



Stélio Inácio

VIVA MELHOR



DADOS DE COPYRIGHT

Sobre a obra:

A presente obra é disponibilizada pela equipe ***Le Livros*** e seus diversos parceiros, com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos acadêmicos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura.

É expressamente proibida e totalmente repudíavel a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo

Sobre nós:

O ***Le Livros*** e seus parceiros disponibilizam conteúdo de dominio publico e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: ***LeLivros.Net*** ou em qualquer um dos sites parceiros apresentados neste link.

Quando o mundo estiver unido na busca do conhecimento, e não mais lutando por dinheiro e poder, então nossa sociedade poderá enfim evoluir a um novo nível.



Viva Melhor
Por: Stélio Inácio
Publicado por: Stélio Inácio
Em: Smashwords

Copyright 2013 Stélio Inácio

Mais livros deste autor:
http://www.smashwords.com/profile/view/stelioinacio

Este livro foi licenciado para o seu gozo pessoal. Ele não deve ser revendido ou oferecido a outras pessoas. Se gostaria de partilhar este livro com outras pessoas, por favor compre uma cópia adicional para cada uma delas. Se está a ler este livro e não o comprou, ou se ele não foi comprado para o seu uso, então por favor acesse smashwords.com e compre a sua cópia. Obrigado por respeitar o árduo trabalho deste autor.

Custo de Oportunidade da Vida

Conceitos Básicos

Os nossos principais recursos são o tempo, a nossa força laboral (ou corpo), a nossa inteligência e o produto de tudo isso, que é o dinheiro que fazemos ou os nossos bens.

Nós passamos a vida toda a explorar esses recursos mais ou menos finitos, da mesma forma que passamos a vida a explorar os recursos da terra, não passamos de exploradores de nós mesmos. Portanto existem certos conceitos económicos que podem ser úteis na gestão da nossa vida e da nossa pessoa, um desses conceitos é o Custo de Oportunidade.

Custo de Oportunidade

É um conceito com premissas simples mas que se torna um pouco complexo. É possível até ser expresso em números. O que nos importa aqui é perceber o conceito para aplicá-lo na gestão da nossa vida.

Sendo assim custo de oportunidade de uma coisa ou actividade é simplesmente a principal alternativa à essa coisa ou actividade. Nada mais do que isso, a alternativa, quando assistimos um mau filme no cinema ficamos revoltados pelo tempo perdido e dizemos algo como eu poderia ter ido ao Concerto, esse é o custo de oportunidade de termos ido assistir ao filme, é pudermos em vez disso ter ido ao concerto. Tudo que fazemos tem uma alternativa, tudo que fazemos tem um custo de oportunidade. Portanto toda a nossa actividade tem um valor quando comparada com uma outra actividade que poderíamos estar a fazer.

Falamos aqui de valor, de custo, mas qual é a moeda. A moeda é o tempo que temos para gastar na nossa vida. Sempre que escolhemos assistir uma série televisiva em vez de ler um livro, estamos a pegar no nosso valioso tempo e a gastá-lo com a série televisiva e vice versa. Aquele tempo não nos será devolvido, mas o que importa, temos muito tempo! Na verdade não, um dia estamos velhos de mais, um dia morremos. O tempo é um recurso finito, o tempo acaba e por isso ele deve ser bem valorizado, por isso ele é valioso. Uma tarde passada entre quatro paredes podia ser uma tarde passada fora de casa. O nosso tempo é valioso, os nossos recursos são valiosos, não espere até lhe dizerem que tem um mês de vida para começar a valorizar o seu tempo e a usá-lo bem, não espere até ficar paralítico para querer fazer bom uso do seu corpo, não espere até ter alzheimer’s ou uma outra doença digenerativa para valorizar a sua inteligência e a sua memória. Tudo isso é valioso, o seu tempo, o seu corpo, a sua inteligência, use, gaste sabiamente. Todos nós somos milionários, temos esse mundo de recursos que é a vida. Todos nós já pensamos em como gastaríamos o nosso dinheiro se fossemos milionários, tá aí, gaste bem os seus milhões de minutos, uma vida de 80 anos são mais de 42 milhões de minutos. Uma fortuna de 42 milhões e ainda por cima gastar à toa e estar infeliz! Não.

Exemplo de Custo de Oportunidade

Como vimos custo de oportunidade é a melhor alternativa que temos a uma nossa actividade ou acção. É simplesmente isso, a alternativa. Imagine que temos duas opções para férias, Dubai ou Paris e decidimos ir à Dubai então o custo de oportunidade da escolha que fizemos (nesse caso ir à Dubai) é ir à Paris. Ou seja fomos à Dubai e isso é muito bom mas isso custou-nos não termos ido à Paris. Se temos duas opções para passar uma tarde de Domingo e entre elas estão ir ao cinema ou dar um passeio a praia, e escolhemos ir ao cinema então o custo de oportunidade de ter ido ao cinema é poder ter ido dar um passeio à praia.

Gostamos da Maria e da Juliana e só podemos casar com uma, o custo de oportunidade de casar com à Maria é não casar com a Juliana. Se temos duas opções em que uma delas é ficar em casa a descansar depois de voltar do trabalho ou arranjar um segundo emprego com um bom salário e escolhemos ficar em casa a descansar então o custo de oportunidade de ficar em casa a descansar é o segundo emprego que poderíamos ter, ou por outras palavras o nosso descanso é tão valioso como um segundo emprego com um bom salário e vice versa - um segundo emprego com um bom salário é tão valioso quanto o nosso descanso.

Daqui vê-se claramente que o custo de oportunidade é totalmente subjectivo e varia consoante vários factores, mas principalmente cosoante aquilo que nos apetece, por isso nunca podemos chegar à uma pessoa e dizer Puuxas tu estás aí a desperdiçar a tua vida a entrar na escola de artes enquanto isso custa-te não poderes ir a escola de economia, isso vai-te sair muito caro! Tu poderias fazer muito dinheiro estudando economia.

A verdade é que para aquela pessoa, estar na escola de artes é muito mais valioso que estar na escola de economia. Contrariamente ao que podemos pensar isto vai muito além do dinheiro, o custo aqui mede-se pelo grau de felicidade que podemos alcançar, para a tal pessoa, uma vida de artista é uma vida de felicidade, uma vida completa e um curso de economia mesmo que com garantia de um emprego no maior banco do mundo, com um salário astronómico, nunca, mas nunca vai igualar aquela vida de artista para essa pessoa.

Portanto este custo de oportunidade de que falamos não é uma ciência exacta, aqui estamos a fugir do conceito de custo de oportunidade da economia, porque não vamos consultar um economista e dizer-lhe analisa-la a minha vida e calculá-la o custo de oportunidade de uma carreira de direito ou de economia para eu saber o que devo seguir. Isso não funciona, só funcionaria se o único objectivo na nossa vida fosse ganhar dinheiro, porque se assim fosse o economista poderia vir dizer-nos por exemplo que no mercado actual os salários das profissões relacionadas aos cursos de economia estão mais baixos aos salários em relação aos cursos de direito, portanto o melhor é seguires direito e assim serás mais rico.

Mas aí falta a componente humana, claro que todos nós queremos dinheiro mas dinheiro não é a base para a vida de ninguém. Dinheiro não é um fim, é um meio. Porque até o dinheiro tem um custo de oportunidade, ou seja se deixamos

de fazer o que gostamos para ir atrás do dinheiro então todo o dinheiro que conseguimos vai estar avaliado em todas as nossas paixões que deixamos para trás de modo a poder amealhar esse dinheiro.

Suponhamos por exemplo que um escritor talentoso e absolutamente apaixonado pela arte de escrever decide abandonar a escrita e ir tirar um curso de economia. Toda essa vida de contabilista, as pessoas que ele conhece, a mulher que ele tem, os seus familiares, o mundo em que ele vive, tem um custo de oportunidade, tem uma alternativa que é a vida de um escritor que luta para alcançar sucesso, uma vida incerta, um mundo incerto e um universo literário, uma vida amorosa diferente, um eu diferente, maneiras diferentes de vestir, de valorizar a vida e o dinheiro.

O que vamos dizer, que seguir a vida de contabilista é mais fácil e que esse indíviduo deve simplesmente abafar a escrita! Loucura! A arte é o que de mais belo existe no universo, e não há dinheiro no mundo que compra isso.

Mais enfim o que se pretende aqui não é dizer que todos deviamos ser artistas ou ir atrás da vida do artista, porque primeiro para ser-se artista é necessário talento fora do comun, talento realmente extraordinário, e isso é extremamente raro. O que se pretende aqui é mostrar que a moeda em causa nesta coisa de custo de oportunidade não é o dinheiro mas sim o nosso precioso tempo de vida, as paixões humanas.

E isto é muito importante porque uma vez percebido isso a nossa vida torna-se muito mais simples. A mais valiosa moeda que existe é o tempo e as paixões humanas são a melhor mercadoria que essa moeda pode comprar.

Custo de Oportunidade Aplicado à Vida

Como vimos os nossos principais recursos são o tempo, a nossa força laboral (ou corpo), a nossa inteligência e o produto de tudo isso, que é o dinheiro que fazemos ou os nossos bens.

Todos os momentos devemos viver a saber que temos a nossa moeda para gastar, que temos paixões humanas para satisfazer. Em todas as nossas actividades devemos saber que há um custo de oportunidade envolvido, uma alternativa.

Devemos sempre nos perguntar “será que eu não poderia estar a fazer algo melhor neste momento?”

Isso é muito importante.

Mas lembrem-se o custo de oportunidade é subjectivo portanto muitas vezes podemos não estar a fazer algo valioso para nós mas estarmos a fazer algo valioso para uma pessoa que gostamos muito e justamente por isso, isso torna-se valioso para nós.

Mas existem casos em que estamos infelizes, claramente infelizes e sabemos que poderíamos estar felizes se optassemos pela alternativa mas não fazemos nada. Por exemplo uma mulher que vive com um homem que ela não ama e que está apaixonada pelo colega de trabalho que já lhe ofereceu garantias de que lhe faria feliz e ficaria com ela no instante que ela se separasse do marido.

“Eu estou aqui com esta pessoa e nem sorrio” – diz ela – “e nem sou feliz mas se eu estivesse com aquela outra pessoa que também me quer loucamente eu estaria a sorrir e estaria feliz todos os dias, todos os momentos.”

É nestes casos que ter uma noção clara de custo de oportunidade ajuda, porque se estamos 100% certos de que a alternativa é melhor e nos deixará mil vezes mais felizes, não há razão para exitar.

O objectivo da vida é ser feliz, é satisfazer as nossas paixões humanas, aquelas que conhecemos e as que desconhecemos. Se tu estás infeliz e podias estar feliz então estás a ir contra a natureza humana. Nosso corpo é um parque de sensações prazeirosas a espera de serem satisfeitas. É o ego, é a libido, são os sentidos, todos eles estão a espera de ser satisfeitos. Nosso ser é uma religião do amor à espera de ser espalhada.

A felicidade é subjectiva. Cada um de nós responde a pegunta o que é ser feliz de forma diferente.

O custo de oportunidade diz-nos que tudo tem um preço porque estamos todos sentados em cima de uma mina de ouro, o tempo que nos foi dado para viver, esses 80 anos, esses 42 milhões de minutos que se gastam automaticamente se não os usarmos. Devemos empregar esse tempo da melhor maneira enquanto ele passa, a partida devemos saber que um terço desse tempo vai para o imposto do sono.

Se o custo de oportunidade diz-nos que tudo tem um preço então podemos dizer que quanto mais dinheiro ganhamos devido ao trabalho mais trabalho ganhamos devido ao dinheiro. E quanto mais trabalho ganhamos devido ao dinheiro menos tempo temos para gastar esse dinheiro. A melhor pessoa para gastar o dinheiro de um milionário é um desempregado. Por isso é necessário amar o trabalho que fazemos de forma que quanto mais trabalhemos mais felizes sejamos e mais dinheiro ganhemos.

Trabalho satisfatório por uma quantidade razóavel de tempo por uma quantidade suficiente de dinheiro e viver dos prazeres simples e impagáveis da vida, constituir família com uma pessoa que além de nos amar tenha um espiríto similar ao nosso, eis a definição de uma vida feliz.

O que é mais extraordinário de tudo isto é que o dinheiro aqui, o tal que faz girar o mundo, é apenas uma variável porque aquilo que realmente faz girar o mundo é a maior moeda do mundo, o nosso tempo de vida na terra, que nos torna à todos milionários.

Como Beneficiar-se do Conceito de Custo de Oportunidade

Planejando.

Seja como uma empresa, como um município, como um país que planeja as suas actividades para todo um ano ou para os próximos 5 anos.

Planeje.

Planeje os seus fins de semana, as suas férias, planeje visitas à locais que gosta, saídas, encontros, convívios familiares.

Saiba o valor do tempo livre. Um fim de semana é uma mala cheia de dinheiro, não desperdice os seus fins de semana a fazer nenhum, não desperdice os seus fins de semana a espera do tempo passar. Planeje muito bem os seus fins de semana, talvez este fim de semana dê um passeio a praia, talvez o próximo vá visitar um familiar, planeje essa visita com a pessoa.

Férias são como ganhar a lotaria. Faço uso máximo das férias, trabalhou quase um ano para ter essas férias. Planeje com antecedência cada minuto-ouro das suas férias. Dê um banquete aos seus sentidos sedentos de sensações prazeirosas.

Valorize o tempo, valorize a vida.

Não Desperdice o seu Tempo de Vida

(Extraído do meu livro de auto-ajuda Conselhos e Lições para a Vida)

O tempo é a principal matéria prima para a vida, não a vida com a qual nascemos, mas aquela que construímos. Aquela que projetamos e desenhamos com os nossos planos, ideias e projetos. Se a natureza e o mundo são o meio onde o nosso corpo vive, então o tempo é o meio onde a nossa mente existe. Pois a nossa mente respira o tempo e faz tudo dentro dele.

Gerenciar o tempo é uma arte de que poucos conhecem o segredo. Não se gerencia o tempo apenas ao nível da hora, do dia, dos pequenos planos, dos grandes projetos, mas também ao nível da vida que vivemos até ao momento da morte.

O tempo é ao mesmo tempo diverso e único. Ele não volta e volta sempre. A nossa infância já se foi, não volta mais. O primeiro dia de escola, por mais emocionante que tenha sido, pertence agora ao passado, o nosso ex-namoro, o nosso falecido conhecido, não voltam mais. O tempo deve ser aproveitado, cada segundo vivido sem arrependimento. Devemos fazer sempre o que achamos certo e o que vai de acordo com a nossa personalidade. O tempo de expressar um certo sentimento acaba, se temos algo a dizer devemos dizer antes que a oportunidade passe, há coisas que só poderemos fazer uma vez ou a uma certa hora de um certo dia, num certo momento. E há coisas que podemos fazer sempre. Devemos sempre dar prioridade as coisas escassas, porque não teremos muitas dessas.

As coisas acabam, as pessoas morrem, o mundo não estará aqui para sempre, até uma estátua pode deixar de existir, até um museu pode não estar disponível daqui a algum tempo. Corra para ir ver as coisas excepcionais, o músico maravilhoso sobre o qual toda a gente fala, o incrível contador de piadas, o

maravilhoso improvisador de jazz, a maravilha que ele vai fazer hoje, nem ele mesmo poderá fazer amanhã.

O tempo é tudo. Um dia ele vai acabar. A velhice chega, doenças terminais acontecem, o seu médico pode dizer-lhe que só tem 2 meses para viver, ou quem sabe pode estar dentro de um automóvel à segundos de embater-se com um outro e advir daí a sua morte. O tempo não será seu para sempre, o seu corpo esse sim vai ficar aqui na terra a apodrecer, mas a sua mente só tem algumas décadas para viver.

Alimente a sua mente, encha-se de conhecimentos, trate bem as pessoas, seja culturamente activo, valorize a sua comunidade, esteja grato pelo tempo que lhe é dado e retribua fazendo bom uso dele. Prove que merece estar vivo. Não se arrependa, não rogue à Deus por mais dias de vida, o tempo que tem é esse e precisa ser bem usado. Não desperdice o seu tempo. Faça história com ele. Aproveite cada segundo que lhe é dado, e nos dias maus, lute e acredite em dias melhores.

Livro 2 - Estou Vivo, O que isso Significa?

Um E.T entra num bar e diz aos humanos que ele lá encontra:

Os Humanos são uma anomalia a natureza. Vocês parecem estar programados para simplesmente viver. Os Humanos constroem mundos extremamente artificiais e cheios de complexidade, em que cada parte da vossa alma é alimentada até a saciedade. Partes essas que foram construídas para que vocês pudessem interagir com a natureza tais como adrenalina, desejo, vontade, amor, ódio, vingança, tudo alimentado exageradamente.

E o que os humanos dizem quando alguém lhes faz notar isso?

Caro E.T, nenhum de nós pediu para existir. E sentir-me-ia tentado a abrir-lhe um buraco no peito com a minha espingarda se me dissesse que é o responsável por eu existir. As coisas porque já passei nesta vida, o sofrimento e o sofrimento que causei aos outros e tudo isso a latejar-me aqui na cabeça. Todos os dias rezo e peço perdão pelos pecados que já cometi na minha vida. Ninguém tem piedade neste mundo, a vida é uma completa selva. Como quer que nós apreciemos uma

coisa que não pedimos para ter. E o drama de viver sem saber porquê repete-se de casa a casa até aos confins deste mundo. Esse é o drama da vida, e nenhum de nós deve ser condenado por não saber aproveitar a vida.

Há muita gente na terra pensando desta mesmíssima forma e eu simplesmente sinto pena delas. A única coisa que posso dizer-lhes é que percebo porque elas pensam dessa forma.

Uma consciência super desenvolvida como a dos Humanos realmente é um grande peso sobre qualquer criatura viva e talvez uma tal consciência que é o maior elogio à natureza seja também o maior perigo que ela enfrenta. O que eu tenho reparado é que os Humanos escondem-se atrás desse conceito de que não pediram para estar aqui, não pediram para existir e isso parece para vocês justificar tudo de mal que venham a fazer caso o façam. É o mesmo que um sujeito matar os pais e dizer que a culpa foi deles porque o trouxeram ao mundo. Enquanto nós, E.Ts, vemos as coisas diferentemente. Nós aceitamos a vida como uma passagem pela natureza, e a única coisa que realmente sabemos, a nossa única filosofia, é que somos parte dela. E claro vivemos num regime comunitário, muito diferente do que vocês têm aqui. Eu costumo olhar para os Humanos como órfãos da nossa tribo, eles não sabem quem são os seus pais e o que é suposto eles serem, no que é suposto eles acreditarem, porque é suposto eles viverem. Eu só lhes peço humanos que mudem num aspecto: a vossa presença neste mundo não é acidental, não hajam como se ela fosse. A vossa existência dá vida e sentido a existência de todas as outras coisas. Fechem agora os olhos e imaginem que não existem, mas ao fazerem-no, risquem tudo em que tomaram parte, tudo que aconteceu convosco, tudo que sentiram e que presenciaram. O que fica: o absoluto nada. O mundo não passa de um imenso vazio sem a vossa presença e a beleza da natureza e de tudo que existe perde toda razão de ser, não há big bang, não há universo.

Depois de dizer essas palavras para um humana eu apenas fico a vê-lo perceber que ele é a única testemunha de tudo que existe. Fico a vê-lo perceber que só a existência dele, e nenhuma outra, dá sentido ao mundo, e só a sua existência pode criar a realidade, pode fazer tudo ganhar vida. A única coisa que realmente importa é a perspectiva que nós temos do mundo, nós somos os principais personagens do filme da nossa vida e por pior que esse filme possa ser, ele é lindo porque é a única coisa que verdadeiramente existe porque ele faz todas as outras coisas existerem. Mesmo que tudo que quisesses fosse fazer isso, tu não

podes simplesmente sentar-te e ficar a assistir a vida de uma outra pessoa, tu tens de fazer a tua vida acontecer, tu tens de viver a tua vida.

Estar vivo significa dar parto a humanidade, dar parto ao mundo, criando tudo que é lindo e que está a nossa espera. (Será que o mundo deu-nos parto através da nossa mãe ou nós demos parto ao mundo no instante em que nascemos?) Estar vivo é a única coisa que realmente existe, tudo o resto está contido dentro da vida que vivemos.

Livro 3 - Sr. Psicólogo, Diga-me como Ser Feliz!

Peça Teatral em 5 Actos

Versão Final de 2013

Entram dois personagens, O Psicólogo e o Milionário.

O **Psicólogo** chama-se **Mário**,

O **Milionário** chama-se **David**.

O **cenário** é a sala do consultório do psicólogo, ela tem um divã onde o paciente deita-se de costas e atrás uma cadeira onde o psicólogo senta-se, uma estante de livros, mesa de secretária, fina tapeçaria, algumas peças de arte na mesa e espalhadas pela sala. Os dois personagens conversam principalmente sentados nas suas respectivas cadeiras.

Acto I

Amor

Entram David e Mário

Cena 1 = Primeira Sessão

David: É suposto eu sentar-me aqui?

Mário: Sim, faça favor.

(David senta-se no divã e olha para Mário)

Mário: Tem que deitar-se virado para o outro lado.

David: Eu gosto de olhar para as pessoas quando falo com elas.

M: Desculpa-me mas tem mesmo que olhar para o outro lado, faz parte do processo que nós vamos iniciar agora.

D: Tudo bem, directo ao assunto, gosto disso.

M: David…

D: Deixe-me levantar-me e apertar-lhe a mão.

M: Não…

D: Eu insisto.

(David levanta-se e aproxima-se de Mário que levanta-se por sua vez e aperta-lhe a mão enquanto o diálogo prossegue)

D: Eu gosto de sentir as mãos das pessoas com quem faço negócios. Percebe, para criar um laço, uma ligação de confiança.

M: Tem um aperto muito forte Ah! Acho que já podemos…

D: Acalme-se, aprenda isto. Muita gente não sabe mas um aperto de mão diz muito sobre uma pessoa com quem negociamos. Podemos perceber se ele é um charlatão, se é honesto, se vai fazer valer o nosso dinheiro e olha que eu paguei tudo de entrada, portanto eu depositei minha confiança em si…

M: A minha mão é…

D: É o seguinte, eis o que me traz aqui: Eu sou milionário, trimestralmente acrescento alguns milhões de dólares a minha conta pessoal, tenho mais de 50 pessoas a trabalhar para mim, tenho tudo bem organizado, nenhuma preocupação

nos negócios, vou trabalhar quando quero, tenho dinheiro para realizar todo o desejo que me apareça, uso as melhores marcas, em vestuário, electrodomésticos, como nos melhores restaurantes, moro no melhor edifício desta cidade, no melhor apartamento, com a melhor vista; conduzo o carro dos meus sonhos, se me apetecesse ir comer um hambúrguer debaixo da torre Eiffel ou da Estátua da Liberdade, iria agora mesmo sem nenhum problema, mas…

M: mas…

D: Mas não estou feliz. Cheguei onde queria chegar, tenho tudo que sempre desejei ter, mas não estou feliz.

M: Percebo.

D: E eu preciso que o senhor arranje isso. Eu quero que o senhor me diga como ser feliz.

M: Tudo bem, sim… Percebo… Bem… Hum…

(David olha fixamente para o psicólogo a espera de uma resposta)

M: Oh! Não está a espera que eu diga-lhe em 5 minutos como ser feliz!

D: Se poder fazer em menos tempo melhor, só preciso de uma fórmula.

M: Hum! Muito engraçado… O quê… O senhor está sério!? Por favor acalme-se, não é assim como as coisas funcionam.

D: Porque não! Disseram-me que o senhor é o melhor no seu campo, e se há uma coisa que a vida me ensinou é que o sucesso vem de trabalhar sempre com os melhores. Há algum tempo atrás percebi que a minha empresa poderia lucrar mais e consultei a melhor equipa de marketing e em duas palavras eles apresentaram-me uma solução, implementei e a partir do mês seguinte o lucro cresceu em 100 porcento. Não sei se estavam enganados mas algumas pessoas disseram-me que o senhor é o melhor no seu ramo.

M: Sr. David, por favor sente-se e vamos iniciar a nossa sessão.

(Sentam-se cada um deles no respectivo lugar)

M: E se eu lhe disser que é feliz. Que pode realizar uma grande quantidade de desejos que 90 porcento das pessoas vive e morre sem nunca poder realizar, que tem saúde, sanidade mental, boa aparência, tem a melhor vista da cidade, conduz

um carro que é impossível alguém ver e não parar para admirar, que toda a gente gosta de si porque paga bem, provavelmente dá boas gorjetas nos restaurantes, e toda a gente gostaria de ter o estilo de vida que tem… O que me diria?

D: Eu lhe diria que não sou feliz. Sinto uma solidão imensa, não tenho ninguém na minha vida, se ao menos os meus pais estivessem vivos, aí sim toda esta riqueza valeria a pena. Poderia lhes dar tudo que eu sempre lhes quis dar. Os meus familiares são um bando de preguiçosos que só querem explorar-me. Sempre que me contactam é porque precisam de dinheiro, não tenho amigos, os meus amigos de infância são todos pobres e não consigo manter nenhuma relação com eles, as vezes fica estranho, e outras vezes é como se eles temessem-me.

M: Talvez falte uma mulher na sua vida.

D: Todas as mulheres que eu encontro estão interessadas no meu dinheiro.

M: Todas, isso é impossível!

D: As que não estão não as acho suficientemente interessantes e como eu vou saber se mesmo essas na verdade não estão também atrás do meu dinheiro?

M: Não acha que está a ser demasiado rígido. Na verdade tudo é um jogo de interesses. Muitas vezes apaixonamo-nos por uma mulher interessados apenas pela aparência física dela e pelo desejo de saber como ela é na cama, ou por quão mais linda ela é em relação as outras mulheres que conhecemos, ou seja sem nenhuma ligação emocional. E também há que ter em conta que existem casos registados de pessoas que casam apenas por interesse mas que conseguem ter uma vida completamente normal e até apaixonada com o parceiro milionário. Acabam transportando o amor ao dinheiro, a um amor cada vez mais crescente pela pessoa que proporciona-lhes essa vida rica. Portanto, poderias perfeitamente encontrar uma mulher que a partida estivesse mais interessada pelo teu dinheiro do que por ti, e que futuramente viesse a amar-te de verdade.

D: Sr. Mário, isso não cabe na minha cabeça. Como eu lhe disse, para mim eu só quero o melhor, o genuíno, o original, aquilo que é feito com carinho e perícia. Eu quero uma paixão completamente verdadeira e completamente despida de qualquer interesse, eu quero uma mulher que me amasse mesmo que eu fosse um pedinte de rua.

M: Percebe que o que acabou de dizer é de uma raridade excepcional. Biologicamente a mulher precisa sentir-se segura seja financeiramente, fisicamente, emocionalmente e um pedinte não é um bom candidato a nenhum desses itens.

D: Se não for assim então não serve para mim. Eu quero viver um grande amor, quero uma mulher que seria capaz de morrer por mim. Que me amaria tanto que ela não pudesse viver longe de mim. Eu quero uma mulher que me deseje intensamente, que gostasse tanto de mim que eu sentisse pena dela, que me amasse independentemente de quantos milhões eu tenho na minha conta bancária.

M: E prefere passar as noites sozinho, sem ter com quem rir, sem ter com quem comentar as trivialidades do dia-a-dia porque não consegue encontrar essa mulher?

D: Prefiro.

M: Mas mesmo assim ainda é possível encontrar o seu verdadeiro amor. Talvez conheça alguém que possa confiar, em quem possa reconhecer amor verdadeiro.

D: Garante-me que quando sair daqui vou encontrá-la na esquina.

M: Não!

D: Eu preciso de uma certeza. Eu só quero amar como as pessoas normais. Ter alguém a quem possa chamar meu bebé, meu docinho! Sabe que eu sinto-me muitas vezes descriminado por ser rico. As pessoas não tratam-me com amizade e amor, é como se eu fosse um banco ambulante. Sempre esperam dinheiro por tudo que façam por mim. E há ainda pessoas que fogem de mim, que me evitam, que afastam-se quando eu subo as escadas, é como se as pessoas temessem que se me pisassem ou sujassem o meu fato eu lhes mandaria matar ou coisa assim. É como se eu estivesse totalmente sozinho, abandonado numa ilha de tesouros.

M: E o prazer, sexo ocasional, prostitutas?

D: Durante algum tempo vivi assim. Impressionava as meninas com o meu carro, a minha riqueza, levava-as para cama, mas no final era só sexo. Quando eu comecei a enriquecer, imaginei um futuro em que eu dormiria com uma mulher diferente todos os dias, mas a verdade é que só levei esse tipo de vida por um mês. Não há nada de tão especial no sexo quando ele não transcende. Eu

fartei-me. Todas aquelas moças tinham cabeças ocas, cada uma delas tinha as suas esquisitices e o sexo é tão fácil para elas, quase automático, sem nenhum carinho verdadeiro e sentido e elas descaradamente pediam fortunas por um serviço que quanto mais eu analiso, não vejo nele grande coisa. O que eu sempre quis e procurei em cada uma dessas mulheres era uma companhia; uma companhia honesta, simples e que não valesse em dinheiro por cada segundo que me é dado.

M: E o ser rico, o ser chefe, o gerir a sua empresa. Não o faz feliz?

D: Como! Eu estou rico mas estou sozinho. As pessoas, incluindo os meus familiares tratam-me como uma caixa de ATM, ser chefe é bom mas toda a gente fala nas minhas costas e não de frente comigo. Todos tem medo de perder o seu emprego e gerir a empresa é um simples exercício. Tenho tudo bem estruturado, eu só tenho de fazer contas e acertos aos valores que me são apresentados. Nem gosto de estar no escritório, nem é necessária a minha presença, posso fazer tudo a partir do meu computador de casa.

M: Hoje vamos ficar por aqui, vemo-nos na próxima sessão.

Acto II

Celibato

Cena I = Segunda Sessão

David: Então como posso ser feliz?

Mário: Eu tenho estado a pensar no seu caso e a nossa preocupação imediata é a sua felicidade. O problema é o seguinte, o David vive infeliz porque está sempre a pensar em como é triste a sua vida porque não consegue encontrar ninguém, porque parece-lhe que ninguém lhe tem afeição, então vamos atacar esses pontos e aliviá-lo da sua infelicidade. Tudo em que tem pensado é deprimente, infelizmente está na situação em que está, mas isso não quer dizer que tem de ser miserável. Ninguém deve viver triste toda a vida por uma coisa que lhe falta, devemos sim aproveitar aquilo que temos. Ainda não encontrou o amor da sua vida, paciência. Há muita gente que vive sem amor num celibato involuntário. A partir de hoje eu quero que se assuma como um celibatário involuntário.

D: Percebo.

M: A partir de hoje eu quero que haja como se tivesse vindo até mim e eu o tivesse diagnosticado com uma condição que lhe impede de ter uma mulher, e de que alguém se apaixone por si. Eu estou a dar-lhe agora a triste notícia que o condena a ser solitário, portanto só tem que aceitar e ajustar a sua vida a realidade que eu lhe apresento.

D: Percebo. Quer que eu deixe de pensar em como não consigo encontrar a mulher ideal e em como a minha vida é triste e solitária.

M: Exacto. Sr. David, uma coisa eu sei, o senhor quer ser feliz e tem direito de ser feliz. E veio ter comigo para que eu lhe aliviasse o seu sofrimento. Eu lhe garanto que se seguir a nossa rotina a sua vida vai melhorar em 100 porcento.

D: Isto sim é consultoria.

M: Acredito que vê todos os dias casais apaixonados nas ruas, na televisão, na internet, em todo lado. A partir de hoje não olhe para eles dizendo quem me dera ter isso. Olhe para eles, aceite a sua condição de celibatário e siga em frente, não ligue nenhuma.

D: Como se eu não pertencesse a um mundo onde tal amor fosse possível.

M: Exacto, percebo o seu sorriso, era exactamente isso que precisava. Mas tem um lado negativo e perigoso nessa prática que vai iniciar. Pode se habituar tanto a isso que feche completamente as portas para um verdadeiro amor. Mas mesmo correndo o risco de privar-lhe de viver um grande amor, eu quero arriscar nisso com base na crença de que se esse grande amor chegar, ele será capaz de derrubar essa barreira que vai erguer entre si e as mulheres.

D: Eu vou aplicar isso diariamente. Agora eu sei que sou incapaz de amar e ser amado por causa da minha condição, nasci para viver e morrer sozinho. Só o saber isso já me tira um grande peso.

M: Vou colocar-lhe agora sob hipnose. Inspire, expire, inspire, expire, inspire, expire. A partir de hoje vai se guiar pelas seguintes regras que vou lhe ditar: Mulheres! É tudo que os homens normais percebem e amam e eles são felizes com elas, mas que não lhe diz nada a si. Já sabe o que vai acontecer quando for falar com uma mulher, no fim ela vai decepcioná-lo e só estará interessada na sua fortuna. David, tu não tens culpa de nada disto. Tentaste encontrar amor mas

só conseguiste ver nele interesse e vileza; mas tu tens direito a felicidade e não é o amor ou qualquer outra coisa que vai te fazer infeliz. E estando sozinho, tu serás o rei do mundo como se estivesses a viver o romance mais intenso, belo e verdadeiro da face da terra, como se tivesses encontrado a tua Julieta. David, levanta-te e vai.

Acto III

Ser Social

Cena 1 = Sessão 3

Mário: Apartir de hoje eu quero que seja livre, que não se deixe aprisionar por padrões absurdos de comportamento social. Não se deixe enganar pelo pensamento retardado de que existem pessoas solteiras, tristes e sozinhas e pessoas casadas, com companhia para ir ao cinema e ao teatro e por isso felizes. Só fica sozinho neste mundo quem se tranca em casa com medo da sociedade, só fica sozinho quem é anti-social. Toda vida é solitária até a vida de casado quando não é acompanhada de um comportamento pró social por parte dos parceiros.

David: O que quer dizer com isso?

M: Que não é necessário ter uma namorada para sair mais, para ir ao cinema, para ir em uma viagem a um país exótico. Tenha amigos. Rodeie-se de pessoas. Tenha mais de 10 amigos, faça coisas diferentes com cada um deles. Pouco importa se são amigos do mesmo sexo, combine com um ex-colega que seja social uma ida ao cinema, converse com uma pessoa estranha e passe uma tarde com ele num bar. Marque um outro encontro num outro dia. Gosta de ir ao teatro e reparou que tem uma pessoa ainda que do seu sexo que também está sempre lá a assistir, faça amizade com essa pessoa, conversem sobre as peças, encontrem-se em outros locais. Uma pessoa pode até ser solteira, mas só fica abandonado, solitário e triste quem quer. O maior tesouro do mundo são as pessoas e não só as pessoas do sexo oposto. A amizade é tão importante como o amor, a amizade pode durar muito mais do que o amor. As pessoas tem vergonha de se

aproximarem das outras pessoas, principalmente de pessoas do mesmo sexo. Normalmente as pessoas não mordem, muito pelo contrário elas enriquecem as nossas vidas. Use as redes sociais, marque encontros com os amigos que segue no facebook ou twitter. Troque ideias, troque experiências, encontre pessoas que gostam do que você gosta e se relacione com elas. Ser uma pessoa solitária é a coisa mais triste do mundo, e o pior é que não é uma fatalidade ou uma obrigação, a grande maioria das vezes é medo das outras pessoas. A amizade com pessoas do sexo oposto é difícil, mas não se deixe desencorajar por isso, faça amizade com pessoas do seu sexo. Essa pessoa pode ser do seu sexo mas ser uma rica pessoa, cheia de experiências para compartilhar consigo. Abra-se, entregue-se. Conviva, partilhe, convide um amigo que não vê a muito tempo para um café, para ver um filme.

D: Isso parece-me um pouco complicado. Se eu convidar um amigo que não vejo a muito tempo ele vai olhar-me de forma errada, vai pensar que sou homosexual quando eu sinto-me atraído por mulheres, que sou estranho, louco ou coisa parecida e vai acabar recusando o convite e eu vou sentir-me envergonhado por tudo isso.

M: Coloque tudo a pratos limpos, seja a pessoa do seu sexo ou de sexo diferente, deixe a pessoa saber que está a fazer o convite para um encontro amigável, para interagir, trocar ideias, socializar. Não tenha medo das pessoas, aproxime-se delas, não tenha medo de tomar a iniciativa, de fazer o convite, se eles ficarem com medo e pensarem que tem segundas intenções, ignore e continue a interagir com elas, essas pessoas logo vão perceber que é uma pessoa legal e que não tem inibições sociais e mesmo que elas sejam tímidas, elas vão se abrir consigo, a sua simpatia vai fazê-las sentirem-se sufiientemente confortáveis para estarem ao seu lado. Está a exercer da sua liberdade de comunicar-se e interagir com os outros. O mundo é solitário, a nossa própria natureza é solitária, lute contra isso, tenha sempre muitos amigos a disposição, coloque no seu *status* numa rede social onde tem muitos amigos virtuais, “alguém gostaria de ir assistir um filme, teatro, tomar um café, conversar”. Diga as pessoas abertamente que quer e precisa da companhia delas.

D: Eu não sei se teria a coragem.

M: Alguém precisa ter a coragem David, se a pessoa é do seu sexo vai estar com medo também de lhe abordar. Foi sozinho a um evento, comente com a pessoa que está ao seu lado, vai ver que ele estará mais do que satisfeito por ter alguém

com quem comentar o evento. Foi a uma sessão de cinema e só estão três pessoas, sente-se perto dessas pessoas e converse com quem se mostrar social. Não sente num local isolado, não seja anti-social. Existem pessoas que acabam um relacionamento e ficam perdidas no absoluto vázio com vontade de morrer porque o solidão que estão a sentir é enorme. Mas se essas pessoas fossem sociais não haveria motivo para tal, existem biliões de pessoas no mundo, não há motivos para se fechar e viver na solidão. Não tens namorada ou ela deixou-te, isso é mau, mas tens tantos amigos que mesmo que queiras ficar triste e miserável simplesmente não tens tempo para isso; porque os teus amigos são também um relacionamento para ti, um relacionamento mais simples e perfeito. Apartir de hoje comece a fazer amizade com as pessoas. Tenha um ou mais amigos do cinema com quem vai as grandes estreias, tenha amigos do teatro, amigos do bar, amigos do ginásio, saia com os amigos do ginásio para o bar ou para a noitada e assim sucessivamente.

D: Percebo, acho que sou capaz de fazer isso. Não sei porquê sempre tive uma percepção do mundo em que estamos sozinhos, absolutamente sozinhos e que só temos os nossos pais e os nossos irmãos, o resto das pessoas é um bando de estranhos que não nos dizem nada. Mas o que está a dizer-me faz-me ver essas pessoas como potênciais amigos, e realmente concordo consigo, essas pessoas podem realmente enriquecer a minha vida. Eu já vi tanto homem com boas ideias mas nunca tomei a iniciativa de aproximar-me com medo de que ele fosse pensar coisas de mim, mas a forma como expôs dá-me coragem de ser mais aberto para o contacto com as pessoas, de ser social, de preencher o vázio da minha vida com tão diversa companhia. Mas o grande problema aqui ainda continua a ser a minha riqueza, as pessoas vão ver-me sempre como um banco.

M: O que importa aqui é a convivência David, não é certo nem justo que pague a entrada do bilhete para o amigo que convidar, ele vai pagar a entrada, ele vai comprar a bebida dele, mas os dois vão desfrutar da companhia um do outro. Qualquer pessoa honesta agirá dessa forma, e o mundo está cheio de gente honesta. Claro a oportunidade faz o ladrão, portanto não entre em detalhes sobre o que faz, sobre quão rico é. Claro que as pessoas vão descriminá-lo se souberem que é rico, claro que vão tentar aproveitar-se de si. Seja uma pessoa simples e mesmo aquelas pessoas que souberem quão rico é, vão começar a duvidar e a pensar que é uma pessoa como outra qualquer. É rico David, isso é um fato, não precisa exibir-se, não ganhe autoestima desse jeito, não vale a pena. Seja uma pessoa simples e eu lhe prometo momentos ímpares ao lado de pessoas

espectaculares, eu lhe prometo uma vida cheia de emoções e de aventuras, porque a maior aventura do mundo é conhecer pessoas, não há nada mais excitante. Por isso faça convites abertos, “sábado espectáculo de Jazz, quem gosta de Jazz e gostaria de companhia para o espectáculo?” Tome a iniciativa e eu garanto-lhe que as pessoas vão segui-lo, e vão perceber a beleza do que está a fazer. Seja social, seja um tipo legal. Comece hoje e com o tempo vai ser tão social e vai aprender a conhecer as pessoas que um dia vai encontrar uma mulher extremamente interessante, vai perceber que não pode viver longe dela e vai fazer de tudo para conquistá-la.

Acto IV

Atitude

Cena 1 = Sessão 3

Mário: O que é a felicidade? Um dicionário definiu-a como um estado constante de alegria ou contentamento. Constante significa que não cessa, que não pára. Portanto, para sermos “etimologicamente” felizes teríamos de estar felizes todos os segundos, milissegundos até. Assim sendo a felicidade só pode ser definida por uma atitude. Uma atitude positiva perante a vida e perante a nossa realidade. Acreditas que podes oferecer todos os teus bens, ires viver debaixo de uma ponte e seres feliz! Acreditas que podes ser aquilo que a sociedade chama louco, andares pelado na rua, falares contigo mesmo em voz alta e seres feliz! É tudo uma questão de atitude, da forma como vemos o mundo e como interpretamos a nossa realidade.

David: Mas eu pensei que se eu me tornasse milionário eu seria extremamente feliz, pensei que seria o homem mais feliz do mundo.

M: Vou contar-lhe um segredo: neste consultório, talvez por causa da localização e está bem, admito, por causa do valor que eu cobro, só vem cá gente muito rica, e eu lhe diria que cerca de 70 porcento dos meus clientes são infelizes. São pessoas deprimidas, os adolescentes odeiam os pais, os adultos não

compreendem os filhos. Infelicidade no casamento, infelicidade na vida familiar, ódio, raiva, vingança, desejos ilícitos, pura tragédia Grega, esse é o meu prato diário. Estamos a falar de pessoas milionárias a viverem vidas miseráveis porque não tem atitude suficiente para fazer face a realidade em que vivem. Porque uma coisa é certa, ainda que alguém fosse preso por 30 anos numa cela minúscula, com a atitude certa essa pessoa poderia viver uma vida de grande felicidade.

D: O que esta a dizer-me é que eu poderia simplesmente ter ficado em casa a fazer nenhum durante todos estes anos e teria sido feliz.

M: Não. Se ficasse sem fazer nenhum não teria o que comer e acabaria morrendo de fome. A felicidade não tem nada a ver com conforto, com dinheiro ou fama e a atitude de que falamos pressupõe que a pessoa vá atrás das condições mínimas para realizar-se e essas condições variam de pessoa para pessoa, não veja a sua riqueza como uma condição sina qua non para a sua felicidade. E se um dia for a falência! Não seja como aquelas pessoas que preferem suicidar-se a ficar pobres.

D: Se é assim tão fácil ser feliz sem ser rico, eu deveria simplesmente ir gastar toda a minha fortuna.

M: E isso fazia-o feliz?

D: Não.

M: Olhe! A sua fortuna é parte de quem é, e ela é um instrumento ao serviço da sua felicidade e principalmente do seu conforto. O que eu estou a dizer-lhe é que não veja a sua fortuna como algo de outro mundo. Talvez se deixar de lhe dar importância então poderá ter mais amigos, poderá ter vizinhos que não tem medo de si. Eu estou certo de que a imagem que tem passado de si as pessoas, é que é alguém muito poderoso e cheio de dinheiro, é claro que as pessoas vão temê-lo. A forma como veste-se também conta, não precisa mostrar os seus milhões em cada peça de roupa que veste. Eu estou a dizer-lhe isto para ajudá-lo a construir esse novo David, feliz e aberto para o mundo e é isso que precisa ser para ser feliz.

D: O que está a dizer-me é que eu poderia abandonar esta minha vida arranjar um emprego como entregador de pizza que ganha o suficiente para pagar o aluguer de casa e as refeições e ainda conseguir levar uma vida extremamente

feliz. Essa possibilidade é irritante porque ela vem-me dizer que eu não sou nada especial e eu trabalhei dia e noite sem descanso para chegar onde cheguei.

M: A verdade é que hoje um simples entregador de pizza tem acesso a bens e serviços e a uma qualidade de vida que os mais ricos reis não tinham a 500 anos atrás. O próprio conceito de riqueza é relativo. Não seja escravo do conceito de rico ou pobre. Não seja escravo da sua riqueza, o que deve preocupar-lhe é a sua felicidade. Acredite em mim, há quem esforça-se mais do que os outros, torna-se milionário e vive infeliz por toda a vida.

D: Percebo.

M: Mas dito tudo isso, é importante lembrar-lhe uma coisa: há uma grande utilidade na riqueza, ela permite evitar o desconforto.

D: Posso ser feliz num autocarro cheio de gente ou num descapotável com AC ligado, mas é mais confortável ser feliz no descapotável.

M: Exacto.

Acto V

Entretenimento

Cena 1 = Sessão 4

Mário: Tudo está nas coisas da vida, não só as pequenas, não só as grandes. Existo, logo sou feliz, é uma máxima aceitável.

David: A felicidade é simplesmente existir.

M: A maioria das pessoas só percebe isso depois de passar por uma experiência traumática: sobreviver a uma queda de avião, a um assalto à mão armada, a uma doença mortífera. A vida é bela e se olharmos no fundo é a única coisa que conhecemos neste mundo abismal. Não me espantaria nada que toda a ciência compilada do mundo não passasse de uma gota num oceano.

D: O que está a dizer é que a felicidade está em aproveitar todas as coisas. O nascer do sol, um sorriso…

M: Tudo até as coisas más. Tudo que sentimos e respiramos.

D: Tudo que está a nossa volta.

M: São 5000 anos de entretenimento e saber. Desde o antigo Egipto que nós temos documentado a arte e o saber das pessoas que viveram antes de nós. A bíblia, as tragédias gregas, a arte greco-romana, as várias civilizações do mundo, a história das nações. E a maioria dessas coisas ao nosso rápido alcance através de livros, da televisão e principalmente da internet. Obras de génios como Dante, Rembrandt, Picasso, Mozart, Beethoven, Shakespeare, o melhor da arte. Podemos ver um quadro que levou Da Vinci anos a pintar e a perfeccionar com toda comodidade e sem sair de casa através da internet, ou ouvir uma obra prima que Beethoven corrigiu mil vezes até ele achar que está perfeita tocada para nós por toda uma orquestra através do Youtube. E não só arte. Há um canal internacional de Televisão que tem como slogan, "100 anos de entretenimento". A televisão, esse grande centro de entretenimento. Quantas obras-primas do cinema e quantos programas televisivos foram feitos até hoje. Siga uma dessas listas, 100 melhores livros segundo o Times, 100 melhores filmes segundo o imdb, visita alguns museus, ou as 7 maravilhas do mundo, participa de um festival de música clássica, cinema, pintura, arte, lê! Existe neste mundo entretenimento que não acaba e com a tua riqueza tu podes usufruir de todo ele. É um facto que quando recordamos a nossa vida, o que deixa memórias mais marcantes não são relógios de marca, ou fatos bonitos, mas experiências, arte, viagens, espectáculos. Participa deste mundo, cultiva uma paixão por um desporto, por uma actividade, salta de pára-quedas, pilota um avião, cria uma fundação, ajuda as pessoas, recebe e dá.

D: Não entendo nada de música clássica, de livros, de pintura ou arquitectura.

M: O que há para entender!? Todos os artistas prestaram homenagem e mostraram gratidão por este mundo, pela felicidade que é viver, pelo maravilhoso que é existir. E mesmo quando demonstravam tristeza, sentimentos arrebatadores ou desespero, fizeram-no de tal modo que ver essas representações é uma forma de conhecermos melhor a nós mesmos e ao mundo que nos rodeia.

D: Agora que falaste tudo isso percebo como posso ser feliz. É incrivelmente fácil e faz sentido. Há tanta coisa boa por esse mundo fora, 5000 anos de

entretenimento! Quantos livros eu ainda não li, quantos espectáculos eu ainda não vi, quanta coisa boa eu ainda não descobri. Quanta história existe por esse mundo fora, e só de lembrar que eu perdia meu tempo a sentir-me triste enquanto poderia estar a viver! O senhor fez-me sentir bem comigo mesmo e com a minha solidão. Mudou a minha atitude em relação a vida e as coisas que me acontecem, deu-me uma lição de vida que eu acho que nunca poderei lhe pagar. Eu vou agora mesmo, vou viver.

M: Ainda temos algumas sessões.

D: Obrigado Doutor, obrigado. Curou-me, nunca senti-me tão feliz.

(David sai)

M: A vida lhe espera. E um dia ele vai encontrar o amor ou o amor vai encontrar-se com ele. Uma boa consulta deveras, e é esta a minha felicidade: fazer os outros felizes. Vou tirar o resto do dia para gozar o maravilhoso que é existir…

(Enquanto abandona a cena vai dizendo)

M: Talvez um passeio ao jardim, ou uma tarde ao lado da minha filha, ou uma caminhada até a casa…

Livro 4 - Conselhos e Lições para a Vida

De 01 de Agosto de 2011 a 01 de Agosto de 2012, Stélio Inácio fez o seu projecto 365 Crónicas Literárias – que consistia em escrever Uma Crónica Literária Por Dia e publicar diariamente no seu website: www.stelioinacio.com. Este livro contém as Melhores Crónicas.

Publicado em 2012 © Todos Direitos Reservados

Salte para os capítulos:

Dinheiro

Autoestima e Motivação

Auto-Realização e Sucesso

100 Anos de Entretenimento

Felicidade

Amor

“A Felicidade e a Liberdade começam com a compreensão clara de um princípio: algumas coisas estão dentro do teu controlo e outras não.” Epictetus

****

DINHEIRO

Tenha Um Plano Para Ganhar Dinheiro

****

Tenha um Plano para Ganhar Dinheiro

O dinheiro é a base da sobrevivência na cidade. A vida urbana depende e gira primeiramente a volta do dinheiro. O poder que o dinheiro tem sobre nós citadinos, é enorme. Nós dependemos do dinheiro para viver, para ter um teto, para nos proteger do frio e das doenças, para comer, para estudar. A sociedade é um tronco gigantesco movido pelo dinheiro.

Antes de tudo devemos ter dinheiro. Se quisermos liberdade devemos ter dinheiro, para permanecermos vivos, para podermos ser felizes, devemos ter

dinheiro. Queremos ter autoestima? Ninguém pode ter autoestima sem poder comprar o básico das coisas que deseja, é preciso ter dinheiro.

O primeiro segredo para a felicidade é o dinheiro. Até os nossos sonhos dependem do dinheiro. Alguns dos nossos sonhos podem até ser comprados com dinheiro vivo.

Se quer ser idealista primeiro abrace o capitalismo. Não importa o que vá fazer, em primeiro lugar estude e analise a parte financeira.

Cuide bem do seu dinheiro, valorize-o. Não peça empréstimos a pessoas que não se importam consigo, porque qualquer pessoa que não goste de si, estará pronta a infernizar a sua vida se algo der errado, e meu caro, as coisas dão errado, os nossos sonhos não acontecem como magia, devemos tentar e errar várias vezes antes de conseguir, evite tentar com o dinheiro das outras pessoas.

Existem pessoas a andarem por esse mundo fora capazes de tirarem a vida de alguém por dinheiro. Há Bancos com muito, mas muito dinheiro, capazes de colocarem uma família inteira sem abrigo por dinheiro. 90% das pessoas podem ser subornadas. No momento certo, 100% das pessoas podem ser subornadas.

As pessoas farão coisas loucas, absurdas e baixas por dinheiro.

Antes de mais nada, e se possível antes de começar a sonhar, consiga um emprego honesto onde pode ganhar dinheiro ou comece um negócio lucrativo.

****

Pense Grande

A única diferença entre os mandachuvas deste mundo e o resto da população, é a filosofia de vida, a filosofia de pensamento.

Pense grande.

Sempre que vê um PCA inexperiente a dirigir uma grande empresa, ou um grande Director que nem sequer sabe formar frases completas e que depende da secretária dele para tudo, sempre que vê duas empresas da mesma categoria mas uma delas tem contratos com as maiores empresas do país e a outra luta para

manter-se no mercado, sempre que vê dois artistas com o mesmo talento mas só um deles é sempre capa de revistas e é sempre seguido pelos media...

É porque esse PCA, esse Director, essa empresa, esse artista famoso, pensou grande. Essas pessoas sem talento, sem conhecimento, sem experiência, sem nada que as diferencie das outras pessoas, são a prova de que pensar grande resulta.

Se é pobre lute pela classe media, se é da classe media, lute para ser rico, se é rico, lute para ser milionário. Lute para estar acima das suas capacidades. Compre a sua casa num bairro de uma classe acima da sua, porque vai querer chegar ao estágio em que as pessoas do seu Bairro estão, vai estar entre pessoas que pensaram grande o suficiente para estar ali e que vão puxá-lo para onde elas estão e quem sabe acima disso. Haja sempre e trabalhe sempre como se estivesse acima do seu cargo, porque quando a vaga para essa posição acima do seu cargo abrir será o candidato mais qualificado.

Pensar grande só por si já torna-nos bem sucedidos e contribui para a nossa felicidade. As pessoas vão reconhecer a nossa ambição e vão querer ter-nos por perto.

Não é segredo nenhum, pense grande.

****

Negoceie na Internet

A Internet é o novo Eldorado, a nova terra prometida onde qualquer um que tenha a coragem de aventurar-se nela pode ser bem sucedido da noite para o dia, ou pelo menos em muito pouco tempo. Temos hoje em dia muitas empresas novas com negócios baseados na Internet a abrirem e em menos de um ano a faturarem quantias que levaram anos para outras empresas iniciantes em outros ramos.

Por detrás da internet está o poder da ciência, tecnologia, criatividade e sobre tudo inventividade humana. Tudo começou com a necessidade de troca de dados e informações a longa distância com fins militares, expandiu-se para abarcar fins académicos, depois comerciais e finalmente sociais. A internet começou a ser

desenvolvida desde o princípio dos anos 1960 e tem estado em constante progressão até chegar ao que ela é hoje. As tecnologias por detrás da Internet tem sofrido constantes alterações e actualizações que reflectem-se numa internet mais rápida, segura, bonita, apelativa, fácil e interactiva.

A internet é um mundo de possibilidades, um mundo livre e sem fronteiras onde os Vasco da Gama de hoje aventuram-se sem sair de frente do computador e vão atrás do sonho da riqueza. A Google foi desenvolvida numa garagem bem como o youtube, o Facebook num dormitório por pessoas que percebiam a linguagem da internet e com um capital irrisório comparado com aquilo que hoje valem essas três empresas. É muito grande a facilidade de publicar-se na internet, é como se todo o cidadão pudesse ter o seu próprio canal de televisão ou de rádio e ir de encontro a uma audiência global, sem despender os fundos que são necessários para a manutenção de um canal de televisão ou de rádio. É como se todos pudessem montar uma barraca no meio de uma grande avenida e oferecerem os seus produtos ou mostrarem as suas fantasias as pessoas que passam pela rua e que param para observar.

As oportunidades são infinitas e vão melhorando com o tempo. Cerca de 2 biliões de pessoas tem acesso a internet no mundo. Já foram feitas mais de 800 milhões de compras online.

É necessário que toda a gente, que todo o mundo saiba das oportunidades que a internet oferece e que não só os países desenvolvidos beneficiem-se dessas oportunidades. A internet é livre e global, feita para ser facilmente compreensível e desenvolvida por qualquer pessoa ao redor do mundo que possa dedicar-se a aprender a sua linguagem. Por ser um campo relativamente recente, até a pouco tempo não existiam cursos universitários ou de qualquer outra sorte para desenvolvedores de páginas web, as pessoas interessadas em desenvolver páginas na internet podem facilmente aprender a fazê-lo e para tal tem só de ir ao consórcio da internet onde estão reunidas as regras para que a página desenhada possa ser publicada. Existem ao redor do mundo milhares de investidores com uma enorme quantidade de dinheiro a espera de uma oportunidade para investirem na próxima Facebook, porque eles sabem quais são os benefícios de ter o mundo como potencial cliente.

****

Não se Ponha a Venda

A vida é insubstituível. Podemos perder todos nossos bens materiais e conseguirmos recuperá-los, mas a perda de uma vida não tem reparação.

Podemos viver correndo atrás de riquezas, de fama e de poder mas se desperdiçarmos a nossa vida, não tem volta!

Podemos fazer de tudo para amealharmos um grande tesouro, mas se perdermos a nossa família, se dermos metade do nosso corpo, metade da nossa paz, então fomos aldrabados, porque nenhum tesouro vale perder o direito de viver em paz, rodeado pelos seus familiares, com a nossa saúde, alma e a nossa liberdade intactas.

Não há riqueza ou dinheiro que comprem a liberdade ou a vida de um homem. E qualquer dinheiro sujo ou riqueza de origem duvidosa, não vale mais que a gratuidade da vida, pois biliões e biliões sujos não conseguem superar o simples viver, mesmo que seja na pobreza.

Sim vivemos num mundo capitalista onde tudo tem preço, onde tudo tem o seu valor, ou pelo menos, onde podemos estimar o valor de qualquer coisa. É verdade, mas vamos lá tentar estimar o valor da vida e da saúde.

Nesse caso a boa saúde valeria mais do que há disponível nos bancos de todo o mundo. Estar vivo valeria biliões de vezes mais do que há disponível nos bancos de todo o mundo.

Ninguém pode comprar o simples acto de respirar, o simples previlégio de estar neste mundo, a simples gratuidade da luz do sol, a maternal generosidade da natureza. Não se compra o amor de mãe, o amor e amizade do irmão. Não se compra e nem tem preço o amor que uma pessoa de livre e espontânea vontade deposita em nós quando se oferece para dar-nos todo o seu carinho e dedicação e se necessário, para dar-nos o que vale mais do que tudo, a própria vida.

Viver é gratuito.

****

AUTOESTIMA E MOTIVAÇÃO

Namore-se: Goste de Si Mesmo

****

Motivações para Viver

Motivação é o combustível que nos mantém vivos e aptos para continuar a viver felizes ou pelo menos com algum sentido.

Existem várias motivações para viver:

- Uma atividade ou profissão (futebol, literatura, política, etc);
- Uma pessoa amada e querida (filho/a, esposo/a, etc);
- Um sonho;
- Um sentimento (amor, ódio, vingança, esperança, humanitarismo, etc)
- O amor à vida e a procura de uma motivação para viver satisfatoriamente.

E há ainda aquelas pessoas motivadas pela própria vida e que vivem pela necessidade de superar e de ser melhor que as pessoas más ou injustas que os criaram ou que eles encontraram ao longo da história deles.

A ausência de uma motivação caracteriza-se pela falta de movimento, pela inércia, pela preguiça. A forma mais fácil de tirar a preguiça de uma pessoa é dar-lhe uma motivação.

Nós somos seres racionais e tudo o que fazemos tem de ser aprovado pelo nosso cérebro que reconhece o sentido e a necessidade de fazer uma determinada coisa. Felizmente o cérebro humano é muito complexo e maleável daí que ele crie motivações para fazer coisas que podem parecer absurdas como escalar o maior monte do mundo, construir o maior arranha-céus, escrever a maior saga literária, concorrer sozinho para a presidência de um país, etc.

A história da humanidade está cheia de indivíduos que com motivações similares construíram o mundo em que vivemos hoje, tão rico em conhecimentos, em cultura e com uma sociedade cada vez mais igualitária, solidária e justa.

Mas a maior motivação para viver é estar grato pela vida e fazer dela uma obra prima. É estar grato por ser uma pessoa, um ser único, estar em paz com a nossa forma de ser e oferecer ao mundo o melhor de nós como forma de agradecer por essa nossa singularidade, é estar grato pela existência da terra, deste nosso mundo maravilhoso e querer fazer dele um lugar melhor deixando-o mais bonito do que o encontramos...

A maior motivação para viver é estar grato à Deus.

****

Namore-se

O facto de estar solteiro não quer dizer que precisa estar abandonado, esquecido e só; e o facto de estar namorando não quer dizer que precisa estar dependente de quem namora para se sentir completo, preenchido e amado.

Namore-se.

Esteja actualmente solteiro ou com alguém, arranje tempo para se namorar, leve-se ao cinema e aprecie sozinho um bom filme, leve-se a um jantar e a sós desfrute de uma refeição memorável, compre para si mesmo alguns presentes, sapatos giros, uma barra de chocolates, vá desfrutar de um passeio à beira-mar, goze de um maravilhoso por do sol, economize e ofereça-se as férias que de certeza merece, sozinho/a, num sítio calmo e junto a natureza.

Saiba a partir de hoje que não é estranho cuidarmos de nós mesmos, fazer coisas boas para nós mesmos, ou sermos felizes solitariamente. É certo que devemos amar ao próximo e encontrar a nossa alma gémea, mas relegar toda a responsabilidade da nossa felicidade, bem estar e alegria de viver nas mãos de uma ou de outras pessoas, é perigoso.

Namore-se, faça-se feliz e se alguém oferecer-se para fazer esse trabalho, ajude-o.

****

Desfile Autoestima e Gaste Simpatia

Autoestima é beleza. As pessoas param e ficam a olhar encantadas para a autoestima que alguém possui. Desfila a tua autoestima pelas ruas como se estivesses a exibir o rosto mais belo que existe. Quando as pessoas verem como gostas de ti próprio e como tratas-te bem, em termos de apresentação e vestuário vão se deixar levar por essa onda de idolatria a tua imagem.

Simpatia é riqueza. As pessoas param e ficam a olhar com inveja para quem tem muitos sorrisos para dar. Gasta a tua simpatia como se fosse água e oferece mesmo àqueles que não a merecem. Seja tão simpático como uma mala cheia de dinheiro.

****

Somos Todos Iguais

Somos todos humanos, nem eu, nem tu, somos melhor do que ninguém. Somos todos irmãos, compartilhamos do mesmo DNA e vivemos a mesma vida, no mesmo mundo, sob o mesmo sol, respiramos o mesmo ar.

Somos todos iguais, merecemos todos as mesmas oportunidades.

Não importa qual é a tua profissão, a tua raça, a tua condição, o teu país, a tua cultura, a tua história, as tuas filosofias. Nada disso importa, tudo neste mundo é relativo. A tua felicidade nas tuas condições, no teu país, com a tua raça, com a tua cultura, com a tua sociedade não é melhor nem maior em relação à felicidade de uma outra pessoa com uma cultura diferente, numa sociedade diferente, numa raça diferente, num país diferente, com condições diferentes das tuas. O teu riso não tem mais valor que nenhum outro riso. A tua lágrima não é nem mais emocional nem mais dolorosa, nem mais salgada do que qualquer outra lágrima.

A vida é feita de muita coisa, de dor e alegria que transcendem a natureza humana. O presidente da república não é mais humano que o operário, o juiz não é mais pessoa que o camponês. Humanamente falando todos somos iguais, seres humanos atirados a um mundo cheio de perigos e coisas boas.

O milionário passa sofrimentos que o pobre tem a sorte de não sofrer e vice versa. As escolhas que fazemos são parte da nossa personalidade, são

subjectivas, provenientes da interpretação que fazemos do mundo. Se um escolhe ser médico e outro ser dançarino, isso são apenas interpretações individuais do que é a vida e do que é viver, o médico não é melhor do que o dançarino e vice versa.

São apenas escolhas feitas por um organismo inteligente.

Reipeite a todos, independentemente da condição e de tudo o mais, eles são da tua espécie, são o que tu és, a tua companhia neste universo cheio de outras espécies.

****

Valorize-se

Na minha adolescência, quando eu estava a aprender a tocar guitarra, numa das primeiras aulas, na aula sobre a afinação do instrumento, tem uma coisa que o meu professor disse que eu achei muito interessante: ele disse que para afinar a guitarra nós partimos de uma outra guitarra ou qualquer outro instrumento já afinado, para que afinemos a nossa guitarra na afinação internacional de forma que uma vez afinada possamos ir a rua tocar em harmonia com qualquer pessoa que tenha um outro instrumento também afinado na afinação internacional.

Mas aqui ele abriu um senão e disse que haviam músicos, ou pessoas, com ouvido absoluto, eles eram capazes de sem partir de nenhum outro instrumento afinarem uma guitarra (ou piano, etc) do nada, apenas com o ouvido, na afinação internacional. E depois podiam pegar no instrumento e ir tocar com um qualquer outro músico ou numa orquestra e estarem em perfeita harmonia.

Achei aquilo ainda mais incrível quando o meu professor (um guitarrista magnifico e Professional) acrescentou que ele não tinha ouvido absoluto, que quem costuma ter ouvido absoluto são maestros ou músicos muito experientes e génios musicais.

Concluindo, essas pessoas são capazes de atribuir um valor absoluto e internacional a afinação de um instrumento sem recorrerem a nada mais além deles mesmos. Quão incrível é isso!

Agora vejamos, a mesma coisa acontece na sociedade, a maioria das pessoas passa a sua vida a comparar o seu valor ao das outras pessoas. Se ainda não conseguiram o lugar de chefe ou um melhor salário, desvalorizam-se em relação às pessoas que consideram serem da mesma categoria em relação a elas que já conseguiram tudo isso.

Não cometa esse erro. Atribua-se um valor absoluto tirado de dentro de si, avalie as suas qualidades e defeitos por aquilo que eles valem não em comparação com os dos outros. Mal sabemos que crimes os outros cometeram para chegarem onde chegaram, ou o que eles tiveram que sacrificar.

Tenha um senso absoluto da sua vida, da sua história e atribua-se um valor baseado nisso.

****

Todo o Homem Deve Exercitar-se

Em teoria todo o homem pode ter o corpo do Silvestre Stallone, basta seguir um plano de exercícios eficaz e ter uma alimentação correta. É exatamente isso, tudo depende de si, tudo está nas suas mãos.

O corpo humano é uma das mais belas criações da natureza, as suas proporções são belas, é agradável a vista e é funcional. Simplesmente uma obra-prima da natureza que consegue realizar todas as tarefas para as quais ele evoluiu.

Mas uma das coisas mais belas no corpo humano, na sua versão masculina, são os músculos. Quando bem desenvolvidos eles dão carácter, vigor e tornam um homem ainda mais atraente.

Exercitar-se e ter um corpo bem desenvolvido é saudável porque torna difícil a penetração de doenças e porque torna o corpo mais forte e mais preparado para os desafios físicos do dia-a-dia.

Ao exercitar-se é importante ter em conta que o exercício físico deve ser feito paralelamente a uma boa alimentação, cheia de proteínas. É importante comer de três em três horas, beber pelo menos um litro de água por dia.

Não permita que o seu corpo não alcance o potencial que ele poderia alcançar. Entre num ginásio ou comece já a seguir um plano de exercícios.

Todo o homem deve estar em condições de defender-se dos ataques da natureza e dos ataques dos outros seres vivos ou mesmo dos outros seres humanos. Um corpo forte permite que possamos estar em melhores condições de defender a nossa família e as pessoas que nos são queridas.

Um corpo bem desenvolvido contribui para a autoestima, saúde e para a defesa pessoal.

****

Somos Emocionalmente Frágeis

Por dentro somos feitos de fino cristal, e se não tivermos o cuidado de nos fortalecermos corremos o risco de ficar desfeitos em vários cacos de dor e mágoa no chão.

É importante termos confiança em nós mesmos, acreditar em algumas verdades absolutas sobre nós que não mudem ou que dificilmente mudem independentemente das circunstâncias: acreditar por exemplo que somos bonitos, que somos ainda mais bonitos por dentro, que somos capazes de alcançar os objetivos que nos propusemos, que demos, damos e daremos sempre o melhor de nós mesmos. É importante ter sempre boas intenções e acreditar nessas boas intenções, desse modo dificilmente as pessoas poderão nos magoar, desse modo facilmente poderemos nos erguer depois de termos falhado, desse modo estaremos mais dispostos a perdoar os nossos erros e a melhorar.

Faça exercícios para fortalecer o seu interior:

1. Ajude os outros, sempre que puder, quando ajuda os outros sente que faz uma diferença, que a sua existência é útil e que está a contribuir para um mundo melhor.

2. Faça coisas que lhe deixam feliz, cuide de si mesmo, namore-se. A felicidade aumenta a sua vontade de viver e fortalece lhe contra os dissabores da vida.

3. Goste de si mesmo. Aprenda a conviver com os seus defeitos. Ache-se a pessoa mais interessante da sua vida, seja a personagem principal de toda a sua vida, mesmo quando cuida dos outros, faça-o primeiro por si, depois por eles.

4. Ganhe mais dinheiro. Muita tristeza desaparece durante as compras.

5. Faça apenas coisas licitas e moralmente correctas, coisas ilícitas e imorais tornam-lhe vulnerável a tristeza e depressão que não passam de grandes monstros que o destroem por dentro. E também não corre riscos, tudo que é ilegal acarreta consigo vários riscos.

Exercite-se sempre.

****

Não Inflija Dor aos Outros, Tenha Autocontrolo

Não responda a provocações mesquinhas ou a insultos sem consequência. Não responda agressivamente à opiniões, mesmo quando não concorda com elas. Quem responde à esse tipo de coisas é quem tem uma baixa autoestima.

Não entre em disputas por coisas sem importância, nesses casos apenas explique-se e se houver insistência responda apenas com o silêncio, tenha domínio sobre o seu carácter. Não vale a pena entrar em uma discussão sem sentido. Uma discussão requer esforço e por vezes leva-nos a mogoar outras

pessoas, não vale a pena magoar os outros, porque todos nós sabemos como dói ser magoado.

Deixe as pessoas expressarem as opiniões que têm, não procure calar o mundo e nem tente fazer que toda a gente tenha o juízo e o respeito que lhe foram ensinados. A falta de respeito anda solta por aí e sempre vai lhe atingir, mostre apenas a sua calma e superioridade, não julgue, pois essa é a coisa mais inútil que pode fazer. Cada um é como é.

Palavras insultuosas, injuriosas, ou que não correspondem a verdade podem ferir? Sim podem. Mas quem se deixa ferir facilmente é fraco, depende da aprovação e de bons tratos do mundo para ser feliz, para existir em paz.

Valorize-se.

****

Não Te Preocupes Tudo Vai Dar Certo

Às vezes é irritante quando acontece algo extremamente mau conosco e aparece alguém a dizer: **não te preocupes, vai ficar tudo bem**, enquanto talvez perdemos alguém que nos é muito querido, ficamos endividados com uma divida que está acima das nossas capacidades ou estamos sem fé e sem esperança no futuro.

— **Não te preocupes (meu amigo), tudo vai dar certo.**

Lá vem de novo essa frase que todos sabem repetir e lá estamos nós gritando no nosso interior, (por vezes até exteriorizamos):

— Como! Como Podes Dizer que vai ficar tudo bem se acabei de perder tudo! Se o meu mundo desabou! Se a minha única solução parece ser o suicídio, Como! Que sabes tu do futuro, do sofrimento, se estás aí numa boa tão longe da minha desgraça!?

E não é que tudo fica bem mesmo! não é que tudo “dá certo”! Não é que esse problema é ultrapassado ou torna-se suportável após algum tempo!

As capacidades humanas são incríveis e nós não as usamos na sua totalidade. Se aquela divida não estava ao alcance das nossas possibilidades, nós vamos nos

esforçar, vamos trabalhar em quantos turnos forem necessários e porque as coisas mudam algo bom vai surgir no meio desse esforço todo (talvez sejamos promovidos) e apartir daí já conseguiremos pagar a dívida ou pelo menos acalmar os credores. Afinal não era impossível.

Se perdemos o teto e a família, nós vamos encontrar alojamento em casa de um amigo ou por baixo do banco de um jardim e vamos aos poucos recuperar a nossa vida, ganhar um novo teto e com o tempo uma nova família.

Se nasce uma criança órfã de pai e mãe e sem nenhuma família, sem ninguém, a vida não acabou para ela, muita coisa pode acontecer, ela pode vir a ser um famoso médico, arquiteto, artista, empresário ou pode viver longos anos de luta e sobrevivência mas também de alegria e felicidade, de muitas amizades e de várias aventuras até ela morrer de velhice.

E mesmo que falhemos, que sejamos atirados numa prisão, que tenhamos que viver sem teto, ou que tenhamos de viver como mendigos, a vida ainda está ali, apesar da constante luta pela sobrevivência ainda são possíveis sentimentos e emoções como alegria, felicidade, gratidão, amor, companheirismo, bravura, honra que tornam a vida humana um espectáculo maravilhoso.

Estar e permanecer vivo deve ser a nossa única preocupação, quanto ao resto não se preocupem, tudo vai dar certo.

****

Férias no Paraíso

Todos nós precisamos de férias no paraíso. Mas um paraíso que se adapte as necessidades e gostos de cada um, um paraíso fictício que seja o que mais valorizamos, o que mais gostamos, o tempo que nos damos a nós mesmos, a comida que adoramos, o passeio que nos faz renascer, a conversa que nos anima, o filme que nos toca, a música que nos aconchega, as férias pelas quais temos economizado a meses, todos nós precisamos desse momento paraíso.

Devemos tanto a vida e parecemos mais uns condenados nesta tarefa de viver, de ser e de existir. O dia-a-dia traz a sua corrida, o seu batalhar e o seu bálsamo de esperança, de felicidade quando houver e de tristeza se a deixarmos entrar.

Lutamos tanto por tudo que é uma sorte que não lutemos pelo ar que respiramos, pelo sono que nos apazigua, pelas belezas desse mundo por aí fora, mas se há algo por que vale a pena lutar são pelas férias no paraíso, esse local talhado a nossa medida e a nossa imagem, onde tudo que nos rodeia, rodeia também o nosso coração, onde a música é uma longa-perfeita-interminável melodia onde a poesia substitui o vento sussurrando ao nosso ouvido, onde felicidade é a menor das alegrias.

São raras as férias no paraíso...

Toda a gente sabe que elas estão aí a esquina, toda a gente sabe onde fica o seu paraíso, aquilo que realmente gosta, aquilo que admira, aquilo que quer ter ao seu lado, aquilo que quer sentir, são raras, mas estão aí, a venda ao preço do tempo, a um minuto da boa disposição e da alegria, a alguns segundos da vontade de ser feliz.

Vá já de férias ao paraíso aproveite e pagará metade do preço se disser que eu lhe recomendei.

Promoção sujeita a um stock finito de tempo e a quantidade de boa disposição trazida. O Seu Paraíso reserva-se o direito de acabar esta promoção sem prévio aviso e de rejeitar todos os candidatos que não pareçam suficientemente motivados a perseguirem a sua própria felicidade.

****

Temos Duas Mães, uma Delas É a Nossa Pátria

Para alguns, a pátria, o país que os viu nascer, é apenas uma casota abandonada no meio do nada, para outros é a possibilidade de ir a um bar, contar algumas anedotas e beber para aliviar a carga que traz o dia-a-dia de trabalho.

Para alguns a pátria é poder escutar num aparelho de rádio qualquer as músicas que os artistas tem para oferecer e que tocam nos nossos corações ou que celebram a nossa forma de vida trazendo-nos alegria.

Para outros a pátria é até mais complexa, um conjunto de valores, sentimentos, símbolos e um território que pertence a um grupo de pessoas ou a uma sociedade que tem com ela uma história e um futuro.

Para outros a pátria é muito mais sem significado, sem sentido até, mas ainda assim existe. Lá no fundo, bem no fundo, como um conceito que se adivinha, como uma mãe que vive distante, mas que nem por isso deixa de ser uma mãe, alguém que nos colocou neste mundo.

Mas independentemente do conceito que cada um de nós tem de pátria, de país, de cidadania, de nação, quando chega a hora de a defendermos, há uma coisa que todos percebem, que ela confunde-se com a nossa vida e é a base primeira da nossa existência.

****

AUTO-REALIZAÇÃO E SUCESSO

Projecte um Melhor Você Mesmo e Alcance os seus Sonhos

****

Não Desperdice o seu Tempo de Vida

O tempo é a principal matéria prima para a vida, não a vida com a qual nascemos, mas aquela que construímos. Aquela que projetamos e desenhamos com os nossos planos, ideias e projetos. Se a natureza e o mundo são o meio onde o nosso corpo vive, então o tempo é o meio onde a nossa mente existe. Pois a nossa mente respira o tempo e faz tudo dentro dele.

Gerenciar o tempo é uma arte de que poucos conhecem o segredo. Não se gerencia o tempo apenas ao nível da hora, do dia, dos pequenos planos, dos grandes projetos, mas também ao nível da vida que vivemos até ao momento da morte.

O tempo é ao mesmo tempo diverso e único. Ele não volta e volta sempre. A nossa infância já se foi, não volta mais. O primeiro dia de escola, por mais

emocionante que tenha sido, pertence agora ao passado, o nosso ex-namoro, o nosso falecido conhecido, não voltam mais. O tempo deve ser aproveitado, cada segundo vivido sem arrependimento. Devemos fazer sempre o que achamos certo e o que vai de acordo com a nossa personalidade. O tempo de expressar um certo sentimento acaba, se temos algo a dizer devemos dizer antes que a oportunidade passe, há coisas que só poderemos fazer uma vez ou a uma certa hora de um certo dia, num certo momento. E há coisas que podemos fazer sempre. Devemos sempre dar prioridade as coisas escassas, porque não teremos muitas dessas.

As coisas acabam, as pessoas morrem, o mundo não estará aqui para sempre, até uma estátua pode deixar de existir, até um museu pode não estar disponível daqui a algum tempo. Corra para ir ver as coisas excepcionais, o músico maravilhoso sobre o qual toda a gente fala, o incrível contador de piadas, o maravilhoso improvisador de jazz, a maravilha que ele vai fazer hoje, nem ele mesmo poderá fazer amanhã.

O tempo é tudo. Um dia ele vai acabar. A velhice chega, doenças terminais acontecem, o seu médico pode dizer-lhe que só tem 2 meses para viver, ou quem sabe pode estar dentro de um automóvel à segundos de embater-se com um outro e advir daí a sua morte. O tempo não será seu para sempre, o seu corpo esse sim vai ficar aqui na terra a apodrecer, mas a sua mente só tem algumas décadas para viver.

Alimente a sua mente, encha-se de conhecimentos, trate bem as pessoas, seja culturamente activo, valorize a sua comunidade, esteja grato pelo tempo que lhe é dado e retribua fazendo bom uso dele. Prove que merece estar vivo. Não se arrependa, não rogue à Deus por mais dias de vida, o tempo que tem é esse e precisa ser bem usado. Não desperdice o seu tempo. Faça história com ele. Aproveite cada segundo que lhe é dado, e nos dias maus, lute e acredite em dias melhores.

****

Confie no Tempo

“Eu chamo-me Tempo.

Confia em mim, organiza-me, divide-me em pequenos intervalos e dá a cada intervalo de mim uma função específica. Usa-me todo como se pudesses, como eu, ver o futuro, ou melhor, mostra-me o futuro para onde queres que eu te conduza.

Eu sei onde tu estarás daqui a 5, 10 ou 20 anos. Não é assim tão difícil, tu também podes saber, tu podes saber e podes te colocar exatamente onde queres estar daqui a 5, 10 ou 20 anos, tudo depende do teu planejamento e da tua acção.

Se tu tens um projecto e o defines bem no tempo, juntamente com as tuas acções e as tuas posses, então o teu projecto é uma certeza absoluta.

Aquele amor que não te sai da cabeça, aquela pessoa por quem queres deixar de viver, não estão presentes no teu futuro, daqui a um ano tu nem sequer pensas nesse amor. É como se ele nunca tivesse existido.

Aquela ferida que parece incurável, aquela montanha que parece intransponível, ou foram ultrapassadas ou já nem têm valor para ti no teu futuro.

Trabalhar comigo não é assim tão difícil. Basta saberes esperar e basta saberes agir no momento certo e nem antes e nem depois. Deves viver ao meu ritmo, dançando a música que eu faço tocar. Não vivas ao teu ritmo, as coisas não acontecem quando tu achas que devem acontecer, tu não deves responder às acções dos outros quando te der na tona, tu não respondes as acções do mundo desorganizadamente no tempo. Deves ter paciência, ouvir e consultar o meu silêncio e lentidão e só deves agir depois de teres no meu silêncio ouvido as tuas ideias mais profundas e estares de acordo comigo, estando de acordo contigo mesmo.

Tu e eu podemos fazer grandes coisas, só depende de ti, eu estou sempre disponível.”

****

Faça Melhor

Faça melhor. Não importa o que esteja a fazer ou no que esteja a trabalhar neste momento, se houver espaço para isso, faça melhor ou esforce-se mais. Viver é

fazer algo com a vida, é construir, é preparar o caminho para o amanhã e se quer garantir o amanhã, faça melhor.

Não cometa o erro de um dia, quando já não for possível voltar atrás, dizer para si mesmo: Eu poderia ter feito melhor.

Hoje é o dia de fazer melhor. Olhe para o seu passado: tem feito pouco? Não tem se esforçado tanto quanto os outros ou tanto quanto queria? Tem a sensação de que tem estado demasiado relaxado? Acha que com um pouco mais de esforço teria ganho algumas oportunidades que encontrou na sua vida?

Não importa. O que fez no passado está no passado. Neste exacto momento pense em uma só coisa: em fazer melhor. Apartir de agora não fará outra coisa. Comece a dar 100 por cento de si. Não existe nenhuma beleza ou ganho no arrependimento pelas coisas que não fizemos ou que não fizemos tão bem quanto poderíamos ter feito.

Não tem tido tempo para educar os seus filhos e netos e nunca teve no passado... Faça melhor, arranje tempo apartir deste instante. Porque se um dia for levar comida ao seu filho preso num estabelecimento correcional saiba que a única coisa que lhe passará pela cabeça, é que poderia ter feito melhor.

Seja uma pessoa melhor, mais completa. Atinja bons resultados em tudo, tenha uma vida social melhor, tenha uma carreira estudantil com melhores resultados, tenha uma carreira profissional com melhores colocações, dê o seu máximo, faça, mas faça sempre melhor.

Fazer é sinónimo de construir. Quem faz melhor hoje constrói um amanhã seguro, estável, feliz e durável.

E sempre que estiver no meio de algo e começar a criticar-se por não estar a fazer as coisas perfeitamente, ou quando achar que o seu desempenho em algo está a ser medíocre, não olhe para o que já está malfeito, apenas faça melhor.

****

Adquira as Virtudes que Tornam o Homem um Sábio

1. Integridade: é a arte de pautar pela verdade e por uma postura moralmente correcta em tudo ou pelo menos na maioria das coisas que fazemos. Integridade não é nunca mentir, mas detestar-se quando mente, e portanto só usar a mentira em casos que usar a verdade seria um acto de ignorância. Uma postura moralmente correcta vem do amor e respeito ao próximo bem como do amor e respeito à si mesmo e da solidariedade para com todos.

2. Contenção: é a arte de autocontrole e do discernimento. Caracteriza-se pela análise das situações, não importa quão criticas elas sejam. Mais vale uma resposta ponderada calmamente durante muito tempo enquanto reina a tensão, do que uma disparada na emoção do momento com o simples intuito de acabar com a tensão.

3. Julgamento: é a arte da avaliação das situações para chegar a um veredicto que se aproxime da verdade. Às vezes uma pessoa pode ter feito algo muito pernicioso e prejudicial, mas para realmente a considerarmos culpada é necessário perceber as motivações que ditaram as acções dessa pessoa. Às vezes o mal que fazemos à uma pessoa vem como resultado não intencional de termos querido fazer bem à uma outra pessoa ou de termos agido na melhor das boas intenções.

4. Filantropia: é a arte de amar a humanidade, querer o bem de todos e ser activo no acto de tornar isso uma realidade. Deixe um legado, faça algo que sobreviva a sua morte, faça algo pela sua comunidade, pela sua cidade, pelo seu país.

5. Disciplina: é a arte da auto-organização e da auto governação. Ser capaz de organizar a nossa vida a volta de metas que queremos alcançar e de fracassos que queremos evitar, e seguir esse plano à risca, tentando nunca desviar-se

dele. A disciplina é essencial para um homem ou uma mulher que queira ser reconhecido/a como tal na sociedade; ela permite também que cheguemos mais longe do que alguém não disciplinado, ela permite que maximizemos os nossos esforços, a nossa concentração e os nossos resultados.

6. Paciência: é a arte do planeamento, de construir algo mais sólido, resistente e perfeito. Às vezes esperar é tudo o que podemos e devemos fazer. Tudo precisa de um tempo para amadurecer, para formar-se e para transformar-se. Quem não sabe esperar, não sabe criar.

7. Sabedoria: vem como um bónus e é a soma de tudo acima: integridade, contenção, julgamento, filantropia, disciplina e paciência.

****

Lute pelos seus Sonhos

Tudo o que é preciso é apenas acreditar. Os sonhos, de todos os tipos, alimentam-se da crença que depositamos neles. Se quer matar um sonho pare de acreditar nele, se quer alcança-lo não pare de pensar nele. Se quer que o seu sonho viva, esteja pronto para arriscar a sua vida por ele, faça do seu sonho algo maior do que si próprio. Não o veja como um sonho, mas como uma parte de si, de forma que se alguém pedir que abandone o seu sonho estará a pedir que se mate.

Terá de ser escravo do seu sonho antes de ele ser o seu escravo. Terá de fazer tudo por ele antes que ele faça tudo o que mais deseja por si. Terá de ir atrás dele até que ele se realize. Muitas vezes estará sozinho, numa ilha abandonada com a sombra do seu sonho; não se engane, ninguém tem uma fé no seu sonho que iguale a sua, o abandono é a companhia de todos os sonhadores. Faça da solidão a sua aliada e percorra quantas vezes forem necessárias os caminhos que levam a realização do seu sonho.

Deixe agora mesmo o orgulho pelo caminho porque será obrigado a deixa-lo para trás mais tarde ou mais cedo. O caminho para o sucesso está cheio de espinhos e a humildade é o seu calçado. A cada dez passos para frente que der, cinco serão com a ajuda de alguém. A ajuda deve ser implorada, quando muito pedida, mas nunca exigida. Prepare-se para ser vítima de humilhações, mas lembre-se, este é o momento de ser escravo do seu sonho, este é o momento de sacrificar-se e ir atrás suportando todas as adversidades.

Depois de ter reunido essa fé, coragem, humildade, força e espirito de sacrifício, apenas consiga ficar de pé, apenas consiga abrir os olhos porque o seu sonho tornar-se-á realidade a qualquer momento.

****

Lute Contra a Preguiça de Vencer

A preguiça de vencer existe. Às vezes já temos a vitória em frente de nós e tudo o que nos resta fazer é caminhar até ela, mas ficamos preguiçosos.

A vitória é o único local de repouso que existe, toda a restante jornada é reservada a luta e ao esforço. Se ainda não venceu, se ainda não atingiu os seus objectivos, então não descanse, continue a lutar, faça melhor.

Viver preguiçosamente, sem garra para ir atrás dos próprios objectivos, é viver como um parasita. O caminho para a vitória não é uma linha reta, é qualquer linha que nos leve até ela, por mais torta, por mais absurda, por mais ineficaz que seja, o caminho para a vitória é validado por essa vitória alcançada.

É preciso não ter preguiça, é preciso ser activo para vencer, porque só pessoas activas, que batalham, é que conseguem chegar onde querem chegar.

Essas pessoas abrem caminhos, transpõem montanhas, encurtam distâncias e conquistam simpatias à força da insistência e da contínua actividade. Claro que existem mil e uma pessoas a quererem travar esses indivíduos activos, mas ao fim e ao cabo não conseguem, porque mesmo que consigam atrasa-las, mesmo que lhes rebaixem de posição, mesmo que os difamem, mesmo que os humilhem; vêem-se sempre derrotados porque essas pessoas arranjam outros

caminhos, tem uma força interior inabalável, confiam na verdade e na justiça e sempre encontram aliados que lhes ajudam a restabelecê-las.

Essas pessoas não tem preguiça.

****

O Esforço de Aprender Compensa para toda Vida

Aprender é como ser um sem teto e construir uma casa:

O sem teto precisa sacrificar-se e esforçar-se muito para reunir os materiais de construção, pedir a alguns pedreiros para o ajudarem, e ele ainda vai dormir ao relento enquanto constrói porque primeiro tem de erguer as paredes e só no fim é que vai poder cobrir a casa com o teto. Aí ele deixará de ser um sem teto e vai viver na casa dele por vários e vários anos e quem sabe até ao fim da vida.

Aprender não é diferente. É um esforço que compensa para a vida toda. Mas a beleza de aprender é que os recursos a nossa disposição são abundantes. Podemos aprender várias disciplinas, podemos aprender várias artes, várias actividades, podemos aprender a tocar vários instrumentos, podemos aprender várias línguas, vários ofícios, vários passatempos, várias técnicas. E como a casa que se ergueu uma vez e durou para sempre, aquilo que se aprendeu uma vez fica connosco por longos e longos anos até ao fim da nossa vida.

Aprender é construir varias casas e poder morar em cada uma delas.

****

Não Ache que Só porque Pode Fazer Pouco Tem o Direito de Não Fazer Nada

"Ninguém comete erro maior do que não fazer nada porque só pode fazer um pouco."

(Edmund Burke)

Saiba que o pouco que fizer pode ser o começo de algo grande, mesmo quando tudo parece perdido e quando parece que nada do que fizer vai adiantar, não cruze simplesmente os braços, lute, trabalhe, esforce-se, estude, insista, faça o gesto que for capaz de fazer, se não tem condições de realizar uma grande festa para o seu filho, amigo ou familiar, realize uma pequena, se não pode oferecer um presente de luxo a sua parceira ou ao seu parceiro, ofereça algo que construiu com carinho, não deixe de ser romântico porque não é rico, não deixe de ser bondoso porque não tem condições, não deixe de ser útil porque uma outra pessoa é mais útil em relação a si. Não deixe de estudar porque é velho, doutore-se mesmo que tenha 50 anos, case mesmo que a festa seja no bar da zona, construa mesmo que a sua casa seja de caniço.

Porque quando a oportunidade de fazer algo passar, ela terá passado completamente e lá estarás tu sozinho, parvo, sem nada e sem saber o que deu errado na tua vida.

****

Somos Fracos

Somos fracos:

Cometemos muitos erros, deixamo-nos enganar, gostamos de pessoas que só nos fazem sofrer, acreditamos em pessoas que só nos sabem desapontar, temos confiança num futuro incerto, estamos presos dentro de um corpo frágil.

Somos imperfeitos a vários níveis, sob as condições certas, qualquer um de nós pode ser enganado e traído, sob as condições erradas, qualquer um de nós vacila e perde a fé na vida, somos imperfeitos, a mente é falível, a certeza é uma ilusão, a verdade é um ponto de vista, a ciência é uma gota num oceano, somos fracos.

Em muitos momentos da nossa vida, somos guiados por instintos básicos, a maioria das nossas emoções e sentimentos são fruto desses nossos instintos, em muitos momentos da nossa vida a razão é a última a decidir, essa razão que talvez não passe de uma grande ilusão colectiva.

Mas é importante ter conhecimento disso, porque quando estiver a ir atrás do seu próprio sofrimento, quando estiver para fazer algo que sabe que vai-lhe trazer

remorsos e arrependimento, talvez se lembre de que é fraco e de que tudo isso pode ser apenas a sua fraqueza a dominá-lo, e talvez quem sabe reúna forças para lutar, e ser forte.

****

Somos Todos Cegos

Somos todos cegos, a cegueira faz parte da condição humana. As vezes os olhos tanto do corpo como da alma não conseguem ver.

Tanta coisa na vida tem a capacidade de cegar as pessoas. O homem que perdeu o seu amor e ficou cego para todas as outras coisas boas que existem no mundo e que existiam na vida dele, e viveu cego até morrer na escuridão. A apaixonada que se deixou cegar por amor, não deu importância a nada mais na sua vida, não garantiu o seu futuro, não foi atrás dos seus sonhos, sacrificou tudo por amor e não viu mais nada quando quem ela amava lhe abandonou, não viu mais nada porque nada mais havia para ver. Os jovens que se deixaram levar por momentos de ecstasy e cegos para suas responsabilidades e para a sua família, não viram nada a realizar-se na vida deles. As pessoas que são cegas para a arte - ela é a coisa mais bonita do mundo criada pelas pessoas mais excepcionais que habitam e habitaram o nosso planeta. As pessoas que são cegas por medo, tem medo de ver pelos seus próprios olhos e contentam-se em olhar pelos olhos dos outros, aquilo que os outros pensam dita cada aspecto da vida deles.

As pessoas que vêem dinheiro em todo lado a todo o momento. São cegas para tudo o resto, elas tem a certeza de que dinheiro é felicidade, querem gastar para serem felizes e coitadas são cegas para coisas simples e gratuitas como estar vivo e ser feliz por isso.

As pessoas que julgam pela aparência e são cegas para a beleza do espírito e das extraordinárias capacidades humanas. Se olhares com olhos de ver e não de julgar para uma pessoa qualquer, vais conseguir ver o seu espírito.

As pessoas que são cegas para a natureza humana. Não se deve exigir a perfeição de ninguém, as circunstâncias podem corromper a melhor das pessoas, todos cometem erros, somos imperfeitos o que realmente importa é o espírito da pessoa. Se a pessoa está realmente arrependida, então deve ser perdoada.

É preciso ter a clareza de ver tudo, é preciso ter os olhos bem abertos para ver de todos os ângulos.

Infelizmente somos todos cegos.

****

Com ou sem Ajuda, Escale o Monte do Sucesso

O sucesso é como o cume de um monte que toda a gente deve escalar.

Mas alguns tem pessoas experientes que já escalaram o monte para os aconselharem e auxiliarem ao longo do caminho e outros não tem a partida absolutamente nada além das suas mãos e pernas.

Mas contrariamente ao que muitos pensam isso não torna o mundo injusto. No passado distante, nos primórdios da humanidade (tempo dos australopitecos) houve um tempo em que todos os homens estavam ao mesmo nível. Se hoje há uma diversidade de níveis sociais é porque um dia um dos antepassados desse indíviduo hoje “previlegiado” fez algo extraordinário, foi mais esperto do que os outros e atingiu um nível acima dos outros.

Portanto se hoje não tem ninguém pra ajuda-lo a chegar ao topo do monte do sucesso, não considere que o mundo está a ser injusto consigo. Chegue ao topo e tenha o orgulho de ser o primeiro da sua linhagem que vai estar ao lado dos seus descendentes a guia-los para o sucesso.

****

Construa o seu Próprio Destino, Seja Mestre de si Mesmo

Há várias, diversificadas e infinitas possibilidades para a vida. Mas a maioria das pessoas pensa (ou decide) que a vida deles é como é porque tem de ser assim e tinha de ser assim, não pode e nem poderia ser de outra forma. É a nossa sorte, ou o nosso destino, foi o que nos calhou, temos de nos conformar com o que Deus nos deu. Incrivelmente, é assim, embora não de forma totalmente consciente, que a maioria das pessoas pensa.

Mas não devemos cair nunca nesse erro.

Aparte o local onde nascemos, a família que temos e a nossa aparência física, podemos conquistar todo o resto. E com grande força de vontade, muito carácter, e dinheiro, podemos até contornar esses aspectos acima: nacionalidade, aparência física e família.

Cabe à nós construir o nosso destino. Quer uma coisa, vá lá e pegue, se não conseguir encontre uma forma legal e moral de conseguir. Se não houver absolutamente forma de conseguir, vire-se para outra coisa que quer, vá lá e pegue e assim sucessivamente. É claro que não vai conseguir tudo porque o mundo é um mercado competitivo e a lei do mais forte, mais inteligente, mais favorecido, mais esforçado, é que prevalece. Lembre-se disso, está em uma acerada competição, e as coisas na vida devem ser ganhas a base do seu esforço e das suas acções. Nada cai de mãos beijadas. Quer ser rico, pense, analise, veja o que pode fazer para estar em vantagem em relação aos outros que também querem ser ricos e vá atrás da sua riqueza. Não fique pelo sonho, porque sonhar só por sonhar equivale a nada.

Tudo que existe neste mundo está aí a sua frente. Se não for contra nenhuma lei legal ou moral, então pode simplesmente pegar. Não há nada neste mundo que não é para si. Não se ache inferior, porque na verdade não é inferior a ninguém, somos todos seres humanos aqui.

Construa o seu destino, fabrique o homem que quer ser, molde-se para os seus ideais, seja mais do que você mesmo, seja um projecto do que é. Sonhe com o homem perfeito que quer ser, admire esse homem e construa esse homem, não deixe que ninguém o inferiorize.

****

Coisas Más Acontecem

Há só uma coisa que precisamos saber nesta vida: Merdas Acontecem.

Ninguém jamais conseguiu fugir dessa verdade. Não é apenas uma teoria, não é nenhum tema aberto a discussões ou a opiniões, não é nenhuma conclusão

inteligente a que um grande sábio chegou num dia de muita meditação, é uma fatalidade, é mais uma lei natural que qualquer outra coisa: Merdas acontecem.

Faz os teus planos, luta e constrói a tua vida, mantém viva a chama do amor no teu relacionamento, trabalha nos teus projectos, mas tem em mente que não és nenhuma exceção a lei da natureza, lembra-te que tu controlas apenas um por cento da tua existência porque existem um trilhão de maneiras em que algo pode dar errado.

Não podes garantir nem a tua própria vida, podes nem chegar até amanhã: merdas acontecem; grande parte do que queres depende dos outros, alguém pode ter um acidente: merdas acontecem; esqueceste-te de um detalhe muito importante e agora tens de recomeçar tudo de novo: merdas acontecem; cometeste um erro mas és a pessoa mais cautelosa do mundo porque merdas acontecem; estavas no lugar errado, na hora errada já que as merdas acontecem e te colocaram lá, podes até dever a tua vida ao facto de que merdas acontecem e quem sabe a humanidade toda não passa da verdade dessa lei universal.

Portanto o que nos resta é aceitar esse facto e usá-lo em nosso benefício. Existem erros, perdas, e faltas que são nossa culpa mas a grande maioria deles é porque não podemos prever o que o fulano e o sincrano tem na sua mente impenetrável ou o que vai acontecer e o que vai acontecer simultaneamente ao que vai acontecer. Devemos ser mais bondosos, generosos e compreensivos connosco mesmos, não devemos ser muito duros com os outros e nunca devemos repreender alguém por um erro que era maior do que ele, por um erro, uma falta que era apenas o universo a dizer, a nós, meros humanos, que merdas realmente acontecem.

****

Viva o Melhor da Vida de um Vampiro (menos a eternidade e o sangue)

Os vampiros simplesmente não morrem, na literatura e no folclore eles existem a vários séculos e hoje mais firmes do que nunca eles aparecem como protagonistas nos mais procurados best-sellers.

Mas uma coisa diferencia os vampiros actuais dos vampiros na sua forma indefinida e imprecisa do folclore dos antigos Mesopotânios, Hebreus, Gregos e Romanos: eles tornaram-se sofisticados, bem vestidos, elegantes e apesar de letais, tornaram-se muito charmosos.

Como ter um pouco desse charme?

Facto – Vampiros são eternos e estão vivos a muitos anos (séculos) e por isso sabem muita mas muita coisa. Diferentemente de nós, meros mortais, eles podem dedicar quatro anos da sua eterna vida a tornarem-se Chefs de cozinha, outros quatro a aprender arte, outros a estudar a história de uma antiga civilização qualquer, outros a aprenderem a tocar cada um dos instrumentos de uma orquestra sinfónica, enfim.

1. Portanto comece a dedicar tempo a aumentar os seus conhecimentos. Aprenda a tocar pelo menos um instrumento musical, aprenda pelo menos 2 línguas (que uma delas seja o Inglês se ainda não “speaka”), compre vários livros de autoajuda daqueles que lhe prometem tornar-se um chefe em 4 semanas, ou aprender a tocar guitarra em 6 meses (acredita em mim, esses livros ajudam).

Facto – Vampiros (os que existem a muito tempo) viveram no tempo em que as revoluções que mudaram a sociedade de hoje estavam a acontecer, viveram no tempo em que os Beatles eram jovens e estavam a começar a fazer sucesso, Viram Elvis Presley ao vivo, conhecem a história de cor e salteado.

2. Portanto comece a estudar o passado. Vá por décadas, depois por séculos e quem sabe por milênios. Estude os costumes de cada década, familiarize-se com a música que tocava então nas rádios, existem vários programas de rádio e televisão que passam sucessos musicais antigos, interesse-se muito por história e sobretudo leia muitos romances. Um Romance da década de 50 está totalmente envolto na década de 50, é como se literalmente viajássemos no tempo o mesmo é válido para um romance do século XIX ou XIV.

Facto – Vampiros apesar da sua natureza assassina, tem muitos vezes valores muito nobres e elegantes tais como honra, compromisso e são capazes de viver um grande amor, um amor eterno. Sem contar que também tem uma grande auto-estima derivada principalmente do poder que possuem.

3. Portanto cultive esses valores, depressa os vai adquirir se fizer os dois passos anteriores, porque a literatura, a cultura, a arte e a história estão cheias disso. E depois faça do conhecimento o seu poder. Saber é ser poderoso, a autoestima entrará a correr na sua vida se ainda não a possui.

Facto – Vampiros vestem-se bem.

4. Depois de seguir os passos acima, tornar-se-á uma pessoa culta, com noção do mundo, noção de si mesmo e adquirirá valores elevados, bem como auto-estima. Isso é tudo que é preciso para vestir-se bem e sentir-se o rei do mundo.

Facto – Vampiros tem muita facilidade de conquistar mulheres.

5. Que mulher não quererá namorar um homem charmoso, que tem noção das coisas, é um cavaleiro honrado e sabe muito sobre muita coisa. Parabéns, é quase um vampiro, só lhe faltam os dentes e não envelhecer.

Sugestão final, quando quiser ser realmente um vampiro completo, com a eternidade e o sangue, pare de tentar ser um vampiro.

****

Faça Exercícios Mentais e Fortifique o Seu Cérebro

O seu corpo torna-se mais disciplinado, mais equilibrado, mais bonito, mais forte e mais capaz por meio de exercícios físicos que fortalecem os músculos, o mesmo é válido para o cérebro.

O cérebro é como uma massa plástica totalmente moldável. O cérebro é uma das matérias primas mais maleáveis que existem. Com ele podemos fazer vários tipos de pessoas, com ele podemos adquirir várias qualidades, com ele podemos mudar o universo.

O estudo de situações aliado a prática pode transformar o cérebro de um homem no que ele quer que ele seja. Um homem tímido pode ensinar-se a ser atrevido, um homem santo, pode ensinar-se a ser maldoso, um homem sem força de vontade e batido pela vida, pode ensinar-se a ter o espirito de um homem bem-sucedido e que acredita no futuro.

Por incrível que pareça algumas características puramente físicas ou que tem resultados físicos num indivíduo podem ser controladas pelo cérebro, todos nós conhecemos o famoso caso de sonhar que estamos a urinar e efetivamente molharmos a cama.

Com o controle da nossa mente e das nossas emoções o nosso cérebro pode fazer coisas extraordinárias: é possível controlar mais efetivamente o nosso corpo para atividades físicas extremas perdendo ou reduzindo o medo, é possível adiar a ejaculação perdendo a ansiedade, e é possível reduzirmos até a percepção que temos da dor.

Controlar o cérebro tem sido uma grande função dos livros de autoajuda e motivação, que por simples sugestão levam as pessoas a tomarem consciência de que podem ser mais bem sucedidas, mais motivadas ou mais felizes.

O homem que tem extraordinário controle sobre o seu cérebro vive como se fosse o Neo do filme Matrix, é capaz de fazer coisas extraordinárias com o seu corpo e com a sua mente que as outras pessoas apenas ficam a admirar e a desejarem serem capazes de também fazer.

****

Existem Alternativas a Vida que Leva

Não queremos pensar nisso, não devíamos pensar nisso e só pensamos nisso quando algo dá muito, mas muito errado, mas existem alternativas à nossa vida.

É saudável o que fazemos: fazer uma escolha e viver com ela, repetidamente, e quando olhamos para trás poucas vezes somos críticos em relação às escolhas que fizemos, não porque nos achemos incapazes de cometer erros, mas porque sabemos que não podemos voltar no tempo e percebemos que não tem sentido ir atrás daquilo que passou.

Pense nisso, as vezes que disse sim em vez de dizer não, as vezes que disse não em vez de dizer sim, as vezes que decidiu ficar em vez de ir, as pessoas que poderia ter mantido perto de si mas não manteve, as escolhas que poderia ter feito mas não fez, tudo poderia ter sido diferente, não que isso seja necessariamente positivo.

Mas pense também no seguinte, se está vivo, se está desse outro lado, isso quer dizer que ainda tem a possibilidade de fazer escolhas ou de trocar as escolhas que fez (as que ainda podem ser trocadas) por escolhas melhores. Não tenha medo, se acha que escolheu mal a sua profissão, se se sente infeliz com o que faz, volte a escola, tire um novo curso, faça uma nova escolha, se escolheu mal a sua namorada/o, se o seu namoro só lhe traz dores de cabeça, desfaça essa escolha e fique disponível para um novo amor.

A verdade é que a sua vida, essa vida que hoje vive, é como uma casa, uma mansão se preferir, que construiu bloco a bloco, e onde cada bloco são as escolhas que fez e as escolhas que fizeram por si. Claro, a sua família, os seus amigos, ajudaram a construí-la, mas a grande maioria das decisões foram suas e no final serás sozinho o responsável pela obra e o dono da obra.

Um dia, talvez não hoje, talvez amanhã, vai querer dar uma volta pela sua mansão e ver a sua obra, a sua grande construção, vai passear pelo jardim dos amores que já teve, vai entrar nas salas das suas antigas profissões, vai ir para os salões cheios de troféus e medalhas das escolhas mais importantes e mais decisivas que fez. E acredite em mim, não vai querer encontrar uma casa vazia, imperfeita e cheia de defeitos, vai querer um palácio.

Portanto encare a sua vida por aquilo que ela é, uma casa que nunca acaba de construir, onde vai ter que viver e por onde vai querer andar a passear, porque de verdade a sua vida é todo que tem no universo. Use os blocos certos, e verá que ela será capaz de resistir a qualquer tempestade.

****

Satisfação é Viver Insatisfeito

A vida é um conjunto de momentos e situações infinitas a escala humana da percepção do tempo. Muitos de nós percebe erradamente a vida como um percurso para atingir um fim (construir uma família, ficar rico, ser famoso, conseguir resolver um grande mistério da ciência) mas a verdade é que viver é antes de mais nada estar vivo e estar vivo é antes de mais nada participar de cada segundo ou milésimo de segundo de uma existência consciente e sensorial.

Quem já construiu o seu sonho sabe disso. Tudo que ele pode fazer é apegar-se as memórias do tempo em que batalhava para chegar onde chegou ou encontrar um novo sonho e tentar alcança-lo. Uma característica essencial da vida e dos seres vivos é o movimento, faz pois sentido que nós nunca estejamos satisfeitos em estar simplesmente parados a desfrutar das nossas realizações. O que nós queremos não é conseguir, é sempre conseguir, o que queremos não é nos satisfazer, é sempre satisfazer-nos, o que queremos não é estar felizes, é sempre estar felizes e portanto fazemos os possíveis para evitar situações desconfortáveis.

A vida que escolheu não é muito diferente da vida de uma outra pessoa, não é inferior nem superior a vida de ninguém, comunga dessa mesma existência, desse mesmo movimento vital que caracteriza todos ao seu redor. A vida que escolheu vai-lhe privar da vida que não escolheu.

A objetivo da vida não é portanto simplesmente ir em direção a um sitio onde poderemos ficar parados e desfrutar do que já temos. O objetivo da vida é ser.

Portanto, seja. Valorize cada dia, cada hora, cada segundo. Eles são totalmente seus e de mais ninguém.

****

Tenha Sonhos e Lute por Eles

A única maneira de viver todos os dias o mais belo e perfeito amanhã com que sonha, é sonhá-lo. Quando o sonho acabar ou tornar-se difícil, arranje urgentemente novas formas de sonhar. As pessoas não são felizes porque tem tudo que sempre quiseram ter mas porque tem as coisas que tem, as coisas que esperam ter e no fundo do coração bem guardadinhas, tem os seu sonhos e estão sempre a espreitar lá e a ficarem maravilhadas com eles.

Sonhe se quer ser sempre feliz, se quer rir sozinho enquanto caminha na rua, se quer estar sempre a assobiar canções alegres. Sonhe se quer ter uma porção de paraíso. A alternativa é viver apenas por viver, com o arroz com feijão que o dia-a-dia nos dá sem nunca ter sequer a possibilidade de imaginar um bife com cebolas.

Os seus sonhos não são feitos de pó ou ilusão. Eles são uma parte muito importante de si e ajudam a definir a sua personalidade. A felicidade que dura é aquela que se baseia não no presente e nem no passado, mas no futuro definido pelos seus sonhos e aspirações.

E se um dia o seu sonho nunca se tornar realidade, pelo menos teve algo muito melhor do que isso porque mais perfeito: pelo menos gozou sonhando o sonho que sonhou.

****

Corra Atrás dos Seus Sonhos

Imagine o que é sucessivamente tentar e ter esperanças de que finalmente dessa vez vai conseguir e sucessivamente falhar. Sem nenhuma piedade por parte do destino, sem ninguém que lhe estenda a mão, com a sua família a perder a credibilidade em si em cada nova tentativa, com as pessoas a classificarem-no de falhado quando não está por perto.

Imagine o que é melhorar a cada tentativa, fazer algo que não fez da outra vez, adaptar e readaptar os seus projectos, ir atrás das pessoas e muitas vezes ter que se humilhar perante elas, e o mundo e a vida impiedosamente a assistirem-no, muitas vezes sem lhe darem nenhuma ajuda.

Imagine o que é estar perto do seu sucesso e ser a única pessoa que sabe disso, ter medo de dizer aos outros que desta vez vai conseguir porque já disse isso centenas de vezes, imagine o que é apesar da certeza, ter medo de falhar mais uma vez porque no fundo sabe que já tentou tudo, que se não dar certo desta vez poderá ser o seu fim.

Imagine o que é viver no risco, o que é viver a tentar...

Esse é o caminho que leva ao sucesso, e se estiver nele saiba que a vitória pode estar logo ao virar da esquina.

****

A vida É um Negócio Arriscado

A coisa mais difícil da vida é passar meses, anos e até décadas a fazer algo com o nosso tempo para colher os benefícios só no futuro.

Nós vivemos no negócio do risco como um banco que empresta dinheiro e que depois fica a espera que os devedores paguem.

Ao longo de toda nossa vida, são exigidos de nós sacrifícios sem fim. Amarrados a arvore dos acontecimentos, recebemos da vida chicotadas e massagens, na dor e alívio que a vida nos traz, vezes e mais vezes até a nossa última respiração.

Estamos no negócio da construção, erguemos a nossa vida numa fundação feita de esperança, com tijolos feitos de esforço, cimento feito de nossas realizações, janelas feitas de diversão e lazer, e enchemo-la de compartimentos que servem para guardar os troféus e as vergonhas dos diferentes períodos pelos quais passamos.

Por vezes escrevemos declarações de amor, ou escrevemos os nossos sonhos na área da praia, a maré alta vem e destrói tudo, sem piedade, sem amor nenhum. A vida é assim, conivente do mal, do fracasso e da dor, não nos diz se estamos num caminho errado, não nos informa da tempestade que vem a frente no mar da vida, nem do precipício sobre os nossos pés nos períodos mais escuros.

Praticamos o desporto do alpinismo e a escalada mais difícil que existe é a escalada da montanha do tempo, desde o princípio de um plano ou sonho até ao topo da sua concretização. Muita coisa acontece pelo caminho, e nós ali escalando apenas com a esperança, com a crença no sucesso.

Estamos no negócio da vida.

****

Perdoe-se à si Mesmo e Extraia do Seu Erro Uma Lição

Às vezes cometemos erros que nos envergonham perante o mundo e perante as pessoas que nos são queridas.

O primeiro passo para conseguir o perdão por esses erros é nos perdoarmos a nós mesmos e extrair desse erro uma lição. Depois devemos erguer a cabeça, pedir

perdão a todos à quem a nossa imprudência afectou e seguir em frente.

Ninguém vai vir dizer que nos perdoou, as feridas provavelmente ainda não estarão saradas. Mas quando eles perceberem que aquele erro realmente nos mudou e que voltamos mais fortes, eles estarão abertos a nos acolher de volta no seu mundo, como se nada tivesse acontecido.

O mundo segue em frente e nós devemos imitá-lo. Não é saudável nem para nós nem para o mundo ficar a obcecar num erro cometido. As feridas saram, deixam cicatrizes, mas saram.

Nunca fique a lamentar pelos erros que cometeu, peça perdão e mostre que mudou e que está disposto a seguir em frente, o mundo e todos vão seguir consigo.

****

Regras Absolutas de Boa Conduta numa Discussão ou Disputa

A primeira regra é ter autocontrole. Não se precipite em enervar-se, zangar ou atirar com tudo para cima de uma ou mais pessoas. Procure sempre entender as razões apresentadas, dê o benefício da dúvida. Se no fim de tudo a pessoa for culpada, dê uma penalização correspondente, mas sempre matendo a calma, de forma que a pessoa veja claramente que não aplicou o castigo porque não gosta dessa pessoa em especial ou porque não gosta das pessoas no geral ou porque é simplesmente uma pessoa má, deixe-o perceber claramente que o castigo aplicado é tão somente o resultado da acção perpetrada por essa pessoa.

A segunda regra é saber quando terminar ou abster-se de continuar uma discussão mesmo que a pessoa com quem discutimos continue nessa discussão. Esta forma de proceder é principalmente recomendada quando estamos a discutir com o nosso cônjuge, com um familiar directo ou com uma pessoa muito querida e muito importante para nós. A discussão pode começar do nada e nela temos todo o direito de defender o nosso ponto de vista, ou de defendermo-nos de acusações falsas, ou de simplesmente tentarmos justificar o nosso procedimento por mais errado que ele tenha sido. O que acontece é que após esgotarem-se todos os argumentos válidos e razoáveis numa discussão, as pessoas começam a recorrer ao ataque indiscriminado, dizem coisas que na

verdade não sentem e nem podem sentir porque tratam-se de pessoas que nos conhecem e que não pensariam tais coisas sem sentido de nós. Aqui trata-se de pessoas que já nos viram fazer coisas que ninguém mais faria por elas. Tente lembrar-se de todas as discussões que já teve e verá que a dada altura perguntou a pessoa com quem discutia: “afinal é isso que pensas de mim?”. O que acontece é que aquela pessoa esta simplesmente a tentar defender-se de algo que tenhamos dito ou feito e atirou a primeira coisa que lhe veio a cabeça, sem nem sequer ter pensado; disse aquilo com o único objetivo de defender-se da mágoa que lhe causamos. Quando vemos que uma discussão entrou nesse terreno e passou assim do limite do que é lógico e razoável, devemos simplesmente calarmo-nos e não dizer uma palavra sequer, e não darmos atenção nenhuma ao que estejamos a ouvir. Não devemos responder, devemos apelar para a nossa sabedoria. A discussão não acabou; ela vai continuar. Uma discussão é mais inteligente e controlada, depois da primeira reação. Se ainda há muita coisa para ser dita, essas coisas devem ser ditas, mas devem ser coisas que façam sentido e que tenham haver absolutamente com o tópico da discussão.

****

Nunca Inveje a Vida ou Sorte do Outro

Tudo que eu faço dá errado, é um fracasso, mas o individuo x que não é melhor do que eu, que é tão humano como eu sou, não teve assim tantas dificuldades e facilmente conseguiu o que queria, porquê?

Pare aí mesmo.

Cada pessoa, cada acção, cada oportunidade, cada tentativa é única. Ninguém pode recriar o sucesso ou o fracasso de ninguém. Existem muitas variáveis em jogo e ninguém tem a capacidade de controlar todas essas variáveis, seja génio, seja super-homem, seja o que for.

O nosso sucesso em alguma coisa é genuinamente nosso por causa de todas essas coisas. Foi um grande número de coisas que entrou em conluio para que ele se realizasse.

Não existe uma receita infalível para o sucesso. Alguns conseguem na primeira tentativa, outros na milésima.

Se nós estamos preparados para ser quem queremos ser, isso não quer dizer que o mundo esteja preparado para nós. É tudo uma questão de hora certa, no local certo, no período certo, no ambiente envolvente certo, com os argumentos certos e toda uma grande quantidade de coisas que também devem estar certas.

****

Não Despreze o Poder da Palavra

A palavra vinda de um outro homem é poderosa justamente porque foi ele que a pronunciou, porque vem da boca de um nosso semelhante. É poderosa quando temos dificuldades em acreditar nela, quando ela vem contradizer as nossas próprias experiências, quando somos levados a comprovar a veracidade do que elas afirmam ou quando simplesmente vem pôr em causa tudo aquilo que sabíamos. A palavra leva-nos a acção, leva-nos a sair da nossa zona de conforto e desse modo permite-nos dar aquele salto em direção a um novo homem.

É simplesmente difícil negarmos as palavras de um homem sem darmos-lhes o benefício da dúvida. É preciso ter muita coragem para abrir a boca e pronunciar uma palavra revolucionária, uma palavra que ninguém tinha ousado pronunciar antes. Uma palavra que vem dar conta de uma nova forma de fazer, ser ou estar. A verdade é que acatamos com curiosidade essa nova forma de fazer, ser ou estar que a palavra nos traz e queremos comprovar por nós mesmos. É como se vivêssemos num mundo e realidade escuras onde só a palavra ilumina.

E sob a influência da palavra, mudamos a nossa personalidade muitas vezes num ritmo diário, sempre a procura daquela verdade máxima que reside na bela estrutura das palavras bem arquitectadas.

Quando alguém nos diz Vai, enquanto sempre tivemos medo de ir, enquanto sempre tivéssemos acreditado que não devíamos sequer pensar em ir...

Quando alguém nos diz Faz, enquanto nos abstemos de fazer, enquanto duvidávamos da possibilidade de poder fazer...

Quando alguém nos diz Liberta-te, enquanto vivíamos prisioneiros...

Olhamos para esse homem e nos perguntamos, mas de onde ele traz tal coragem, de onde ele traz tais ensinamentos, porque ele vem questionar a nossa verdade?

E se formos levados a acção pelas suas palavras, mais uma revolução terá sido feita, mas uma guerra terá sido vencida, mais um salto terá sido dado.

****

Um Mundo Melhor Depende de Si Mesmo, Faça o Bem

A forma correcta de fazer o bem, não é fazê-lo pelos outros, por Deus, ou em nome de uma organização, a forma correcta de fazer o bem é fazê-lo por si mesmo.

Conhece muito bem a dor de viver, a dor de ser, portanto procure sempre facilitar a vida dos outros, porque essa mesma dor que sente ou sentiu é a que os outros sentem, da mesma forma ou mais intensamente.

Eliminar a dor que há no mundo deve ser preocupação de todos que já experimentaram essa dor, de todos que vivem.

Faça o bem sempre que puder e nunca se sinta mal por ter descoberto que foi enganado ou ludibriado, porque não fez o bem ou agiu de forma correcta por essas pessoas maldosas que o enganaram, mas agiu de forma correcta e fez o bem por si mesmo, para diminuir aquela dor que existe na vida e que apenas com o esforço de todos pode ser erradicada.

Há pessoas que passam fome mas que não tem necessariamente que passar fome, há pessoas que se sentem sozinhas mas que poderiam ter o nosso abraço, há pessoas que se sentem excluídas mas que poderiam ter a nossa amizade, há pessoas que estão desesperadas mas que poderiam ter a nossa ajuda.

Faça o bem por si mesmo, pela vida que existe em si, pela sua humanidade.

Um Mundo Melhor Depende de Si.

****

Aprenda a Cozinhar

Cozinhar é uma das atividades mais relaxantes que existem. Ela envolve todos os 5 sentidos e ainda um sexto: a intuição do cozinheiro, esse que é muitas vezes o ingrediente mágico que diferencia o mesmo prato preparado por dois diferentes cozinheiros.

O **tacto** é de importância extrema na cozinha, é pelo tacto que o cozinheiro sabe se os ingredientes são bons ou não, e para uma boa cozinha é necessário ter sempre os melhores ingredientes.

O **olfacto** é usado ao longo de todas as fases da preparação dos alimentos. O cozinheiro deve saber a cada fase qual é o cheiro ideal que a comida a ser preparada deve ter. Isso ajuda a identificar rapidamente um problema e a corrigi-lo.

A **audição** deve ser usada para medir o grau de fervura e com isso regular o fogo. O bom cozinheiro deve prestar atenção ao que os alimentos têm para dizer.

A **visão** é usada para manter os alimentos bonitos desde o momento em que eles são escolhidos no mercado até ao momento em que eles são servidos no prato.

O **paladar**, é o sentido que coordena todos os outros, e que em caso de dúvidas deve ser consultado para se estabelecer a verdade absoluta que só ele possui.

O sexto sentido, a **intuição do cozinheiro**, ou como chamam na minha terra: a mão do cozinheiro, é toda uma inteligência e capacidade para a cozinha que paira sobre o cozinheiro. Um cozinheiro com uma boa mão produz uma comida unicamente deliciosa, uma comida com personalidade.

A culinária, a arte de cozinhar, é uma arte maravilhosa. Ela requer carinho, atenção e muita dedicação.

****

É importante Fazer um Intervalo para Pensar na Vida

Àqueles momentos da nossa vida ou da nossa disposição (para uns mais frequentes do que para outros) em que sentimos uma urgente necessidade de contacto com a natureza, de um passeio a pé para sentir o vento ou esticar o corpo (como tão delicadamente coloca uma amiga).

Aqueles momentos em que sentimos uma necessidade premente de ar fresco, do barulho da cidade, da calmia de uma caminhada, do silêncio de uma noite; aqueles momentos em que queremos estar sozinhos conosco mesmo e em que essa simples volta ao parque, esse simples exercitar dos nossos membros, converte-se numa incrível sessão filosófica sobre o que é a vida, o que significa estarmos vivos, quão sortudos somos na vida e quão bom é sermos exatamente nós apesar das muitas tentações que temos de querer ser um outro, apesar das muitas coisas más que temos suportado, quão bom é na verdade estarmos vivos e podermo-nos sentir tão bem como nos sentimos nesses momentos.

Depois focalizamo-nos em quem queremos ser e na enorme quantidade de coisas que temos de fazer para conseguir chegar lá. Os nossos planos para o futuro aparecem diante dos nossos olhos sob um ponto de vista demasiado optimista, bem esquematizados, enchemo-nos de nós mesmos e aquela simples caminhada acaba agora sendo uma célebre sessão de auto reflexão, auto-conhecimento e auto avaliação conhecida vulgarmente como pensar na vida.

De repente tudo aquilo que nos levou lá em primeiro lugar, o passeio no belo parque, o andar sobre as luzes da cidade, a caminhada sobre as folhas caídas, desaparece, some diante dos nossos olhos bem abertos e em vez disso aparecem as belas avenidas do nosso pensamento, as ruas das nossas ideias, na cidade do nosso ego, num céu do nosso futuro, ao vento da nossa esperança e sobre a luz da nossa felicidade.

Àqueles momentos da nossa vida ou da nossa disposição (para uns mais frequentes do que para outros) em que sentimos a necessidade de esticarmos o corpo e a alma.

****

100 ANOS DE ENTRETENIMENTO

Desfrute dos 5000 Anos de Arte e Cultura que o Mundo Tem para Oferecer

****

Desfrute - 100 Anos de Entretenimento Documentados

“São 5000 anos de entretenimento e saber. Desde o antigo Egipto que nós temos documentado a arte e o saber das pessoas que viveram antes de nós. A bíblia, as tragédias gregas, a arte greco-romana, as várias civilizações do mundo, a história das nações. E a maioria dessas coisas ao nosso rápido alcance através de livros, da televisão e principalmente da internet. Obras de génios como Dante, Rembrandt, Picasso, Mozart, Beethoven, Shakespeare, o melhor da arte. Podemos ver um quadro que levou Da Vinci anos a pintar e a perfeccionar com toda comodidade e sem sair de casa através da internet, ou ouvir uma obra prima que Beethoven corrigiu mil vezes até ele achar que está perfeita tocada para nós por toda uma orquestra através do Youtube. E não só arte. Há um canal internacional de Televisão que tem como slogan, “100 anos de entretenimento”. A televisão, esse grande centro de entretenimento. Quantas obras-primas do cinema e quantos programas televisivos foram feitos até hoje. Siga uma dessas listas, 100 melhores livros segundo o Times, 100 melhores filmes segundo o imdb, visite alguns museus, ou as 7 maravilhas do mundo, participe de um festival de música clássica, cinema, pintura, arte, leia! Existe neste mundo entretenimento que não acaba e com a tua riqueza tu podes usufruir de todo ele. É um facto que quando recordamos a nossa vida, o que deixa memórias mais marcantes não são relógios de marca, ou fatos bonitos, mas experiências, arte, viagens, espectáculos. Participa deste mundo, cultiva uma paixão por um desporto, por uma actividade, salta de pára-quedas, pilota um avião, cria uma fundação, ajuda as pessoas, recebe e dá.”

Excerto de uma obra minha: “Sr. Psicologo Diga-me como ser feliz”.

São realmente 100 Anos de Entertenimento e 5000 anos de cultura. Através da internet, rádio e televisão temos a maioria dessa cultura e entretenimento literalmente na ponta dos nossos dedos. As vezes eu passo horas no Youtube a ver músicas dos últimos anos, das últimas décadas ou músicas recentes, as vezes excertos de programas antigos, filmes antigos, musicais, opera, concertos. Que sorte nós temos!

Tantos génios viveram antes de nós, e fizeram tanta coisa registrada em livros, em CDs de música, em quadros de pintura, em estátuas. As nossas cidades em todo o mundo respiram história e estão impregnadas de passado, presente e futuro.

As mentes mais brilhantes do mundo, os humoristas mais extraordinários, os músicos mais fantásticos e extrovertidos (Michael Jackson, Elvis Presley, Prince, Sinatra...), os escritores mais brilhantes e criativos, os actores mais impressionantes e talentosos, as vozes mais extraordinárias, os cientistas e matemáticos mais brilhantes, os realizadores e produtores de cinema mais sonhadores. Tudo isso a nossa disposição.

Por favor não viva sem conhecer estes génios do passado e do presente, não viva sem arte e cultura. Tem ao seu dispor 5000 anos documentados em livros, CDs, Museus, Bibliotecas, Internet, Cidades.

****

Adquira e Aprecie Arte e Cultura

A Arte tem sido produzida pelas mentes mais geniais do nosso planeta ao longo de toda a existência da nossa espécie. Ela por vezes requer o esforço de décadas para ser construída, houveram pessoas talentosas que dedicaram uma grande parte da vida deles para fazer uma obra de arte.

A cultura é fruto de séculos de existência de povos e nações. A terra tem visto nascer tão variadas e diversificadas culturas nos seus diferentes quadrantes. A terra é um planeta heterogêneo e assim também é a cultura que ela tem para oferecer.

Arte e cultura são fruto do talento. Elas são o melhor que há no mundo e estão a nossa disposição. Usufrua.

****

Ler é a Solução para Ficar mais Inteligente

A leitura é uma ponte entre dois mundos, o nosso e o da imaginação de quem escreve.

Quem lê espreita pelos olhos de quem escreve e incrivelmente não vê palavras sobre papel mas toda uma nova vida recriada e criada, às vezes do quase nada.

Há uma necessidade humana que poucas vezes damo-nos conta: a necessidade de criar e de colocar enfeites na realidade. A muito que o homem descobriu que também podia criar mundos e ser também ele arquitecto de universos, criador de suas próprias criaturas que debatem-se por existir nesses seus habitats.

Ler o que esses arquitectos de universos escrevem (os escritores) é ampliar a nossa visão do que é, do que poderia ter sido e do porque não foi. É explorar e tirar a maior quantidade possível de sentidos do que existe, do que foi e do que será. Ler é sabedoria, é não se confinar a sua própria interpretação às vezes desusada e insonsa do que é estar vivo e caminhar rumo a um novo dia.

Mas ler não é e nunca foi simplesmente abrir um livro.

Ler é diálogo, é curiosidade, é investigação, é ouvir, é pensar, é a troca de ideias. É a mais natural forma de estar e ser do ser humano.

Ler é folhear as páginas da vida no simples acto de existir. Faz pois todo o sentido que façamos da leitura um hábito, que façamos da literatura uma companheira e que façamos da troca de ideias um princípio.

Boas leituras, boa vida.

****

O Homem É Naturalmente um Turista

A admiração da natureza, dos lugares, cidades, praias, da fauna, da flora e dos costumes dos homens fora da sua comunidade, causam um prazer e uma auto realização dificilmente repetíveis em qualquer outra atividade humana.

Os nossos sentidos estão aí, receptivos, prontos para explorar este vasto mundo, prontos para receberem um rio de sensações que a nossa mente queira providenciar. O mundo esta aí, aberto a exploração, com uma quantidade absurda de maravilhas para descobrir e redescobrir. A terra não é um simples prato uniforme e com um padrão paisagístico que se repete ao longo de toda a sua superfície, muito pelo contrário, a terra tem uma superfície acidentada, onde a vegetação sucede-se de variadas formas, onde as variadas espécies de animais distribuem-se irregularmente, terra que os homens colonizam e exploram, erguendo aldeias e cidades cheias de edifícios, cada região com uma

característica que a diferencia de outra, onde a combinação da temperatura, da estação do ano, da localização geográfica e da hora do dia cria uma variadíssima quantidade de cenários, de visões e de paisagens, que se estendem cobrindo uma área absurda que nenhum homem no tempo de uma vida poderia abarcar. Ai que efeitos de luzes suspreendentes, que contornos de horizontes tão diversos.

O homem é naturalmente um turista.

E essa corda turística vibra em nós num simples passeio pelo parque, pelo jardim, pela praia, numa simples viagem de comboio em que as paisagens sucedem-se a um ritmo vertiginoso, num simples contemplar do pôr do sol.

Não falo do turismo que nos é vendido pelas casas de turismo, não falo de pacotes turísticos (o que é isso!? irrelevância), não falo de visitar as sete maravilhas do mundo (7, só podem estar de brincadeira, grande irrelevância) falo-vos do mundo maravilhoso em que vivemos, falo do simples afastar-se por alguns quilômetros do seu local de residência, ou até do simples levantar-se e ir até a sua janela, e nem sequer falei-vos da cultura, da arte, da história, e das maravilhas escondidas no fundo do mar.

****

FELICIDADE

Seja o Personagem Principal da Sua Vida e Seja o Herói (Heroína) Que Fará o Seu Final Feliz Acontecer

****

Antes de mais Nada, Queira Ser Feliz

— O Que Queres Ser Quando Cresceres?

— Quero ser feliz.

— Mas todos nós queremos ser felizes menina, qual é a profissão que queres exercer quando cresceres?

Será? Será que todos quando respondemos a essa pergunta “O que queres ser quando cresceres” estamos de forma subentendida a dizer que queremos ser

felizes? Se respondemos que queremos ser médicos ou professores, não estamos necessariamente a dizer que queremos ser felizes. Ser feliz é uma convicção, é algo que se deve procurar com toda a nossa dedicação e esforço. Ser feliz é uma profissão, é um trabalho para onde a pessoa vai, de onde a pessoa volta e no qual a pessoa passa uma parte do tempo.

Claro, dinheiro, amor, autoestima, auto realização, reconhecimento e notoriedade fazem parte da felicidade, mas a matéria prima básica para a felicidade é a convicção de querer ser feliz. A felicidade não é um dado adquirido, é uma obra em constante construção na mente da pessoa. Para a felicidade trabalhamos com tudo o que temos e empregamos toda a nossa mente.

— Eu vou me esforçar muito para ser uma grande advogada, mas também vou-me dedicar muito para conseguir a minha felicidade. É que a vida é bela e só se vive uma vez.

****

Não Fique a Obcecar em Difícies Questões Filosóficas

Qual é a causa primeira, a primeira coisa que surgiu e de onde surgiu?

Tens duas soluções: ou acreditas em Deus todo poderoso ou metes na cabeça que não há causa primeira, que o universo sempre existiu e nunca foi criado. Porque meu caro, essa coisa do Big Bang não faz sentido nenhum, nada simplesmente explode do nada. A escolha é tua.

Porque estou vivo, porque existo?

Alguém teve uma relação sexual desprotegida, um óvulo estava disponível, um espermatozoide conseguiu chegar à ele, bem o resto tu já sabes.

O que é a verdade e qual é a verdade sobre todas as coisas?

Tenho más notícias para ti. Eu sinceramente não sei o que os cientistas tem andado a dizer-te, mas meu caro tu és super pequeno, o universo é super grande e tem uma enorme quantidade de coisas e tu achas que podes algum dia saber a verdade sobre ele?

Como é possível a vida na terra e a existência de seres humanos?

Bem, acidentes acontecem.

O que é o Universo?

É uma coisa muito complicada que funciona. E se eu soubesse e fosse a explicar-te, nem tu, nem os cientistas mais bem preparados em física e matemática do teu mundo, haveriam de compreender. Apenas fica grato pela vida e vive.

****

Não Tenha Medo de Ser Feliz

Porquê algumas pessoas têm medo de ser felizes!

Elas privam-se de certos momentos únicos e irrepetíveis de divertirem-se ao lado de pessoas que realmente queiram-lhes bem, acham que é dever delas sacrificarem a sua própria felicidade, as suas próprias necessidades e assumirem sozinhas responsabilidades que deveriam ser partilhadas.

Porquê algumas pessoas tem medo de ser felizes? Porquê estas pessoas sem egoísmo e prontas a sacrificarem-se não podem ter apenas um pouco da malícia dos outros e perderem um pouco da seriedade delas perante a vida?

Será medo de serem julgadas?

As pessoas que as vão julgar provavelmente cometeram os mesmos erros que elas estão prontas a cometer. Essas pessoas também adiaram a vida e agora que é demasiado tarde, que já não têm muita vida para adiar, querem adiar a dos outros.

A vida é tudo que nós conhecemos, não há nada mais além dela.

****

Sim, Esta Pode Ser a sua Última Vez

Nunca sabemos quando vamos ver pela última vez alguém, é sempre possível que estejamos a passar pela porta do nosso local de trabalho ou pela porta da

nossa casa pela última vez. Nunca sabemos se é a última vez que conversamos com alguém, se é a última vez que beijamos uma pessoa querida. Nunca sabemos se é a última vez que estaremos no convívio de um grande amigo ou amiga.

Esta poderá ser a última vez, esta poderá ser a sua última chance de fazer bonito, de fazer bem, de fazer com justiça, de fazer gostoso. Habitue-se a abraçar por alguns segundos a mais, dê um aperto de mão mais forte e caloroso, não deixe nenhum assunto por conversar, não poupe sorrisos, saiba ouvir aos outros e saiba falar com todos, explore os momentos, extraia tudo deles.

Este pode ser o seu último momento, esta pode ser a sua última chance, use-a.

****

Conheça as Regras do Jogo da Vida

Quando éramos crianças púnhamo-nos a brincar fora de casa na maior das diversões até que um adulto decidia por um fim a nossa alegria por uma qualquer razão que nós não estávamos em condições de perceber.

Assim é a vida.

Tu nunca sabes quando a diversão vai acabar. A própria vida pode teoricamente ser tirada de nós a qualquer instante, podemos fazer os nossos planos como quisermos, mas se o destino tiver planos diferentes dos nossos então teremos que simplesmente engolir os nossos e acatar os dele .

A mais estável relação amorosa está sujeita ao desencantamento, a menos estável está sujeita a um abrir de olhos e a um julgamento da consciência.

Tudo tem um prazo de validade, a nossa infância teve, a nossa adolescência teve, a nossa juventude teve ou terá, a idade adulta não dura para sempre e a velhice é apenas um estado de transição.

Um dia de repente a morte acontece e não há nada que podemos fazer.

É a vida.

A vida é a coisa mais instável que existe. Ela está a apenas um segundo da morte, da catástrofe, da desgraça, do acidente, da doença.

Nós vivemos toda a vida com a arma do destino carregada e apontada as nossas cabeças.

Nada existe de definitivo na vida, e não há absolutamente nada que podemos fazer contra isso. Devemos simplesmente aceitar que a qualquer momento as coisas podem ficar muito más para o nosso lado.

Não é porque a vida é injusta, são apenas as regras do jogo.

****

O Mundo Não É Cruel

Quando eu era adolescente e comecei a amar o mundo, eu acreditava na igualdade entre todos os homens, na boa natureza dos seres humanos, na sinceridade da palavra, na capacidade de todos de fazerem o bem, na beleza dos sonhos, na importância das artes e das coisas bonitas, no respeito ao trabalho alheio, no respeito ao próximo, no amor a própria vida e a vida do próximo.

Mas a vida tirou-me essas crenças uma por uma. Eu vi o mundo todo transformar-se num sitio monstruoso onde as coisas e os sentimentos mais belos eram todos os dias desrespeitados. Eu próprio fui enganado, roubado, humilhado, desprezado, a cada passo os meus sonhos quase foram tirados de mim, a cada passo as pessoas queriam me moldar a imagem de um mundo sem respeito por ele mesmo.

Mas mesmo assim eu decidi ser um explorador, um aventureiro que vive a vida a procura desse mundo que eu amava quando era adolescente. Como resultado ao longo da minha vida tenho visto não raras vezes os homens a tratarem-se como iguais, tenho visto sinceridade e verdade nas palavras, tenho visto pessoas de bom coração, tenho visto gente de todo o mundo a ir atrás dos seus sonhos e tenho visto alguns a alcançarem-no, tenho visto pessoas a darem a própria vida para salvar a vida do próximo.

E tenho visto arte, muita arte.

O facto de haver crueldade no mundo, não quer dizer que o mundo é cruel. Procure um mundo melhor dentro do mundo e o encontrará.

****

Não Existe Azar

Nós gostamos muito de simplificar as coisas numa tentativa de as tornarmos mais fáceis de digerir e perceber. Se falhamos ou perdemos consecutivamente dizemos que estamos com azar, e ficamos por aí. O azar nos pegou e não há nada que podemos fazer senão aceitar este azar e ficar a espera dele ir embora!

O que é isso!

Não existe azar!

Se está a falhar consecutivamente é devido a causas que podem ser explicadas se elas forem cuidadosamente estudadas, corrija os seus erros a cada nova tentativa e vá experimentando até conseguir, nunca sente no seu rabo a chorar pelo seu azar, porque não existe tal coisa.

Se sempre que vai para aquela entrevista o Director acaba de sair, ou fica em casa doente, ou viaja, não é azar, apenas coincidência. O que aconteceu de uma certa forma, aconteceu dessa forma. Não é culpa sua! Não é sua má estrela! Foi tudo fruto de um grande encadeamento de factos, e tudo isso pode ser analisado e explicado minuciosamente.

Imagine o cenário em que tudo corre-lhe mal ao mesmo tempo, em que parece que o mundo desabou na sua cabeça, perdeu seu emprego, seu parceiro/a lhe deixou, seu filho ficou gravemente doente, e ainda por cima teve um acidente que destruiu o seu automóvel e lhe deixou de baixa no hospital... Se pensar que tudo isso é azar vai ficar a chorar e a lamentar a sua sorte e a desejar estar morto. Mas se encarar as coisas como elas são, se ver uma sucessão de causa e efeito que levaram-lhe até onde está, vai conseguir ver futuras sucessões de causa e efeito que lhe levarão até uma melhor situação.

Mantenha sempre o foco! Não acredite no azar ou em coisas parecidas, procure sempre soluções lógicas para os seus problemas e saiba que há uma explicação para tudo e até para o facto de algumas coisas não poderem ser explicadas.

****

Não Deixe Morrer a Criança que Existe dentro de Si

Nós, quando crianças, ficávamos junto à janela a ver os pingos de chuva a caírem, a ouvir o som da água a rolar, maravilhadas com essa capacidade de vir tanta água do céu, e ao mesmo tempo receosas de tudo o que víamos. A água caía furiosa e no conforto das nossas casas assistíamos a esse extraordinário espectáculo.

Na nossa infância, chovia mais do que água, chovia também magia e encantamento, o céu era um lugar de mil mistérios, mil segredos nunca desvendados e mal sabíamos o que ele poderia trazer-nos no dia seguinte.

Quando chovia lá fora, os nossos olhos brilhavam com cada pingo de chuva, os nossos coraçõezinhos saltavam de animação e a chuva chovia para nós e para todas as outras crianças que estivessem a janela.

Chovia na nossa infância, chovia mais do que chove agora, a chuva de então maravilhava tanto que é de maravilhar que hoje não nos maravilhemos, que os nossos olhos já nem sequer saibam brilhar.

A chuva é para as crianças e um dia nós a tivemos em momentos que foram só nossos e dela. Não há chuva para os adultos, apenas a precipitação de decisões a serem tomadas, apenas a vida.

****

Vá Já Dar um Passeio à Pé na Praia

Conduz ou sê conduzido a praia. Quando lá chegares mete-te na areia, não olhes para trás. Vai até os limites da água com a areia e descalça os sapatos, dobra as calças se forem compridas, é essencial que sintas a água e a areia molhada. Agora anda, contorna o mar até onde as tuas pernas, a tua vontade e o teu desejo te levarem.

Enquanto fores chutando a água e estendendo os teus braços ao sol, sentirás a liberdade de uma ave, terás um quase bloqueio de pensamento e serás feliz nesse momento.

Não sei se é a quimica da água, não sei se são as caricias do vento, não sei se é a companhia da solidão, mas naquele momento possuirás uma sabedoria existencial, presencial, que emana do contacto directo com a natureza.

O certo é que a dada altura ficará tarde ou já terás caminhado de mais e a vida urbana te chamará de volta. Partirás prometendo voltar, mas provavelmente passará um ou mais anos até que voltes.

Porquê?

Aquele é um momento de paz e equilíbrio que nós experimentamos. Um momento que os budistas e os sábios alcançam através da meditação, em que completamente sintomo-nos parte de algo muito maior do que nós. Mas para nós, meras engrenagens desta grande máquina que é a sociedade urbana, é difícil justificar a nós mesmos a necessidade de um tal passeio. Há sempre qualquer coisa importante por fazer. E em contrapartida é muito mais fácil justificarmos a necessidade de sentarmos em frente ao televisor durante horas a fio. Mas eu garanto-vos, se eu estivesse ao vosso lado agora e vos arrastasse para esse passeio ao mar, cada um com a sua solidão, sem trocarmos uma palavra. Eu garanto-vos que cada um de vós, depois do passeio, me agradeceria com lágrimas de felicidade nos olhos. Porque cada um de vós precisa disso.

Então faça um favor à si mesmo e arraste-se para um passeio na praia.

****

Veja a Vida pelo o que Ela É

A vida pode ser muito madrasta às vezes mas o que importa é não levar muito a peito as coisas más que nos acontecem, em tudo o que nos acontece de bom ou de mau não é porque a vida tem algo contra nós ou porque ela nos esta a favorecer. É tudo fruto de um grande e gigantesco acaso, desde a primeira célula que se duplicou em duas, desde o surgimento da vida.

Onde vivemos, quem somos, de onde viemos, e consequentemente para onde vamos remonta a milhões de anos atrás.

As pessoas tem tendência a não pensar muito nisso. Mas a verdade é que todos nós somos parte de algo maior, seja através do nosso DNA que compartilhamos com os nossos progenitores e com o resto da humanidade, ou através da terra, o nosso ecossistema, o suporte a nossa vida.

Quando levamos as coisas da vida demasiado a peito perdemos o foco, perdemos a capacidade de ver claramente a vida pelo que ela é. O nosso egoísmo e individualismo enquanto seres humanos faz-nos perder muita coisa que se passa diante dos nossos olhos: o incrível, improvável e maravilhoso milagre da vida.

Cada pequena coisa que temos a oportunidade de ter, de experimentar e de conhecer deve ser perseguida com um espirito de curiosidade e aventura.

Não parta deste mundo sem ter visto, percebido e vivido pelo menos uma vez a vida pelo o que ela é: uma feliz coincidência, que nem sempre tem um final feliz mas que vale a pena ser vivida pelas incomensuráveis recompensas que pode oferecer-nos no nosso dia-a-dia.

****

Tire Muitas Fotografias

Nada é tão belo, intemporal e ao mesmo tempo eterno como uma fotografia.

A fotografia captura a essência das coisas, ela é uma espécie de dicionário visual do que ela retrata, transformando uma simples visão numa imagem cujo significado foi ampliado, uma imagem que ganhou mais dimensões da realidade.

Somos, tudo e todos, escravos do tempo, e uma das características mais extraordinárias da fotografia é essa independência em relação ao tempo. Aquela foto tirada a 10 ou 100 anos atrás é uma viagem da nossa retina ao passado.

A Fotografia é mágica e cada um de nós tem uma relação especial com ela. Ela é capaz de provocar vários tipos de reações emocionais e é capaz de chamar emoções humanas guardadas no mais profundo da alma.

A fotografia acaba sendo um Banco com um cofre emocional onde depositamos vários momentos da nossa vida e várias emoções que sentimos. Viver sem fotografia é o mesmo que viver sem uma poupança emocional. No dia em que estivermos velhos e perdermos interesse no presente e no futuro, só essa poupança de fotografias possibilita que continuemos a viver por quantas vezes quisermos, os melhores e mais importantes momentos que tivemos.

****

A Maior Tecnologia da Terra É o Ser Humano

A Medicina estuda o homem em todos os seus aspectos físicos, e sendo o psicológico apenas uma manifestação das complexas atividades dos neurónios no cérebro, podemos dizer que a medicina estuda o homem no seu todo.

Portanto sempre que um médico tem sobre a mesa o corpo humano, ele tem o organismo que criou toda a ciência, religião, cultura, o agente da história, ele tem todos os sentimentos ali estendidos, toda a alma humana, toda a arte, inteligência e saber.

O médico tem o privilégio de investigar cada pedaço do homem, do rei da terra, de lhe conhecer os mecanismos, descobrir cada vez mais novos segredos, mergulhar no infinito do seu conhecimento, sondar em toda a sua extensão o universo humano.

Cada vez que um médico segura em suas mãos o cérebro humano, ele segura a obra-prima suprema de toda a criação. Ele segura o supremo criador, o deus-homem.

Cada vez que um médico estuda e analisa os órgãos e sistemas do corpo humano, ele estuda a engenharia suprema e mais avançada que existe, que está a anos luz da nossa compreensão e da nossa capacidade.

Cada vez que um médico estuda o esqueleto humano, os músculos do corpo humano e o corpo humano no geral, ele tem sobre os seus olhos a arquitectura mais avançada que existe, o melhor casamento entre o funcionalismo e o belo.

Os cientistas e a história sonham com civilizações muito avançadas e com tecnologias que poderíamos copiar, mas a verdade é que a tecnologia mais

avançada que já vimos no universo está no próprio corpo humano. O corpo humano é extraordinário, a maior das criações. Ele tem a capacidade de se reproduzir por milhões de anos passando a informação genética de geração para geração, ele tem a capacidade de se adaptar a condições adversas do ambiente, ele tem a capacidade de evoluir, ele tem a capacidade de criar. Qual é a tecnologia que pode ser maior que a do corpo humano?

Ser médico é ter o previlégio de ter sobre a mesa de estudo uma tecnologia extremamente avançada e rara no universo para investigação.

****

O Complexo Significado do Passado

Qual é o significado do passado, qual é o significado dos momentos e das experiências que vivemos?

Sabemos que esses momentos aconteceram realmente, mas também sabemos que só uma pequeníssima parte deles tem impacto no que somos hoje, em onde estamos hoje e em como vivemos hoje.

A maioria desses momentos acabaram e ficaram no passado. Só podem existir lá e não temos como os trazer de volta para o presente. E muitas vezes não há necessidade de o fazer.

Mas será que eles são menos verdadeiros por causa disso?

A memória por mais perfeita que seja não pode realmente fazer-nos reviver o que vivemos no passado.

Então o que significa ter sido feliz? O que significa ter vivido uma vida perfeita e cheia de aventuras quando somos as únicas testemunhas dela? E mesmo que não sejamos as únicas testemunhas será que essa nossa felicidade tem mais valor por isso? Na sua desgraça estava Jó grato à Deus por aqueles anos de fartura e felicidade que ele viveu, ou aquele tempo bom já nem sequer fazia sentido para ele?

Seremos criaturas do momento? Crianças caprichosas que querem apenas o agora, o já?

Será que só tem valor a felicidade que dura para sempre, ou até ao dia da nossa morte?

Será que todos aqueles momentos que duas pessoas que se amavam compartilharam, ficam gastos, ou evaporam-se quando elas separam-se?

Eu quero que tenha valor o tempo que passei com as pessoas que já não fazem parte da minha vida, eu quero que a própria natureza do tempo e do mundo reconheçam que tem valor o que eu passei ao lado dessas pessoas.

Eu quero que a minha memória flutue entre o agora e o passado. Gostaria que os sonhos fossem todos sobre os momentos que vivemos no passado, sonhar com o meu primeiro beijo ou com uma tarde que passei ao lado da minha avó, ou dos meus amigos que nem faço ideia de onde estejam. Eu quero que um momento do passado de repente apareça no meio de um momento do presente e eu possa ver-me agora, vendo-me no tempo de então.

O presente e o passado deveriam estar ainda mais intimamente misturados, deveriamos ter um pouco de dificuldade em distinguir um do outro, assim a vida seria mais homogénea, muito mais bela que um Romance ou que um filme.

Se eu pudesse, eu misturava o presente ao passado. É que eu queria de vez em quando acessar a minha memória e repassar os tempos que passei com as pessoas que eu amo e que já não tenho perto de mim.

****

Tu És o Personagem Principal da Tua Vida

Nunca te esqueças de uma coisa: tu és o personagem principal da tua vida, tu és o herói desta história que só acaba no dia da tua morte. Vive a tua vida sabendo que nela a tua felicidade é que realmente importa e que nunca deves ficar a mercê de uma ou mais pessoas, nunca deves te deixar transformar em personagem secundária da vida de uma outra pessoa.

Vive primeiro por ti e depois pelos outros.

As pessoas podem te fazer mal, podem te fazer sofrer, partir o teu coração, enganarem-te, mentirem-te, mas que se lixe, nem sequer importa se essas

pessoas vão pagar pelo que fizeram, se Deus vai castigá-las, se karma vai lhes dar o que elas merecem, se elas vão ser infelizes e vão perceber que perderam uma boa pessoa e um amigo por terem feito o que te fizeram. Que se lixe tudo isso.

Seja o herói da tua história, não percas tempo a ir atrás de alguém como se essa pessoa fosse tudo na tua vida, como se essa pessoa fosse o personagem principal da tua história. Se essa pessoa não quiser fazer parte do maravilhoso filme que a tua vida é, não percas tempo, continua em frente, há muita gente que pode ocupar esse lugar.

Porque meu amigo, esse filme não vai parar de rodar e de ser produzido, e o tempo é escasso. Daqui a pouco o filme acaba e tu nem sequer viveste e tu não passaste de persongem secundária, terciária ou mero figurante da vida de toda a gente.

A História da tua vida não passou de tu a chorares por que aquela pessoa não te deu atenção, aquela outra te abandonou, aquela outra pessoa te iludiu, aquele quebrou as promessas sagradas que te fez, aquela não presta, aquele nunca te levou para ir ver aquele evento, e aquela te prometeu um piquenique. Meu amigo, vai viver, vai fazer as coisas que gostas de fazer, esta vida é tua e só tua e se ainda não percebeste, não é de mais ninguém. É tua responsabilidade fazer as coisas acontecerem.

E nunca meu amigo, nunca tatues o nome de ninguém no teu corpo ou na tua alma. Porque uma tatuagem é para sempre, nunca assumas que alguém vai fazer parte da tua vida para sempre. Assume apenas que tudo dura enquanto durar, tudo é bom enquanto não amargar e não é possível a escravatura, da mesma forma que tu não és dono de ninguém, ninguém é teu dono, somos todos livres para amar quem quisermos amar, abandonar quem quisermos abandonar e por mais triste que seja desapontar quem quisermos desapontar.

Nunca pares de filmar e produzir o filme da tua vida para ir assistir uma outra pessoa a produzir o filme da vida dela, nunca pares de viver.

****

Não Odeie

Esvaziei o ódio do meu coração e sinto-me muito melhor. Há pessoas que nem sequer o nosso ódio merecem porque odiá-las é apenas perder mais tempo com elas. O ódio é o sentimento mais destruídor que existe, ninguém é feliz enquanto odeia, o ódio precisa ser alimentado dentro de nós e ele alimenta-se de pensamentos vingativos, de memórias tristes, de sentimentos nebulosos e uma vontade de fazer mal que é tão grande que nos cega para todo o bem que existe.

Eu acredito que a nossa vida é a única coisa que realmente importa e que nós somos os personagens principais de todo o mundo, se quer realmente ferir uma pessoa, fazê-la desaparecer da sua vida, apagá-la do mundo, não lhe dê qualquer importância. Não lhe procure, não ligue, não se importe com nada que esteja a acontecer com essa pessoa, viva como se essa pessoa não existisse, não ligue nenhuma para essa pessoa e eu lhe garanto que vai ser exactamente como se essa pessoa tivesse morrido, e estivesse enterrada e fosse apenas parte da história.

Nunca procure essa pessoa que odeia, e quanto mais o tempo passa mais morta essa pessoa fica para si, ela morreu para si, e se a pessoa entrar em contacto consigo oiça, diga sim, ria se ela disser uma piada, e depois quando ela desligar o telefone volte a não dar a mínima importância a pessoa, continue a viver a sua vida. Um dia essa pessoa vai se cansar de tentar, vai ver como lhe magoou e nesse momento vai ser a vez dessa pessoa tentar te esquecer e tentar continuar a viver sabendo que lhe fez tanto mal até ao ponto de tu lhe considerares uma pessoa morta.

Se for para lembrar da pessoa, lembra, quando ela estava viva, quando ela fazia parte da sua vida, ela deixou de certeza algumas coisas boas.

Quem te enganou cometeu suícidio, deixou de existir, não percas tempo odiando essas pessoas.

****

AMOR

A Família É Fruto do Amor e o Amor É Gêmeo da Amizade

****

A Família É Fruto do Amor

A família é o suporte sobre o qual toda a sociedade é construída e a beleza de tudo é que ela é fruto do amor.

Quando criamos uma família começamos com uma pessoa que um dia foi estranha, passou a ser conhecida, depois foi amada até chegar a ser alguém com quem partilhamos o nosso teto. Por esta pessoa abandonamos a casa dos nossos pais e deixamos os nossos irmãos ou as pessoas que nos criaram desde que nascemos.

Por isso a família é uma das maiores aventuras da vida e uma das coisas mais belas que podemos construir. Ver a nossa família a formar-se, os nossos filhos a nascerem, crescerem e correrem livres debaixo do nosso teto e ao redor da nossa casa, não tem comparação com nenhum outro acto que possamos realizar em vida.

A família é o propósito do homem, a razão pela qual ele existe. Nada devia ser mais importante do que a nossa família, a nossa felicidade deve ter um dos seus pés dentro da nossa família, o amor deve ser parte dos bens de uma família e ela deve crescer em harmonia e bem estruturada como uma árvore.

Os nossos filhos são parte de nós, são o produto mais importante que a família pode oferecer e a família só fica completa quando os filhos nascem. O nosso dever passa a ser a proteção, a educação e o amor aos nossos filhos.

A família vem do amor e se uma família quer ser perfeita deve manter o amor sempre por perto. Se não fez nada com a sua vida mas construiu uma família, então fez a coisa mais importante do mundo e viveu plenamente. Mas se fez a coisa mais importante do mundo e não construiu uma família, então não viveu, apenas existiu.

****

O Namoro É Gémeo da Amizade

O namoro é gémeo da amizade, embora eles não sejam idênticos, partilham com perfeição o mesmo ADN. Muita gente tem facilidade de cultivar boas e duradouras amizades mas vê-se em dificuldades quando é a vez de ter bons e duradouros namoros. Tudo isso porque as pessoas complicam-se a si mesmas e pensam que tem necessidade de aprender a namorar, quando na verdade eles só tem de imitar as suas amizades.

Os mesmos princípios que guiam as amizades fortes e duradouras guiam os bons namoros. Aqui vão algumas características e princípios da boa e duradoura amizade que devemos simplesmente copiar para os nossos namoros:

1. A primeira coisa a ter em conta é que quanto mais tempo passamos com um bom e muito divertido amigo, menos necessidade temos de “outros amigos” e menos chances temos de sequer pensar em passar tempo com os “outros amigos”.

2. Um amigo verdadeiro é aquele com quem queremos estar, e não aquele com quem temos de estar por uma obrigação qualquer, um bom amigo é aquele para quem nos apetece ligar a qualquer hora, por qualquer motivo (por mais bobo que seja), em qualquer lugar.

3. Nós não competimos com os nossos amigos. Se eles deram-se bem em qualquer coisa ou situação, nós ficamos felizes por eles. Nenhum de nós é mais importante que o outro.

4. Não somos possessivos em relação aos nossos amigos. Mesmo que estejamos sempre com eles damos-lhes sempre espaço para eles respirarem e para serem eles mesmos. Não tentamos controlar cada aspecto da vida deles e nem forjá-los a nossa imagem, porque se fizéssemos isso, perderíamos a pessoa especial que o nosso amigo é.

5. Nenhum amigo espera que o outro amigo interprete o papel de amigo. Cada amigo tem uma mente aberta em relação ao outro e não sabe o que o novo dia vai trazer para essa amizade. Nenhum amigo aproxima-se do outro e diz: tu és meu amigo isso significa que tens de fazer isto por mim, ou levar-me para aqueles sítios, ou ajudar-me naqueles aspectos, ou me acompanhar naqueles outros. Nenhum amigo pressiona o outro seja verbalmente, seja tacitamente, seja psicologicamente, seja por força da sociedade.

O namoro vem se tornando cada vez mais artificial, o verdadeiro amor, romance e relacionamento, está na amizade, e é justamente por isso que os casais que chegam as bodas de prata, ouro ou platina, dizem que foram mais do que esposos, que foram também amigos.

****

Procure e Encontre a Parceira Perfeita

É alguém que participa. Que sabe dividir as iniciativas e usa a sua criatividade para fazer do namoro algo cada vez melhor e cada vez mais em sintonia conosco e com ela.

É alguém que quer. Que quer fazer coisas por nós que nós nem sabíamos que queríamos que alguém fizesse. Ela simplesmente adivinha ou aprende muito bem sobre quem somos, o que gostamos e o que seria bom para nós. A verdade é que no nosso dia-a-dia nós vivemos abertos, entregues ao mundo para o melhor e para o pior, a parceira perfeita é aquela que sabe trazer a cada dia algo sempre melhor.

A parceira perfeita tem um trabalho mais importante que todos os outros que ela possa ter: a nossa felicidade, e ela trabalha nisso todos os dias, sai a altas horas e entra cedo. Quando estamos infelizes, faz horas extras.

A Parceira perfeita aceita todos os nossos defeitos menos os que podem ser eliminados. Ela ajuda-nos a sermos melhores, e dá-nos muito amor. E todo esse bem que ela nos faz, não o faz por nós mas sim por ela mesma. É como se ela

existisse para nos fazer feliz, e ser feliz fazendo-nos feliz e ser super feliz quando nós pela nossa felicidade lhe fazemos feliz.

A parceira perfeita entra na nossa vida e transforma-se na definição de palavras e conceitos como amor, felicidade, alegria, beleza, maravilha, magia. O reflexo da imagem dela aparece nas estrelas, num belo lago em repouso, num por do sol a beira-mar, parece que o mundo foi feito a imagem dela e que o único sentido da vida é tê-la junto à nós. A parceira perfeita faz da vida a coisa mais bela e maravilhosa possível de existir, em qualquer universo, em qualquer galáxia, em qualquer mundo sob qualquer Deus, sob qualquer inteligência, em qualquer tempo.

Quanto a parceira errada, ela tem um só defeito que engloba todos os outros: é casada com o seu próprio ego.

****

Dizer Eu Te Amo

O maior presente que pode dar-se a alguém é dizer que amamos à essa pessoa e estarmos a dizer a verdade. Dar um milhão de dólares a alguém ou dizer que a amas é a mesma coisa.

Mas é necessário não nos iludirmos, podemos amar alguém e dizer-lhe, podemos oferecer um milhão de dólares a uma pessoa, mas isso não quer dizer que essa pessoa vai nos amar de volta ou que ela vai sequer estar agradecida por isso.

Amar é um acto de dar, de apenas dar, sem receber, é uma comunicação com apenas um sentido. Não se ganha de volta amor apenas por amar, ama-se e acabou. Ser amado é um acto de receber e não se ama apenas por se ser amado. Ninguém vai obrigar à mim, à si ou à qualquer outra pessoa a dar amor sem querer dar.

Não se arranca nem se rouba o amor, não podemos roubar um sentimento. Um sentimento tem de nascer naturalmente numa pessoa e viver alimentado pela vontade dessa pessoa.

Dizer Eu te amo é ter dentro de si um amor, um sentimento que foi forjado na nossa alma e que tornou-se parte dela, e é ter na nossa vontade um combustível

que alimenta esse sentimento. O Eu Te Amo é apenas a ponta do iceberg, há muito, mas muito mais dentro de alguém cuja voz expressa essas palavras. O Eu Te Amo é apenas a bela e ornamentada entrada de um inferno de querer, de desejo, de ardor, de contradições, de febre de vida, loucura e insanidade tudo trancado num débil corpo humano pronto a tornar-se escravo obediente da pessoa à quem essas palavras se dirigem.

Se dizer Eu Te Amo fosse uma moeda, todos os bancos do mundo conjugados não poderiam destrocá-la. Se Deus em todo o seu poder não pudesse perceber nenhuma língua humana, ele ainda assim seria capaz de perceber a frase Eu Te Amo, não pela linguagem, mas pela extraordinária invisível aura de energia que rodeia alguém que diz Eu Te Amo na verdade dessas palavras, é uma energia tão grande como a de Deus, é uma energia capaz de criar e recriar o universo, e quem sabe o próprio Deus palavra, quem sabe o próprio Deus transformado em energia. Deus é amor.

A sensação que sentimos logo depois de dizer Eu Te Amo, é de ressureição, porque morremos no acto, explodimos com essas palavras, só para depois ressuscitar e estar pronto para uma nova morte.

Dizer Eu Te Amo é oferecer a única coisa que é realmente nossa neste universo: a nossa vida, a nossa liberdade.

****

Sentir Alguém

A capacidade de sentir a pessoa amada é o que define um relacionamento, esteja ela longe ou perto, sentir que existe uma conexão, puder brincar sobre qualquer coisa com a pessoa, puder tocar a mão dessa pessoa a qualquer momento como se tocássemos a nossa própria mão. Senti-la da mesma forma que sentimo-nos à nós mesmos, estarmos tão a vontade com essa pessoa como estamos connosco mesmos.

Não há nada tão belo e romântico como adivinhar a pessoa amada, pressenti-la antes de senti-la, ter uma alegria súbita poucos segundos antes de a vermos chegar, estar distante mas sentir que ela pensa em nós, viver essa telepatia mágica que eu acredito ser a própria definição do amor.

O contrário disso é o próprio inferno. Existir uma estranheza entre nós e a pessoa que amamos, existir uma barreira de formalismos, termos sempre de escolher as palavras e os gestos diante dessa pessoa, termos de pensar antes de dizermos uma palavra diante dessa pessoa, não pudermos ser abertos… Namorar com uma espécie de inimigo, viver uma relação que não existe porque não há qualquer espécie de familiaridade, e estarmos presos à essa relação por um qualquer motivo, eis o inferno.

Sentir alguém é uma das coisas mais mágicas que existe e toda a gente merece isso pelo menos uma vez na vida. Quando namoramos alguém que somos capazes de sentir, é como se fossemos a uma festa onde conhecemos toda a gente e toda a gente gosta de nós.

Sentir alguém é conhecer alguém, é conhecer alguém de verdade.

****

Será que Ela Me Ama?

O que fazer quando tu amas total e completamente a tua namorada e não vês nela a mesma reciprocidade? Sim, ela está contigo, mas tu reparas que ela gosta de namoriscar com outros, ou nunca diz que te ama, ou só parece te procurar com interesses, ou te desrespeita, ou mostra-se fria e distante?

O que 70% dos homens faz é ficar triste, viver cada dia da vida deles em dúvida, tentar ao máximo arranjar um plano para deixar a namorada, ficar ainda mais triste por não conseguir, ter pesadelos, imaginar que está a ser traído pela namorada, desconfiar todos os dias...

Mas apartir de hoje deixe de ser esse homem. Se tu realmente amas essa mulher, esteja ou não ela a brincar contigo, dificilmente tu vais lhe abandonar, porque tu lhe amas. O amor é o sentimento mais forte que existe. Quando estiveres quase para a deixar, ela vai te ligar com aquela voz melosa e tu vais lhe perdoar tudo, enfim, essa mulher é tudo para ti e tu achas que ela é a criatura mais bela sobre a face da terra.

Apartir de hoje tu vais deixar de ser inseguro. Vais trata-la como se ela te tratasse bem e fosse a melhor namorada do mundo. Em vez de reclamares, vais ignorar

as falhas dela e lhe fazer sorrir, lhe fazer feliz e na felicidade dela, terás a tua felicidade. Diz-lhe o quanto lhe amas, compra-lhe presentes, cuida dela como se ela fosse a coisa mais importante para ti, nunca duvides dela, não vai te levar a lado nenhum, viver na dúvida é a pior coisa que pode acontecer a alguém. Diz-lhe sempre o quanto lhe amas mesmo que ela não mereça ouvir isso. Quem sabe isso é tudo que ela tem estado a espera!? De alguém que lhe trate super bem mesmo que ela não mereça!? De alguém que lhe ame apesar de tudo, de alguém que lhe ame de verdade e que não está a espera de que ela faça coisas para merecer esse amor!?

E eu te garanto, se ela tiver um amante, pouco a pouco ela vai se desinteressar por esse amante ou pelo menos tu vais competir em pé de igualdade com ele, se ela não gostar de ti, pouco a pouco ela vai passar a gostar, se ela for fria e sem nenhum sentimento, pouco a pouco, sem ela saber como, ela vai estar ansiosa para estar ao teu lado e o melhor de tudo, tu vais estar a tratar a mulher que tu amas como uma princesa e vais ser feliz por isso.

Agora escolhe, uma vida de miséria e desconfiança ou de felicidade, auto-estima e satisfação.

****

O Namoro é uma Merda.

Aqui, grande parte de nós ama a respectiva namorada, diz que lhe ama quase sempre e ouve o mesmo da boca dela regularmente. Mas se ficamos sem atender o telefone por mais de 24 horas, sem dar nenhuma satisfação é o suficiente para o nosso parceiro pensar que acabamos com o namoro.

Os nossos parceiros tem defeitos como toda a gente, e o pior é que mesmo que os corrijamos eles voltam a cometer os mesmos erros. Os nossos parceiros como todo ser humano são egoístas e certas vezes entre nós e eles, quando eles são obrigados a escolher, escolhem sempre à eles. É daí que quando pedimos aquele favor que é muito importante para nós mas no mesmo momento há uma coisa que é muito importante para eles, eles sempre vão escolher o que é importante para eles.

Bem disse alguém, marido ou mulher não é família, quem sabe daqui a 2 anos já nem sequer vamos olhar na cara dessa pessoa que hoje tratamos por amor, o namoro, o casamento, pode acabar a qualquer momento, as pessoas traem, os defeitos tornam-se insuportáveis, o egoísmo quando fica frequente faz-nos sentir depreciados e desamados.

O amor para funcionar precisa constantemente de duas pessoas a trabalharem nele a tempo inteiro com toda dedicação e carinho. Quando um se ausenta não há como disfarçar a ausência, o destanciamento ou a falta de interesse.

As palavras ofendem e as vezes o nosso parceiro sem a pior das intenções pode dizer-nos a pior das coisas. As palavras são quase o único contacto que temos com as pessoas, quando ouvimos palavras ofensivas da boca de quem pensavamos que nos ama, que nos venera, o nosso mundo cai por baixo.

No amor dependemos da outra pessoa: para sexo, para carinho, para romantismo. Dificilmente tendo um parceiro saíremos para o restaurante sozinho, dependemos da disponibilidade e da vontade do nosso parceiro para fazer isso. Se gostamos muito de ficar na cama e o nosso parceiro não gosta de intimidades, estamos tramados!

Os humanos são criaturas caprichosas, as vezes não aguentamos nem os nossos próprios caprichos, agora imagina os caprichos de um namorado, de uma namorada, de um esposo, de uma esposa, que na verdade está a procura de sua própria felicidade e que nos usa como um objecto, mesmo que desintecionalmente, para alcançar essa felicidade.

O namoro é uma merda, constante desconfiança, este/a caprichosa pode estar a trair-me mas não vai admitir porque mesmo que me esteja a trair não quer me perder, constante desapontamento, eu já lhe disse para não agir dessa forma mas sempre é a mesma coisa, constante insatisfação, essa semana só nos vimos uma vez e ele/a nem quis sair ou ficar abraçadinho na cama.

O namoro é a pior necessidade humana, o namoro é uma grande merda!!

Mas é bom, mas é a melhor coisa do mundo, uma dádiva de Deus porque macho e fêmea foram feitos para se unir e descobrirem o mundo juntos, e quando macho e fêmea se cruzam, eles sabem tudo do mundo, e conversam com o criador, porque encontramo-nos com Deus quando temos um orgasmo.

****

Não Há Vergonha em Ser Enganado

Não há vergonha em ser enganado por alguém, a vergonha está só em enganar. Não há vergonha em ter o coração aberto e amar quem não mereça ser amado, a vergonha está em brincar com os sentimentos de quem ama.

Não há vergonha nenhuma em ser traído e ter tido o coração destroçado por alguém, não há vergonha em amar e confiar, porque confiar é um requisito do amor.

Ser amado é como ser o deus de alguém, mas a maior força dos deuses (ou deusas) é também a sua maior fraqueza: a fé. Quem trai e engana quem ama deixará de ser um deus e passará a ser um homem comum, entre milhões de homens comuns. Ninguém no mundo dará a vida por ele, ninguém no mundo estará realmente interessado no que ele tem para dizer.

Quem engana, trai e maltrata, acaba sozinho e abandonado ou acaba caindo nas garras de uma outra fera que também vai enganá-lo, traí-lo e maltratá-lo.

Quem quebra o coração de uma pessoa boa que lhe ama, desperdiça ouro num mundo cheio de miséria e engano. Cada pessoa é um tesouro único e de valor inestimável. Quebrar o coração de alguém é ficar bilhões menos rico.

****

Como Curar um Coração Partido

Quer ajudar alguém a esquecer um grande amor, curar um coração partido, curar dor de amor, dor da separação...

Muito simples diz a pessoa que está a sofrer: se tu queres chorar por essa pessoa que não te quer, que te rejeitou, que te enganou, que nunca gostou de ti, que te usou e que é simplesmente uma má pessoa e queres estar ali a reclamar que vocês podiam ser felizes juntos, que poderiam casar, viver juntos, fazer amor, que não há ninguém melhor que essa pessoa, então faz o seguinte:

Pensa na segunda pessoa que tu mais gostas e começa a chorar por essa pessoa, vou dar o exemplo de uma pessoa famosa, porque não chorar também pela Angelina Jolie, ela também nunca gostou de ti, ela te engana com o Brad Pitt de certa forma, ela te usa porque finge que gosta de ti e de toda a gente para tu assistires os filmes dela, tu e ela poderiam ser felizes juntos, viver juntos, fazer amor, e sinceramente muita gente acredita que ela é a mulher mais bonita do mundo.

Resumindo: não faz sentido chorar e sofrer por uma pessoa que não te quer e que não se importa contigo, simplesmente não faz sentido.

Chora sim durante uns dias porque és humano, mas depois disso não vale a pena, não depende de ti, a culpa não é tua, a pessoa mostrou que não te ama, a pessoa não te quer. Sempre que quiseres chorar por essa pessoa porque tu lhe amas e lhe achas linda diz a ti mesmo primeiro vou chorar pela Angelina Jolie que é uma outra pessoa que eu amo e que eu acho linda.

Acreditem em mim, testei isso comigo dias depois de me ter separado da minha namorada e funcionou, eu amava-lhe de verdade mas também amo a Angelina Jolie e sinceramente meus amigos a Angelina Jolie não me ama e a minha ex-namorada também não, se eu quiser sofrer por uma tenho de sofrer também pela outra e sinceramente meus amigos, não faz nenhum sentido eu sofrer pela Angelina Jolie só porque ela não corresponde o meu amor. Só tenho que lhe deixar em paz, deixar ela viver a vida dela e continuar a minha vida.

A verdade é uma coisa impressionante, não é!?

****

Ressaca do Amor

Às vezes enchemos a cara de estar apaixonados, de ter esperanças de que alguém gosta de nós como nós gostamos dessa pessoa. Amamos e entregamo-nos sem medir consequências, fechamos os olhos para qualquer sinal de rejeição, forçamos uma sintonia que não existe, insistimos num acto de fé, tentando criar fogo apartir de água, procuramos o amor mesmo que seja apenas com o intuito de quase alcançá-lo, satisfazemo-nos com a quase noite perfeita, com o

romantismo acidental, a bondade que veio ao calha e a rara honestidade que emerge por efeito de duplas falsidades.

Mas ficamos ainda mais embriagados de desamor, abandono e solidão quando perdemos esse “quase” pelo qual nos humilhamos, pelo qual sacrificamos tanta coisa e tanto tempo. Quando somos finalmente abandonados lutando ainda por uma fracção de piedade e de amor.

A seguir é a ressaca do amor, as nossas dores de cabeça são o ódio que então sentimos pelas pessoas do sexo oposto, são o ódio que sentimos por termos chegado a nos importar, não queremos mais correr atrás de ninguém, não queremos mais nos entregar nem acreditar no amor e na paixão, queremos levar uma vida de celibatário, não queremos mais beber em olhos cheios de promessas de carinho e sensualidade, queremos olhar as pessoas do sexo oposto sempre com desconfiança, sem acreditar em nada que saia da boca delas. Queremos ir para um deserto e morrer abandonados e sozinhos.

Estamos na ressaca do amor, mas com a aspirina do tempo, logo voltaremos a abrir os nossos corações, logo voltaremos a deixar-nos prender nas redes de uma fémea ou macho qualquer, logo voltaremos a cair nessa mesma armadilha.

Mas porquê?

Porque ter uma fracção de amor, ainda é melhor que ter o nada que é o abandono, porque a pessoa menos amada faz parte das pessoas mais felizes do mundo, porque o amor é um vício e nós fazemos tudo para ter pelo menos um gole.

Bem haja a aspirina!

****

Amar é Perdoar

O que realmente define o amor é a capacidade de perdoar. Quem ama, perdoa.

As pessoas que amamos são as que tem a maior capacidade de nos magoar e quando nos magoam deixam marcas profundas de dor e sofrimento. Às vezes as pessoas que amamos fazem coisas que a primeira vista parecem imperdoáveis e

intoleráveis. Ferem-nos tanto que parece que apertam o nosso pescoço com as suas mãos.

Mas porque as amamos, perdoamos. Não porque somos bobos (Lembrem-se, não há vergonha em ser enganado), mas porque quando amamos alguém essa pessoa tem um valor muito grande para nós; talvez porque essa pessoa é única, e unicamente perfeita, unicamente engraçada, unicamente divertida, na sua forma singular de ser nós encontramos o motivo para viver, passamos momentos únicos que não tem preço, e só por estar ao lado dessa pessoa já estamos a fazer algo de extremamente importante para nós. E essa pessoa torna-se para nós a melhor coisa da vida, essa pessoa torna-se a nossa vida.

Não importa se o que a pessoa que nós amamos fez fere e dói como uma doença, iremos perdoar porque essa pessoa é a cura para essa doença e para a maior doença de todas: estar vivo.

****

Casamento Só Deve Ser Levado Seriamente

Um compromisso para a vida é um compromisso muito sério e deve ser levado somente de forma séria. Houve tempos em que o casamento era indissolúvel o que o tornava ainda mais rígido e sagrado, a escolha que a pessoa fazia sobre a mulher ou o homem com quem deveria casar-se deveria permanecer a mesma para o resto da sua vida, independentemente de tudo, de quão errado estava sobre a pessoa que escolheu, das vicissitudes do destino e de ter voltado a apaixonar-se.

Mas não se enganem, o divórcio não muda quase nada. Os frutos de um casamento, os filhos, tem essa mesma capacidade de tornar o casamento uma união para a vida. Os nossos filhos são parte de nós, e a não ser que haja algo errado conosco, nós não deixamos parte de nós a deriva, distante de nós, queremos-lhes sempre perto e queremos que essa parte de nós tenha um futuro melhor e não passe pelas dificuldades que eventualmente passamos.

O casamento tem portanto vários níveis e devemos vê-lo sempre como um compromisso para a eternidade, porque a união de duas pessoas é algo incrível, são duas pessoas que eventualmente vão constituir uma família com filhos, netos

e com tanta coisa que virá no caminho. É o mais perto que podemos chegar de ser Deus, conceber um ser humano, cria-lo e moldá-lo de acordo com os nossos princípios. É maravilhoso, é uma dádiva, o melhor da vida.

O casamento nunca deve ser constituído pelas razões erradas. Beleza, fortuna, fama, poder, nada disso realmente importa no lento e santo dia-a-dia que todos nós temos sobre as nossas cabeças. O que realmente importa são gostos similares, formas parecidas de ver o mundo, mesmas crenças, rir das mesmas coisas e chorar pelas mesmas tragédias. Não há nada tão triste como dividir a vida com alguém que considera uma comédia aquilo que nós consideramos uma tragédia.

A vida é extremamente complicada, quando nós pensamos que achamos a solução para torna-la fácil e feliz, descobrimos que afinal há ainda outras coisas que temos de solucionar. É um reservatório enorme que quando fechamos um buraco aparece outro do nada. Na pessoa mais bela do mundo, pode estar também a mais chata, na pessoa mais rica, a mais teimosa, na pessoa mais poderosa, a mais intolerável.

Procure apenas a pessoa que lhe ajuda a entender a vida e a ser feliz. A pessoa que mais consigo se parece, e vai ver a magia a acontecer no seu dia-a-dia.

****

Livre Espontânea Vontade

Livre espontânea vontade é o que caracteriza a liberdade e é o que ela tem de mais belo e de mais nobre.

A liberdade é a única coisa verdadeiramente nossa neste mundo, é algo que genuinamente possuímos. Podem nos impedir de exercê-la mas não podem tomá-la de nós, porque ela é parte do nosso espirito, da nossa alma e à esses só nós podemos controlar. Quem toma o nosso corpo e controla as nossas acções, não toma a nossa liberdade, toma apenas o nosso corpo e usa-o para executar as suas acções.

O nosso corpo não é genuinamente nosso, é uma grande lotaria e calhou-nos o que nos calhou. Mas a nossa liberdade! Isso é o que somos, o que queremos ser,

para onde queremos ir, o que queremos fazer. A nossa liberdade é o comandante da nossa vida, e tudo o mais em nós segue-a e obedece-a. É o nosso Eu!

Devemos ficar sempre muito agradecidos e honrados quando alguém se dispõe a fazer algo por nós de livre e espontânea vontade e devemos ficar sempre muito agradecidos e honrados quando recebemos os votos, o apoio, ou a ajuda das pessoas de livre e espontânea vontade.

Não há nada mais sagrado que receber algo vindo diretamente da liberdade de alguém, e nada se compara a ter alguém que decide de livre e espontânea vontade partilhar a sua vida conosco, para o bem e para o mal, na alegria e na tristeza. Essa pessoa poderia fazer qualquer outra coisa que lhe viesse a cabeça com a sua liberdade, poderia entrega-la a uma outra pessoa, mas decidiu entrega-la à nós! Nada se compara a essa sensação, a essa gratidão e satisfação de saber que somos depositários da livre e espontânea vontade de alguém.

Só essa livre e espontânea vontade é capaz de criar um sentimento tão etéreo, feito de magia e forte como o amor. Sem essa livre e espontânea vontade há apenas dois corpos, há apenas duas vozes e nenhuma ponte.

****

Socialize-se

Vivemos numa era em que a internet transformou-se numa extensão do nosso ser social da mesma forma que a alguns séculos atrás a mecânica transformou-se na extensão do homem enquanto um ser econômico.

Isto quer dizer que hoje em dia somos seres mais sociais do que éramos no passado. Socializar é das coisas mais produtivas que o homem pode fazer, através da socialização tornamo-nos mais sábios graças a experiência colhida de diferentes pessoas com quem mantemos contacto.

As redes sociais permitem-nos usufruir daquilo que a sociedade tem de melhor para dar: opinião, aconselhamento, troca de ideias, informação e comunicação.

Além da possibilidade de mantermos contacto com a família, colegas de escola, colegas de trabalho e pessoas que temos conhecido ao longo da nossa vida, as redes sociais oferecem ainda outra grande vantagem: os amigos virtuais.

Pessoas totalmente desconhecidas que de outra forma provavelmente não teríamos tido a oportunidade de conhecer. Alguns não passam de chatos azucrinadores, mas entre eles estão algumas das melhores pessoas que teremos a oportunidade de conhecer ao longo da nossa vida. Estes amigos acrescentam muito a nossa vida, pois cada um deles tem algo a acrescentar ao tesouro da nossa vida social.

Mas as redes sociais não servem só para conectar-nos aos nossos amigos reais e virtuais, mas também as pessoas que a sociedade admira e olha como modelo, as pessoas cuja atividade contribui para o benefício da sociedade. Temos hoje em dia a possibilidade de saber o que os nossos escritores, cantores, actores e celebridades pensam e fazem. Sabemos em primeira mão o que eles estão a preparar e o que tem ocupado os seus pensamentos, não sei de uma melhor forma de sentirmo-nos mais próximos dos nossos idolos.

As redes sociais são ainda uma forma interactiva, inteligente e prática de documentar a nossa vida e elas sem dúvida tornam o nosso dia-a-dia mais colorido e mais preenchido.

Aquilo que temos hoje de redes sociais: Facebook, twitter, Google Plus, são apenas encarnações, as redes sociais são talvez a maior descoberta dos tempos modernos e elas continuarão a evoluir e a misturarem-se com a nossa vida de forma tão perfeita que as próximas gerações pensarão que elas sempre existiram.

****

Ajude ao Seu Semelhante porque Ele É Semelhante à Si

Fui felizmente a uma reunião-palestra o outro dia onde se discutiram diversos assuntos, quando chegou a altura das intervenções uma senhora de nome Zaida, disse ter feito um estudo sobre a pobreza numa pequena localidade e ela disse que quando acabou o estudo ela chorou e escreveu um enorme relatório.

Claro que até aqui o discurso dela já tinha me tocado profundamente e eu e outros acenávamos como quem já tinha ouvido falar da situação, do mesmo jeito que acena agora caro leitor e do mesmo jeito que fica tocado agora.

Mas ela não parou aí.

A senhora Zaida disse que entrou numa casa onde uma pessoa acabava de morrer por não ter recebido tratamento. É que naquela casa ninguém tinha 5 Mt para apanhar o transporte para levar o doente ao hospital. 5 Mt, equivalente a um sexto de um dólar. A falta dessa quantia levar a morte de uma pessoa!

Aquilo deixou-me de rastros, deixou-me totalmente desnorteado: saber que alguém morreu por falta de 5 Mt. Aquele era um caso específico, contado de forma tão específica, profunda e com um desespero e raiva na voz que os meus olhos ficaram vermelhos e algumas lágrimas despontaram.

A senhora Zaida conta que depois daquele estudo ela entrou em crise e ficou doente. Acontece que nós estamos habituados a desligar o nosso cerébro para as desgraças alheias. Quando eu voltava para casa depois da palestra, eu vinha meditando e de repente comecei a pensar nas notícias da televisão. Quando os repórteres falam de guerras, são pessoas a serem perfuradas por balas, a serem cortadas com catanas, espadas, facas, quando falam de violência doméstica é uma pessoa a ser espancada, a ter a palma de uma mão a embater contra o seu rosto e o seu corpo, quando falam de más condições nas prisões, são pessoas amontoadas, cada uma delas as vezes com apenas um metro quadrado ou menos de espaço, e numa cela onde tem de fazer as suas necessidades e onde recebem a sua alimentação, quando falam de fome, estão a falar de pessoas que não tem o que meter na boca e que não podem contar com o apoio dos outros porque estamos num mundo muitas vezes frio onde o cerébro humano é capaz de simplesmente desligar-se e ignorar o vizinho que passa mal, que é espancado e que não tem 5 Mt para apanhar transporte para ir ao hospital.

Como posso eu viver num mundo assim.

Sim, a maioria de nós quer ser ricos e para isso é necessário algum egoísmo, mais não faz sentido termos já nos estabelecido e não ajudarmos o próximo. Se tomamos um refrigerante num quiosque pobre onde a garçonete recebe menos de salário mínimo, porque não deixarmos ficar 5 Mt de gorjeta, esse dinheiro pode fazer uma enorme diferença para ela. As pessoas que pedem na estrada, não o fazem por prazer, se dermos algumas moedas, estaremos também a contribuir grandemente para que essas pessoas tenham uma refeição.

Não nos é difícil imaginar os efeitos da fome num indivíduo. Não nos é difícil imaginar o que é ser cortado ou furado por uma arma, então façamos de tudo para que isso não aconteça com ninguém.

A nossa sensibilidade e a capacidade de sermos caridosos é o que nos faz pertencer a uma espécie superior. Preocupar-se apenas com o seu próprio avanço é ser um animal selvagem, e até pior que um animal selvagem porque há pessoas que trairiam a própria mãe, o próprio filho, o próprio irmão por dinheiro.

No fim da vida amealhamos dinheiro e para que porcaria serve esse dinheiro, senão podermos andar na rua e ser comprimentados pelas pessoas, não porque nos temem, mas porque nos amam. Sabermos que quando a Dona Ana do lado precisou levar o filho ao hospital nós demos o dinheiro de transporte ou levamos o doente no nosso automóvel, saber que ajudamos o vizinho Pedro a resolver um pequeno problema, sabermos que nos mostramos abertos ao mundo.

Todo o adulto sabe o que é estar vivo e todo aquele sofrimento porque nós passamos quando temos uma dificuldade, quando estamos com dívidas, quando perdemos alguém, quando estamos simplesmente deprimidos, os outros também passam. A dor dos nossos semelhantes é uma dor que nós conhecemos muito bem, e não fazer os possíveis para mitigar essa dor, sob qualquer forma que ela tome, é ser cúmplice dela.

Caro leitor, não seja cúmplice da dor.

A riqueza é importante mas um coração rico é um tesouro só seu, enterrado em seu peito, cujo o brilho, o reluzir, pode contemplar sempre que quiser. E sempre que for caridoso acrescentará um sorriso de agradecimento dourado à esse tesouro.

Ajude ao seu semelhante porque ele é semelhante à si.

**********FIM**********

Stélio Inácio é um escritor Moçambicano nascido em 1986 em Maputo que começou a sua atividade literária como poeta com o livro “O Meu País É Esférico, Azul e Pasmoso”, mas que com o tempo tornou-se romancista, dramaturgo e cronista. Na sua obra destacam-se **Romance em Maputo**, **Espreitar 40 Anos no Futuro**, **Sr. Psicologo, Diga-me Como Ser Feliz!** e **Conselhos e Lições para a Vida**. A sua atividade literária centra-se a volta do seu website: www.stelioinacio.com que ainda trará muita literatura inovadora com incríveis projectos literários como o **365 Dias de Literatura – Uma**

Crónica Literária Por Dia que deu origem a ao livro Conselhos e Lições para a Vida.

Projectos antigos incluem Contos de Divulgação Literária (2008) e Ano do Teatro (2010).

Stélio Inácio pretende lançar um projecto ou pelo menos um Romance todos os anos.

Página deste livro no Facebook:

www.facebook.com/livrovivamelhor

Stélio Inácio nas redes sociais:

twitter: @stelioinacio

gmail: stelioinacio@gmail.com

www.stelioinacio.com