso.

09 Anos

Aprendi que minha professora sempre me chama quando eu não sei a resposta.

11 Anos

Aprendi que os meus melhores amigos são os que sempre me metem em confusão.

12 Anos

Aprendi que, se tenho problemas na escola, tenho mais, ainda, em casa.

13 Anos

Aprendi que quando meu quarto fica do jeito que quero, minha mãe manda eu arrumá-lo.

14 Anos

Aprendi que não se deve descarregar suas frustrações no seu irmão menor, porque seu pai tem frustrações maiores e mão mais pesada.

25 Anos

Aprendi que nunca devo elogiar a comida de minha mãe, quando estou comendo alguma coisa que minha mulher preparou.

29 Anos

Aprendi que se pode fazer, num instante, algo que vai lhe dar dor de cabeça a vida toda.

35 Anos

Aprendi que quando minha mulher e eu temos, finalmente, uma

noite sem as crianças, passamos a maior parte do tempo falando delas.

37 Anos

Aprendi que casais que não têm filhos, sabem melhor como você deve educar os seus.

40 Anos

Aprendi que é mais fácil fazer amigos do que se livrar deles.

42 Anos

Aprendi que mulheres gostam de ganhar flores, especialmente sem nenhum motivo.

43 Anos

Aprendi que não cometo muitos erros com a boca fechada.

44 Anos

Aprendi que existem duas coisas essenciais para um casamento feliz: contas bancárias e banheiros separados.

45 Anos

Aprendi que a época que preciso, realmente, de férias é justamente quando acabei de voltar delas.

46 Anos

Aprendi que você sabe que sua esposa o ama, quando sobram dois bolinhos e ela pega o menor.

47 Anos

Aprendi que nunca se conhece bem os amigos, até que se tire férias com eles.

48 Anos

Aprendi que casar por dinheiro é a maneira mais difícil de conseguí-lo.

49 Anos

Aprendi que você pode fazer alguém ganhar o dia, simplesmente, mandando-lhe um pequeno cartão.

50 Anos

Aprendi que a qualidade de serviço de um hotel é diretamente proporcional à espessura das toalhas.

51 Anos

Aprendi que crianças e avós são aliados naturais.

52 Anos

Aprendi que quando chego atrasado ao trabalho, meu patrão  
chega cedo.

54 Anos

Aprendi que o objeto mais importante de um escritório é a lata  
de lixo.

57 Anos

Aprendi que é legal curtir o sucesso, mas não se deve acreditar  
muito nele.

63 Anos

Aprendi que não posso mudar o que passou, mas posso deixar  
prá lá.

64 Anos

Aprendi que a maioria das coisas com que me preocupo nunca  
acontecem.

66 Anos

Aprendi que todas as pessoas que dizem que "dinheiro não é  
tudo", geralmente, têm muito.

67 Anos

Aprendi que se você espera se aposentar para começar a viver,  
esperou tempo demais.

72 Anos

Aprendi que quando as coisas vão mal, eu não tenho que ir com  
elas.

88 Anos

Aprendi que amei menos do que deveria.

90 anos

Aprendi que tenho muito a aprender

BOM DIA!

## A ARTE DE NÃO ADOECER

Fale de Seus Sentimento.

Emoções e sentimentos que são escondidos, reprimidos, acabam em doenças como gastrite, úlcera, dores lombares, dor na coluna. Com o tempo, repressão de sentimentos degenera até o câncer. Vamos desabafar, confidenciar, partilhar intimidades, segredos, pecados. Diálogos, falas, palavras são poderosos remédios, excelente terapia.

Tome Decisão

Pessoa indecisa permanece na dúvida, na ansiedade, na angústia. A indecisão acumula problemas, preocupações, agressões. A história humana é feita de decisões. Para decidir é preciso saber renunciar, saber perder vantagem e valores para ganhar outros. As pessoas indecisas são vítimas de doenças nervosas, gástricas e problemas de pele.

Busque Soluções

Pessoas negativas não enxergam soluções e aumentam os problemas. Preferem a lamentação, a murmuração, o pessimismo. Melhor acender o fósforo que lamentar a escuridão. Pequena é a abelha, mas produz o que de mais doce existe. Somos o que pensamos. O pensamento negativo gera energia negativa, que se transforma em doença.

Não Viva de Aparências

Quem esconde a realidade, finge, faz pose, quer sempre dar impressão de que está bem, quer mostrar-se perfeito, bonzinho, está acumulando toneladas de peso, uma estátua de bronze com pés de barro. Nada pior para a saúde que viver de aparências e



fachadas, ter muito verniz e pouca raiz. Seu destino é a farmácia, o hospital, a dor.

Aceite-se

A rejeição a si próprio, a ausência de auto-estima, faz com que sejamos algozes de nós mesmos. Ser eu mesmo é o núcleo de uma vida saudável. Os que não se aceitam são ciumentos, imitadores, competitivos, destruidores. Aceitar-se, aceitar ser aceito, aceitar as críticas, é sabedoria, bom senso e terapia

Confie

Quem não confia não se comunica, não se abre, não se relaciona, não cria liames profundos, não sabe fazer amizades verdadeiras. Sem confiança não há relacionamento. A desconfiança é falta de fé em si, nos outros e em Deus.

Não Viva Sempre Triste

O bom humor, a risada, o lazer e a alegria recuperam a saúde e trazem vida longa. A pessoa alegre tem o dom de alegrar o ambiente em que vive. O bom humor nos salva das mãos do doutor. Alegria é saúde e terapia.

TENHA UM DIA SAUDÁVEL E FELIZ !!!

Dr. Dráuzio Varella  
[www.drauziovarella.com.br](http://www.drauziovarella.com.br)

Créditos

Colaboração: Sandra Gomes

<http://www.jonschmidt.com/>

Imagens: [www.gettyimages.com](http://www.gettyimages.com)

Formatação: Luana Rodrigues

Vale a pena ler de novo.....

## **VERDADEIRO AMOR**

O que é amor verdadeiro?

Será que existe esse sentimento na face da Terra?

O amor é de essência divina e cada filho de Deus tem no íntimo a centelha dessa chama sagrada

E o amor tem várias maneiras de se manifestar

.  
Existe amor de mãe, de pai, de esposa, de marido, de irmão, de tio, de avó, de avô, de neto, de amigo, etc

.  
Um dia desses lemos, num periódico digital da Colômbia, uma história de amor das mais belas e significativas, contada por uma doutora colombiana

.  
Numa tradução livre para o português, eis o que contou a médica:

"Um homem de certa idade foi à clínica, onde trabalho, para tratar uma ferida na mão. Estava apressado, e enquanto o tratava perguntei-lhe o que tinha de tão urgente para fazer. Ele me disse que precisava ir a um asilo de idosos para tomar o café da manhã com sua esposa, que estava internada lá

.  
Disse-me que ela estava naquele lugar há algum tempo porque sofria o mal de Alzheimer, já bastante avançado

Enquanto acabava de fazer o curativo, perguntei-lhe se sua esposa se incomodaria se acaso ele chegasse atrasado naquela manhã.

“Não”, respondeu ele. “ela já não sabe quem eu sou. Faz quase cinco anos que não me reconhece.”

Então lhe perguntei com certo espanto: mas se ela já não sabe quem é o senhor, porque essa necessidade de estar com ela todas as manhãs?

Ele sorriu, e com um olhar enternecido me disse: “É... Ela já não sabe quem eu sou, mas eu, entretanto, sei muito bem quem é ela.”

Tive que conter as lágrimas enquanto ele saía, e pensei: é esse tipo de amor que quero para minha vida.

O verdadeiro amor não se reduz nem ao físico nem ao romântico. O verdadeiro amor é a aceitação de tudo o que o outro é... do que foi... do que será... e do que já não é”.

Você sabia que o mal de Alzheimer é um transtorno neurológico que provoca a morte das células nervosas do cérebro, descrita pelo neuropsiquiatra alemão Alois Alzheimer, que é de onde vem seu nome?

Pode se apresentar em pessoas a partir dos 40 anos de idade, de maneira lenta e progressiva. Em estado avançado, provoca no paciente a incapacidade para se comunicar, reconhecer pessoas, lugares e coisas.

O enfermo perde a capacidade de caminhar, de sorrir, de fazer a própria higiene, e passa a maior parte do tempo dormindo.

No entanto, do ponto de vista espiritual, é uma bendita oportunidade de aprendizado para o espírito imortal que fica temporariamente encarcerado no corpo físico, sem poder se manifestar.

Geralmente o espírito percebe tudo o que se passa com ele e ao seu redor, mas não consegue se expressar. Todavia, não fica insensível à atenção, ao afeto, ao carinho e à ternura que lhe dedicam. A pessoa sente o amor com que a envolvem. .

Por todas essas razões vale a pena refletir com a médica, que ficou a pensar consigo mesma, depois que seu paciente foi ver sua amada: "É esse tipo de amor que quero para minha vida

.  
O verdadeiro amor não se reduz nem ao físico nem ao romântico.

O verdadeiro amor é a aceitação de tudo o que o outro é... do que foi... do que será... e do que já não é..."

(Esta mensagem já foi publicada no Volume 1)

## **DE TUDO, UM POUCO**

Que você tenha de tudo, um pouco

### **SENSIBILIDADE**

Para não ficar indiferente diante das belezas da vida.

### **CORAGEM**

Para colocar a timidez de lado e poder realizar o que tem vontade.

### **SOLIDARIEDADE**

Para não ficar neutro diante do sofrimento da humanidade.

### **BONDADE**

Para não desviar os olhos de quem te pede uma ajuda.

### **TRAMQÜILIDADE**

Para quando chegar ao fim do dia, poder deitar e dormir o sono dos anjos.

### **ALEGRIA**

Para você distribuí-la, colocando um sorriso no rosto de alguém.

### **HUMILDADE**

Para você reconhecer aquilo que você não é.

### **AMOR PRÓPRIO**

Para você perceber suas qualidades e gostar do que vê por dentro.

### **FÉ**

Para te guiar, te sustentar e te manter de pé.

#### SINCERIDADE

Para você ser verdadeiro, gostar de você mesmo e viver melhor.

#### FELICIDADE

Para você descobri-la dentro de você e doá-la a quem precisar.

#### AMIZADE

Para você descobrir que, quem tem um amigo, tem um tesouro.

#### ESPERANÇA

Para fazer você acreditar na vida e se sentir uma eterna criança.

#### SABEDORIA

Para entender que só o Bem existe, o resto é ilusão.

#### DESEJOS

Para alimentar o seu corpo, dando prazer ao seu espírito.

#### SONHOS

Para poder, todos os dias, alimentar a sua alma.

#### AMOR

Para você ter alguém para amar e sentir-se amado.

Para você desejar tocar uma estrela, sorrir pra lua.

Sentir que a vida é bela, andando pela rua.

Para você descobrir que existe um sol dentro de você.

Para você se sentir feliz a cada amanhecer e saber que o Amor é  
a razão maior... para viver.

Mas se você não tiver um amor, que nunca deixe morrer em  
você, a procura... o desejo de o encontrar.

## **CARTA ESCRITA NO ANO 2.070**

Ano 2070.

Acabo de completar 50 anos, mas a minha aparência é de alguém de 85.

Tenho sérios problemas renais porque bebo pouca água.

Creio que me resta pouco tempo.

Hoje sou uma das pessoas mais idosas nesta sociedade

Recordo quando tinha 5 anos Tudo era muito diferente. Havia muitas árvores nos parques. As casas tinham bonitos jardins e eu podia desfrutar de um banho de chuveiro por aproximadamente uma hora.

Agora usamos toalhas em azeite mineral para limpar a pele.

Antes, todas as mulheres mostravam as suas formosas cabeleiras. Agora, raspamos a cabeça para mantê-la limpa sem água.

Antes, meu pai lavava o carro com a água que saía de uma mangueira.

Hoje os meninos não acreditam que utilizávamos a água dessa forma.

Recordo que havia muitos anúncios que diziam para CUIDAR DA ÁGUA. Só que ninguém lhes dava atenção. Pensávamos que a água jamais poderia terminar.

Agora, todos os rios, barragens, lagoas e mantos aquíferos estão irreversivelmente contaminados ou esgotados.

Imensos desertos constituem a paisagem que nos rodeia por todos os lados. As infecções gastrointestinais, enfermidades da pele e das vias urinárias são as principais causas de morte.

A indústria está paralisada e o desemprego é dramático. As fábricas dessalinizadoras são a principal fonte de emprego e pagam os empregados com água potável em vez de salário.

Os assaltos por um bujão de água são comuns nas ruas desertas.

A comida é 80% sintética.

Antes, a quantidade de água indicada como ideal para se beber era oito copos por dia, por pessoa adulta.

Hoje só posso beber meio copo.

A roupa é descartável, o que aumenta grandemente a quantidade de lixo. Tivemos que voltar a usar as fossas sépticas como no século passado porque a rede de esgoto não funciona mais por falta de água.

A aparência da população é horrorosa: corpos desfalecidos, enrugados pela desidratação, cheios cheios de chagas na pele pelos raios ultravioletas que já não têm a cpa de ozônio que os filtrava na atmosfera.

Com o ressecamento da pele, uma jovem de 20 anos parece ter 40.

Os cientistas investigam, mas não há solução possível.



Não se pode fabricar água, o oxigênio também está degradado por falta de árvores, o que diminuiu o coeficiente intelectual das novas gerações.

Alterou-se a morfologia dos espermatozoides de muitos indivíduos

Como consequência, há muitas crianças com insuficiências, mutações e deformações.

O governo até nos cobra pelo ar que respiramos: 137 m<sup>3</sup> por dia por habitante adulto.

Quem não pode pagar é retirado das "zonas ventiladas", que estão dotadas de gigantescos pulmões mecânicos que funcionam com energia solar.

Não são de boa qualidade, mas se pode respirar.

A idade média é de 35 anos.

Em alguns países restam manchas de vegetação com o seu respectivo rio que é fortemente vigiado pelo exército.

A água tornou-se um tesouro muito cobiçado, mais do que o ouro ou os diamantes.

Aqui não há árvores porque quase nunca chove. E quando chega a ocorrer uma precipitação, é de chuva ácida.

As estações do ano foram severamente transformadas pelas provas atômicas e pela poluição das indústrias do século XX.

Advertiam que era preciso cuidar do meio ambiente, mas ninguém fez caso.

Quando a minha filha me pede que lhe fale de quando era jovem, descrevo o quão bonito eram os bosques.

Lhe falo da chuva e das flores, do agradável que era tomar banho e poder pescar nos rios e barragens, beber toda a água que quisesse.

O quanto nós éramos saudáveis!

Ela pergunta-me: - Papai! Por que a água acabou?

Então, sinto um nó na garganta!

Não posso deixar de me sentir culpado porque pertencço à geração que acabou de destruir o meio ambiente, sem prestar atenção a tantos avisos.

Agora, nossos filhos pagam um alto preço...

Sinceramente, creio que a vida na terra já não será possível dentro de muito pouco tempo porque a destruição do meio ambiente chegou a um ponto irreversível.

Como gostaria de voltar atrás e fazer com que toda a humanidade compreenda isto... .....enquanto é possível! fazer algo para salvar o nosso planeta Terra!

Autor do Slide: Ria Ellwanger

[riaellw@globo.com](mailto:riaellw@globo.com)

Texto: publicado na revista "Crónicas de los Tiempos", de Abril de 2002.

Música: Chopin - Tristesse

Imagens: Getty Images

Este slide é exclusivo do site Ria Slides

Vale a pena ler de novo.....

### **A ORAÇÃO**

(Relato de uma missionária na África)

Certa noite eu estava fazendo de tudo para ajudar uma mãe em trabalho de parto. Apesar do esforço ela não resistiu e nos deixou com um bebê prematuro e uma filha de dois anos em prantos.

Era muito complicado manter o bebê vivo sem uma incubadora (não tínhamos eletricidade para ativar a incubadora). Também não tínhamos recursos adequados de alimentação.

Mesmo morando na linha do equador, as noites eram, não raro, frias com aragens traiçoeiras.

Uma das aprendizes de parteira foi buscar a caixa que reservávamos a tais bebês e os panos de algodão para envolvê-los.

Uma outra foi alimentar o fogo para aquecer uma chaleira de água para a bolsa de água quente.

Sem demora retornou desconsolada pois a bolsa havia rompido. Borracha estraga fácil em clima tropical. “Era nossa última bolsa”, disse-me.

Assim como no ocidente se diz que “não adianta chorar sobre o leite derramado”, na África Central poderia ser que “não adianta chorar sobre bolsas estragadas”. Elas não crescem em árvores, e não existem farmácias no meio das florestas...

“Muito bem”, disse eu, coloque o bebê em segurança tão próximo quanto possível do fogo e durmam entre a porta e o bebê para protegê-lo das lufadas de vento frio. Mantenham o bebê aquecido.

Na tarde seguinte, fui orar com as órfãs que, eventualmente, quisessem se reunir comigo. Fiz uma série de sugestões que pudessem despertá-las a orar e, também, contei-lhes sobre o bebê.

Expliquei nossa dificuldade em manter o bebê aquecido em função da única bolsa de água que havia estourado. E que o bebê poderia morrer de frio.

Mencionei a irmãzinha de 2 anos, que não parava de chorar a perda e ausência da mãe.

Durante as orações, uma das meninas de 10 anos, uma de nossas crianças africanas, orou:

Por favor, Deus, manda-nos uma bolsa de água quente. Amanhã talvez já vai ser tarde, Deus, porque o bebê pode não agüentar. Por isso, manda a bolsa ainda hoje.”

Enquanto eu ainda procurava recuperar o ar diante de tamanha audácia, num corolário, acrescentou:

E já que, Deus, estás cuidando disso, por favor, manda junto uma boneca para a maninha dela, para que saiba que também a amas de verdade.”

Como acontece muito com crianças, me colocaram em apuros. Poderia eu, honestamente, dizer “Amém”? Eu

simplesmente não podia acreditar que Deus poderia fazê-lo. A bíblia diz isso. Não há limites. Ou há?

O único jeito de Deus atender tal pedido seria por encomenda a minha terra natal, via correio. Eu estava, então, na África por quatro anos e jamais havia recebido uma encomenda postal de casa. De qualquer forma, se alguém mandasse algo, poria nela uma bolsa de água quente? Eu morava na linha do Equador.

À meia tarde, durante uma aula da escola de enfermagem, veio um recado dizendo que um carro estacionara no portão de minha casa. Ao chegar em casa, o carro havia partido, mas deixara um pacote de 11 kg na varanda.

Meus olhos lacrimejaram. Não consegui abrir o pacote sozinha, e solicitei que algumas crianças do orfanato me ajudassem. Tudo foi feito com muito cuidado para que nada fosse danificado. Os corações batiam forte.

Trinta a quarenta olhos acompanhavam arregaladamente cada ação. A camada de cima era composta de roupas coloridas e cintilantes. Os olhinhos das crianças brilhavam à medida que as distribuía. Depois viram as ataduras para os leprosos, caixinhas de passas de uva e farinha, que dariam gostosos bolos para o fim de semana.

Quando pus as mãos de novo na caixa, pasmem... “Uma bolsa de água quente, novinha em folha”, eu gritei! Eu não havia feito nenhuma encomenda nesse sentido. Rute, que estava no banco da frente, saltou e começou a gritar:

“Se Deus mandou a bolsa, ele também mandou a boneca.”

Enfiando as mãos na caixa, se pôs à procura da boneca. E lá estava ela, maravilhosamente vestida. Rute nunca duvidara. Olhando para mim, perguntou:

“Posso ir junto levar a boneca para aquela menina, para que ela saiba que Jesus também a ama muito?”

Este pacote estivera a caminho por 5 meses. Foi uma iniciativa da minha ex-professora de escola bíblica, cuja líder atendeu à voz do Senhor de enviar uma bolsa de água quente. E uma das meninas da turma decidiu mandar junto uma boneca cinco meses antes, em resposta a uma oração de outra menina de 10 anos que acreditou fielmente que Deus atenderia a sua oração, ainda naquela tarde.

“E será que, antes que clamem, eu responderei: (Is 65.24)”

...

A oração que segue leva menos de 1 minuto. Ao recebê-la, faça-a. É só o que peço, nada mais. Passe-a mesmo adiante para quem desejar. Mas não deixe de fazê-lo, por favor. A oração é um dos maiores presentes gratuitos que temos. Ela não custa nada, mas tem muitas recompensas.. Continuemos orando uns pelos outros.

“Pai, peço-te que abençoes meus amigos ao lerem esta oração. Atenta para sua mente e corações. Onde houver dor, concede paz e misericórdia. Onde houver dúvidas, renova a confiança de que podes agir por meio deles. Onde houver cansaço e esgotamento, dá compreensão, orientação e força para se colocarem sob a tua liderança. Onde houver estagnação espiritual peço-te que os renoves, mostrando-lhes que estás perto e queres que se aproximem de ti e busquem intimidade contigo. Onde houver medo, revela teu amor, e concede-lhes tua coragem. Onde houver qualquer pecado criando bloqueios, dá-

lhes o poder de enxergá-lo para que as amarras se soltem em favor dos seus amigos.

Abençoa tudo o que somos e temos, abrindo nossos olhos e coração para onde a necessidade nos orientar. Dá-nos discernimento para reconhecer os obstáculos e a superá-los pelo teu poder e amor. Peço-te isto em nome de Jesus.”

(O texto acima é uma tradução feita pelo Ver. Oscar Lehenbauer - Adaptação de Áureo Pinto)

(Esta mensagem já foi publicada no Volume 1)

Vale a pena ler de novo....

### **GRANDEZA DE ALMA**

Leia quando estiver só ! Uma carta... Uma história fantástica, e simples... Para se ler obrigatoriamente!!!!

Dois homens, ambos gravemente doentes, estavam no mesmo quarto de hospital. Um deles podia sentar-se na sua cama durante uma hora, todas as tardes, para que os fluidos circulassem nos seus pulmões. Sua cama estava junto da única janela do quarto. O outro homem tinha de ficar sempre deitado de costas.

Os homens conversavam horas a fio. Falavam das suas mulheres e famílias, das suas casas, dos seus empregos, onde tinham passado as férias...

E todas as tardes, quando o homem da cama perto da janela se sentava, ele passava o tempo a descrever ao seu companheiro de quarto todas as coisas que ele conseguia ver do lado de fora da janela. O homem da cama do lado começou a viver à espera desses períodos de uma hora, em que o seu mundo era alargado e animado por toda a atividade e cor do mundo do lado de fora da janela. A janela dava para um parque com um lindo lago. Patos e cisnes chapinhavam na água enquanto as crianças brincavam com os seus barquinhos. Jovens namorados caminhavam de braços dados por entre as flores de todas as cores do arco-íris. Árvores velhas e enormes acariciavam a paisagem e uma tênue vista da silhueta da cidade podia ser vista no horizonte.



Enquanto o homem da cama perto da janela descrevia isto tudo com extraordinário pormenor, o homem no outro lado do quarto fechava os seus olhos e imaginava a pitoresca cena.

Um dia, o homem perto da janela descreveu um desfile que ia a passar. Embora o outro homem não conseguisse ouvir a banda, ele conseguia vê-la e ouvi-la na sua mente, enquanto o outro senhor a retratava através de palavras bastante descritivas.

Dias e semanas passaram. Uma manhã, a enfermeira chegou ao quarto trazendo água para os seus banhos, e encontrou o corpo sem vida do homem perto da janela, que tinha falecido calmamente enquanto dormia.

Ela ficou muito triste e chamou os funcionários do hospital para que levassem o corpo.

Logo que lhe pareceu apropriado, o outro homem perguntou se podia ser colocado na cama perto da janela. A enfermeira disse logo que sim e fez a troca. Depois de se certificar de que o homem estava bem instalado, a enfermeira deixou o quarto.

Lentamente, e cheio de dores, o homem ergueu-se, apoiado no cotovelo, para contemplar o mundo lá fora. Fez um grande esforço e lentamente olhou para o lado de fora da janela... que dava, afinal, para uma parede de tijolo!

O homem perguntou à enfermeira o que teria feito com que o seu falecido companheiro de quarto lhe tivesse descrito coisas tão maravilhosas do lado de fora da janela.

A enfermeira respondeu que o homem era cego e nem sequer conseguia ver a parede."Talvez ele quisesse apenas dar-lhe coragem...".

Moral da História: Há uma felicidade tremenda em fazer os outros felizes, apesar dos nossos próprios problemas. A dor partilhada é metade da tristeza, mas a felicidade, quando partilhada, é dobrada.

Se te queres sentir rico, conta todas as coisas que tens que o dinheiro não pode comprar. "O dia de hoje é uma dádiva, por isso é que o chamam de presente."

(Esta mensagem já foi publicada no Volume 1)

## **É O MEU DESEJO, AMIGO**

Que jamais, em tempo algum, o teu coração acalente o ódio.

Que o canto da maturidade jamais asfixie a tua criança interior.

Que o teu sorriso seja sempre verdadeiro.

Que as pedras do teu caminho sejam sempre encaradas como lições de vida.

Que a música seja tua companheira de momentos secretos contigo mesmo.

Que os teus momentos de amor contenham a magia de tua alma eterna em cada beijo.

Que os teus olhos sejam dois sóis olhando a luz da vida em cada amanhecer.

Que cada dia seja um novo recomeço, onde tua alma dance na luz.

Que em cada passo teu fiquem marcas luminosas de tua passagem em cada coração.

Que em cada amigo o teu coração faça festa e celebre o encanto da amizade profunda que liga as almas afins.

Que em teus momentos de solidão e cansaço esteja sempre presente em teu coração a lembrança de que tudo passa e se transforma, quando a alma é grande e generosa.

Que o teu coração voe contente nas asas da espiritualidade consciente, para que tu percebas a ternura invisível tocando o centro do teu ser eterno.

Que um suave vento te acompanhe, na terra ou no espaço, e por onde quer que a força invisível do amor leve o teu viver.

Que o teu coração sinta a PRESENÇA secreta do inexplicável !

Que os teus pensamentos, os teus amores, o teu viver, e a tua passagem pela vida sejam sempre abençoados por aquele amor que ama sem nome. Aquele amor que não se explica, só se sente. Que esse amor seja o teu rumo secreto, viajando eternamente no centro do teu ser.

Que esse amor transforme os teus dramas em luz, a tua tristeza em celebração e os teus passos cansados em alegres passos de dança renovadora.

Responda uma coisa:

Você que teve sua infância durante os anos 40, 50, 60, ...

Como pôde sobreviver???

Afinal de contas

1 - Os carros não tinham cintos de segurança, apoios de cabeça, nem air-bag!!

2 – Íamos soltos no banco de trás fazendo aquela farra!  
E isso não era perigoso!

3 - As camas de grades e os brinquedos eram multicores e no mínimo pintados com umas tintas “duvidosas“ contendo chumbo ou outro veneno qualquer.

4 - Não havia travas de segurança nas portas dos carros, correntes, medicamentos ou outros detergentes químicos domésticos.

5 – A gente andava de bicicleta para lá e para cá, sem capacete!

6 - Bebíamos água da torneira ou de uma mangueira, ou de uma bica, e não águas minerais em garrafas esterilizadas....

7.- Construíamos aqueles famosos carrinhos de rolimã e aqueles que tinham a sorte de morar perto de uma ladeira asfaltada, podiam tentar bater records de velocidade e até verificar no meio do caminho que tinham „economizado“ a sola dos sapatos, que eram usados como freios...

Alguns acidentes depois...

Todos esses problemas estavam resolvidos!

8 - Íamos brincar na rua com uma única condição: voltar para casa ao anoitecer. Não havia celulares. E nossos pais não sabiam onde estávamos! Incrível!!

9 - Tínhamos aulas só de manhã, e íamos almoçar em casa.

10 - Gessos, dentes partidos, joelhos ralados... Alguém se queixava disso? Todos tinham razão, menos nós.

11 - Comíamos doces à vontade. Pão com manteiga, bebidas com o (perigoso) açúcar. Não se falava de obesidade, brincávamos sempre na rua e éramos super ativos ...

12 - Dividíamos com nossos amigos uma Tubaína comprada naquela vendinha da esquina, gole a gole e nunca ninguém morreu por isso ....

13 - Nada de Playstations, Nintendo 64, X boxes, jogos de Vídeo, satélites, videocassetes, Dolby surround, celular, computador, chats na internet, SÓ AMIGOS.

14 - E os nossos cachorros? Lembram? Nada de ração. Comiam a mesma comida que nós (muitas vezes os restos), e sem problema algum! Banho quente? Xampú? Que nada! No quintal, um segurava o cão e o outro com a mangueira (fria) ia jogando água e esfregando-o com (acreditem se quiserem) sabão (em barra) de lavar roupa! Algum cachorro morreu (ou adoeceu) por causa disso??

15 - A pé ou de bicicleta, íamos à casa dos nossos amigos, mesmo que morassem a kms de nossa casa, entrávamos sem bater e íamos brincar.

16 - É verdade! Lá fora, nesse mundo cinzento e sem segurança! Como era possível? Jogávamos futebol na rua, com a trave sinalizada por duas pedras, e mesmo que não fossemos escalados ... ninguém ficava frustrado e nem era o „fim do mundo“.

17 - Na escola tinha bons e maus alunos. Uns passavam e outros eram reprovados. Ninguém ia por isso a um psicólogo ou psicoterapeuta. Não havia a „moda“ dos „superdotados“, nem se falava em dislexia, problemas de concentração, hiperatividade. Quem não passava simplesmente repetia de ano e tentava de novo no ano seguinte!

18 - Tínhamos: Liberdade. Fracassos.... Sucessos.... Deveres.... e aprendíamos a lidar com cada um deles!

A única verdadeira questão é: como a gente conseguiu sobreviver???

E acima de tudo, como conseguimos desenvolver a nossa personalidade?

Você também é dessa geração?

Se sim, então manda este e-mail aos seus amigos desse tempo, e também aos seus filhos e sobrinhos, para que eles saibam como era no nosso tempo“ .....

- Sem dúvida vão responder que era uma chatice, mas ...  
Como éramos felizes !!!  
hein???



## AJUDEMOS A VIDA MENTAL

*Organizar a massa para transformar consciências - Objetivo estratégico de todo governante – que tenha adquirido o mínimo de percepção da LEI*

A multidão continua seguindo Jesus na ânsia de encontrá-lo, mobilizando todos os recursos ao seu alcance.

Procede de todos os lugares, sequiosa de conforto e revelação.

Inútil a interferência de quantos se interpõem entre ela e o Senhor, porque, de século a século, a busca e a esperança se intensificam.

Não nos esqueçamos, pois, de que abençoada será sempre toda colaboração que pudermos prestar ao povo, em nossa condição de aprendizes.

Ninguém precisa ser estadista ou administrador para ajudá-lo a engrandecer-se.

Boa~vontade e cooperação representam as duas colunas mestras no edifício da fraternidade humana.

E contribuir para que a coletividade aprenda a pensar na extensão do bem é colaborar para que se efetive a sintonia da mente terrestre com a Mente Divina.

Descerra~se á nossa frente precioso programa nesse particular.

Alfabetização.

Leitura edificante.

Palestra educativa.

Exemplo contagiante na prática da bondade simples.

Divulgação de páginas consoladoras e instrutivas.

Exercício da meditação.

Seja a nossa tarefa primordial o despertamento dos valores íntimos e pessoais.

Auxiliemos o companheiro a produzir quanto possa dar de melhor ao progresso comum, no plano, no ideal e na atividade em que se encontra.

Orientar o pensamento, esclarece-lo e sublimá-lo é garantir a redenção do mundo, descortinando novos e ricos horizontes para nós mesmos.

Ajudemos a vida mental da multidão e o povo conosco encontrará Jesus, mais facilmente, para a vitória da Vida Eterna.

"E seguia-o uma grande multidão  
da Galiléia, de Decápolis, de Jerusa-  
Jém, da Judéia e de além do Jordão."  
..... (MATEUS, 4 : 25)

(Do Livro "Fonte Viva")

## JANELAS DA VIDA

Uma janela não deveria jamais ser banal ...

Fazer um furo numa parede para deixar entrar a Luz não é suficiente ; é preciso , antes de mais nada , criar uma abertura em direção à beleza ...

As janelas são para uma casa , o que os olhos são para um ser humano. Elas nos permitem lançar um olhar para o céu , mesmo que estejamos no interior da casa.

O Grande arquiteto inglês John Dennison dizia que é preciso construir uma casa em volta de suas janelas e jamais o inverso.

Para ele , as janelas constituem o elemento mais importante de uma casa .

Não é , certamente por acaso, que a mais bela parte de uma catedral são as suas janelas . Os construtores de catedrais sempre compreenderam isso.

Há janelas modestas como aquelas de humildes choupanas ...

...e há janelas muito ricas , de um luxo incomparável , obras dos maiores artistas ...

...mas é a Luz do mesmo Sol que passa através de todas ; pois há somente um Sol , tanto para os ricos como para os pobres ...

Há também as janelas felizes e sorridentes que transmitem um ar de felicidade às paredes que elas decoram ...

Mas , há também , infelizmente , as janelas das prisões e das solitárias ...

A Luz , ali penetra por conta-gotas , pois essas janelas raramente são orientadas em direção ao céu .

Há as janelas das velhas paredes , que abrem um espaço em direção ao passado e aos antepassados ...São as janelas da memória .

Há janelas fantasistas , cheias de alegria , às quais os pássaros se afeiçoam .

E há as janelas da indiscrição , que permitem lançar um olhar sobre a pobreza , sobre os infelizes , sobre as crianças solitárias , em casas frias e sem alma ...

Certas janelas parecem tão vivas que tomam traços humanos ! Não se poderia dizer , por exemplo , que as tres janelas que você verá a seguir , possuem pálpebras pesadas de sono ?

Quando não há janelas suficientes , não se deve hesitar em criá-las , mesmo em ângulos inatingíveis , como essa que veremos a seguir ...

Janelas piedosas de uma pequena igreja no campo ...  
Elas são o testemunho dos camponeses que lá, vão à noite ,fazer suas preces .

Duas janelas muito elegantes " penteadas " por uma coroa de lierre ...

A janela é o elo de ligação entre o interior e o exterior . Ela está a meio caminho entre a natureza livre e o confinamento atrás das paredes ...

Ela é , principalmente , um símbolo de fuga , de liberdade e de energia , pois ela dá passagem à luz , fonte de vida .

Eh !

Abra a janela !

Obrigada !

Boa jornada e deixe o Sol entrar .

## **PEDIR COM O CORAÇÃO**

Senhor ao iniciar esta nova jornada, peço a tua proteção

Volta teus olhos para o caminho que ora vou trilhar, estendendo a tua proteção sobre todos os meus passos.

Ilumina a minha estrada pois, sempre que estás comigo sou forte e capaz de suportar as lições que me destinas.

Oriente as decisões que deverei tomar.

Acompanha-me e certifica-me de que estarei indo ao encontro das minhas melhores opções.

Faz com que minha jornada tenha sucesso, senhor.

Livra-me dos perigos, dos acidentes e de qualquer situação que possa me impedir de construir a minha felicidade.

Governa as minhas ações e o comportamento daqueles que podem influenciar o meu destino.

Dirige tua luz divina para este filho teu que ora com fervor

E é motivado pelo teu amor.

Que assim seja para sempre

Amém !!!

Ore um pai nosso e ofereça a você mesmo !!!

Tenha um ótimo dia !!! E uma semana de paz !!!

**A BOLSA DE ÁGUA QUENTE**  
**(Fato real ocorrido com uma missionária na África)**

Certa noite eu estava fazendo de tudo para ajudar uma mãe em trabalho de parto. Apesar do esforço ela não resistiu e nos deixou com um bebê prematuro e uma filha de dois anos em prantos.

Era muito complicado manter o bebê vivo sem uma incubadora (não tínhamos eletricidade para ativar a incubadora). Também não tínhamos recursos adequados de alimentação.

Mesmo morando na linha do equador, as noites eram, não raro, frias com aragens traiçoeiras.

Uma das aprendizes de parteira foi buscar a caixa que reservávamos a tais bebês e os panos de algodão para envolvê-los.

Uma outra foi alimentar o fogo para aquecer uma chaleira de água para a bolsa de água quente.

Sem demora retornou desconsolada pois a bolsa havia rompido. Borracha estraga fácil em clima tropical. "Era nossa última bolsa", disse-me.

Assim como no ocidente se diz que "não adianta chorar sobre o leite derramado", na África Central poderia ser que "não adianta chorar sobre bolsas estragadas". Elas não crescem em árvores, e não existem farmácias no meio das florestas...

"Muito bem", disse eu, coloque o bebê em segurança tão próximo quanto possível do fogo e durmam entre a porta e o

bebê para protegê-lo das lufadas de vento frio. Mantenham o bebê aquecido

Na tarde seguinte, fui orar com as órfãs que, eventualmente, quisessem se reunir comigo. Fiz uma série de sugestões que pudessem despertá-las a orar e, também, contei-lhes sobre o bebê.

Expliquei nossa dificuldade em manter o bebê aquecido em função da única bolsa de água que havia estourado. E que o bebê poderia morrer de frio.

Mencionei a irmãzinha de 2 anos, que não parava de chorar a perda e ausência da mãe.

Durante as orações, uma das meninas de 10 anos, uma de nossas crianças africanas, orou:

"Por favor, Deus, manda-nos uma bolsa de água quente. Amanhã talvez já vai ser tarde, Deus, porque o bebê pode não agüentar. Por isso, manda a bolsa ainda hoje."

Enquanto eu ainda procurava recuperar o ar diante de tamanha audácia, num corolário, acrescentou:

"E já que, Deus, estás cuidando disso, por favor, manda junto uma boneca para a maninha dela, para que saiba que também a amas de verdade."

Como acontece muito com crianças, me colocaram em apuros. Poderia eu, honestamente, dizer "Amém"? Eu simplesmente não podia acreditar que Deus poderia fazê-lo. A bíblia diz isso. Não há limites. Ou há?



O único jeito de Deus atender tal pedido seria por encomenda a minha terra natal, via correio. Eu estava, então, na África por quatro anos e jamais havia recebido uma encomenda postal de casa. De qualquer forma, se alguém mandasse algo, poria nela uma bolsa de água quente? Eu morava na linha do Equador.

À meia tarde, durante uma aula da escola de enfermagem, veio um recado dizendo que um carro estacionara no portão de minha casa. Ao chegar em casa, o carro havia partido, mas deixara um pacote de 11 kg na varanda.

Meus olhos lacrimejaram. Não consegui abrir o pacote sozinha, e solicitei que algumas crianças do orfanato me ajudassem. Tudo foi feito com muito cuidado para que nada fosse danificado. Os corações batiam forte.

Trinta a quarenta olhos acompanhavam arregaladamente cada ação. A camada de cima era composta de roupas coloridas e cintilantes. Os olhinhos das crianças brilhavam à medida que as distribuía. Depois viram as ataduras para os leprosos, caixinhas de passas de uva e farinha, que dariam gostosos bolos para o fim de semana.

Quando pus as mãos de novo na caixa, pasmem... “Uma bolsa de água quente, novinha em folha”, eu gritei! Eu não havia feito nenhuma encomenda nesse sentido. Rute, que estava no banco da frente, saltou e começou a gritar:

“Se Deus mandou a bolsa, ele também mandou a boneca.”

Enfiando as mãos na caixa, se pôs à procura da boneca. E lá estava ela, maravilhosamente vestida. Rute nunca duvidara. Olhando para mim, perguntou:

“Posso ir junto levar a boneca para aquela menina, para que ela saiba que Jesus também a ama muito?”

Este pacote estivera a caminho por 5 meses. Foi uma iniciativa da minha ex-professora de escola bíblica, cuja líder atendeu à voz do Senhor de enviar uma bolsa de água quente. E uma das meninas da turma decidiu mandar junto uma boneca cinco meses antes, em resposta a uma oração de outra menina de 10 anos que acreditou fielmente que Deus atenderia a sua oração, ainda naquela tarde.

"E será que, antes que clamem, eu responderei ...  
(Is 65.24)"

A oração que segue leva menos de 1 minuto.

Ao recebê-la, faça-a. É só o que peço, nada mais. Passe-a mesmo adiante para quem desejar. Mas não deixe de fazê-lo, por favor. A oração é um dos maiores presentes gratuitos que temos. Ela não custa nada, mas tem muitas recompensas..

Continuemos orando uns pelos outros.

**"Pai, peço-te que abençoes meus amigos ao lerem esta oração. Atenta para sua mente e corações."**

**“Abençoa tudo o que somos e temos, abrindo nossos olhos e coração para onde a necessidade nos orientar. Dá-nos discernimento para reconhecer os obstáculos e a superá-los pelo teu poder e amor. Peço-te isto em nome de Jesus.”**

Passando isto adiante para quem você considerar amigo, será uma benção para ambos.

Passando-o adiante para quem não considerar amigo, é fazer algo que o próprio Jesus faria.

**(O texto acima é uma tradução feita  
pelo  
Rev. Oscar Lehenbauer)  
Adaptação ao PPS por Áureo Pinto**

## O PACOTE DE BISCOITO

*(Desconheço o autor)*

Era uma vez uma moça que estava á espera de um vôo na sala de embarque de um grande aeroporto.

Como ela deveria esperar por muitas horas pelo seu vôo, resolveu comprar um livro para matar o tempo

Comprou, também, um pacote de biscoitos.

Sentou-se numa poltrona, na sala VIP do aeroporto, para que pudesse descansar e ler em paz.

Ao seu lado sentou-se um homem.

Quando ela pegou o primeiro biscoito o homem também pegou um.

Ela se sentiu indignada mas, não disse nada. Apenas pensou: - Mas que cara de pau! Se eu estivesse mais disposta, lhe daria um soco para que ele nunca mais esquecesse!

A cada biscoito que ela pegava o homem também pegava.

Aquilo a deixava tão indignada que não conseguia nem reagir

Quando restava apenas um biscoito, ela pensou: - Ah..., o que será que este abusado vai fazer agora?

Então, o homem dividiu o último biscoito ao meio, deixando a outra metade para ela.

- Ah..., aquilo era demais!!!

- Ela estava bufando de raiva!

Então ela pegou seu livro e suas coisas e seguiu para o local de embarque

Quando ela se sentou, confortavelmente, em sua poltrona, já no interior do avião, olhou dentro da bolsa para pegar uma bala e, para sua surpresa... o pacote de biscoitos estava lá... ainda intacto, fechadinho!!!

Ela se sentiu ridícula de tanta vergonha!

Só então percebeu que a errada era ela, sempre tão distraída! Ela havia se esquecido que seus biscoitos estavam guardados, dentro de sua bolsa...

O homem havia dividido os biscoitos dele sem se sentir indignado, nervoso ou revoltado, enquanto ela tinha ficado transtornada, pensando estar dividindo os dela com ele

E... já não havia mais tempo para explicar... nem para pedir desculpas...

**REFLITA!**

Quantas vezes em nossa vida, nós é quem estamos comendo os biscoitos dos outros, e não temos a consciência disso? Talvez as coisas não sejam exatamente como pensamos! Não devemos pensar nem julgar, o que não sabemos sobre as pessoas...

Existem quatro coisas na vida que não se recuperam

... a pedra, depois de atirada...

... a palavra, depois de proferida...

... a ocasião, depois de perdida...

... o tempo, depois de passado...

Portanto, devemos pensar e refletir muito, antes de proferir palavras ou cometer atos!

*By Mel*

*Imagem: mel*

*Música: Bethoven – Theme to 'Ode to Joy*

*<http://www.meusonho.com.br/>*

## **FAÇA VOCÊ MESMO O SEU DIA!**

Talvez Deus queira que nós conheçamos algumas pessoas erradas antes de encontrar a pessoa certa para que saibamos, ao encontra-la, agradecer por esta bênção

Quando a porta da felicidade se fecha, outra porta se abre. Porém, estamos tão presos àquela porta fechada que não somos capazes de ver o novo caminho que se abriu.

O melhor amigo é aquele com quem nos sentamos por longas horas, sem dizer uma palavra, e ao deixá-lo, temos a impressão de que foi a melhor conversa que já tivemos.

Ao darmos a alguém todo o nosso amor nunca temos a certeza de que iremos receber este amor de volta. Não ame esperando algo em troca, espere para que este sentimento cresça no coração daquele que você ama.

E se isto não ocorrer, esteja feliz por este sentimento estar crescendo em seu coração.

Em questão de segundos nos apaixonamos por alguém, mas levamos uma vida inteira para esquecer alguém especial.

Não busque boas aparências, elas podem mudar. Só precisamos de um sorriso para transformarmos um dia ruim.

Encontre aquela pessoa que faça seu coração sorrir.

Há momentos na vida em que sentimos tanto a falta de alguém que o que mais queremos é tirar esta pessoa de nossos sonhos e abraçá-la.

Sonhe com aquilo que você quiser, vá para onde você queira ir, seja o que você quer ser, porque você possui apenas uma vida e nela só temos uma chance de fazer aquilo que queremos.

Tenha felicidade bastante para faze-la doce, dificuldades para faze-la forte, tristeza para faze-la humana e esperança suficiente para faze-la feliz.

As pessoas mais felizes não têm as melhores coisas. Elas sabem fazer o melhor das oportunidades que aparecem em seus caminhos.

A felicidade aparece para aqueles que choram, para aqueles que se machucam, para aqueles que buscam e tentam sempre e para aqueles que reconhecem a importância das pessoas que passam por suas vidas.

O futuro mais brilhante sempre estará baseado num passado esquecido; você só terá sucesso na vida quando esquecer os erros e as decepções do passado.

Quando você nasceu, você estava chorando e todas as pessoas ao seu redor estavam sorrindo. Viva de um modo que, ao morrer, você seja aquele que esteja sorrindo enquanto todos a sua volta estejam chorando.

E o mais importante, viva na presença de Deus quando seu tempo na terra acabar. Aproveite seu tempo agora para conhecê-lo e aprender quem Ele é e, quem ele quer que você seja enquanto você está aqui.

Mande esta mensagem para todos os seus amigos, para todos os que significam algo para você e que fazem você sorrir quando você precisa.



Mas caso você não mande , não se preocupe. Nada de mau irá te ocorrer. Você apenas perderá mais uma oportunidade de fazer melhor o dia de alguém..!

## ***O EXEMPLO DO MENINO***

**Osvino Toillier**

Um garoto pobre entra na loja, escolhe um sabonete comum e pede ao proprietário que embrulhe para presente. "É para minha mãe", diz com orgulho.

O dono da loja ficou comovido diante da singeleza daquele presente. Olhou com piedade para seu freguês e, sentindo grande compaixão, teve vontade de ajudá-lo.

O dono da loja ficou comovido diante da singeleza daquele presente.

Olhou com piedade para seu freguês e, sentindo grande compaixão, teve vontade de ajudá-lo.

Pensou que poderia embrulhar, junto com o sabonete comum, algum artigo mais significativo.

Entretanto, ficou indeciso: ora olhava para o garoto, ora para os artigos que tinha em sua loja. Devia ou não fazer? O coração dizia sim; a mente dizia não.

O garoto, notando a indecisão do homem, pensou que estivesse duvidando de sua capacidade de pagar. Colocou a mão no bolso, retirou as moedinhas que dispunha e as colocou sobre o balcão.

O homem ficou ainda mais comovido quando viu as moedas, de valor tão insignificante.

Continuava o conflito mental. Em sua intimidade concluíra que, se o garoto pudesse, compraria algo bem melhor para a mãe.

Lembrou de sua própria mãe. Fora pobre e, em sua infância e adolescência, também desejara presenteá-la. Quando conseguiu emprego, ela já havia falecido.

O garoto, com aquele gesto, estava mexendo nas profundezas dos seus sentimentos.

Do outro lado do balcão, o menino começou a ficar ansioso. Alguma coisa parecia estar errada. Por que o homem não embrulhava logo o sabonete? Ele já escolhera, pedira para embrulhar e até tinha mostrado as moedas para o pagamento. Por que a demora? Qual o problema?

No campo da emoção, dois sentimentos se entreolhavam: a compaixão do lado do homem, a desconfiança por parte do garoto. Impaciente, ele perguntou: "*moço, está faltando alguma coisa?*"

“Não”, respondeu o proprietário da loja, é que de repente me lembrei de minha mãe. Ela morreu quando ainda era muito jovem. Sempre quis dar um presente para ela, mas, desempregado, nunca consegui comprar nada”.

Na espontaneidade de seus doze anos, o menino perguntou: "*nem um sabonete?*"

O homem se calou. Refletiu um pouco e desistiu da idéia de melhorar o presente do garoto. Embrulhou o sabonete com o melhor papel que tinha na loja, colocou uma fita e despachou o freguês sem responder mais nada

A sós, pôs-se a pensar: como é que nunca pensara em dar algo pequeno e simples para sua mãe? Sempre entendera que presente tinha que ser alguma coisa significativa, tanto assim

que, minutos antes, sentira piedade da singela compra e pensara em melhorar o presente adquirido.

Comovido, entendeu que naquele dia tinha recebido grande lição. Junto com o sabonete do menino, seguia algo muito mais importante e grandioso, o melhor de todos os presentes: amor!

História comovente, não?

Dar presente é gesto comovente do ser humano. Eleva o espírito, engrandece quem o dá e comove a quem o recebe. Às vezes, é preciso tão pouco para alegrar o coração.

E é bom não esquecer: a gente se dá junto com o presente. Tornamo-nos presentes também.

E isto é bom demais!

**By Mel**  
**<http://www.meusonho.com.br>**

## *IDÉIAS SOBRE BELEZA*

*Marcial Salaverry*

Para muitos, a natureza é bela, para outros, o que expressa a beleza são obras Arquitetônicas. Alguns acham bela a arte de Van Gogh, porém muitos acham que a beleza está nas obras de Picasso.

Música clássica para muitos é a coisa mais linda que existe, outros já apreciam mais um pagode.

Existem pessoas que não gostam de poesias, ao passo que para muita gente poesia é a melhor leitura do mundo.

É nessa divergência que está a beleza real. A unanimidade é algo a que somos induzidos, e nem sempre expressa uma real opinião.

Como se pode ver, em todos os sentidos, os conceitos são variados, e já se diz que "sobre gosto não há nada escrito...". O que é uma grande verdade. Nem sobre nomes consagrados existe unanimidade.

Tem gente que não gosta de Charles Chaplin, e tem quem o idolatre. Pertença ao segundo grupo, e conforme uma citação chapliniana que é linda, e que é uma definição quase definitiva sobre Beleza: A beleza existe em tudo: tanto no bem como no mal. Mas somente os artistas e poetas sabem encontrá-la."

Realmente, segundo os diversos conceitos, existe beleza em tudo. Cada qual a vê de um jeito. Contudo, os artistas sabem extrair a beleza de tudo que lhes atrai a atenção.

Por exemplo, para qualquer um de nós, uma grande pedra, por mais bonita que nos possa parecer, será sempre... uma pedra grande. Porém, um escultor a verá como um corpo de mulher que será esculpido, por exemplo. O artista já verá naquele bloco de pedra, a obra de arte que de lá sairá.

Um pôr do sol, as ondas do mar, o verde das matas, para nossos olhos sempre constituirão uma fonte de beleza (embora muitas pessoas não apreciem as coisas da natureza), mas um pintor saberá eternizar esses momentos numa linda tela, um poeta saberá descrevê-los numa folha de papel. Um músico saberá fazer lindas melodias, partindo de uma noite de luar, por exemplo.

Como disse nosso querido Chaplin, os artistas e poetas sempre saberão encontrar a beleza onde ela estiver.

Vejam por exemplo que lindas telas representam certos momentos terríveis de guerra, como Picasso fez com "Guernica", transformando os horrores da guerra numa obra de arte. Um artista, até da guerra consegue extrair beleza

Chopin escreveu a Polonaise com as balas espocando em sua volta.

Os exemplos são muitos, e bem conhecidos, e partindo deles, todos poderemos chegar mesmo a essa conclusão, ou seja, que a beleza realmente está dentro de nós.

Somos nós mesmos que temos a capacidade de descobrir onde está a beleza da vida, onde está a beleza do amor, da amizade, da fraternidade, da humanidade enfim.

O belo e o feio não existem. Tudo depende da maneira como vemos o mundo. Cada qual vê a beleza do mundo e das pessoas

segundo seu olhar. Se estivermos de mau humor, nada nos parecerá belo, se contudo estivermos com o espírito alegre, as coisas se transformam.

Está em nós, portanto descobrir o artista que existe lá dentro, e que poderá transformar o feio em belo.

Existem ocasiões em que se torna muito difícil dar esse enfoque à vida, mas, possivelmente nosso artista interior, com alguma ajuda vinda de algum lugar, possa transformar um momento mau em um momento bom.

De um acontecimento que a princípio possa parecer extremamente desagradável e frustrante, poderemos extrair algo de bom, possibilitando uma mudança na vida, mostrando que uma possível tragédia pode ser revertida em algo até muito bom

Temos é que saber encontrar o belo no feio...

Sir Charles Chaplin, rendo-lhe minhas homenagens. Aceite um grande abraço.

Falando-se em beleza, desejo a todos UMA BELEZA DE DIA...

**By mel**

**<http://www.meusohnho.com.br/>**

## POR UMA VIDA MELHOR

Por Paulo Angelim

1. **Foque nos resultados:** *Desculpe-me, mas palavras são palavras, promessas são promessas, explicações são explicações, mas só o resultado quantifica e qualifica quem você é.*
2. **Relacione-se:** *Escute-me! É impossível crescer sem se harmonizar com os outros, aceitando-os como são, sejam eles colegas, superiores, liderados ou clientes.*
3. **Coopere:** *Esteja sempre pronto a servir e ajudar os outros. Isso faz um impacto enorme em como eles te percebem.*
4. **Seja proativo:** *Não espere; antecipe-se, mova-se, vá lá e faça.*
5. **Aprenda:** *Atualizem-se constantemente nos conhecimentos gerais e específicos de sua função.*
6. **Mude:** *Abra sua mente para o novo, para as mudanças. E faça isso antes que você seja mudado.*
7. **Inove:** *Pergunte-se constantemente “e por que não?”. Use sua imaginação. Principalmente em tempos de crise, ela é mais valiosa que o conhecimento.*
8. **Motive-se:** *Nada de esperar o melhor momento, a melhor circunstância para se sentir bem, para se motivar. Sinta-se bem a partir de seus pensamentos positivos, para assim criar bons momentos e circunstâncias melhores para sua vida.*



9. **Discipline-se:** *Principalmente para determinar-se a fazer o que precisa ser feito, e não somente o que gosta de fazer. Os profissionais valiosos fazem a tarefa, independentemente de gostarem ou não, simplesmente pelo fato de amarem sua função e de estarem comprometidos com seu sucesso.*
10. **Comprometa-se:** *Não basta querer, nem estar convencido de que algo precisa ser feito. Tem que se comprometer com a ação, aceitar que você precisa renunciar algo em benefício do que tanto deseja, do que tanto quer.*
11. **Ame:** *É isso mesmo. Você precisa também desenvolver o amor. E a razão é simples. Quem ama faz melhor e faz pelos interesses corretos. Faz porque vê em seu trabalho a expressão de seu ser. Vê em seu trabalho a possibilidade de realização pessoal e de fazer a diferença, de uma forma ética e responsável. E por amar tanto a possibilidade de fazer pelo outro, acaba fazendo mais. Ou você não notou que acabei por colocar 11 maneiras, ao invés de 10, como tinha prometido?*

**Compromisso de hoje: Vou SER um profissional de maior valor.**

*Abraços, bênçãos e SUCESSO!*

## **PARA QUEM AMA VIVER DE BEM COM A VIDA.**

### *Crônica do Luís Fernando Veríssimo...*

Cada semana, uma novidade. A última foi que pizza previne câncer do esôfago. Acho a maior graça. Tomate previne isso, cebola previne aquilo, chocolate faz bem, chocolate faz mal, um cálice diário de vinho não tem problema, qualquer gole de álcool é nocivo, tome água em abundância, mas peraí, não exagere...

Diante desta profusão de descobertas, acho mais seguro não mudar de hábitos.

Sei direitinho o que faz bem e o que faz mal pra minha saúde.

Prazer faz muito bem.

Dormir me deixa 0 km.

Ler um bom livro faz-me sentir novo em folha.

Viajar me deixa tenso antes de embarcar, mas depois rejuvenesço uns cinco anos. Viagens aéreas não me incham as pernas; incham-me o cérebro, volto cheio de idéias.

Brigar me provoca arritmia cardíaca. Ver pessoas tendo acessos de estupidez me embrulha o estômago. Testemunhar gente jogando lata de cerveja pela janela do carro me faz perder toda a fé no ser humano. E telejornais... os médicos deveriam proibir - como doem!

Caminhar faz bem, dançar faz bem, ficar em silêncio quando uma discussão está pegando fogo faz muito bem: você exercita o autocontrole e ainda acorda no outro dia sem se sentir arrependido de nada.

Acordar de manhã arrependido do que disse ou do que fez ontem à noite é prejudicial à saúde. E passar o resto do dia sem coragem para pedir desculpas, pior ainda. Não pedir perdão pelas nossas mancadas dá câncer, não há tomate ou mussarela que previna.

Ir ao cinema, conseguir um lugar central nas fileiras do fundo, não ter ninguém atrapalhando sua visão, nenhum celular tocando e o filme ser espetacular, uau!

Cinema é melhor pra saúde do que pipoca. Conversa é melhor do que piada. Exercício é melhor do que cirurgia. Humor é melhor do que rancor. Amigos são melhores do que gente influente. Economia é melhor do que dívida. Pergunta é melhor do que dúvida.

Sonhar é melhor do que nada.

## **RENOVA-TE SEMPRE!**

*"Ainda que o nosso homem exterior se corrompa, o interior, contudo, se renová, dia a dia." - Paulo.*

Cada dia tem a sua lição.

Cada experiência deixa o valor que lhe corresponde.

Cada problema obedece a determinado objetivo.

Há criaturas que, torturadas por temores contraproducentes, proclamam a inconformação que as possui à frente da enfermidade ou da pobreza, da desilusão ou da velhice.

Não faltam, no quadro da luta cotidiana, os que fogem espetacularmente dos deveres que lhes cabem, procurando, na desistência do bom combate e no gradual acordo com a morte, a paz que não podem encontrar.

Lembra-te de que as civilizações se sucedem no mundo, há milhares de anos, e que os homens, por mais felizes e por mais poderosos, foram constringidos à perda do veículo de carne para acerto de contas morais com a eternidade.

Ainda que a prova te pareça invencível ou que a dor se te afigure insuperável, não te retires da posição de lidador, em que a Providência Divina te colocou.

Recorda que amanhã o dia voltará ao teu campo de trabalho.

Permanece firme, no teu setor de serviço, educando o pensamento na aceitação da Vontade de Deus.

A moléstia pode ser uma intimação transitória e salutar da Justiça Celeste.

A escassez de recursos terrestres é sempre um obstáculo educativo.

O desapontamento recebido com fervorosa coragem é trabalho de seleção do Senhor, em nosso benefício.

A senectude do corpo físico é fixação da sabedoria para a felicidade eterna.

Sê otimista e diligente no bem, entre a confiança e a alegria, porque, enquanto o envoltório de carne se corrompe pouco a pouco, a alma imperecível se renova, de momento a momento, para a vida imortal.

*(Do Livro “A Fonte Viva”)*

## O DESAPOSENTADO

Ele chegou à praça com uma marreta, endireitou a estaca de uma muda de árvore e firmou batendo com a marreta, amarrou a muda na estaca e se afastou com o para olhar uma obra de arte. Não resisti a puxar conversa:

- O senhor é da prefeitura?

- Não, sou da Alice, faz quarenta e dois anos. Minha mulher.

- Ah... O senhor quem plantou essa muda?

- Não, foi a prefeitura. Uma árvore velha caiu, plantaram essa nova de qualquer jeito, mas eu adubei, botei essa estaca aí, olha que beleza, já está toda enfolhada. De tardezinha eu venho regar.

- Então o senhor gosta de plantas.

- De plantas, de bicho, até de gente eu gosto, filho.

- Obrigado pela parte que me cabe.

Ele sorriu, tirou um tesourão da cinta e começou a podar um arbusto.

- O senhor é aposentado?

- Não, sou desaposentado.

Foi podando e explicando: - Quando me aposentei, já tinha visto muito colega aposentar e murchar, que nem árvore que

você poda e rega com ácido de bateria. Sabia que tem comerciante que rega árvore com ácido de bateria pra matar, pra árvore não encobrir a fachada da loja? É, aí fica com a loja torrando no sol.

Picotou os galhos podados, formando um tapete de folhas em redor do arbusto.

- É bom pra terra, tudo que sai da terra deve voltar pra terra.

Mas então. Eu já tinha visto muito colega aposentar e murchar. Botando bermuda e chinelo e ficando em casa diante da televisão. Ou indo no boteco pra beber cerveja, depois dormindo de tarde. Engordando...Até que acabam com derrame ou enfarte, de não fazer nada e ainda viver falando de doença.

Cortou umas flores, fez um ramalhete:

- Pra minha menina. A Alice. Ela é um ano mais velha que eu, mas fica uma menina quando levo flor. Ela também é desaposentada. Ajuda na escola da nossa neta, ensinando a merendeira a fazer doce com pouco açúcar e salgados com os restos dos legumes que antes eram jogados fora. E ajuda na creche também, no hospital. Ih, a Alice vive ajudando todo mundo, por isso não precisa de ajuda, nem tem tempo de pensar em doença.

Amarrou o ramalhete com um ramo de grama, depositou com cuidado sobre um banco.

- Prá aguar as mudas eu tenho que trazer o balde com água lá de casa. Fui na prefeitura pedir pra botarem uma torneira aqui.

Disseram que não, senão o povo bebe água e deixa vazando. Falei pra botarem uma torneira com grade e cadeado que eu cuido. Falaram que não. Eu teria que ficar com o cadeado e então ia ser uma torneira pública com controle particular, e não pode.

Sorriu, olhando a praça.

- Aí falei: então posso cuidar da praça mas não posso cuidar de uma torneira? Perguntaram, veja só, perguntaram se tenho autorização pra cuidar da praça. Nem falei mais nada. Vim embora antes que me proibissem de cuidar da praça... Ou antes que me fizessem encher formulário em três vias com taxa e firma reconhecida, pra fazer o que faço aqui desde que desaposentei.

Ta vendo aquele pinheiro fêmea ali? A Alice que plantou. Só tinha o pinheiro macho. Agora o macho vai polinizar a fêmea e ela vai dar pinhões.

- Eu nem sabia que existe pinheiro macho e pinheiro fêmea.

- Eu também não sabia, filho. Ih, aprendi tanta coisa cuidando dessa praça!

Hoje conheço os cantos dos passarinhos, as épocas de floração de cada planta, e vejo a passagem das estações como se fosse um filme!

- Mas ela vai demorar pra dar pinhões, heim? falei olhando a pinheirinha, ainda da nossa altura, mas ele disse que não tem pressa.

- Nossa neta também é criança e eu já falei pra ela que é ela quem vai colher os pinhões. Sem a prefeitura saber, né... e a



Alice falou que, de cada pinha que ela colher, deve plantar pelo menos um pinhão em algum lugar. Assim, no fim da vida, ela vai ter plantado um pinheiral espalhado por aí. Sem a prefeitura saber, é claro, senão podem criar um imposto pra quem planta árvores...

Falei que é admirável ver alguém com tanta idade e tanta esperança, e ele riu:

- Se é admirável eu não sei, filho, sei que é gostoso. E agora dá licença que eu preciso pegar a Alice pra gente caminhar. Vida de desaposentado é assim: o dinheiro é curto, mas o dia pode ser comprido, se a gente não perder tempo!

**(Trecho de autoria de Domingos Pellegrini, publicado na GAZETA DO POVO, de 22/05/05)**

## **REFLEXÕES PARA A VIDA**

Não destrua seus valores comparando-se com outras pessoas. É por sermos diferentes uns dos outros que cada um de nós é especial.

Não estabeleça seus objetivos por aquilo que os outros consideram importante. Só você sabe o que é melhor para você.

Não considere como garantidas as coisas que estão mais perto de seu coração. Dê atenção a elas como à sua vida, pois sem elas a vida não tem sentido

Não deixe sua vida escorregar pelos dedos, vivendo no passado ou só voltado para o futuro.

Não desista enquanto você tiver algo para dar.

Uma coisa só termina realmente no momento em que você deixa de tentar.

Não tenha medo de admitir que você é "menos que perfeito".

É esse tênue fio que nos liga uns aos outros. Não tenha medo de correr riscos.

É aproveitando as oportunidades que nós aprendemos a ser valentes.

Não exclua o amor de sua vida.

Não despreze seus sonhos.

Viver sem sonhos é viver sem esperança. Viver sem esperança é viver sem objetivo.

Não corra pela vida muito depressa.

Feliz é aquele que sabe dar-se gratuitamente, sem esperar recompensa dos homens.

*(Desconheço o Autor)*

## SABEDORIA CHINEZA

Nunca esqueça que existem quatro coisas na vida que não se recuperam :

A pedra - depois de atirada;  
A palavra - depois de proferida;  
A ocasião - depois de perdida;  
O tempo - depois de passado

Dê mais às pessoas do que elas esperam, e faça-o com alegria.

Case com alguém com quem você goste de conversar. À medida em que vocês forem envelhecendo, seu talento para a conversa se tornará tão importante quanto os outros todos

Não acredite em tudo o que ouve:

Não gaste tudo o que tem;

Não durma tanto quanto gostaria.

Quando disser "eu te amo", seja sincero

Quando disser "sinto muito" olhe nos olhos da pessoa.

Fique noivo pelo menos durante seis meses antes do casamento.

Acredite no amor à primeira vista.

Nunca ria dos sonhos dos outros. Quem não tem sonhos tem muito pouco.

Ame profundamente e com paixão. Você pode se ferir, mas é o único meio de viver uma vida completa.

Quando se desentender, lute limpo. Por favor, nada de insultos

Não julgue ninguém pelos seus parentes.

Fale devagar mas pense depressa.

Quando lhe fizerem uma pergunta a que não quer responder, sorria e pergunte; "Porque deseja saber?"

Lembre-se que grandes amores e grandes realizações envolvem grandes riscos.

Diga "saúde" quando alguém espirrar.

Quando você perder, não perca a lição.

Recorde-se dos três "R":

- \* Respeito por si mesmo,
- \* Respeito pelos outros,
- \* Responsabilidade pelos seus atos.

Não deixe uma pequena disputa afetar uma grande amizade.

Quando notar que cometeu um engano, tome providências imediatas para corrigí-lo.

Sorria quando atender o telefone. Quem chama vai percebê-lo na sua voz.

Passa algum tempo sozinho e reflita.

## A PAZ NO MUNDO

A paz no mundo começa dentro de mim quando me aceito, de corpo e alma e reconheço meus defeitos com paciência e calma

E em vez de me fragmentar em mil pedaços eu me coloco inteiro no que penso, sinto e faço... passageiro no tempo e no espaço!

Sem nada para levar que possa me prender. Sem medo de errar e com muita vontade de aprender.

A paz no mundo começa entre nós, quando eu aceito o teu modo de ser... Sem me opor ou resistir e reconheço tuas virtudes, sem te invejar... ou me retraindo!

E faço das nossas diferenças a base de nossa convivência. E, em lugar de te dividir em mil personagens... consigo ver-te inteiro... despido... real...

A paz no mundo começa quando as palavras se calam e os gestos se multiplicam... quando se reprime a vergonha e se expressa a ternura!

Quando se repudia a doença... e se enaltece a cura!

Quando se combate a normalidade que virou loucura!

E se estimula o desejo de melhorar a humanidade... de construir uma outra sociedade, com base numa outra relação... em que amar é a regra... e não mais a exceção!!!

OBRIGADA POR TUA AMIZADE

## CINCO LIÇÕES

### PRIMEIRA LIÇÃO

Durante meu segundo mês na escola de enfermagem, nosso professor nos deu um questionário. Eu era bom aluno e respondi rápido todas as questões até chegar a última que era:

"Qual o primeiro nome da mulher que faz a limpeza da escola?"

Sinceramente, isso parecia uma piada. Eu já tinha visto a tal mulher várias vezes. Ela era alta, cabelo escuro, lá pelos seus 50 anos, mas como eu ia saber o primeiro nome dela?

Eu entreguei meu teste deixando essa questão em branco e um pouco antes da aula terminar, um aluno perguntou se a última pergunta do teste ia contar na nota.

"É claro!", respondeu o professor. "Na sua carreira, você encontrará muitas pessoas. Todas têm seu grau de importância. Elas merecem sua atenção mesmo que seja com um simples sorriso ou um simples "alô".

Eu nunca mais esqueci essa lição e também acabei aprendendo que o primeiro nome dela era Dorothy.

### SEGUNDA LIÇÃO

Na chuva, numa noite, estava uma senhora negra, americana, do lado de uma estrada no estado do Alabama enfrentando um tremendo temporal. O carro dela tinha enguiçado e ela precisava, desesperadamente, de uma carona. Completamente molhada, ela começou a acenar para os carros que passavam. > Um jovem branco, parecendo que não tinha conhecimento dos

acontecimentos e conflitos dos anos 60, parou para ajudá-la. O rapaz a colocou em um lugar protegido, procurou ajuda mecânica e chamou um táxi para ela.

Ela parecia estar realmente com muita pressa mas conseguiu anotar o endereço dele e agradecê-lo.

Sete dias se passaram quando bateram à porta da casa do rapaz. Para a surpresa dele, uma enorme TV colorida estava sendo entregue na casa dele com um bilhete junto que dizia: "Muito obrigada por me ajudar na estrada naquela noite. A chuva não só tinha encharcado minhas roupas como também meu espírito. Aí, você apareceu. Por sua causa eu consegui chegar ao leito de morte do meu marido antes que ele falecesse. Deus o abençoe por ter me ajudado. Sinceramente, Mrs. Nat King Cole"

### **TERCEIRA LIÇÃO**

Sempre se lembre daqueles que te serviram. Numa época em que um sorvete custava muito menos do que hoje, um menino de 10 anos entrou na lanchonete de um hotel e sentou-se a uma mesa. Uma garçonete colocou um copo de água na frente dele.

"Quanto custa um sundae?" ele perguntou.

"50 centavos" - respondeu a garçonete.

O menino puxou as moedas do bolso e começou a contá-las.

- "Bem, quanto custa o sorvete simples?" ele perguntou.

A essa altura, mais pessoas estavam esperando por uma mesa e a garçonete perdendo a paciência.

- "35 centavos" - respondeu ela, de maneira brusca.



O menino, mais uma vez, contou as moedas e disse:

- "Eu vou querer, então, o sorvete simples".

A garçonete trouxe o sorvete simples, a conta, colocou na mesa e saiu. O menino acabou o sorvete, pagou a conta no caixa e saiu.

Quando a garçonete voltou, ela começou a chorar a medida que ia limpando mesa pois ali, do lado do prato, tinham 15 centavos em moedas ou seja, o menino não pediu o sundae porque ele queria que sobrasse a gorjeta da garçonete.

#### **QUARTA LIÇÃO:**

O obstáculo no nosso caminho. Em tempos bem antigos, um rei colocou uma pedra enorme no meio de uma estrada. Então, ele se escondeu e ficou observando para ver se alguém tiraria a imensa rocha do caminho.

Alguns mercadores e homens muito ricos do reino passaram por ali e simplesmente deram a volta pela pedra. Alguns até esbravejaram contra o rei dizendo que ele não mantinha as estradas limpas mas nenhum deles tentou sequer mover a pedra dali. De repente, passa um camponês com uma boa carga de vegetais. Ao se aproximar da imensa rocha, ele pôs de lado a sua carga e tentou remover a rocha dali.

Após muita força e suor, ele finalmente conseguiu mover a pedra para o lado da estrada. Ele, então, voltou a pegar a sua carga de vegetais mas notou que havia uma bolsa no local onde estava a pedra. A bolsa continha muitas moedas de ouro e uma nota escrita pelo rei que dizia que o ouro era para a pessoa que tivesse removido a pedra do caminho.

O camponês aprendeu o que muitos de nós nunca entendeu:

"Todo obstáculo contém uma oportunidade para melhorarmos nossa condição".

### **QUINTA LIÇÃO**

Dando quando se conta. Há muitos anos atrás, quando eu trabalhava como voluntário em um hospital, eu vim a conhecer uma menininha chamada Liz que sofria de uma terrível e rara doença. A única chance de recuperação para ela parecia ser através de uma transfusão de sangue do irmão mais velho dela de apenas 5 anos que, milagrosamente, tinha sobrevivido à mesma doença e parecia ter, então, desenvolvido anticorpos necessários para combatê-la.

O médico explicou toda a situação para o menino e perguntou, então, se ele aceitava doar o sangue dele para a irmã. Eu vi ele hesitar um pouco mas depois de uma profunda respiração ele disse:

"Tá certo, eu topo já que é para salvá-la..."

À medida que a transfusão foi progredindo, ele estava deitado na cama ao lado da cama da irmã e sorria, assim como nós também, ao ver as bochechas dela voltarem a ter cor.

De repente, o sorriso dele desapareceu e ele empalideceu. Ele olhou para o médico e perguntou com a voz trêmula:

"Eu vou começar a morrer logo?"

Por ser tão pequeno e novo, o menino tinha interpretado mal as palavras do médico, pois ele pensou que teria que dar todo o

sangue dele para salvar a irmã!

Pois é, compreensão e atitude são tudo. Você tem duas escolhas agora:

1. Apagar este e-mail
2. Continuar a divulgar esse e-mail para pessoas que você goste.

Espero que você escolha a opção 2 e lembre-se:

"Trabalhe como se você não precisasse do dinheiro. Ame como se você nunca tivesse se machucado e dance como você dançaria se ninguém estivesse olhando"

## **RESPOSTA DE JESUS QUANDO ORAMOS O PAI-NOSSO**

Filho meu que estás na Terra, preocupado, confundido, desorientado, solitário, triste, angustiado... Eu conheço perfeitamente teu nome, e o pronuncio abençoando-te porque te amo.

Não!.. Não estás sozinho, porque eu habito em ti; juntos construiremos este Reino, do qual serás meu herdeiro.

Desejo que sempre faças minha vontade, porque minha vontade é que sejas feliz.

Deves saber que contas sempre comigo porque nunca te abandonarei e que terás o pão para hoje. Não te preocupes. Só te peço que sempre o partilhes com teu próximo... com teus irmãos.

Deves saber que sempre perdô todas tuas ofensas, antes, inclusive, e que as cometas, ainda sabendo que as farás, por isso te peço que faças o mesmo com os que te ofendem.

Desejo que nunca caias em tentação, por isso segure bem forte a minha mão e sempre confie em mim e eu te libertarei do mal.

Recorde e nunca te esqueças que TE AMO desde o início de teus dias, e te amarei até o fim dos mesmos...

**EU TE AMAREI SEMPRE PORQUE SOU TEU PAI! Que Minha Bênção fique contigo e que meu Eterno Amor e Paz te cubram sempre porque no mundo não poderá obtê-las como Eu somente as dou porque... EU SOU O AMOR E A PAZ!**

Por favor envie esta oração a todos aqueles que amem e que deseje que eu também os abençoe como a ti...

GRAÇAS

PAI!

## **“VOCÊ TEM EXPERIÊNCIA?”**

(Num processo de seleção da Volkswagen, os candidatos deveriam responder a seguinte pergunta: ‘Você tem Experiência?’)

A redação abaixo foi desenvolvida por um dos candidatos.

Ele foi aprovado e seu texto está fazendo sucesso, e ele com certeza será sempre lembrado por sua criatividade, sua poesia, e acima de tudo por sua alma.

### **REDAÇÃO VENCEDORA:**

Já fiz cosquinha na minha irmã só pra ela parar de chorar, já me queimei brincando com vela.

Eu já fiz bola de chiclete e melequei todo o rosto, já conversei com o espelho, e até já brinquei de ser bruxo.

Já quis ser astronauta, violonista, mágico, caçador e trapezista.

Já me escondi atrás da cortina e esqueci os pés pra fora.

Já passei trote por telefone.

Já tomei banho de chuva e acabei me viciando.

Já roubei beijo.

Já confundi sentimentos.

Peguei atalho errado e continuo andando pelo desconhecido.

Já raspei o fundo da panela de arroz carreteiro, já me cortei fazendo a barba apressado, já chorei ouvindo música no ônibus.

Já tentei esquecer algumas pessoas, mas descobri que essas são as mais difíceis de se esquecer.

Já subi escondido no telhado pra tentar pegar estrelas, já subi em árvore pra roubar fruta, já caí da escada de bunda.

Já fiz juras eternas, já escrevi no muro da escola, já chorei sentado no chão do banheiro, já fugi de casa pra sempre, e voltei no outro instante.

Já corri pra não deixar alguém chorando, já fiquei sozinho no meio de mil pessoas sentindo falta de uma só.

Já vi pôr-do-sol cor-de-rosa e alaranjado, já me joguei na piscina sem vontade de voltar, já bebi uísque até sentir dormente os meus lábios, já olhei a cidade de cima e mesmo assim não encontrei meu lugar.

Já senti medo do escuro, já tremi de nervoso, já quase morri de amor, mas renasci novamente pra ver o sorriso de alguém especial.

Já acordei no meio da noite e fiquei com medo de levantar.

Já apostei em correr descalço na rua, já gritei de felicidade, já roubei rosas num enorme jardim.

Já me apaixonei e achei que era para sempre, mas sempre era um "para sempre" pela metade.

Já deitei na grama de madrugada e vi a Lua virar Sol, já chorei por ver amigos partindo, mas descobri que logo chegam novos, e a vida é mesmo um ir e vir sem razão.

Foram tantas coisas feitas, momentos fotografados pelas lentes da emoção, guardados num baú, chamado coração.

E agora um formulário me interroga, me encosta na parede e grita: "Qual sua experiência?"

Essa pergunta ecoa no meu cérebro: experiência... experiência...

Será que ser "plantador de sorrisos" é uma boa experiência? Não! Talvez eles não saibam ainda colher sonhos!

Agora gostaria de indagar uma pequena coisa para quem formulou esta pergunta:

"Experiência? Quem a tem, se a todo momento tudo se renova?"



## ATITUDES SÁBIAS

Quando for amar, ame o mais profundo que puder...

Quando for falar, fale somente o necessário...

Quando for sorrir, procure sorrir com os olhos também...

Quando pensar em desistir, lembre-se da luta que foi começar e não desista!

Quando quiser se declarar a alguém, faça isso sem medo do que essa pessoa pensará de você...

Quando sonhar, sonhe bem alto, bem longe...

Quando for partir, não diga "adeus". Diga que foi tudo maravilhoso!

Quando abraçar um amigo, abrace com carinho e lembre desse abraço por toda vida...

Quando precisar de ajuda, não se envergonhe de pedir socorro...

Quando sentir raiva de alguém, ore e peça luz para essa pessoa...

Quando tentar algo de novo na vida, tente pra valer, mude, arrisque-se viva intensamente...

E, quando precisar de um amigo, lembre-se de mim. Estarei aqui torcendo por você e pela sua felicidade!

**Comece de Novo!**

Se você confiou em Deus e andou pelo caminho Dele,  
Se você O sentiu a guiar você todos os dias, mas agora seus  
passos o levam por outro caminho,

**Comece de novo!**

Se você fez planos que não deram certo,  
Se você tentou dar o melhor de si e não há mais o que tentar,  
Se você falhou consigo mesmo sem saber porquê,

**Comece de novo!**

Se você contou aos seus amigos o que planejava fazer,  
Se você confiou neles e eles não o apoiaram,  
Se agora você está sozinho,  
só podendo contar consigo mesmo,

**Comece de novo!**

Se você falhou com seus familiares,  
Se agora você já não é tão importante para eles,  
Se eles perderam a confiança em você,  
Se você se sente um estranho em seu próprio lar,

**Comece de novo!.**

Se você orou a Deus, respeitando sempre a vontade Dele,  
Se você orou e orou e ainda se sente infeliz,  
Se você quer parar, sentindo que atingiu seu limite,

**Comece de novo!**

Se você está certo de que está acabado e quer desistir,  
Se você chegou ao fundo do poço,  
Se você tentou e tentou e não conseguiu subir,

**Comece de novo!**

Se os anos passam tão depressa e os sucessos são poucos,  
Se chega dezembro e você se sente triste,  
Deus dá um novo janeiro a você.

**Comece de novo!**

Começar de novo significa:  
Vitórias alcançadas

Começar de novo significa:  
Uma corrida bem feita

Começar de novo significa:  
DEUS sempre vencerá!

Não fique aí sentado no trono da derrota :

**COMECE DE NOVO !!!**

## **PARA PENSAR....**

Revendo as fotos dos edifícios do Trade Word Center, pusemos-nos a pensar...

Hoje existem edifícios mais altos e estradas mais largas, porém temperamentos pequenos e pontos de vista mais estreitos.

Gastamos mais, porém desfrutamos menos. Temos casas maiores, porém famílias menores. Temos mais compromissos, porém menos tempo. Temos mais conhecimentos, porém menos discernimento. Temos mais remédios, porém menos saúde.

Multiplicamos nossos bens, porém reduzimos nossos valores humanos. Falamos muito, amamos pouco e odiamos demais.

Chegamos à Lua, porém temos problemas para atravessar a rua e conhecer nosso Vizinho. Conquistamos o espaço exterior, porém não o interior.

Temos dinheiro, porém menos moral.... É tempo de mais liberdade, porém de menos alegrias.... Tempo de mais comida, porém menos vitaminas....

Dias em que chegam dois salários em casa, porém aumentam os divórcios. Dias de casas mais lindas, porém de lares desfeitos.

Por tudo isso, proponho que de hoje e para sempre... Você não deixe nada “para uma ocasião especial”, porque cada dia que você viver será uma ocasião especial. Procure Deus, conheça-O, leia mais, sente na varanda e admire a paisagem sem se importar com as tempestades.

Passe mais tempo com sua família e com seus amigos, coma sua comida preferida, Visite os lugares que ama.

A vida é uma sucessão de momentos para serem desfrutados, não apenas para sobreviver. Use suas taças de cristal, não guarde seu melhor perfume, é bom usá-lo cada vez que sentir vontade.

As frases “Um desses dias”, “Algum dia”, elimine-as de seu vocabulário. Escreva aquela carta que pensava escrever “Um desses dias”.

Digamos a nossos familiares e amigos o quanto os amamos. Por isso não proteja nada daquilo que somaria a sua vida sorrisos e alegria. Cada dia, hora e minuto são especiais... e você não sabe se será o último...

Se você está tão ocupado e não pode mandar esta mensagem para alguém que você gosta e diz a si mesmo que a mandará “um desses dias” pense que “um desses dias” pode estar muito longe ou pode ser que nunca chegue...

*Autor Desconhecido*

## **EDUCAÇÃO**

### ***Podemos fazer a diferença.....***

A professora Teresa conta que no seu primeiro dia de aula parou em frente aos seus alunos da 5ª série primária e, como todos os demais professores, lhes disse que gostava de todos por igual.

No entanto, ela sabia que isto era quase impossível, já que na primeira fila estava sentado um garoto chamado Ricardo.

Ela, aos poucos, notava que ele não se dava bem com os colegas de classe e muitas vezes suas roupas estavam sujas e cheiravam mal. Houve até momentos em que ela sentia um certo prazer em lhe dar notas vermelhas ao corrigir suas provas e trabalhos.

Ao iniciar o ano letivo, era solicitado a cada professor que lesse com atenção a ficha escolar dos alunos, para tomar conhecimento das anotações. Ela deixou a ficha de Ricardo por último. Mas quando a leu foi grande a sua surpresa...

### ***Ficha do 1º ano:***

“Ricardo é um menino brilhante e simpático. Seus trabalhos sempre estão em ordem e muito nítidos. Tem bons modos e é muito agradável estar perto dele.”

### ***Ficha do 2º ano:***

“Ricardo é um aluno excelente e muito querido por seus colegas, mas tem estado preocupado com sua mãe que está com uma doença grave e desenganada pelos médicos. A vida em seu lar deve estar sendo muito difícil.”

### ***Ficha do 3º ano:***

“A morte de sua mãe foi um golpe muito duro para Ricardo. Ele procura fazer o melhor, mas seu pai não tem nenhum interesse e logo sua vida será prejudicada se ninguém tomar providências para ajudá-lo.”

***Ficha do 4º ano:***

“Ricardo anda muito distraído e não mostra interesse algum pelos estudos. Tem poucos amigos e muitas vezes dorme na sala de aula.”

Ela se deu conta do problema e ficou terrivelmente envergonhada...

E ficou pior quando se lembrou dos lindos presentes de Natal que ela recebera dos alunos, com papéis coloridos, exceto o de Ricardo, que estava enrolado num papel de supermercado.

Lembrou que abriu o pacote com tristeza, enquanto os outros garotos riam ao ver que era uma pulseira faltando algumas pedras e um vidro de perfume pela metade. Apesar das piadas ela disse que o presente era precioso e pôs a pulseira no braço e um pouco de perfume sobre a mão.

Naquela ocasião Ricardo ficou um pouco mais de tempo na escola do que o de costume. Relembrou, ainda, que ele lhe disse:

***- A senhora está cheirosa como minha mãe!***

E, naquele dia, depois que todos se foram, a professora chorou por longo tempo... Em seguida, decidiu mudar sua maneira de ensinar e passou a dar mais atenção aos seus alunos, especialmente a Ricardo.

Com o passar do tempo ela notou que o garoto só melhorava. E quanto mais ela lhe dava carinho e atenção, mais ele se animava.

Ao finalizar o ano letivo, Ricardo saiu como o melhor da classe.

Seis anos depois, recebeu uma carta de Ricardo contando que havia concluído o segundo grau e que ela continuava sendo a melhor professora que tivera.

As notícias se repetiram até que um dia ela recebeu uma carta assinada pelo Dr. Ricardo Stoddard, seu antigo aluno, mais conhecido como Ricardo.

Mas a história não terminou aqui...

Tempos depois recebeu o convite de casamento e a notificação do falecimento do pai de Ricardo. Ela aceitou o convite e no dia do casamento estava usando a pulseira que ganhou de Ricardo anos antes, e também o perfume.

Quando os dois se encontraram, abraçaram-se por longo tempo e Ricardo lhe disse ao ouvido:

***“Obrigado por acreditar em mim e me fazer sentir importante, demonstrando-me que posso fazer a diferença.”***

E com os olhos banhados em lágrimas sussurrou:

***“Engano seu! Depois que o conheci aprendi a lecionar e a ouvir os apelos silenciosos que ecoam na alma do educando. Mais do que avaliar as provas e dar notas, o importante é ensinar com amor mostrando que sempre é possível fazer a diferença...”***

**(Autor Desconhecido)**



*Afinal, o que realmente faz a diferença?*

*É o fazer acontecer, a solidariedade, a compreensão, a ajuda mútua e o amor entre as pessoas... O resto vem por acréscimo... É este o segredo do Evangelho.*

*Tudo depende da **Pedagogia do Amor.***

***ENSINA A CRIANÇA O CAMINHO QUE DEVE SEGUIR!  
MESMO DEPOIS DE VELHO NÃO SE DESVIARÁ DELE”***

## PARÁBOLA DA ROSA

Um homem plantou uma roseira.

Passou a regá-la constantemente e, um dia, parou para examiná-la com mais atenção.

Viu o botão que em breve desabrocharia.

Mas notou espinhos sobre o talo e pensou:

- Como pode uma bela flor vir de uma planta rodeada de espinhos tão afiados?

Entristecido por este pensamento, o homem recusou-se a regar a roseira.

E ela, antes mesmo de estar pronta para desabrochar, morreu.

Há pessoas que, como o homem que deixou a roseira morrer, deixam seus sonhos agonizarem por falta de cuidados.

Vão se contentando com pouco, na esperança de sofrer menos.

Mas o ideal é estabelecer um objetivo e investir esforços para concretizá-lo.

Se no percurso aparecerem alguns espinhos, é que estamos sendo desafiados a superá-los.

Desistir, jamais!!!

Quem deseja aspirar o perfume das rosas, terá que aprender a lidar com os espinhos.

Quem quer trilhar por estradas limpas, terá que se curvar para retirar as pedras e outros obstáculos que surjam pela frente.

## A HISTÓRIA DA VAQUINHA

Um mestre da sabedoria passeava por uma floresta com seu fiel discípulo, quando avistou, ao longe, um sítio de aparência pobre e resolveu fazer uma breve visita.

Durante o percurso, ele falou ao aprendiz sobre a importância das visitas e a oportunidade de aprendizado que temos, também, com as pessoas que mal conhecemos.

Chegando ao sítio, constatou a pobreza do lugar, sem acabamento, casa de madeira; os moradores, um casal e três filhos, vestidos com roupas rasgadas e sujas... então se aproximou do senhor, aparentemente o pai daquela família, e perguntou:

- Neste lugar não há sinais e pontos de comércio e de trabalho. Como o senhor e a sua família vivem aqui?

E o senhor, calmamente, respondeu:

- Meu amigo, nós temos uma vaquinha que nos dá vários litros de leite todos os dias. Uma parte desse produto nós vendemos ou trocamos na cidade vizinha por outros gêneros de alimentos; com a outra parte, nós produzimos queijo, coalhada, etc., para nosso consumo, e, assim, vamos sobrevivendo.

O sábio agradeceu a informação, contemplou o lugar por uns momentos, depois se despediu e foi embora. No meio do caminho, voltou ao seu fiel discípulo e ordenou:

- Aprendiz, pegue a vaquinha, leve-a ao precipício ali na frente e empurre-a, jogue-a lá em baixo!

O jovem arregalou os olhos, espantado, questionou o mestre sobre o fato de a vaquinha ser o único meio de sobrevivência daquela família mas foi cumprir a ordem.

Assim, empurrou a vaquinha morro abaixo e a viu morrer. Aquela cena ficou marcada na memória daquele jovem durante alguns anos. Um belo dia, ele resolveu largar tudo o que havia aprendido, voltar àquele mesmo lugar para contar tudo àquela família, pedir perdão e ajudá-la.

Assim fez e, quando se aproximou do local, avistou um sítio muito bonito, com árvores floridas, todo murado, com carro na garagem e algumas crianças brincando no jardim. Ficou triste e desesperado, imaginando que aquela humilde família tivera que vender o sítio para sobreviver. Apertou o passo e, chegando lá, logo foi recebido por um caseiro muito simpático. Perguntou sobre a família que ali morava há uns quatro anos. O caseiro respondeu:

- Continuam morando aqui.

Espantado, ele entrou correndo na casa e viu que era a mesma família que visitara antes, com o mestre. Elogiou o local e perguntou ao senhor (o dono da vaquinha):

- Como o senhor melhorou este sítio e está muito bem de vida?

E o senhor respondeu:

- Nós tínhamos uma vaquinha que caiu no precipício e morreu. Daí em diante tivemos que fazer outras coisas e desenvolver habilidades que nem sabíamos que tínhamos. Assim, alcançamos o sucesso que seus olhos vislumbram agora.

Todos nós temos uma "vaquinha" que nos dá alguma coisa básica para sobrevivência e uma convivência com a rotina, limitando nosso progresso.

Descubra qual é a sua e aproveite a transição de milênio para empurrá-la morro abaixo!

### ***NADA ACONTECE POR ACASO***

"...O maior erro do ser humano, é tentar tirar da cabeça aquilo que não sai do coração..."

Um dia, um rapaz pobre que vendia mercadorias de porta em porta para pagar seus estudos, viu que só lhe restava uma simples moeda de dez centavos e tinha fome.

Decidiu que pediria comida na próxima casa. Porém, seus nervos o traíram quando uma encantadora mulher jovem lhe abriu a porta.

Em vez de comida, pediu um copo de água. Ela pensou que jovem parecia faminto e assim lhe deu um grande copo de leite. Ele bebeu devagar e depois lhe perguntou:

-Quanto lhe devo?

-Não me deves nada - respondeu ela.

E continuou: - Minha mãe sempre nos ensinou a nunca aceitar pagamento por uma oferta caridosa.

Ele disse:

-Pois te agradeço de todo coração

Quando Howard Kelly saiu daquela casa, não só se sentiu mais forte fisicamente, mas também sua fé em Deus e nos homens ficou mais forte.

Ele já estava resignado a se render e deixar tudo.

Anos depois, essa jovem mulher ficou gravemente doente. Os médicos locais estavam confusos.

Finalmente a enviaram à cidade grande, onde chamaram um especialista para estudar sua rara enfermidade.

Chamaram o Dr.Howard Kelly.

Quando escutou o nome do povoado de onde ela viera, uma estranha luz encheu seus olhos.

Imediatamente, vestido com a sua bata de médico, foi ver a paciente. Reconheceu imediatamente aquela mulher.

Determinou-se a fazer o melhor para salvar aquela vida. Passou a dedicar atenção especial àquela paciente.

Depois de uma demorada luta pela vida da enferma, ganhou a batalha.

O Dr. Kelly pediu a administração do hospital que lhe enviasse a fatura total dos gastos para aprová-la.

Ele a conferiu, depois escreveu algo e mandou entregá-la no quarto da paciente.

Ela tinha medo de abri-la, porque sabia que levaria o resto da sua vida para pagar todos os gastos.

Mas finalmente abriu a fatura algo lhe chamou a atenção, pois estava escrito o seguinte: "Totalmente pago há muitos anos com um copo de leite ass.: Dr.Howard Kelly."

Lágrimas de alegria correram dos olhos da mulher e seu coração feliz rezou assim:



“Graças meu Deus porque teu amor se manifestou nas mãos e nos corações humanos.”

Bom agora você tem duas opções: pode enviar esta mensagem e compartilhá-la com seus amigos ou pode ignorá-la e dizer que nada tocou o seu coração.

Pois bem... esta mensagem tocou meu coração e por isso estou compartilhando-a com vocês!

"Na vida nada acontece por acaso. O que você faz hoje, pode fazer a diferença em sua vida amanhã."

## **;SAUDADES**

Um dia a maioria de nós irá se separar.

Sentiremos saudades de todas as conversas jogadas fora, as descobertas que fizemos, dos sonhos que tivemos; dos tantos risos e momentos que compartilhamos; Saudades até dos momentos de lágrima, da angústia, das vésperas de finais de semana, de finais de ano, enfim... do companheirismo vivido;

Sempre pensei que as amizades continuassem para sempre. Hoje não tenho mais tanta certeza disso;

Em breve cada um vai pra seu lado, seja pelo destino, ou por algum desentendimento, segue a sua vida, talvez continuemos a nos encontrar quem sabe..... nos e-mails trocados. Podemos nos telefonar, conversar algumas bobagens os dias vão passar, meses...anos... até este contato tornar-se cada vez mais raro.

Vamos nos perder no tempo...Um dia nossos filhos verão aquelas fotografias e perguntarão? Quem são aquelas pessoas? Diremos...Que eram nossos amigos. E..... isso vai doer tanto. Foram meus amigos, foi com eles que vivi os melhores anos de minha vida; A saudade vai apertar bem dentro do peito; Vai dar uma vontade de ligar, ouvir aquelas vozes novamente; quando o nosso grupo estiver incompleto... nos reuniremos para um ultimo adeus de um amigo. E entre lágrima nos abraçaremos. Faremos promessas de nos encontrar mais vezes daquele dia em diante.

Por fim, cada um vai para o seu lado para continuar a viver a sua vidinha isolada; passado; E nos perderemos no tempo; Por isso, fica aqui um pedido deste humilde amigo; não deixes que a vida passe em branco, e que pequenas adversidades seja a causa de grandes;tempestades....

Eu poderia suportar, embora não sem dor, que tivessem morrido todos os meus amores, mas enlouqueceria se morressem todos os meus amigos.

*Fernando Pessoa*

***HÁ UM PODER MAIOR DO QUE A TUA VONTADE!***

*Quando dizes... “Não posso resolver as coisas...”*

*Deus te diz: “Eu guio seus passos” (Proverbios 3:5-6)*

*Quando dizes: “É impossível...”*

*Deus te diz: “Tudo é possível” (Lucas 18:27)*

*Quando dizes: “Me sinto muito sozinho...”*

*Deus te diz: “Não te deixarei, nem te desampararei”  
(Atos 13:5)*

*Quando dizes: “Eu não posso fazer...”*

*Deus nos diz: “Tudo podes fazer” (Filipenses 4:13)*

*Quando dizes: “Não mereço perdão.....”*

*Deus te diz: “Eu te perdô” ( Romanos 8:1 )*

*Quando dizes: “Tenho medo...”*

*Deus te diz “Não temas, que eu estou contigo...” (Isaías  
41:10)*

*Quando dizes: “Estou muito cansado...”*

*Deus te diz: “Eu te farei descansar” (Mateus 11:28-30 )*

*Quando dizes: “Ninguém me ama de verdade...”*

*Deus nos diz: “Eu te amo” (João 3:16 – João 13:34)*

*Quando te perguntas: “Que caminho me conduz a Deus?”*

*Deus te diz: **Meu filho amado: JESUS CRISTO**  
( I Timóteo 2:5 - Atos 4:12 - João 3:16)*

***Compartilhe esta mensagem com os amigos!***

