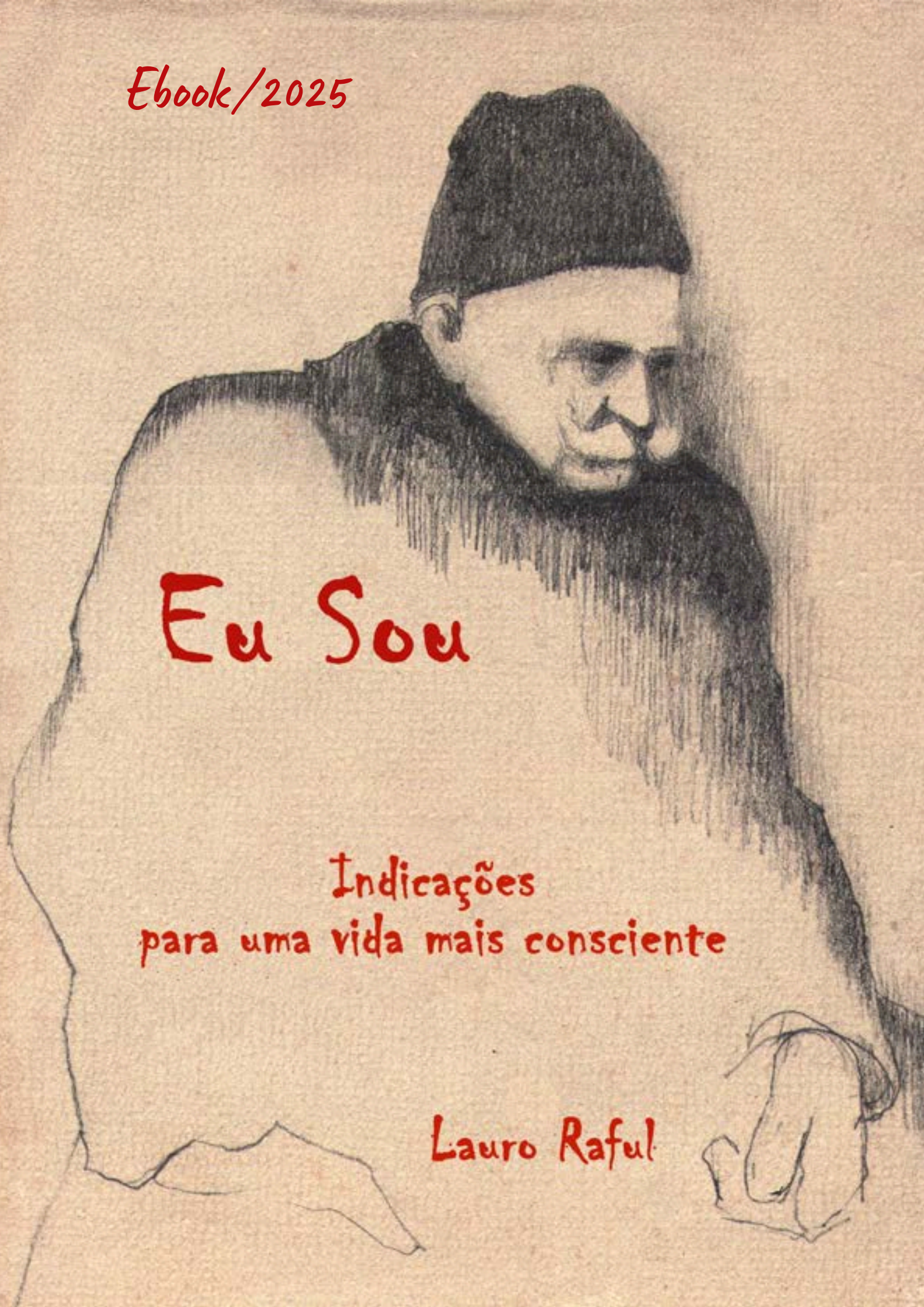


Ebook/2025



Eu Sou

Indicações
para uma vida mais consciente

Lauro Rafal

PREFÁCIO

No dia 25 de março de 2020, nosso Mestre Lauro Raful, devido à pandemia que se alastrava, impedindo-nos de nos reunir presencialmente com ele, viu-se na iminência de ter de parar com os encontros na Rua Augusta, onde funciona a Escola Gurdjieff Lauro e Paulo Raful, que dirigiu por mais de 50 anos, ao lado do nosso querido Mestre Paulo Raful, seu irmão, falecido em setembro de 2019. Como nós, seus alunos, continuávamos sedentos do Conhecimento que sempre nos alimentou nessa Escola, resolveu satisfazer nossos anseios, gravando mensagens que pudessem tocar o intelecto e o coração de todos nós.

Ao lado das maravilhosas mensagens por ele plantadas, que germinaram como lindos botões de flores em nosso jardim interior, resolveu fazer algo inédito, que marcou o início de uma nova etapa em nossa Escola. Começou a escrever poesias, contendo tesouros de conhecimento, que adaptou as melodias populares, já conhecidas de muitos, e que têm trazido um alento em meio ao fluxo inexorável das nossas vidas, repletas de vicissitudes.

Para que a riqueza de Ensinos contidos nessas mensagens e letras de música não fosse perdida, resolvemos transcrevê-las, preparando-as para a presente publicação.



Este livro revela a essência de um Conhecimento oculto que o Mestre dos nossos Mestres, George Ivanovich Gurdjieff, soube trazer para o ocidente no início do século XX e que os irmãos Raful, que foram buscar essas ideias transmitidas pelo Dr. Conge, um aluno direto do Sr. Gurdjieff, souberam tão bem adaptar aos nossos tempos.

Queremos expressar aqui a nossa reverência e gratidão aos nossos para sempre amados Mestres de todos os tempos, que deram uma razão de ser à nossa existência, reduzindo o egoísmo cristalizado em nossa presença e aumentando a cada dia o Amor incondicional por outros Seres como parte da nossa verdadeira Natureza.

Alunos da Escola Gurdjieff Lauro e Paulo Raful



SUMÁRIO

Um público diferente – (01/01/2025)	07
A velha dama, o monge e a jovem – (08/01/2025)	14
O segredo da paz no mundo – (15/01/2025)	20
Os dois espíritos da jovem – (22/01/2025)	25
A pedra preciosa – (29/01/2025)	33
Pensar, ou não pensar – (05/02/2025)	39
A natureza de Deus – (12/02/2025)	45
Lenda Indiana – (19/02/2025)	51
O espírito da velha dama – (26/02/2025)	57
O espelho no cofre – (05/03/2025)	63
Larvas de um cadáver – (12/03/2025)	70
O vento no saco – (19/03/2025)	75
Não adianta polir a telha – (26/03/2025)	81
A fisiologia obriga – (02/04/2025)	88
As duas vacas no mar – (09/04/2025)	94
O reflexo da Lua na água – (16/04/2025)	101
A velha contrabandista – (23/04/2025)	107
Vamos acabar com esta folga – (30/04/2025)	115

O milagre – (07/05/2025).....	122
O motorista – (14/05/2025).....	130
Entrevista com um notório corrupto honesto – (21/05/2025).....	137
À beira mar – (28/05/2025).....	147
História do passarinho, um conto de fadas revisitado – (04/06/2025).....	154
Diálogo de réveillon – (11/06/2025).....	162
Diálogos hipotéticos de um pai com o filho recém-nascido – (18/06/2025).....	169
Frank e John. Vãs especulações sobre a existência de Deus – (25/06/2025).....	178
Prova falsa – (02/07/2025).....	186
El sombrero ‘O chapéu’ – (09/07/2025).....	193
Com a ajuda de Deus – (16/07/2025).....	199
Conversa de viajantes – (23/07/2025).....	205
Não peça a Deus – (30/07/2025).....	213
Os dias se repetem – (06/08/2025).....	218
Não se deixe levar – (13/08/2025).....	224
Vou para o deserto – (20/08/2025).....	230
O casamento do leão e o cumprimento do ratinho – (27/08/2025).....	237

A adivinha – (03/09/2025)	243
O leão, a cabra montesa e a raposa – (10/09/2025)	249
Lucrando com os inimigos – (17/09/2025)	255
Nossos inimigos, amigos? – (24/09/2025)	260
Cale-se – (01/10/2025)	265
O filosofo teimoso – (08/10/2025)	271
Quem está melhor – (15/10/2025)	276
O mestre de luta romana – (22/10/2025)	283
O clérigo – (29/10/2025)	289
A serpente – (05/11/2025)	296
Apagando o brilho – (12/11/2025)	302
Pensando consigo mesmo, longe da civilização – (19/11/2025)	309
O frangote vaidoso – (26/11/2025)	316
Esoteric Land – (03/12/2025)	321
O gênio atrapalhado – (10/12/2025)	326
O preço da inveja – (17/12/2025)	332
Proibido fumar – (24/12/2025)	338
A origem da violência – (31/12/2025)	344



São Paulo, 1º de janeiro de 2025.

Um público diferente

Otan ouvia atentamente os ensinamentos de seu Mestre. Na primeira vez, a assistência era numerosa, mas pouco a pouco, ao longo dos dias seguintes, a sala se esvaziou.

Finalmente um dia, Otan se viu só com seu preceptor. O Mestre lhe disse:

— Não posso ensinar só para você e além de tudo estou cansado.

Otan prometeu voltar trazendo muita gente. No dia seguinte apareceu sozinho e falou:

— Ah! Hoje o senhor pode ensinar, encontrei muitos assistentes.

Otan havia trazido várias bonecas e bonecos, e instalou-os na sala. O Mestre, surpreso, exclamou:

— Mas são bonecos!

— De fato! — respondeu Otan. Mas todos que aqui vieram não valem mais que esses bonecos. Eles não compreendiam seus ensinamentos, só eu entendia a profundidade e a verdade contidas neles.



Mesmo que muitos estivessem vindo, fariam apenas número, uma decoração vazia sem nenhum valor.

É por isso que se diz: Muitos são apenas curiosos, mal ouvem e se vão. Outros ouvem, mas não escutam. Outros ainda não praticam o pouco que ouviram e preferem continuar no seu mundo de sonhos e crenças.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Nunca despreze um pequeno infortúnio por menor que seja, pois ele nunca vem sozinho, costuma vir em cadeia.

Com frequência, a adversidade nos mostra pequenos indícios como que para nos avisar e nos pôr em guarda.

Se ficarmos atentos, poderemos corrigir rumos e objetivos.

As desditas em geral servem para nos acordar e nos tirar de uma falsa sensação de segurança, onde acreditamos que a mudança da sorte não nos atingirá. Nada mais falso.

O chamado azar geralmente é atraído por atitudes nossas não detectadas a tempo.



Todos tentam fugir dos azarados e procuram se agarrar aos felizardos como tábua de salvação. Amigos assim não merecem ter vida longa ao nosso lado.

Aquele que nada enxerga, que põe a culpa da sua infelicidade nos outros e nos acontecimentos, carece de conhecer a si mesmo, não busca contato com sua razão profunda e navega sempre em águas perigosas sem saber conduzir seu barco na boa direção.

Prepare-se, instrua-se, aprenda com sua própria história, estude o comportamento dos amigos, das pessoas em geral e de personagens que viveram séculos atrás.

Se soubermos tirar lições daqueles que já passaram por este mundo, saberemos não despertar a infelicidade enquanto ainda é tempo.

Um pequeno tropeço não significa nada a princípio, mas se não o corrigirmos, ele poderá nos levar a uma queda sem fim, fatal, pois assim como nenhum bem se completa, nenhum mal se acaba totalmente.

Enfrente os infortúnios enviados pelo céu com paciência, resignação e inteligência.



As adversidades causadas pela comunidade, sócios, amigos, parentes, trate-as com muita atenção, prudência e bom senso, e não se deixe influenciar pelo ruído ao seu redor.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

**O CAMINHO DOS AMANTES
NÃO É COBERTO DE DIAMANTES!**

Lembre-se, nunca se esqueça, nunca padeça, o caminho dos amantes não é coberto de diamantes! Lembre-se, a vida é bela, lembre-se da vida singela.

Aproveite a chance, talvez não tenhamos outra.

Deixe o temor e avance!

Uma pequena alameda, um pôr do sol, acendem uma labareda.

Ouçá o rouxinol!

Todos temos um destino, escolha o seu. O seu nunca será igual ao meu.

Demonstre sua dor em nome do amor!

Encontre seu lugar neste mundo, nada tema.



Deixe os eventos chegarem, seja o seu lema.

E, então, quando tudo passar, virão nos
congratular. Ninguém pode viver nossa vida,
chorar as nossas dores, colher as nossas flores!

Atente agora à letra da nossa canção:

**O CAMINHO DOS AMANTES
NÃO É COBERTO DE DIAMANTES!**

*Lembre-se, nunca se esqueça,
lembre-se, nunca padeça,
o caminho dos amantes
não é coberto de diamantes!*

*Lembre-se, a vida é bela,
lembre-se da vida singela.
Não teremos outra chance,
deixe o temor e avance!*

*Uma pequena alameda,
um pôr do sol,
acendem uma labareda.
Ouço o rouxinol!*

*Todos temos um destino,
escolha o seu,
nunca será igual ao meu.
Demonstre a sua dor
em nome do amor!*



**Nunca se esqueça,
lembre-se, nunca padeça,
o caminho dos amantes
não é coberto de diamantes!**

**Lembre-se, a vida é bela,
lembre-se da vida singela.
Não teremos outra chance,
deixe o temor e avance!**

**Encontre seu lugar neste mundo,
nada tema.
Deixe os eventos chegarem,
seja o seu lema!**

**E, então, quando tudo passar
virão nos congratular.
Não podem viver nossa vida,
chorar as nossas dores,
colher as nossas flores!**

**Nunca se esqueça,
lembre-se, nunca padeça,
o caminho dos amantes
não é coberto de diamantes!**

**Lembre-se, a vida é bela,
lembre-se da vida singela.
Não teremos outra chance,
deixe o temor e avance!**



***Lembre sempre, lembre sempre,
o caminho dos amantes
não é coberto de diamantes!***

***Lembre sempre, lembre sempre,
não teremos outra chance,
deixe o temor e avance!***

***Lembre sempre, lembre sempre,
o caminho dos amantes
não é coberto de diamantes!***

***Lembre sempre, lembre sempre,
não teremos outra chance,
deixe o temor e avance!***

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

**248 - Música - O caminho dos amantes
não é coberto de diamantes!**



São Paulo, 08 de janeiro de 2025.

A velha dama, o monge e a jovem

Havia uma velha dama que abrigava na sua propriedade um monge de traços bonitos e bem apessoados.

Ele vivia como eremita e dia e noite praticava meditação numa pequena cabana, que ela mandara construir no fundo do seu quintal.

Vivia nesse local há muitos anos, sem incomodar ninguém e por ninguém incomodado.

Um dia, chegou na casa da velha dama uma bela moça. A senhora lhe disse:

— Vá visitar o ermitão, ele certamente está praticando meditação. Vá e abrace-o!

Ao vê-lo, a jovem lhe disse:

— Belo eremita, eu o amo. Pare a sua meditação e me faça amor.

O monge sem titubear respondeu:

— Sou tal e qual uma árvore seca, um rochedo frio. Mesmo que você me abrace, nada sentirei por você.



A jovem então voltou junto a velha dama que estava curiosa para saber o que se passara. Ela contou-lhe tudo e a velha senhora comentou com tristeza:

— Como pude perder anos protegendo esse monge imbecil! Medita, medita e cada vez mais insensível.

Furiosa e rapidamente foi até a cabana, mandou o jovem embora e queimou-a.

É por isso que se diz: Quem disse que a prática da meditação serve para nos levar a uma insensibilidade fria, destituída de sentimentos? Desfrute de tudo que a vida lhe oferecer! Ela é única. Não deixe para depois o que já devia ter feito.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Confie na sua bagagem de sabedoria, de tudo que compreendeu resultante de esforços feitos desde sua infância, obtida a duras penas, com muito sofrimento e trabalho.

Reveja-a sempre, atualize-a, transforme-a e a adeque às necessidades do momento, sem jamais apelar para a teimosia e medo de mudança.



Devemos ser flexíveis como o bambu que se dobra ao vento, mas não se quebra.

O duro sempre encontrará algo mais forte que o partirá ao meio.

Não se deixe levar pelas últimas tendências que sempre tentam nos convencer e enganar. Aceite o que for proveitoso e rejeite o ardiloso. Os ardis são o que mais encontraremos no nosso caminho. O mundo está repleto de embusteiros e devemos logo aprender a separar o joio do trigo.

Não acredite nas últimas notícias ouvidas e veiculadas nas mídias. Reflita, pondere e veja a verdade por trás do que é dito e visto.

Não permita que seus sentidos sejam semelhantes à cera, onde qualquer um imprime sua marca, apagando todas as demais.

A atenção cuidadosa distingue o real do falso e não permite a invasão bárbara das *fake news* que assolam o mundo moderno. Aquele, aquela que aceita sem ponderação e reflexão tudo o que lhe é ofertado, é semelhante a um Peter Pan que se recusa a crescer e pensar por conta própria.

Ser adulto não significa apenas chegar à maioridade, passar dos dezoito anos. A vontade de uma criança muda a todo instante, não tem um eixo que a dirige, além dos pais.



Ser adulto consciente é não ser volúvel nos julgamentos, nas afeições, não acreditar no fluxo automático da vida, e sim ter uma vontade inquebrantável e os sentidos vigilantes, prontos para uma resposta justa a todas as demandas da vida.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

PARECE QUE O TEMPO NÃO PASSOU!

Parece que o tempo não passou e a vida apenas começou.

Cada dia tudo se renova, nada permanece, se transforma!

Assim a vida continua sempre jovem.

Novos ciclos sempre se iniciam e podemos nos remodelar!

Passamos a vida preocupados sem notar o Sol nascer, sem notar os olhares furtivos, os amores que dão sentido à vida.

Os contatos acalentam, o convívio atrai, nos livra da solidão. Faz bem ao coração. De noite o amor aquece, de dia brilha e enaltece!



Percebemos que o tempo se foi quando os amigos rareiam, os caminhos se apartam.

Mentiras, desencontros, tudo nos separa e o que se foi nunca mais voltou.

Viver e amar, a vida recomeça. Silencie, aquiete, volte para Si!

Chega de poesia, o Sol já vai nascer!

Atente agora à letra da nossa canção:

PARECE QUE O TEMPO NÃO PASSOU!

***Parece que o tempo não passou,
a vida apenas começou.
Cada dia tudo se renova,
nada permanece, se transforma!***

***Parece que o tempo não passou,
a vida continua assim.
Um novo ciclo iniciou,
a passagem nos remodelou!***

***Passamos a vida preocupados
sem notar o Sol nascer,
os olhares furtivos e amores
que dão sentido à vida!***



**Os contatos acalentam,
o convívio atrai, nos livra da solidão,
faz bem ao coração.
De noite, o amor aquece,
de dia, brilha e enaltece!**

**Parece que o tempo se foi,
os amigos rarearam,
os caminhos se apartaram.
Mentiras, desencontros, tudo separou,
o que se foi nunca mais voltou!**

**Viver e amar, a vida recomeça.
Silencie, aquiete, volte para Si!
Chega de poesia,
o Sol já vai nascer!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

249 - Música - Parece que o tempo não passou!



São Paulo, 15 de janeiro de 2025.

O segredo da paz no mundo

Em tempos idos, um elefante, um macaco e um pombo se reuniram numa floresta e disseram:

— Devemos ficar juntos, em paz, unidos intimamente, sob as leis dos mais antigos.

— Quem é o mais antigo? O mais velho entre nós?

O elefante disse:

— Quando cheguei a esta floresta, as árvores tinham o tamanho e a espessura do meu rabo.

O macaco falou:

— Quando cheguei aqui as árvores eram tão pequenas quanto meu rabo, bem pequenas.

O pombo completou:

— Quando cheguei aqui voando, tudo era pequeno, do tamanho de uma pena da minha asa.

O macaco então subiu no dorso do elefante, o pombo se instalou na cabeça do macaco e os três se puseram a cantar.



“Devemos respeitar os mais antigos, devemos viver nesta floresta segundo as leis do mais velho. Esse é o segredo da paz no mundo”.

É por isso que se diz: Respeite a ordem natural das coisas. Não infrinja as leis da natureza, ela é a mais antiga, e a paz será uma consequência.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Não viva só para si mesmo, dedique-se a ajudar o próximo. Pense e reflita, e considere o outro.

Assim fazendo, podemos compreender quem somos e o que fazemos neste planeta.

Viver exclusivamente para si é ser o tirano da sua própria vida, é fechar-se numa redoma e não permitir que nada nos atinja. O que é uma impossibilidade.

Se quiser viver apenas para si próprio, você quererá tudo para si. Alguns não sabem ceder, nem nas menores coisas ou abrir mão sequer de uma parcela ínfima de sua comodidade. Nunca fazem nada para os outros. Aham que se bastam estando sozinhos e adquirem uma falsa sensação de onipotência. Não entendem que na vida dependemos uns dos outros para as mínimas necessidades diárias.



Sem a ajuda de centenas e milhares de pessoas, nossa vida seria muito mais difícil do que já é.

Quando sentimos que pertencemos aos outros, os outros também nos pertencem. E com isso formamos uma grande família, sem distinção de raça, cor ou credo.

Mas, acautele-se! Há quem se entregue totalmente aos outros. Não seja ingênuo e insensato! Não ceda a esse excesso! Se você se põe à disposição dos outros e não coloca algum tipo de freio, aqueles a quem serve se aproveitarão e abusarão de sua boa vontade, de suas posses e drenarão sua energia não sobrando nada para si.

Organize seu dia, dedique o tempo certo para seus próprios interesses, resolva seus assuntos pendentes, não deixe que os problemas se amontoem à sua frente, esperando que amanhã seja diferente.

Cada dia que o Sol nasce é uma nova Vida. Todos os anos vivemos trezentos e sessenta e cinco vidas. Nascemos, morremos, renascemos.

O que nos mantém íntegros são a nossa consciência e as nossas memórias, que são o fio condutor da nossa existência.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*



NESTA VIDA NINGUÉM DURARÁ PARA SEMPRE

Nesta vida ninguém durará para sempre, na outra vida, não sei o que será da gente.

Se pudesse escolher entre tudo que vivi, elegeria o conhecer e o compreender, e mostraria o que aprendi.

Um coração focado e amante é tudo que almejo. Momentos quentes e vibrantes são tudo que planejo.

Não esquecerei os instantes que passei, se a vida me deixar, de todos, me lembrarei.

Quando meu dia chegar, o que tiver de ser, será. Hoje, penso e reflito, se algo ainda restará!

Atente agora à letra da nossa canção:

NESTA VIDA NINGUÉM DURARÁ PARA SEMPRE

***Nesta vida ninguém
durará para sempre,
na outra vida, não sei
o que será da gente!***

***Se pudesse escolher
entre tudo o que vivi,
elegeria o conhecer
e mostraria o que aprendi!***



**Nesta vida ninguém
durará para sempre,
na outra vida, não sei
o que será da gente!**

**Um coração focado e amante
é tudo o que almejo,
momentos quentes e vibrantes,
são tudo o que planejo!**

**Nesta vida ninguém
durará para sempre,
na outra vida, não sei
o que será da gente!**

**Não esquecerei
os instantes que passei,
se a vida me deixar,
de todos, me lembrarei.**

**Quando o meu dia chegar,
o que tiver de ser, será.
Hoje, penso e reflito,
se algo ainda restará!**

**Nesta vida ninguém
durará para sempre,
na outra vida, não sei
o que será da gente!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

**250 - Música - Nesta vida ninguém
durará para sempre**



São Paulo, 22 de janeiro de 2025.

Os dois espíritos da jovem

Na China do século XI, havia uma família com uma filha única muito linda. Seu pai prometeu ao seu sobrinho que, quando fossem adolescentes, poderiam se casar, pois os dois formavam um par perfeito.

Mas o governador da província foi tocado pela beleza estonteante que estava escondida nessa filha. Pediu a mão da moça para o pai que, então, fez que se esqueceu da promessa feita.

Os dois enamorados, tristes e abatidos, não sabiam o que fazer.

O moço, desolado, decidiu ir embora desse lugar infeliz. Uma noite, pegou seu barco de pesca e seguiu a corrente do rio. Por volta da meia-noite, à luz do luar, avistou uma sombra na margem. Seria um fantasma? Não. A sombra o chama e ele reconhece a voz, era a sua prometida.

— Quero ir com você, — disse ela.

Cinco anos repletos de felicidade se passaram. A jovem deu à luz duas crianças. Um dia ela lhe disse:



— Meus pobres pais devem estar preocupados comigo. Muito tempo já se passou. Vamos visitá-los.

Assim fizeram. O jovem marido, por precaução, decidiu ir sozinho à casa dos sogros para evitar uma surpresa desagradável.

Foi recebido com gritos de alegria, e rapidamente o informaram:

— Desde que você partiu, nossa filha não deixou o leito, inconsciente, morta, imóvel. Você veio salvá-la!

O moço nada entendeu e disse:

— Não, sua filha está comigo! Temos dois filhos nascidos da nossa união!

Foram então ao quarto e a jovem acamada, de tez pálida, acorda e sorri.

O moço aturdido foi buscar a esposa. Os pais veem na soleira da porta a filha sorridente e bela.

Eram como gêmeas. As duas se viram face a face e de repente elas se unem numa só pessoa.

O pai então disse:



— Foi o espírito da minha filha que o seguiu!
Você viveu com um fantasma!

A moça então retrucou:

— Não, o fantasma ficou aqui. Eu fugi para me casar com meu amor e meus dois filhos comprovam essa verdade!

Nessa estória quem está com a razão?

Na nossa vida ordinária vivemos uma dupla personalidade: uma que sonha e uma que vive. Qual é o verdadeiro eu? Existe um espírito e um corpo separados?

É por isso que se diz: O céu e a terra têm a mesma raiz e formam um só corpo sem limites, infinitos, eternos.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Associe-se àqueles com quem pode aprender. Não se apegue a pessoas que não contribuem para o seu desenvolvimento.

Isso não significa não ajudar o próximo, o necessitado que pede auxílio. Mesmo o mais lesado dos seres pode nos ensinar, dependendo da nossa atitude frente à pessoa.



Faça do convívio amigável uma escola de aprendizado e torne a conversação instrutiva, por menos erudito que seja o outro. Erudição não significa sabedoria. Faça dos amigos, professores. E combine a utilidade da aprendizagem com o prazer da conversa.

Quando estamos livres, soltos, descontraídos, não esperando nada, somos premiados pelo que o outro tem de melhor.

O que dissermos será recompensado pela escuta atenta dos ouvintes, e o que escutarmos se transformará em instrução.

O que nos atrai nos outros é, em geral, a nossa própria conveniência.

Quanto mais atentos estivermos nesse contato, mais nobres se tornarão as nossas relações.

Seja cauteloso, cautelosa, não acredite que as pessoas famosas, célebres, sejam possuidoras de conhecimentos profundos e tenham algo a ensinar.

Hoje em dia, a fama visita aleatoriamente um número grande de seres que precisam a todo custo aparecer para se sentirem existindo. E depois, fazem de tudo para se passarem incógnitos no meio da multidão.



A fama não é boa companhia e exaure seus contemplados, sugando-lhes a energia.

Procure ser célebre por seus conhecimentos, bom senso, modéstia, simplicidade no agir e no viver.

Cerque-se de pessoas que buscam essas qualidades e outras correlatas, e juntos tornem-se um exemplo duradouro de discrição e sabedoria elegantes.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

COMANDANTE

Comande a sua própria vida, seja dono e autor. Não se entregue a este mundo pleno de mentiras e crenças.

Viva aqui, viva hoje, a vida nos presenteia, ser consciente nos ensina a viver!

Ninguém quer saber da Verdade, não vamos insistir! Não querem saber da origem onde tudo se inicia.

A Verdade não é humana, aprende-se isso a duras penas.

Alegria para todos é utopia.



Não repita os mesmos erros e enganos. O maravilhoso surge, a musa vem nos resgatar, seu amor é maior que o ódio, ele nos salva!

Largue o que passou, tudo que fizemos já se foi.

O tempo é curto e longo, ele nos ajuda a progredir e nos prepara para partir!

Atente agora à letra da nossa canção:



COMANDANTE

**Comandando, sou dono da minha vida
neste mundo pleno de mentiras e crenças.**

**Vivo aqui, vivo hoje!
A vida me presenteia,
ser consciente me ensina a viver!**

**Ninguém quer saber da Verdade,
não vamos insistir!
Não querem saber da origem
onde tudo se inicia.**

**A Verdade não é humana,
soube a duras penas.
Alegria para todos é utopia,
mesmo assim busco a cura!**

**Comandando, sou dono da minha vida
sem repetir os mesmos erros e enganos.
O maravilhoso surge,
a Musa vem me resgatar,
seu amor, maior que o ódio, me salva!**

**Ninguém quer saber da Verdade,
não vamos insistir!
Não querem saber da origem
onde tudo se inicia.
A Verdade não é humana,
soube a duras penas.
Alegria para todos é utopia,
mesmo assim busco a cura!**



Ah, ah, ah, mesmo assim busco a cura!

**Comandando, largo o que passou,
fiz muita coisa, mas, hoje, tudo se foi.
O tempo é curto e longo,
ele me ajudou a progredir
e, agora, já estou pronto para partir!**

**Ninguém quer saber da Verdade,
não vamos insistir!
Não querem saber da origem
onde tudo se inicia.**

**A Verdade não é humana,
soube a duras penas.
Alegria para todos é utopia,
mesmo assim busco a cura!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

251 - Música - Comandante

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 29 de janeiro de 2025.

A pedra preciosa

Dois amigos se reencontram após muitos anos sem se verem. Um era rico, o outro era mendigo de rua.

Para festejar o encontro, beberam em uma taverna. O mendigo, bastante bêbado, dormiu no banco em que estava sentado.

O amigo, cheio de compaixão, antes de partir colocou no seu bolso um valioso diamante, e pensou:

— Se meu pobre amigo tiver dificuldades, poderá vendê-lo e conseguir uma boa soma.

Ao acordar, o mendigo nem percebeu o tesouro e continuou sua vida de miséria. Um ano depois, as circunstâncias fizeram com que se encontrassem de novo.

— O que aconteceu, por que você ainda mendiga?

— Ah, sou incapaz de ganhar dinheiro.

— Seu imbecil, você não encontrou o tesouro que eu pus no seu bolso?



O mendigo não soube o que responder, ele nada percebera. Provavelmente jogou a pedra fora achando que era um estorvo no seu bolso.

É por isso que se diz: Quantas vezes recebemos tesouros inimagináveis ao nosso alcance e só os percebemos quando é tarde demais.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Palavras e feitos fazem um ser perfeito.

Palavras ao vento não permanecem, são fáceis de pronunciar, mas padecem de muitas dificuldades para se realizar.

Palavras que não são acompanhadas por atos eficientes e aprovados, são como sons ocos destituídos de verdade e diminuem quem as profere.

Diga sempre o que é bom e verdadeiro, e execute o que é louvável. Ponha sua mente e coração em uníssono e o espírito criativo, que reside no nosso interior, terá toda a chance de se manifestar e abrilhantar o mundo com sua graça e leveza.

As palavras são a origem dos feitos e elas devem ser bem pensadas e ponderadas, para que seus atos se tornem obras de arte.



Quando afirmamos isso, não queremos dizer que precisamos executar grandes obras para que o som proferido tenha um enorme significado. Não! Nos atos mais corriqueiros, busque a verdade no que é dito.

Largue as formas mentirosas ao se expressar.

Saiba se o que diz será cumprido ou não. No fundo, sempre sabemos se somos verazes ou não.

Não se entregue passivamente à dubiedade. Aprecie as pessoas que pensamentos e atos estejam em sintonia. Isso as tornará seres de qualidade superior à média.

É muito fácil falar por falar, o difícil é agir. Se tudo que falarmos e executarmos for feito a partir de uma consciência desperta, poderá servir para outros seres que talvez nem conheçamos, mas que se beneficiarão.

Atos mais conscientes se propagarão nessa corrente de vida sem fim, que conduz a espécie humana e a ajudará a avançar em compreensão e clareza.

Resumindo: nossos feitos devem ser fruto de uma reflexão consciente e ponderada. As palavras então serão sábias, precisas e verazes.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

NÃO QUERO A MESMA VIDA OUTRA VEZ!

Trazemos conosco as memórias de tudo que passou.

O tempo passa e sua marca sempre fica.

Todos temem o tempo, mas fingem que não se importam.

Ele não para e tudo se modifica, destrói tudo à nossa volta, o bom, o mal e a revolta.

Caminho hoje pela estrada, pensando na minha amada.

Uma luz se acende no fim da linha, nosso destino é sem volta!

Quando meu tempo acabar e eu não puder mais ficar, partirei, alma leve como sonhei!

Tão certo como o Sol nasce, a vida sempre renasce.

Tudo certo, então, mas creio que não estarei mais por perto!



Sei que meus versos soam difíceis. Lembro-me do quanto sofri. Não peçam pra eu esquecer o que senti; amei e apreciei tudo o que vivi. Mas juro que não quero a mesma vida outra vez!

Atente agora à letra da nossa canção:

NÃO QUERO A MESMA VIDA OUTRA VEZ!

***Trago comigo as memórias
de tudo o que passou.
O tempo para mim nada significa,
mas sua marca sempre fica!
Ninguém parece se importar,
o tempo não para e tudo se modifica!***

***Caminho, hoje, pela estrada,
pensando na minha amada!
O tempo destrói o mundo à nossa volta,
o bom, o mau e a revolta.
Uma luz se acende no fim da linha,
o meu destino é sem volta!***

***Quando meu tempo acabar
e eu não puder mais ficar,
partirei, alma leve, como sonhei!
Tão certo como o Sol nasce,
a vida sempre renasce.
Tudo certo, então, mas não estarei por perto!***



**Caminho, hoje, pela estrada,
pensando na minha amada!
Sei que meus versos soam controversos.
Lembro-me do quanto sofri.
Não peçam pra esquecer o que senti;
amei e apreciei tudo o que vivi.**

**Mas juro que não quero
a mesma vida outra vez!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

252 - Música - Não quero a mesma vida outra vez!



São Paulo, 05 de fevereiro de 2025.

Pensar, ou não pensar

Habitando numa montanha fria e longínqua, um poteiro moldava um pequeno jarro junto ao fogo quando a horripilante velha da montanha aparece e diz:

— Que frio do capeta!

O poteiro pensa:

— Valha-me Deus! É a horrenda velha da montanha que veio me buscar! Pra escapar tenho que jogar-lhe cinzas.

Escutando os seus pensamentos, ela diz:

— Você quer jogar cinzas em mim?

Desconcertado, sem saber o que fazer, ele pensa mais uma vez:

— Ela vai experimentar o sabor da minha machadinha!

Mais uma vez ela retruca:

— Você quer cortar a minha cabeça? Kkkkk



A velha repetia o conteúdo dos seus medos, ela adivinhava tudo o que ele pensava.

O poteiro percebeu que estava próximo do seu fim. Decidiu, então, não pensar em mais nada, e continuou a executar seu trabalho em total silêncio interno.

De repente, sem nada pensar, joga no rosto da horrível criatura um punhado de cinzas.

Derrotada, a velha foge e não volta nunca mais.

É por isso que se diz: Pensar e sentir são as qualidades fundamentais do ser humano. O pensar consciente deveria ser o nosso grande objetivo; o pensar automático só desgasta e depaupera nossas forças.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Prepare-se para os momentos difíceis enquanto a vida nos sorri.

A alternância de situações é uma das leis deste nosso grande universo e ela é uma constante no mundo.

Não existe montanha sem planície, verão sem inverno. Na primavera, onde tudo floresce, é sensato prover-se para o outono.



Os favores então são menos onerosos e as amizades muitas.

É bom se poupar para um dia chuvoso.

A adversidade é cara e nela tudo falta.

Mantenha à sua volta um punhado de amigos verdadeiros. Algum dia você valorizará o que agora, parece sem importância.

Na prosperidade, falsos amigos se apresentam, dizendo ser seus admiradores desde a tenra infância. Os bajuladores beijam-lhe a mão e juram fidelidade até que a morte os separe, não poupando palavras ou medindo esforços para convencê-lo, convencê-la disso.

Na adversidade é o contrário: os primeiros a abandonar o barco são os que se locupletaram das benesses vividas ao seu lado. Os ratos são os primeiros a deixar o navio que soçobra, mas com certeza, se afogarão no mar revolto, pois não têm onde se apoiar.

Se você se conscientizar que o sim e o não, o claro e o escuro, o positivo e o negativo, são parte de um todo coeso, você adquirirá a habilidade de lidar com a inevitável alternância do destino e saberá poupar hoje, para o infortúnio de amanhã.



A roda da fortuna não para de girar e devemos aproveitar cada ponto em que nos encontramos.

Em cima, a vista é bela, no meio, tudo se equilibra e, em baixo, se soubermos apreciar, desfrutaremos de um repouso, se possível tranquilo, que nos prepara para a próxima arremetida.

A garantia é saber lidar inteligentemente com cada momento que se apresenta e não se identificar com nenhum deles, todos são passageiros.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

A VIDA É BELA!

Quando começou, não sabemos ao certo. Quando findar, não estaremos por perto!

Dê-se conta de que o tempo tudo transforma, nós acreditamos levianamente, que ele jamais acabará.

Viva, sinta a vida se expandindo, observe, participe.

A vida é bela, cada minuto é uma joia! Saiba viver e compreender.



Lembre-se do céu e não se sinta tão só.

Aqui na Terra, a vida floresce.

Quando se queixar, olhe à sua volta, transmute o pesar, a revolta e saiba que os minutos não voltam mais!

Atente agora à letra da nossa canção:

A VIDA É BELA!

***Quando começou, não sei ao certo,
quando findar, não estarei por perto!***

***Dei-me conta,
o tempo tudo transforma,
acredito que não acabará!***

***Vivo, sinto a vida se expandindo,
observo, participo.***

***A vida é bela,
cada minuto é uma joia.
Saber viver e poder compreender,
agora sei!***

***Lembro-me do Céu,
não me sinto só.
Aqui na Terra a vida floresce.
Quando me queixo,
olho à minha volta,
transmuto o pesar, a revolta!***



**Vivo, sinto a vida se expandindo,
observo, participo.
A vida é bela,
cada minuto é uma joia.
Saber viver e poder compreender!**

**A vida é bela,
cada minuto é uma joia!**

**A vida é bela,
os minutos não voltam mais!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

253 - Música - A vida é bela!

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 12 de fevereiro de 2025.

A natureza de Deus

Um jovem discípulo de um mestre, quando ia escutar seus ensinamentos, levava sempre consigo sua vaca leiteira.

Uma tarde, quando voltavam de um encontro com ele, a vaca, com seu casco, escreveu na areia do caminho o seguinte ensinamento:

— Esta tarde compreendi que até as ervas, as plantas, as árvores, portam em si o espírito de Deus. Estou muito feliz porque eu também partilho desse espírito.

O que significam essas linhas?

A vaca pensava que as plantas, as árvores, não portavam em si o espírito de Deus. Entretanto, compreendeu naquele momento, que ela não passava de um animal, mas que tinha o espírito divino dentro de si, que possuía também a natureza de Deus.

O Mestre lhe passou esse ensinamento precioso e só pôde compreendê-lo, porque o espírito habita no seu ser.



É por isso que se diz: As árvores, as pedras, as florestas, os mares, todos os elementos do Cosmo possuem e são a natureza de Deus.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Não arrisque toda uma vida de trabalho, suor, sacrifícios, sua própria reputação, em uma jogada duvidosa onde lhe é oferecido um lucro fácil e lhe escondem os possíveis prejuízos. Se o resultado for mal, os danos serão irreparáveis.

Para a média da população, tirando casos excepcionais, um pecúlio é construído passo a passo com inteligência, sabedoria, capacidade de atenção e sorte.

O que levamos anos para amearhar, podemos perder em poucos instantes, se nos deixarmos convencer pelas mentiras daqueles que nos veem como presa pronta a ser abatida.

É muito fácil errar uma vez, em especial na primeira. Saiba o momento certo de agir, nem todos os dias são nossos dias de sorte. Na dúvida, não aja. Pondere, reflita, estude por vários ângulos a oportunidade que lhe é oferecida e, mesmo assim, siga o velho adágio: “Não ponha todos os ovos na mesma cesta”.



Se porventura a cesta se quebrar, sua vida então continuará e o pecúlio básico se manterá longe do alcance das más escolhas e das ofertas enganosas.

Para a maioria de nós, os lucros nunca vêm fáceis, dependemos muito das circunstâncias.

A sorte nos concede sucesso, mas só de vez em quando. Não almeje ficar rico do dia para a noite, sinta seus pés tocando o chão e a realidade se mostrará à sua porta.

Sonhe o quanto quiser, mas mantenha os pés fincados no chão, de onde brotam os alimentos que nos sustentam.

Tudo no nosso mundo é feito em etapas. A evolução das espécies segue essa lei. A natureza não dá saltos!

Se hoje obtivermos um lucro, amanhã poderemos obter um segundo, um terceiro e assim por diante.

Não existe sucesso sem preparação. Não existe sucesso do dia para a noite! É como subir a escada, temos de subi-la degrau por degrau, mais lento ou mais rápido. O topo será relativo aos sonhos, desejos e capacidades de cada um, combinados com as circunstâncias.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

VIVO E ASSISTO VIVER!

Todos pensam que nada faço, acham que apenas medito.

Não sabem que aproveito a vida, vivo e assisto viver!

Não preciso de aprovação, sirvo, amo e sou servido.

A vida é a minha companheira, momentânea ilusão!

Percorro o mundo, este belo grande mundo. Sou como as pedras que rolam na estrada.

A fortuna e a fama acabam sempre na lama, nada significam se ela, a vida, me deixar!

O mundo não é um lugar de descanso, estamos sempre caminhando.

Não devemos viver sonhando, alegre-se, sorria e dance!

Viva e assista viver, viva e ame viver!

Atente agora à letra da nossa canção:



VIVO E ASSISTO VIVER!

**Todos pensam que nada faço,
acham que apenas medito.
Não sabem que aproveito a vida,
vivo e assisto viver!**

**Não preciso de aprovação,
sirvo, amo e sou servido.
A vida é a minha companheira,
momentânea ilusão!**

**Percorro o mundo, este belo grande mundo.
Sou como as pedras que rolam na estrada.
A fortuna e a fama acabam sempre na lama,
nada significam se ela me deixar!**



***Aqui não é um lugar de descanso,
estamos sempre caminhando.
Não devemos viver sonhando,
alegro-me, sorrio e danço!***

***Percorro o mundo, este belo grande mundo.
Sou como as pedras que rolam na estrada.
A fortuna e a fama acabam sempre na lama,
nada significam se ela me deixar!***

***Todos pensam que nada faço,
acham que apenas medito.
Não sabem que aproveito a vida,
vivo e assisto viver,
vivo e amo viver!***

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

254 - Música - Vivo e assisto viver!



São Paulo, 19 de fevereiro de 2025.

Lenda Indiana

Uma lenda indiana nos conta a história de um rei, contemporâneo do Buda. Esse rei, na companhia de sua linda esposa, partiu para viajar para uma montanha.

À noite, enquanto dormia, a jovem mulher foi visitar um eremita que praticava meditação numa pequena cabana.

Ele recebia muitas visitas femininas.

O rei ao acordar, tomou-se de ciúmes.

— Por que as mulheres vão contemplar junto a esse eremita?

E, furioso, foi conhecê-lo.

O eremita era conhecido pela sua imensa paciência.

— O que você faz? — perguntou-lhe o rei.

— Pratico a arte da paciência.

— Se eu ficar aqui, provocarei sua cólera?

— Não, pode ficar, nada mudará.



— Mesmo se eu o cortar em pedacinhos?

— Não, faça o que quiser.

Então o rei começou a cortá-lo, pedaço por pedaço. Os dedos, as mãos, as orelhas, as pernas.

O nome desse rei passou para a história como: “O Decepador”. Mas coisa estranha, o eremita não se feriu nem um pouco e continuou a praticar a arte da paciência, sempre na atitude de deixar de lado a sua autoimportância.

É por isso que se diz: Cultive a paciência inteligente, ela sabe que os momentos difíceis passarão e que os tempos felizes não permanecem.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Não caia na tentação de eclipsar amigos, colegas de trabalho, parentes. Toda competição desse gênero provoca ódio e animosidade, e tentar superar o outro tanto é insensato, quanto imprudente.

Não tente mostrar a todo custo suas capacidades, forçar que você é especial e superior. Ninguém gosta de ouvir nossas pretensões, que além de tudo, podem não coincidir com a verdade dos fatos.



Vele suas vantagens, disfarce a beleza dos seus trabalhos e atos, com um hábil toque de despretensão.

Para muitos não incomoda serem superados em riqueza, caráter ou temperamento. Para outros, entretanto, é insuportável que lhes excedam em talento.

Não entre nesse campo minado, nada de bom e saudável pode lhe acontecer. Mais cedo ou mais tarde, seremos alvos da maledicência dos que se encontram à nossa volta.

Todo mundo gosta de ser ajudado, mas não sobrepujado.

Ao aconselhar alguém, faça-o com muita prudência, como se estivesse falando para si mesmo algo esquecido e não como se acendesse a luz de que ele, ou ela, é incapaz de enxergar.

Os astros nos ensinam tal sutileza e se mostram pequenos e brilhantes. Nunca se atrevem a eclipsar o sol.

Todo mundo se acha especial, por mais despojado que seja.

Quanto mais compreendemos as características essenciais dos seres humanos, menos nos atrevemos a despertar a ira de quem quer que seja.



O mais insignificante dos cidadãos se insurge com violência quando se sente diminuído na sua autoimportância.

Para saber lidar com a autoimportância dos outros, primeiro aprenda a se despojar da sua. Em todos nós, ela é soberana e devemos aprender, a duras penas, a tirar-lhe o comando de nossas ações.

Aquele, aquela que conquista e desfaz a sua autoimportância, consegue um grande feito e torna-se um verdadeiro herói dos novos tempos.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

VAGUEIO PELO MUNDO, LIVRE E SOLTO!

Conheça o mundo, vagueie livre e solto e, se possível, sem se preocupar.

Aprecie tudo que se apresentar e viva plenamente, pois aqui é o nosso lugar!

Vivemos várias vidas ao longo dos anos, passamos por coisas boas e todas as dores, alguns cultivaram e amaram muitas flores, nos seus tempos insanos!

A vida no planeta ficou obsoleta, para que viver assim?



Ninguém se questiona, se posiciona, comem,
dormem e sonham!

Agem, não refletem, vivem no automático, sem se
lembrar da origem, de onde vieram, quando tudo
era simples e feliz.

Viver assim eu sempre quis!

Atente agora à letra da nossa canção:



VAGUEIO PELO MUNDO, LIVRE E SOLTO!

**Vagueio pelo mundo, livre e solto,
sem me preocupar.**

**Aprecio tudo que vejo e vivo,
pois aqui é o meu lugar!**

**Vivi várias vidas ao longo dos anos,
passei por coisas boas e todas as dores,
cultivei e amei muitas flores,
naqueles tempos insanos!**

**A vida no planeta ficou obsoleta,
para que viver assim?
Ninguém se questiona, se posiciona,
comem, dormem e sonham!**

**Agem, não refletem, vivem no automático,
sem lembrar da origem, de onde vieram,
quando tudo era simples e feliz.
Viver assim, eu sempre quis!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

255 - Música - Vagueio pelo mundo, livre e solto!



São Paulo, 26 de fevereiro de 2025.

O espírito da velha dama

Ion havia recebido educação espiritual do seu Mestre. Ele era jovem, inteligente, sabia ficar em silêncio e tinha grande habilidade manual. O jovem era bastante correto e muito hábil. Conhecia os ensinamentos, as posturas, as práticas, os comportamentos, conhecia um pouco de tudo. Entretanto, tinha um ponto fraco: não tinha o espírito de compaixão da velha dama e por isso não conseguia acompanhar a ordem justa das coisas.

O Mestre no seu leito de morte chamou-o e disse:

— Você compreende todo o ensinamento, mas não consegue se desidentificar da sua habilidade e do seu saber. Você precisa conquistar o espírito da velha dama, o espírito da grande compaixão. A compaixão ajuda a humanidade inteira. Você não pode pensar somente em si mesmo. Largue o conceito de **eu** e ganhe o espírito da compaixão.

É por isso que se diz: O espírito da compaixão não depende do saber, da técnica, dos rituais, dos catecismos. Está no profundo do nosso Ser, atrás de tudo o que sabemos e conhecemos.

**Algumas indicações
para uma vida mais consciente**



Busque sempre a qualidade da simpatia, pois a atração que ela nos provoca nos ajuda e facilita a vida em qualquer empreendimento a que nos dedicarmos.

A simpatia e a cortesia capturam a boa vontade dos outros e nos abrem portas que nem imaginamos. Muros se desfazem a partir de um simples gesto cortês e as pessoas prestam, então, seu serviço com alegria e boa vontade.

Não basta termos mérito se não agradarmos aos outros. Ninguém gosta de ter perto de si uma pessoa chata, que só reclama e não desfruta da vida e das companhias.

O mundo é feito de trocas e para sermos bem-sucedidos, temos de oferecer, pelo menos, uma boa disposição, alegria e abertura a quem quer que seja, independente de raça, cor de pele, religião e pontos de vista diferentes.

Cair nas boas graças dos outros não é apenas questão de sorte, é um trabalho dedicado de atenção presente em tudo o que fizemos e especialmente no convívio social, onde mais aparecem nossa intolerância e inflexibilidade.

Não é fácil suportar os outros, como para eles também não é fácil nos suportar.



Quanto mais esvaziado de si mesmo, isto é, quanto mais não apegado a fórmulas aprendidas, preconceituosas, mais nos tornamos seres universais, onde o fluir das relações se dá sem atritos desnecessários e impositivos.

Não queira que o outro seja como você, cada um é o que é. Não tente mudá-lo, mudá-la. Entretanto, se o outro pedir-lhe ajuda, se puder, não dê conselhos, ajude-o a compreender a si mesmo, a entender a situação que o envolve, dentro de um quadro mais amplo, como se fosse um voo de águia, olhando de cima, desapegado dos acontecimentos de sua vida.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

QUERO DEIXAR O MEU LEGADO!

Temos que saber com quem podemos contar. Não aceite mentiras.

Vá até o fim do mundo para se realizar e deixe o seu legado.

Palavras ao vento não permanecem, queira ouvir a voz da consciência na ação.

E quando o seu dia chegar e tudo terminar, deixe o seu legado.



Dinheiro não compra amor, não obtém amizade. Não é fácil alcançar o céu! O futuro não é claro, é sempre incerto, mas deixe o seu legado.

O mundo é uma terra estrangeira. Chegamos à lua, mas não vemos o nosso ser. Portamos o fardo, mas não temos o ouro. Ainda assim, deixe o seu legado.

Amigo, não entre no combate fictício, não batalhe por causas já perdidas. Viva a vida, seja o dono dos seus atos, deixe também seu legado.

Todos temos duas faces: uma se mostra, a outra dorme ou desperta. A natureza consome o corpo e a energia, mesmo assim, deixe o seu legado.

A vida está sempre a recomeçar, ela tem muito a nos ofertar. As paredes se desfazem, as portas se abrem e assim, deixe o seu legado.

A sabedoria é esquecida nas curvas da estrada, os sábios deste mundo pouco compreendem, tudo querem explicar, mas nada sabem. E por isso, deixe seu legado.

Se você compreender, saberá o que sou. E então, deixe o seu legado.

Atente agora à letra da nossa canção:



QUERO DEIXAR O MEU LEGADO!

***Sei com quem posso contar,
mas não quero que ninguém minta para mim.
Vou até o fim do mundo para me realizar,
quero deixar meu legado!***

***Palavras ao vento não permanecem,
quero ouvir a voz da consciência na ação.
Quando meu dia chegar e tudo terminar,
quero deixar meu legado!***

***Dinheiro não compra amor,
não obtém amizade,
não é fácil alcançar o céu!
O futuro não é claro, é sempre incerto,
mas quero deixar meu legado!***

***O mundo é uma terra estrangeira,
chegamos à lua, mas não vemos o nosso ser.
Portamos o fardo, mas não temos o ouro,
ainda assim, vou deixar meu legado!***

***Amigo, não entre no combate fictício,
não batalhe por causas já perdidas.
Viva a vida, seja o dono dos seus atos,
deixe, também, seu legado!***

***Todos temos duas faces,
uma se mostra, a outra dorme ou desperta.
A natureza consome o corpo e a energia,
mesmo assim, vou deixar meu legado!***



**Dinheiro não compra amor,
não obtém amizade,
não é fácil alcançar o céu!
O futuro não é claro, é sempre incerto,
mas quero deixar meu legado!**

**Sei que a vida está sempre a recomeçar,
que ela tem muito a nos ofertar.
As paredes se desfazem, as portas se abrem,
e assim vou deixar meu legado!**

**A sabedoria é esquecida
nas curvas da estrada,
os sábios deste mundo pouco compreendem,
tudo querem explicar, mas nada sabem,
e por isso vou deixar meu legado!**

**Dinheiro não compra amor,
não obtém amizade,
não é fácil alcançar o céu!
Se você compreender, saberá o que sou!
Quero deixar meu legado,
vou deixar meu legado!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

256 - Música - Quero deixar meu legado



São Paulo, 05 de março de 2025.

O espelho no cofre

Ao voltar de uma viagem, um homem encontra numa feira um espelho, objeto desconhecido para ele.

Ao olhá-lo de frente, reconhece o rosto de seu pai e o leva para casa, muito feliz por ter encontrado o retrato do velho, guarda o objeto em um cofre e nada diz à sua mulher.

Quando se sente triste, solitário, vai até o cofre, pega o objeto, vê o seu pai e se anima.

Sua mulher acha a atitude do marido muito estranha. Toda vez que ele vai até o quarto do cofre, ele fica diferente. Ela o vigia e o percebe absorto frente aquele objeto.

Quando o marido saiu para trabalhar, ela abriu o cofre, pegou o objeto e viu uma mulher. O ciúme a tomou por completo e assim que o marido retornou, despejou todo o seu ódio sobre o inocente.

O marido se defendia dizendo que era o retrato do seu pai dentro do cofre.



Por sorte, passava por ali uma freira que insistiu em intermediar o conflito, pedindo-lhes para mostrar o objeto do litígio.

Após olhá-lo detalhadamente, ela pronunciou:

— Neste cofre não tem o retrato de nenhum homem, de nenhuma mulher. Vejo apenas uma freira idosa.

É por isso que se diz: Nossa própria imagem tinge tudo o que vemos, ouvimos, pensamos e fazemos. Tire a imagem da frente e veja o que sobra.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Nunca sacie a fome até o fim ou além.

A vontade de comer vem do estômago, o órgão especializado que nos sinaliza que o corpo necessita de alimento.

Com frequência, uma parte do cérebro não escuta o órgão competente e vai além do necessário. Essa é a causa de muitos distúrbios de saúde e desequilíbrio energético.

Deixe sempre uma réstia de fome, um nada, como se fosse uma reserva de ar, para que a digestão se faça sem nenhuma sobrecarga.



Os lábios devem sempre ficar com um pouco do néctar que sentiram ao receber o alimento ingerido.

O desejo de comer, não satisfeito à demasia, nos traz o apreço pelos sabores experimentados. Com a sede ocorre o mesmo. Satisfaça-a, mas não a sacie além do ponto.

Os alimentos e as bebidas caem no enjoo quando exageramos e excedemos a medida justa. Saiba parar no momento certo! É um bom teste para o autocontrole.

Os ventres cheios de prazer enganoso são perigosos, nos tornam pesados e diminuem a nossa capacidade de pensar, sentir, refletir e observar.

Nunca sobrecarregue o estômago movido pela gula. Ela é considerada um dos pecados capitais pelo sofrimento que pode nos causar.

Quando um pouco de fome ainda ficou, o apetite se aguça e nos sentimos vivos, despertos, prontos para o combate da vida.

Utilize também essa constatação para a vida amorosa e sexual, e verá que a chama do desejo nunca se apaga, está sempre pronta para nos ofertar a possibilidade de amar com paixão a companheira, o companheiro,



nos liberando das comparações, e conceitos, que tanto nos limitam.

A impaciência do desejo fará mais do que o tédio aborrecido de ter passado do ponto.

A espera sempre intensifica o prazer. O prazer satisfeito excessivamente nos torna fracos, debilitados, pois drena nossa força física, emocional e mental.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

POEIRA DAS ESTRELAS

Quando a vida começar a se apagar e o corpo não mais obedecer, lembre-se das maravilhas vividas, do sol nascendo, dos dias nublados!

O amor, então, nos guiará e nos mostrará.

O coração baterá mais forte, a vida não vai parar!

Ao apagar das luzes, tudo se esvai, mas o amor sobrevive, pequenas palavras usadas, perdidas, gestos sutis quase não percebidos. Nessa hora, tudo, então, se ilumina.

Não perca a lembrança da existência, mesmo que não se recordem mais de nós, que não saibam que um dia existimos.



O amor continua a brilhar! A alma não envelhece, é sempre jovem! Os fatos passam e se diluem na atmosfera.

Ao apagar das luzes, tudo se esvai, mas o amor permanece! Somos parte de um grande plano.

Compreenda neste momento, compreenda agora, o que você foi e o que você é.

O amor nos portará em suas asas, voaremos por entre as estrelas, o Céu não terá limite, o pensar se apagará.

O amor nos guiará por entre as estrelas, o amor nos levará por entre as estrelas, seremos a poeira das estrelas!

Atente agora à letra da nossa canção:



POEIRA DAS ESTRELAS

**Quando a vida começar a se apagar
e meu corpo não mais me obedecer,
lembrarei das maravilhas que vivi,
do Sol nascendo, dos dias nublados!**

**O amor, então, me guiará,
me mostrará.
O coração baterá mais forte,
a vida não vai parar!**

**Ao apagar das luzes
tudo se esvai, mas o amor sobrevive,
pequenas palavras usadas, perdidas,
gestos sutis quase não percebidos.
Nessa hora, tudo, então, se ilumina!**

**O amor me portará em suas asas,
voaremos por entre as estrelas,
o Céu não terá limite,
o pensar se apagará.
O amor nos guiará por entre as estrelas!**

**Não posso perder a lembrança da existência,
mesmo que não se lembrem mais de mim,
que não saibam que um dia existi.
O amor continua a brilhar!**

**Sei que a alma não envelhece, é sempre jovem.
Os fatos passam e se diluem na atmosfera!**



**Ao apagar das luzes
tudo se esvai, mas o amor permanece!
Vejo que sou parte de um grande plano,
não cometeria alguns dos meus erros.
Compreendo, agora, o que fui, o que sou!**

**O amor me portará em suas asas,
voaremos por entre as estrelas,
o Céu não terá limite,
o pensar se apagará.
O amor nos guiará por entre as estrelas!**

**O amor me portará em suas asas,
voaremos por entre as estrelas,
o Céu não terá limite,
o pensar se apagará.
O amor nos guiará por entre as estrelas,
o amor nos levará por entre as estrelas,
seremos a poeira das estrelas!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

257 - Música - Poeira das estrelas



São Paulo, 12 de março de 2025.

Larvas de um cadáver

Sariputra, discípulo de Buda, foi a um cemitério com um jovem monge.

O moço olhava os ossos de um crânio em decomposição, vermes e larvas se retorciam pelos orifícios. O jovem perguntou ao Mestre:

— O que é isso? É horrível de se ver!

Sariputra disse:

— Estes ossos que você vê eram a cabeça de uma linda mulher. Até a sua morte, ela só pensava na sua beleza e possuía incontáveis apaixonados. Sua identificação à beleza era imensa. Ela não sabia que a forma é impermanente, dura um breve momento. A juventude passa, a velhice a sucede e o fim é inevitável.

— Mas isso é para todos, belos ou feios, altos ou baixos? Temos outra possibilidade? — perguntou o discípulo.

— Seja consciente da finitude. Não se esqueça de buscar a felicidade, a inteligência, a harmonia, nesta vida, e na hora da partida não se lamente de nada.



É por isso que se diz: Tudo passa, o bem e o mal, a beleza, a juventude, a doença e a velhice. Escolha o caminho do meio e aproveite os dois lados.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Não apareça em demasia, se possível, não se faça notar, senão seus talentos se transformarão em defeitos.

Ninguém gosta de ver o outro se mostrando, a menos que seja alguém que dependa de ser visto e apreciado, como um artista, um intelectual, um cientista, um esportista, um religioso. Mesmo assim, faça uso da moderação, da modéstia.

O excêntrico sempre é abandonado. Mesmo a beleza, se excessiva, torna-se demérito e, fazendo-se notar, ofende os menos dotados.

Não transforme suas compreensões, seus conhecimentos, em bravatas. Aja com simplicidade e muitas portas se abrirão naturalmente. Saiba renovar seu caráter com despojamento e com arte.

A cada novo ano que surge, nós mudamos, somos diferentes. Faça com que tal mudança aprimore e eleve seu gosto, seus talentos, seus conhecimentos.



Não se contente com o já adquirido. Busque sempre romper novas fronteiras, conhecer novas possibilidades, que pareciam, até então, inalcançáveis.

Aprimore-se a cada novo ano e, se puder, ajude os outros a se aprimorarem também.

Quanto mais pessoas evoluídas tivermos à nossa volta, mais cresceremos internamente. Nada se faz sozinho, sozinha. A união inteligente e sábia com pessoas de qualidade nos permite compreender os meandros deste mundo e a imensidão do céu estelar.

Aos vinte anos de idade, somos como um pavão, nos mostrando, buscando avidamente o reconhecimento; aos trinta anos, devemos trabalhar como um leão, para a manutenção da vida e da família; aos quarenta, somos como um camelo, que suporta sem se queixar do peso das obrigações; aos cinquenta, somos como uma serpente, que conhece todas as malícias e mentiras do mundo; aos sessenta, somos como um cão, fiel à verdade.; aos setenta, um Buda, impassível frente às circunstâncias; aos oitenta, invisíveis, prontos, de coração aberto, para a nova aventura que se apresenta.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*



QUERO O TOPO, MAS ME FALTA FÉ!

Andando a pé, demoramos muito, só chegamos ao
sopé da montanha.

Quero o topo, mas me falta fé!

A vida é uma festa funesta, faço, assim, minha
seresta.

Ser melhor de nada presta, então vivemos,
agimos, não pensamos!

Mal amamos e pouco sentimos, sonhando com a
vida a dois.

Sonhar que o céu virá depois é como colocar o
carro na frente dos bois!

Atente agora à letra da nossa canção:

QUERO O TOPO, MAS ME FALTA FÉ!

***Andando a pé, só chego ao sopé,
quero o topo, mas me falta fé!
Andando a pé, só chego ao sopé,
quero o topo, mas me falta fé!***

***A vida é uma festa funesta,
faço, assim, minha seresta.
Ser melhor de nada presta,
então vivemos, agimos, não pensamos!***



**Andando a pé, só chego ao sopé,
quero o topo, mas me falta fé!
Andando a pé, só chego ao sopé,
quero o topo, mas me falta fé!**

**Mal amamos e pouco sentimos,
sonhando com a vida a dois,
e que o Céu virá depois,
como o carro à frente dos bois!
Pois, pois!**

**Andando a pé, só chego ao sopé,
quero o topo, mas me falta fé!
Andando a pé, só chego ao sopé,
quero o topo, mas me falta fé!**

**Dans Paris à vélo on dépasse les autos,
à vélo dans Paris on dépasse les taxis.**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

258 - Música - Quero o topo, mas me falta fé!



São Paulo, 19 de março de 2025.

O vento no saco

Há muito tempo, um monge disse ao seu ajudante mais novo:

— Que calor insuportável! Vai me buscar ar fresco lá na montanha.

O ajudante pegou um grande saco e foi até a montanha ali perto.

No caminho, tomado por um sono irresistível, deitou-se à sombra de uma árvore e dormiu profundamente.

Quando acordou era quase noite:

— Ih! Dormi! O que devo fazer? Se chegar sem nada, o superior vai me pegar e castigar!

Refletiu por alguns instantes:

— Ah! Já sei!

Levantou-se, colocou o saco atrás do seu traseiro e pum, pum, pum e pum!

E repetiu até o saco ficar cheio.

Voltou ao templo, o monge ao vê-lo lhe disse:



— Você está atrasado! Estou esperando há muito tempo! Abra logo esse saco e deixe sair o vento fresco!

— Pode deixar! — disse o ajudante, e abriu o saco.

— Nossa! O que é isso!? Que cheiro horrível!

— Ah! É o calor mestre, o vento também se ressentido e se lamenta!

É por isso que se diz: Quando exigimos de alguém algo impossível, devemos saber que o impossível virá carregado de problemas.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Não persista no erro, na tolice que, sem querer ou mesmo por convicção, você cometeu e não sabe como voltar atrás.

Alguns insistem em continuar no engano, porque começaram a errar e acharam ser obrigados a seguir adiante, porque sentem preguiça mental e física para reverem e corrigir o que não está correto. Talvez no fundo, sozinhos, reconhecem o malfeito, mas defendem-se junto aos outros, piorando a situação e afundando-se mais naquilo que só os levará ao infortúnio.



Se no início éramos vistos como imprudentes, ao continuar, confirmamos a nossa adquirida fama de tolo, mesmo que tenhamos feito uma promessa negligente de ir até o fim da empreitada de forma equivocada. Reveja todo o quadro a partir de uma visão ampla, desidentificada e não se prenda ao erro.

Muitos prolongam a burrice e prosseguem fechados a qualquer crítica ou observação que lhes é feita. Querem permanecer tolos fiéis. Ser fiel ao equívoco só atrairá consequências nefastas.

Se não souber o que fazer, procure alguém que o ajude a suportar os infortúnios. Nós nunca estamos sós, nem mesmo em situações de risco, em que tudo, aparentemente, se volta contra nós.

Alguns querem assumir o controle de tudo e só o que conseguem é levar toda a crítica. Sendo assim, tenha alguém capaz de ajudá-lo, ajudá-la a tolerar as adversidades.

Quando estamos acompanhados, dividimos o peso das responsabilidades. Quando um médico perde um paciente para a doença, ele partilha a dor e o sofrimento com as pessoas próximas, com os parentes.

O infortúnio vivido sozinho é duplamente insuportável.



Tenha apreço pelas pessoas que caminham ao seu lado: estime-as, trate-as com a devida atenção que merecem e não desrespeite o código da boa convivência.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

LONGO, DOCE É O CAMINHO!

Um pouco poeta e um tanto vagabundo, minha pátria não pertence a este mundo! Venho não sei de onde vim, pra lugar nenhum, mas dentro de mim tem algo incomum!

À noite, fitando o fogo, lembro-me que faço parte do grande jogo! Longo, doce é o caminho interior, pensar, contemplar, sentir e amar. Quero poder aproveitar!

A vida não permite estacionar, tudo nos obriga a movimentar. O tempo escapa por entre os dedos, na promessa de que haveremos de chegar!

A Terra nunca deixa de girar, o Sol todo dia vem brilhar!

Mesmo sem saber, somos a semente que certo dia desenvolveu a mente.

Em algum lugar do universo, alguém ouvirá o som destes versos!



Longo, doce é o caminho!

Atente agora à letra da nossa canção:

LONGO, DOCE É O CAMINHO!

**Um pouco poeta e um tanto vagabundo,
minha pátria não pertence a este mundo!
Venho não sei de onde, pra lugar nenhum,
mas dentro de mim tem algo incomum!
À noite, em torno do fogo,
lembro-me que faço parte do grande jogo!**

**Longo, doce é o caminho,
pensar, contemplar, sentir, amar!
Longo, doce é o caminho,
quero poder aproveitar!**

**A vida não permite estacionar,
tudo nos obriga a movimentar.
O tempo escapa por entre os dedos
na promessa de que haveremos de chegar!
À noite, em torno do fogo,
lembro-me que faço parte do grande jogo!**

**Longo, doce é o caminho,
pensar, contemplar, sentir, amar!
Longo, doce é o caminho,
quero poder aproveitar!**



**A Terra nunca deixa de girar,
o Sol, todo dia, vem brilhar!
Mesmo sem saber, somos a semente
que certo dia desenvolveu a mente.
Em algum lugar do universo,
alguém, ouvirá o som destes versos!**

**Longo, doce é o caminho,
pensar, contemplar, sentir, amar!
Longo, doce é o caminho,
quero poder aproveitar!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

259 - Música - Longo, doce é o caminho!



São Paulo, 26 de março de 2025.

Não adianta polir a telha

Um discípulo praticava meditação quieto, em silêncio. O Mestre perguntou:

O que você está fazendo?

— Praticando meditação.

— Que ideia! Por que você pratica?

— Quero me tornar um Buda.

O Mestre pegou uma telha do telhado e começou a poli-la.

O discípulo perguntou:

— Mestre, o que o senhor está fazendo ao polir essa telha?

— Quero fazer um espelho.

— É impossível, Mestre!

— É tão impossível quanto você se tornar Buda, praticando meditação!



É por isso que se diz: Não adianta apenas ficar quieto, em silêncio, buscando estar calmo se, quando sair dessa postura, continuar sendo o mesmo idiota de sempre!

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Saiba ouvir os outros sem distinção, e saiba também ouvir aqueles que sabem.

Para termos uma vida mais ou menos confortável, precisamos de compreensão seja a nossa ou emprestada. No entanto, muitos não têm consciência de que não sabem; outros pensam que sabem, quando não sabem.

Não há remédio que cure ataques de insensatez. Os teimosos junto aos ignorantes, por não conhecerem a si mesmos, nunca procuram o que lhes falta e, se procurarem, será apenas para dar um lustro na própria autoimportância, e mostrar para o público que são especiais.

Alguns seriam sábios se não acreditassem que já o são. Os oráculos de prudência e de sabedoria são raros. E todos são inúteis, porque ninguém os consulta.

O mais incompetente dos seres julga-se importante e acredita que, sem ele, o mundo não existiria.



Não sabe que nada representa para o planeta. É um a mais dentro de bilhões, é o grão de areia do mar ou do deserto, sonhando ser a obra-prima da natureza. Doce e amarga ilusão.

Buscar ajuda junto aos que realmente sabem e que não sejam charlatões disfarçados em Budas o ajudará a aumentar seus próprios talentos e compreensões; fortalecerá a sua capacidade de crescer e compreender, ilimitadamente.

A razão, que está enterrada no profundo do nosso Ser, deve vir à tona e dar a última palavra em tudo que fizermos.

Geralmente não estamos em contato com esse grande poder, que habita o nosso cerne. Ficamos à mercê dos pensamentos erráticos, das imaginações e das reações de superfície, que nos foram fartamente ensinadas no contato com seres adormecidos.

Desperte, veja, enxergue, pergunte! Não acredite na ilusão, nas fantasias sobre a vida e a possível pós vida futura.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

VIVO E SOBREVIVO!



Os profetas dizem que é o fim dos tempos, que a Terra logo vai secar!

Nas cidades todos correm sem parar, e os delirantes não param de falar!

Vivo neste mundo, o mundo que criei, parentes, amigos, minha corte de rei!

Conheço as leis deste mundo e do outro. Vivo e sobrevivo!

Trabalho dia e noite sem parar, ajudo a ver e a compreender.

Não uso força que não seja a minha, o poder da Mãe é minha garantia.

Durmo, acordo, ajo e amo. Vivo e sobrevivo!

Nada me incomoda, tudo se acomoda, meu lema é sempre crescer.

O mundo é amigo ou inimigo, depende de como estou comigo.

Venho de um lugar desconhecido, deixarei o mundo, agradecido.

Aprendi e descobri aquilo que inquiri. Vivo e sobrevivo!



Tudo o que fiz, tudo que escrevi, não venham me dizer que não vivi! A vida me ensinou tudo que eu quis, caminhando, fui feliz.

O dia, a noite, o Sol e a Lua, devolvo o que aprendi.

Nada levarei quando partir, décadas de ganhos e perdas.

Conservo os lucros até o fim, entrego o resto para a Terra, enfim.

Vivo e sobrevivo!

Atente agora à letra da nossa canção:



VIVO E SOBREVIVO!

**Os profetas dizem que é o fim dos tempos,
que a Terra logo vai secar!
Nas cidades todos correm sem parar,
e os delirantes não param de falar!
Vivo neste mundo, um mundo que criei,
parentes e amigos, minha corte de rei!
Conheço as leis deste mundo e do outro,
vivo e sobrevivo, vivo e sobrevivo!**

**Trabalho dia e noite sem parar,
ajudo a ver e a compreender.
Não uso força que não seja a minha,
o poder da Mãe é minha garantia.
Durmo, acordo, ajo e amo
vivo e sobrevivo, vivo e sobrevivo!**

**Nada me incomoda, tudo se acomoda,
meu lema é sempre crescer.
O mundo é amigo ou inimigo,
depende de como estou comigo.
Venho de um lugar desconhecido,
deixarei o mundo, agradecido.
Aprendi e descobri aquilo que inquiri,
vivo e sobrevivo, vivo e sobrevivo!**



**Tudo o que fiz, tudo o que escrevi,
não venham me dizer que não vivi.
A vida me ensinou tudo que eu quis,
caminhando, fui feliz!
O dia, a noite, o Sol e a Lua,
devolvo o que aprendi.
Nada levarei quando partir,
décadas de ganhos e perdas.
Conservo os lucros até o fim,
entrego o resto para a terra, enfim.
Vivo e sobrevivo, vivo e sobrevivo!**

**Nada me incomoda, tudo se acomoda,
meu lema é sempre crescer.
O mundo é amigo ou inimigo,
depende de como estou comigo.
Venho de um lugar desconhecido,
deixarei o mundo, agradecido.
Aprendi e descobri aquilo que inquiri,
vivo e sobrevivo, vivo e sobrevivo,
vivo e sobrevivo, vivo e sobrevivo!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

260 - Música - Vivo e sobrevivo!



São Paulo, 02 de abril de 2025.

A fisiologia obriga

Há muito tempo, um homem com a cabeça raspada viajava com sua querida esposa.

No meio do caminho, ela sentiu necessidade de fazer xixi. O lugar era deserto e ela queria se aliviar.

Seu marido disse com voz peremptória:

— Não! Não! O que você pensa fazer? Este local é consagrado a um deus.

Ela se reteve. Um pouco mais longe interroga ao seu marido:

— E agora, é possível?

— De jeito nenhum! Este lugar é consagrado ao deus das quatro estações.

A mulher se reteve mais uma vez. Pouco tempo depois ela avista a margem de um rio.

— Agora sim, vou poder me aliviar.

— Não! Não! É proibido! Esse lugar é consagrado ao deus da água, um lugar venerado.



A esposa chora, está muito apertada. Seu cinto se solta, ela tenta afivelá-lo, mas não consegue, pois o movimento comprime sua bexiga. Pede então para o marido ajudá-la.

— Não vou fazer xixi, apenas me ajude!

Assim que ele começa a ajudá-la abaixando-se, ela, num suspiro, se alivia sobre a cabeça calva do seu marido, que ficou indignado. Ela então explicou:

— Em todo lugar desta bendita montanha existem deuses. Todos os lugares são sagrados e consagrados. Não tive jeito de me aliviar senão na sua cabeça! Até que enfim encontrei um lugar onde os deuses não habitam. Você não está feliz?

É por isso que se diz: Quando a necessidade é grande, até os deuses são incapazes de nos reter.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Não espere o Sol se pôr, isto é, não aguarde ser abandonado pelas coisas, pelos acontecimentos, negócios e pessoas. Largue o que for na hora certa, nem antes, nem depois.

Saiba sair de cena no momento oportuno e não sofrerá inutilmente na espera de que as coisas se transformem sozinhas.



Faça do seu final um triunfo e da sua despedida o começo de uma nova etapa, que poderá lhe trazer múltiplas experiências e realizações.

Às vezes o próprio Sol se retira para trás de uma nuvem de modo de que ninguém o veja se pôr, deixando-nos o trabalho de imaginar se ele já se pôs ou não.

Evite o inesperado! Preveja até onde for possível para evitar qualquer infortúnio. Geralmente, acontecimentos nefastos se dão por falta de previsão, por não termos utilizado nossa capacidade de reflexão e ponderação.

Muitos falam em sentir, mas o sentimento desacompanhado de um fino pensar se engana com facilidade e nos leva à perdição. O sentir e o refletir juntos nos dão a ponderação que nos leva à ação justa. Não fique esperando que lhe deem as costas, que se esqueçam de você. Não aceite ser sepultado vivo, recorra à atividade consciente. Ela o manterá digno e surfando na espuma dos acontecimentos.

Os cautelosos sabem quando aposentar um cavalo de corrida e não esperam que este sucumba no meio da carreira para provocar o escárnio de todos.

Viva sua vida do início ao fim com dignidade. Não abaixe a cabeça, não a levante demais.



Fite o horizonte sabendo que o chão nos aguarda e o céu nos espera.

Vivemos entre duas realidades, as duas nos chamam. Para servi-las, escolha o caminho do meio.

Realize suas obras neste mundo, deixe o seu legado.

Se a passagem do tempo o incomoda, estilhaça-se o espelho! Não procure inutilmente encontrar no corpo as marcas da sua passagem. É inútil querer segurar Cronos, ele é soberano. A única maneira de enfrentá-lo, é olhá-lo de frente e suportar a verdade.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

PALAVRAS, LEMBRANÇAS!

Palavras, lembranças, pequenas notas escritas, quase esquecidas, tudo me faz conservar o que passou.

Situações não resolvidas me prendem a outro tempo, não me permitem viver livre hoje!

Será que o mundo já foi melhor e a vida mais fácil?



A juventude ditava o ritmo, a força era plena!

O verão findava rápido, não acabava o inverno.

Tudo que supunha saber, nada restou!

Palavras, lembranças, o que julgava amor era a
força da natureza pulsando em mim!

Atente agora à letra da nossa canção:

PALAVRAS, LEMBRANÇAS!

***Palavras, lembranças,
pequenas notas escritas,
tudo me faz conservar
o que passou.***

***Situações não resolvidas
me prendem a outro tempo,
não me permitem
viver livre hoje!***

***Será que o mundo já foi melhor
e a vida mais fácil?
A juventude ditava o ritmo,
a força era plena!***



***O verão findava rápido,
não acabava o inverno.
Tudo que supunha saber,
nada restou!***

***Palavras, lembranças,
o que julgava amor,
era a força da natureza
pulsando em mim!***

***Será que o mundo já foi melhor
e a vida mais fácil?
A juventude ditava o ritmo,
a força era plena!***

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

261 - Música - Palavras, lembranças!



São Paulo, 09 de abril de 2025.

As duas vacas no mar

Na China antiga, dois amigos viajavam por entre as montanhas. Na água volumosa de um rio perceberam restos de legumes que flutuavam na superfície.

— Certamente algum eremita habita próximo daqui.

Falaram e continuaram sua caminhada.

Chegaram num local denominado Monte do Dragão e perceberam um pequeno casebre.

Um velho de longos cabelos e barba branca os recebeu.

— Desde quando o Senhor habita essa montanha?

— Ah! Nem me lembro. A primavera chega, a vegetação cresce, as árvores ficam verdes. No outono a natureza fenece e o frio cai sobre a terra.

Insistindo, eles perguntaram:

— Por que o senhor se retirou e se escondeu nesta montanha?



— Ah! Isso não tem a menor importância. Minha vida mudou quando vi duas vacas combatendo. Elas se chifravam sem parar. Depois elas entraram no mar e nunca mais as vi. Minha vida agora é tranquila, vivo uma vida de paz, solitário na montanha.

É por isso que se diz: As duas vacas, neste caso, são a metáfora da vida atual, do combate que se dá sem cessar no nosso espírito. Compreenda que o espírito é uno, não ceda à dualidade.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Cuide de suas palavras, não as deixe soltas ao léu. Palavras deveriam ser bem pensadas, ponderadas, sentidas, para não ferir ninguém.

As flechas trespassam o corpo, as más palavras, a alma.

Prefira e profira palavras suaves, mesmo que sejam firmes e contenham indicações às vezes difíceis de digerir.

Quando levantamos o tom e palavras ferinas saem de nossa boca, por mais que tenhamos razão, perdemos de saída qualquer possibilidade de argumentação.



Palavras justas, no tom certo, contêm o perfume da equanimidade, fazendo nos sentir plenos.

Sabemos, então, que somos alguém que veicula uma verdade que pode ser reconhecida por pessoas de boa vontade.

Muitas coisas essenciais à nossa vida são pagas com palavras escolhidas. Elas sozinhas realizam o impossível.

Uma palavra bem colocada na hora certa livra do desespero o amigo, a amiga, devolvendo-lhe o gosto de viver.

As palavras devem ser sempre servidas com mel. A boca deve estar doce para confeitar as formulações, as ideias. Não permita que o veneno da raiva, da comparação, da disputa, estrague o sabor dos sons proferidos.

É melhor ser sempre amável, agradável. Ninguém gosta de conviver com pessoas críticas, ácidas, que interferem em tudo e querem o controle até dos nossos pensamentos.

Depois que conquistamos o dom do pensar, o maior poder do ser humano é a palavra.

Aquele, aquela, que consegue juntar equilibradamente o pensar, o falar, o sentir e o agir, torna-se uma pessoa notável,



um ser único sobre a Terra, fazendo-o jus à semelhança com Deus.

No universo inteiro a comunicação através de palavras é sem precedentes e nos torna seres únicos. No nosso planeta, nenhuma vida circundante consegue articular sons significativos, inteligíveis e compreensíveis para o seu semelhante. Portanto, aproveite ao máximo a capacidade de pensar e sentir, e expresse com gentileza tudo o que desejar.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

A VIDA É UM SONHO!

A vida é imensa, maior que tudo. Tudo é vida!

Onde meus olhos alcançam, a vida vai muito além!

Não, não, eu nada sei, não fui eu que criei!

Sou apenas uma partícula, imagino que sou.

Deixo todas as minhas crenças, provo do vazio, da plenitude, nada posso acrescentar!

Não, não, eu nada sei, nada é veraz!



Vou passar a vida sorrindo, se puder também cantando, vou ajudar os outros dançando!

Qualquer pensar, em qualquer lugar, será um acontecimento.

Olho para dentro do meu Ser, vejo, aprendo, desperto, acordo.

Reflita comigo, considere o maior dos achados.

O encontro que me despertou fez tombar as ilusões, sumir as fantasias, os medos, as dores.

O vazio, então, se apresentou, mas agora basta!

Vou passar a vida sorrindo, se puder, também cantando, vou ajudar os outros dançando!

A vida é um sonho, vivo o meu sonho!

Não, não, já falei muito, e, mesmo assim, nada disse!

A vida é um sonho, acordar, despertar, avivar.

Vivo o meu sonho, é um sonho, apenas um sonho, sonho!

Atente agora à letra da nossa canção:



A VIDA É UM SONHO!

**Oh, a vida é imensa,
maior que tudo.
Tudo é vida!
Onde meus olhos alcançam,
a vida vai muito além!**

Não, não, eu nada sei, não fui eu que criei!

**Sou apenas uma partícula,
imagino que sou.
Deixo todas as minhas crenças,
provo do vazio, da plenitude,
nada posso acrescentar!**

Não, não, eu nada sei, nada é veraz!

**Vou passar a vida sorrindo,
se puder, também cantando,
vou ajudar os outros dançando!**

**Qualquer pensar, em qualquer lugar,
será um acontecimento.
Olho para dentro do meu ser,
vejo, aprendo, desperto, acordo.**

Não, não, eu nada sei, não fui eu que criei!

**Reflita comigo,
considere o maior dos achados.**



**Reflita comigo,
o encontro que me despertou
fez tombar as ilusões,
sumir as fantasias, os medos, as dores.
O vazio, então, se apresentou,
mas agora basta!**

**Vou passar a vida sorrindo,
se puder, também cantando,
vou ajudar os outros dançando!**

A vida é um sonho, vivo o meu sonho!

**Sou apenas uma partícula,
imagino que sou.
Deixo todas as minhas crenças,
provo do vazio, da plenitude,
nada posso acrescentar!**

**Não, não, já falei muito,
e, mesmo assim, nada disse!**

**Vou passar a vida sorrindo,
se puder, também cantando,
vou ajudar os outros dançando!**

**A vida é um sonho, acordar, despertar, avivar.
Vivo o meu sonho, é um sonho,
apenas um sonho, sonho!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

262 - Música - A vida é um sonho!



São Paulo, 16 de abril de 2025.

O reflexo da Lua na água

Um monge bastante devoto era um belo homem.

Uma mulher apaixonou-se por ele. Ela era casada e esse amor proibido a atormentava.

Apesar dos conselhos de sua mãe, ela não conseguia deixar de amá-lo e, devido a isso, um certo dia, ficou doente.

Foi para a casa de sua mãe que implorou para que o monge viesse curá-la.

Ele aceitou e foi ensinar-lhe os ensinamentos budistas.

Pouco a pouco, ela recobrou a saúde e um dia, os dois cederam à paixão.

Nesse dia, o monge infringiu três importantes preceitos: teve relação com uma mulher casada e por causa desse amor assassinou o seu marido.

Tomado de remorsos e de temor, foi se aconselhar junto ao Buda. O Mestre o acalmou e lhe ensinou o poder de nada temer. Ensinou-lhe várias práticas e o fez compreender que todos os fenômenos, todos os acontecimentos são como sombras em um espelho.



Como reflexo da Lua na água.

As pessoas tolas sofrem por causa do espírito cheio de ilusões, de loucuras, de medos. Tudo isso, porém, são imagens em um espelho, reflexo do luar na água.

São ilusões da consciência, não têm existência real.

A partir desse Ensino, o monge se iluminou. Compreendeu que, até então, sua vida tinha sido como um sonho e que existia uma vida autêntica, profunda, além do sonho.

Essa nova vida é descoberta livrando-se das imagens e dos conceitos que recobrem a consciência.

Entrou em contato com a sua face original, antes do nascimento, sua face imortal, a origem da vida. Ele pessoa, monge, desapareceu e só o estado búdico restou. Ele dizia: “Sou”.

É por isso que se diz: Quando descobrimos a vida por trás dos sonhos, das ilusões, dizemos: “Eu Sou”. Mais profundamente, dizemos: “Sou”. Depois, só o silêncio.

**Algumas indicações
para uma vida mais consciente**



Seja sempre cortês no agir, no pensar e no falar. Isso nos torna dignos de louvor e assim nossa vida se desenvolve sem atritos desnecessários, sem argumentos difíceis de defender.

Não significa que seremos débeis, covardes, frente às diferentes situações que nos encurralam, nos apertam e exigem respostas firmes e decididas.

A cortesia, então, torna-se uma espécie de encantamento e granjeia a boa vontade de todos, enquanto a grosseria obtém apenas a reprovação e irritação geral.

Observações ásperas, quando vindas do orgulho, são detestáveis. Quando originadas na má educação, são desprezíveis.

A cortesia deve ser bem distribuída para aqueles que a compreendem, que não a vejam como um ato de fraqueza e debilidade.

Muitos não são capazes de perceber e entender o poder das boas palavras e boas intenções. Só se movimentam a partir de falas e ações duras, que tornam a vida um inferno.

Para essas pessoas, saiba dosar o tom e continue cortês.

Frente a inimigos declarados, e não pense que você não os tem, a cortesia torna-se um dever e,



ao longo do tempo, você verá como ela é valiosa. Ela nos custa um certo esforço de autopercepção, um esforço agradável que não nos exige muito e nos faz evoluir como seres humanos.

Em compensação, recebemos um alto dividendo, quem respeita é respeitado.

A polidez, as palavras macias têm essa vantagem, nós as concedemos aos outros sem perder nada e a vida fica cada dia mais aprazível.

Saímos do inferno ou do purgatório para um mundo onde as nuvens não encobrem o Sol da nossa consciência.

Em resumo, só temos a ganhar cultivando a cortesia. Aliás, palavra anacrônica, fora de moda, tão em falta na nossa época e nos nossos dias.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

JUNTO A ELA EU SOU!

Galguei várias montanhas deste mundo, naveguei por mares profundos, viajei por muitos continentes, mas só junto a Ela, que habita no meu coração, estou contente.

Visitei as pirâmides do Egito, afastado de qualquer agito. Desfrutei das terras dos faraós,



foi assim que ouvi a Sua voz!

Atravessei o deserto do Saara, convivi com muita gente rara. Agora que a jornada chegou ao fim, Ela vive dentro de mim!

A viagem me enriqueceu, a penúria me fortaleceu. Sou feliz do jeito que sou, pois junto a Ela eu Sou!

Atente agora à letra da nossa canção:



JUNTO A ELA EU SOU!

**Galguei várias montanhas deste mundo,
naveguei por mares profundos,
viajei por muitos continentes,
mas, só junto a Ela, estou contente!**

**Visitei as pirâmides do Egito,
afastado de qualquer agito.
Desfrutei da terra dos faraós,
foi assim que ouvi a Sua voz!**

**Atravessei o deserto do Saara,
convivi com muita gente rara.
Agora que a jornada chegou ao fim,
Ela vive dentro de mim!**

**A viagem me enriqueceu,
a penúria me fortaleceu.
Sou feliz do jeito que sou,
pois junto a Ela eu Sou!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

263 - Música - Junto a Ela eu Sou!



São Paulo, 23 de abril de 2025.

A velha contrabandista

Era uma chinesa bem velhinha que pilotava uma scooter preta.

Todo dia ela passava pela fronteira Paraguai/Brasil, com um saco no bagageiro da scooter.

O pessoal da alfândega, tudo malandro velho, começou a desconfiar da velhinha.

Um dia, quando ela vinha na scooter preta com o saco atrás, o fiscal da alfândega mandou-a parar.

A velhinha parou e então o fiscal perguntou a ela:

— Escute aqui, vovozinha! A senhora passa por aqui, todo dia, com esse saco aí atrás. Que diabo a senhora leva nesse saco?

A velhinha sorriu com os poucos dentes que lhe restavam e respondeu:

— É aleia!

— Areia?

— É, aleia!



Aí quem riu foi o fiscal. Achou que não era areia nenhuma e mandou a velhinha saltar da scooter para examinar o saco.

A velhinha saltou. O fiscal esvaziou o saco e dentro só tinha areia. Muito encabulado, ordenou à velhinha que fosse em frente. Ela montou na scooter e foi embora com o saco de areia atrás.

Mas o fiscal ficou ainda desconfiado. Talvez a velhinha passasse um dia com areia e no outro com muamba dentro daquele maldito saco.

No dia seguinte, quando ela passou com a sua scooter com o saco atrás, o fiscal mandou parar outra vez. Perguntou o que é que ela levava no saco e ela respondeu que era:

—Aleia!

O fiscal examinou e era mesmo.

Dizem que foi aí que o fiscal se chateou.

— Olha vovozinha, eu sou fiscal da alfândega com quarenta anos de serviço. Manjo dessa coisa de contrabando pra burro. Ninguém me tira da cabeça que a senhora é contrabandista!

— Mas no saco só tem aleia! — insistiu a velhinha.



E já ia tocar a scooter quando o fiscal propôs:

— Eu prometo à senhora que deixo a senhora passar. Estou pra me aposentar, não vou dar parte, não apreendo, não conto nada a ninguém! Mas a senhora vai me dizer, qual é o contrabando que está passando aqui, todos os dias.

— O senhô jula que não esplaia pla ninguém?

— Juro!

— É scoote pleta, semple com a mema placa.

É por isso que se diz: Rugas e cabelos brancos não são prova de honestidade, apenas denotam o passar dos anos. Os trapaceiros também envelhecem.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Faça o que lhe apetece, que lhe seja agradável e favorável. Deixe para os outros o que o aborrece e o torna infeliz.

É evidente que para isso é necessário preparar com antecedência as condições, onde isso seja possível. Sem um preparo eficiente, somos como um burro de carroça, que é obrigado a levar nas costas toda a carga, nos queixando e maldizendo a vida.



Quando fazemos o que gostamos, a vida nos sorri e podemos ganhar a estima de todos à nossa volta. Entretanto, se o trabalho não passa de um fardo para ganharmos o pão de cada dia, o mundo se torna inóspito e atraímos a malevolência.

Quando somos mais conscientes de nós mesmos e do mundo à nossa volta, preferimos fazer tudo bem-feito, fazer com gosto qualquer trabalho que nos seja oferecido e ele se tornará agradável.

Através das obras executadas, mostraremos a nossa felicidade generosa, sem perturbar a vida circundante, sem amolar ninguém e por ninguém ser amolado.

Retribua e recompense com generosidade os que o acompanham na jornada diária. A recompensa não é apenas financeira, mas também gestos, palavras, ações, tons suaves nas expressões e, acima de tudo, compreender o amigo, a amiga, que se dedica a acompanhá-lo.

Administre bem as amizades verdadeiras e afaste-se dos interesseiros que querem apenas se aproveitar da sua força e carisma.

Dê ao outro o que ele necessita, mas para isso é necessário enxergá-lo além das aparências.

As pessoas tendem a nos esconder o que está no seu íntimo e mostram uma fachada de felicidade,



para não revelar os verdadeiros sentimentos.

A mentira é o denominador comum nos relacionamentos humanos. A única maneira de romper a impostura é sermos, nós mesmos, verazes em nossas palavras e ações, e aprendermos a distinguir o verdadeiro do falso.

Parece uma tarefa difícil, mas, se estivermos tranquilos, centralizados e confiantes, nosso estado será o de uma abertura receptiva, onde tudo é recebido sem crítica ou revolta.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

FAÇA UMA SELFIE, MOSTRE-SE FELIZ!

A vida passa sempre correndo, acham que ela nunca vai acabar.

Viver é bom, se sabemos aonde vamos, quando temos uma grana no banco.

Com o vermelho bem longe de nós, o verde, a folga financeira, sempre nos sorri, assim o Sol brilha no céu, claro e feliz!

Ninguém escapa do seu destino, o sábio, o hábil e também o burro.



Em qualquer lugar, no mar, na floresta, a hora chega um dia, não lamente, não vai adiantar.

A cova é horizontal, é o local final!

Corra sem parar, esqueça todos os males, a velocidade nos entorpece.

Faça uma selfie muito sorridente, mostre-se feliz.

Seja um completo charlatão!

A vida vai em frente, nos mantém na ilusão.

Ela só tem uma direção, nunca volta atrás!

Atente agora à letra da nossa canção:



FAÇA UMA SELFIE, MOSTRE-SE FELIZ!

**A vida passa sempre correndo,
acham que ela nunca vai acabar.
Viver é bom, se sabemos onde vamos,
quando temos uma grana no banco.
Com o vermelho bem longe de nós,
o verde sempre nos sorri!
Assim o Sol brilha no céu, claro e feliz!**

**A vida passa sempre correndo,
ninguém escapa do seu destino,
o sábio, o hábil e também o burro.
Em qualquer lugar, no mar, na floresta,
a hora chega um dia, não lamente,
não vai adiantar.
A cova é horizontal, é o local final!**

**Corra sem parar, esqueça todos os males,
a velocidade nos entorpece.
Faça uma selfie muito sorridente,
mostre-se feliz.
Completo charlatão!
A vida vai em frente, nos mantém na ilusão.
Ela só tem uma direção, nunca volta atrás!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

264 - Música - Faça uma selfie, mostre-se feliz!



São Paulo, 30 de abril de 2025.

Vamos acabar com esta folga

O negócio aconteceu num café. Tinha uma porção de sujeitos sentados nesse café, tomando umas e outras.

Havia brasileiros, portugueses, franceses, argelinos, alemães, o diabo.

De repente, um alemão forte pra cachorro, levantou e gritou que não havia homem pra ele, ali dentro.

Houve a surpresa inicial, motivada pela provocação. E logo um turco, tão forte quanto o alemão, levantou-se e perguntou:

— Isso é comigo?

— Pode ser com você, também! — respondeu o alemão.

Aí, então, o turco avançou para o alemão e levou uma traulitada tão segura, que caiu no chão.

Daí o alemão repetiu que não havia homem ali dentro pra ele.

Queimou-se, então, um português, que era maior ainda que o turco.



Queimou-se e não conversou. Partiu para cima do alemão e não teve outra sorte. Levou um murro debaixo dos queixos e caiu sem sentidos.

O alemão limpou as mãos, deu mais um gole no chope e fez ver aos presentes que o que dizia era certo. Não havia homem para ele ali, naquele café.

Levantou-se, então, um inglês troncado e entrou bem.

E depois do Inglês foi a vez de um francês, depois de um norueguês etc. etc.

Até que lá, do canto do café, levantou-se um brasileiro magrinho, cheio de picardia, para perguntar como os outros:

— Isso aí é comigo, meu?

O alemão voltou a dizer que podia ser.

Então, o brasileiro deu um sorriso cheio de bossa e veio, gingando assim pro lado do alemão. Parou perto, lançou o corpo e... pimba! O alemão deu-lhe uma porrada na cabeça com tanta força, que quase desmonta o brasileiro.

Meus amigos, a história termina aí!



É por isso que se diz: Isso é para os brasileiros perderem a mania de achar que podem dar um jeitinho em tudo e pensarem que são mais malandros do que os outros.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Aprecie os que o ajudam e o acompanham ao longo de sua vida.

Saiba elogiar na hora certa, sem que isso soe como uma adulação indevida.

Tudo que é justo, é bem apreciado. E receberemos a estima dos que nos cercam.

Quando executamos nossas tarefas diárias com capricho e perfeição, valorizamos nos outros essas qualidades, onde quer que apareçam.

Falar bem dos trabalhos alheios quando bem-feitos nos ajuda a buscar a perfeição em tudo que fizemos, e seremos exemplo para que nos imitem. Não se envaideça por isso. A obrigação de todo Ser consciente é a de se aperfeiçoar a cada dia.

Ao acordar de manhã sempre diga:

— Hoje serei melhor que ontem. Farei tudo com um novo olhar, como se a vida começasse agora.



Sem se esquecer da bagagem aprendida na véspera. O acumulado anteriormente, então, se utilizará. A inteligência do momento se unirá ao aprendido e experimentado, e trará novos frutos, novas aberturas, que tornarão a vida mais agradável e feliz.

O elogio é uma maneira de ressaltar as qualidades do esforço dos companheiros de jornada. Alguns fazem o contrário, sempre encontram algo para criticar as pessoas presentes e desdenhar das ausentes.

Isso funciona com as pessoas superficiais, que não sabem pensar e sentir por conta própria. Elas não percebem que são levadas a se entregar ao comando do pensamento alheio e passam a falar mal uns dos outros.

Muitos admiram as mediocridades que se mostram importantes com falas vazias de conteúdo, ouvem as nulidades que ostentam uma riqueza que não lhes pertence e deixam de perceber a simplicidade da verdade, que jamais se impõe.

A verdade sempre está por trás das aparências. Não confie em cenários montados, deslumbrantes, em fachadas ocas que tentam nos distrair e, quando abrimos a porta, percebemos que nada é verdadeiro. O fundo destoa da frente.



Na fachada, uma mansão, ao adentrarmos só encontramos o vazio negativo de ideias, sentimentos e ações.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

CELEBRAMOS A VIDA

Somos jovens, somos a força, planejamos, preparamos o porvir.

Coragem é o nosso lema, nada nos prende e amarra.

Todos os dias vivemos a vida a celebrar!

Encontrei meu destino, nada me distrai, sei o que quero, canto esta canção.

Deixo as velhas fórmulas, o inédito surge.

Não sou eu que escolho, ela me ensina a celebrar!

Somos jovens, somos a força, a música nos eleva, o bem e o mal se abraçam.

Coragem é o nosso lema.

Louvamos os antigos, os autênticos mestres, os que dedicaram sua vida para nós. Muito além do seu tempo, foram incompreendidos.



Louvamos também todos os outros de quem nunca ouvimos falar!

Nós também, bem além do tempo, somos incompreendidos. Não saberão quem somos, nem a que servimos, mas não nos importamos, celebramos a vida!

Atente agora à letra da nossa canção:

CELEBRAMOS A VIDA

***Somos jovens, somos a força,
planejamos, preparamos o porvir.
Coragem é o nosso lema,
nada nos prende e amarra.
Todos os dias vivemos a vida a celebrar!***

***Encontrei meu destino, nada me distrai,
sei o que quero, canto esta canção.
Deixo as velhas fórmulas, o inédito surge.
Não sou eu que escolho, ela me ensina
a celebrar!***



**Somos jovens, somos a força,
a música nos eleva, o bem e o mal se abraçam.
Coragem é o nosso lema,
nada nos prende e amarra.
Todos os dias vivemos a vida a celebrar!**

**Louvamos os antigos, os autênticos mestres,
os que dedicaram sua vida para nós,
incompreendidos,
muito além do seu tempo
e todos os outros de quem
nunca ouvimos falar!**

**Somos jovens, somos a força,
planejamos, preparamos o porvir,
incompreendidos, bem além no tempo.
Não saberão quem somos,
nem a que servimos,
não nos importamos, celebramos a vida!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

265 - Música - Celebramos a vida

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 07 de maio de 2025.

O milagre

Naquela pequena cidade, as romarias começaram quando correu o boato do milagre.

Ali vivera um vigário muito piedoso, homem bom, amigo de gente simples, que fora em vida um misto de sacerdote, conselheiro, médico e advogado dos pobres.

Um dia o vigário morreu. Em sinal de reconhecimento, conservaram o quarto onde ele vivera. Era um quartinho modesto, atrás de uma venda, tinha um catre, porque em histórias assim a cama do personagem chama-se catre, uma cadeira, um armário tosco e alguns livros.

O quarto do vigário ficou sendo uma espécie de monumento à sua memória, já que a prefeitura local não tinha verba para erguer sua estátua.

E foi quando um dia, ou melhor, uma noite, deu-se o milagre. No quarto dos fundos da venda, no quarto que fora do padre, na mesma hora que o padre costumava acender uma vela para ler seu breviário, apareceu uma vela acesa.

— Milagre! — quiseram todos.



E milagre ficou sendo porque uma senhora, que tinha um filho doente, logo se ajoelhou do lado de fora do quarto, junto à janela e pediu pela criança. Ao chegar em casa depois do pedido, conta-se, encontrou o filho brincando todo fagueiro.

— Milagre! — repetiam todos.

E o grito de milagre reboou por sobre monte e rios, vales e florestas, indo soar no ouvido de outras gentes, de outros povoados.

E logo começaram as romarias. Vinha gente de longe pedir. Chegava povo de tudo quanto é canto e ficava ali plantado junto à janela aguardando a luz da vela.

Oficializaram o milagre. Todos os dias, mais ou menos, seis da tarde, hora em que o bondoso sacerdote costumava acender sua vela, a vela se acendia e começavam as orações.

Ricos e pobres, doentes e saudáveis, homens e mulheres, civis e militares caíam de joelhos pedindo.

Muitos foram os casos de doenças curadas, de heranças conseguidas, de triunfos os mais diversos.



Mas como nessa vida tudo passa, depois de alguns anos passaram também as romarias. Ficou apenas um folclore na lembrança do povo.

O lugarejo não mudou nada, continua igualzinho como era e ainda existe atrás da venda, o quarto que fora do padre.

Passamos outro dia por lá. Entramos na venda e pedimos ao português, seu dono, que vive, há muitos anos, atrás do balcão, que nos servisse uma cerveja.

O português, então, berrou para o funcionário:

— Oh Milagre! Sirva uma cerveja ao freguês.

Achamos o nome engraçado, qual padrinho que pusera o nome de Milagre naquele afilhado?!

O português explicou que não, o nome do funcionário era Sebastião, Milagre era o apelido.

E por quê? — perguntamos.

— Porque era ele quem acendia a vela no quarto do padre.

É por isso que se diz: Não enxergamos o milagre à nossa volta todos os dias quando acordamos, vivemos e dormimos. Mas acreditamos que uma vela pode se acender sozinha.



Algumas indicações para uma vida mais consciente

Desenvolva todos os dias o poder da criatividade. Não o deixe atrofiar, não permita que ele envelheça e continue repetindo fórmulas já usadas e gastas.

Ninguém gosta de pessoas que sempre reprisam as mesmas coisas, contam os mesmos casos e não percebem que assim aborrecem os seus ouvintes, parentes, amigos e desconhecidos.

Não seja o tiozão chato! A tia maçante de quem você foge e a quem evita.

Seja inventivo, mas sem perder o bom senso, sem criar situações embaraçosas que possam perturbar sua vida e a alheia.

A criatividade revela inteligência no que ela tem de melhor. Para que ela se manifeste plenamente, precisamos de um toque de ousadia, tentar algo inesperado que saia fora do contexto habitual, e o inédito, então, surgirá.

Os escritores, os dramaturgos, os artistas, os inventores, os cientistas, os empreendedores, estão sempre em busca daquilo que é surpreendente e que pode trazer o novo.



Salomão, o sábio, dizia: “Não há nada de novo sob o Sol”.

Sem dúvida não lhe tiramos a razão, mas sempre podemos reformular os antigos preceitos e apresentá-los como únicos, jamais vistos sobre a face da Terra.

As pessoas criativas não perdem o espírito juvenil, o espírito reformador, são originais e não temem um aparente fracasso. Sabem que errar é o caminho para o acerto, desde que não percam o bom senso, mantenham os pés fincados na Terra e a cabeça sondando as ideias do mundo superior.

A criatividade é uma graça, é bastante rara. Muitos a querem, mas poucos sabem conviver com ela. Muitos a desejam, mas não sabem como deixá-la fluir e dirigir suas vidas.

Teoricamente, ela é um dom inerente à espécie humana, um dom divino para aqueles que sabem se colocar de lado e deixar a sua ação realizar suas obras.

Ela precisa contar com o apoio de uma mente esclarecida, livre de preconceitos, livre da dualidade, que é a sua marca. Necessita de um ambiente emocional satisfatório, onde as angústias não perturbem o seu bom funcionamento.



E, finalmente, ela precisa de um corpo preparado, pronto para respostas eficientes, onde a preguiça e a procrastinação não tolham seus movimentos.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

A VIDA É ÚNICA, É DE TODOS

Todas as manhãs, ele acordava triste.

A vida lhe sorria, mas ele nada via.

A vida era bela, mas ele só vivia em querela.

Ela, a vida, revelou as suas faces, doces e macias, amargas e difíceis.

Ela queria despertá-lo, mas ele permanecia triste!

Ele era míope, não enxergava um palmo além.

Vivia no seu mundo, não pensando em ninguém.

Não sabia que a vida é bela, que ela é única, é de todos.

O destino, então, veio à sua ajuda, abriu-lhe os ouvidos e os olhos.

Alguém, um dia, lhe ensinou, trouxe a Verdade, a Felicidade!



Passou a enxergar, e todos os seus dias se alegraram.

O mundo virou festa quando ele cantou sua seresta.

Ela revelou mais uma vez as suas faces.

Agora compreendeu, queria tudo ser, tornou-se vedor, artista, empreendedor, poeta e escritor.

Dançava junto aos fatos, crescendo em poder, amor, graça e saber.

Ela curou-lhe a miopia.

Ele conquistou a liberdade, a vida caminhou, e tudo se acertou.

Vivendo na alegria, só ama e se alimenta de ambrosia! Atente agora à letra da nossa canção:

A VIDA É ÚNICA, É DE TODOS

***Todas as manhãs, ele acordava triste.
A vida lhe sorria, mas ele nada via.
A vida era bela, mas ele só vivia em querela.
Ela revelou as suas faces,
doces e macias, amargas e difíceis.
Ela queria despertá-lo,
mas ele permanecia triste!***



**Ele era míope, não enxergava um palmo além.
Vivia no seu mundo,
não pensando em ninguém.**

**Não sabia que a vida é bela,
que ela é única, é de todos.
O destino veio à sua ajuda,
abriu-lhe os ouvidos e os olhos.
Alguém, um dia, lhe ensinou,
trouxe a Verdade, a Felicidade!**

**Passou a enxergar,
e todos os seus dias se alegraram.
O mundo virou festa
quando ele cantou sua seresta.**

**Ela revelou as suas faces.
Agora compreendeu, queria tudo ser,
tornou-se vedor, artista,
empreendedor, poeta e escritor.
Dançava junto aos fatos,
crescendo em poder, amor, graça e saber.
Ela revelou todas as suas faces,
curou-lhe a miopia.
Ele conquistou a liberdade,
a vida caminhou, e tudo se acertou.
Vivendo na alegria,
só ama e se alimenta de ambrosia!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

266 - Música - A vida é única, é de todos



São Paulo, 14 de maio de 2025.

O motorista

Tão logo desembarcou no aeroporto de Nova York para sua viagem apostólica, o finado Papa Francisco era aguardado por uma limusine.

Ficou constrangido com aquele luxo, mas depois pensou que havia muito tempo que não dirigia, muito menos um carro como aquele, e disse a si mesmo:

— Tudo bem! Sabe-se lá quando vou ter outra chance como esta!

Olhou para a limusine e perguntou ao motorista:

— Será que puedo experimentar?

— Ah! Lamento Sua Santidade, mas não posso deixar. Sabe como é, né? Os procedimentos, o protocolo...

Mas como dizem, quando o Papa põe uma coisa na cabeça!

Enfim, ele tanto insistiu que o outro acabou cedendo.

O Papa Francisco sentou-se, então, ao volante, em uma daquelas vias expressas enormes.



E tomou gosto, começou a pisar no acelerador, 50 por hora, 80, 120. Até que ouviu uma sirene e uma viatura da polícia emparelhou com o automóvel e o fez parar.

Um jovem policial aproximou-se do vidro escurecido. O Papa, um pouco intimidado, abaixou-o e o policial, quando o viu, empalideceu.

— Ccom licença — disse o agente, voltando à viatura para falar com a Central.

— Boss! Chefe! Acho que estou com um problema!

— Que problema?

— Parei um carro por excesso de velocidade, mas nele está um sujeito muito importante.

— Importante quanto? É o prefeito?

— Não chefe, mais do que o prefeito.

— Mas, mais do que o prefeito? Quem é? O governador?

— Não! Mais!

— O presidente?

— Acho que é mais.



— E quem pode ser mais importante do que o presidente?

— Veja chefe, não sei direito quem é, o vidro de trás é escuro. Mas só lhe digo que o motorista é o Papa!

É por isso que se diz: Se o Papa é o motorista, não se preocupe! Em caso de acidente fatal, temos a porta aberta para o céu.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Saiba fazer o bem, um pouco de cada vez, mas com frequência.

O bem é sempre relativo, não é o mesmo para todos.

Saiba escolher as pessoas certas, que compreenderão o que lhes é oferecido e saberão apreciar o gesto generoso.

Não conceda em demasia, o excesso sempre é prejudicial e o agraciado se acostuma, querendo sempre mais.

Aquele que muito dá, no fundo, muitas vezes, quer se promover e se mostrar, esperando agradecimentos. Jamais os peça.



Perceba os indícios de satisfação naquele (naquela) que recebeu as dádivas. Essa será a verdadeira retribuição, que deixará seu coração leve e feliz.

Não cobre ninguém pelos presentes dados. Uma vez que sua mão se abriu, não tem como voltar atrás. E aquele que foi agraciado pode fazer o que quiser com os bens recebidos.

O bem doado pode ser material, espiritual, indicações de como agir, exemplos e muitas outras possibilidades.

Esteja certo de que o outro está apto a receber. Muitos desperdiçam e jogam fora o que receberam e sua vida não caminha a passos certos, nenhum proveito tiram dos bens recebidos. Jogam fora a oportunidade de mudar de rumo, tornar a vida mais inteligente e refinada. Com frequência, tornam-se inimigos de quem lhes protegeu.

No passado dizia-se que: “O ídolo não quer ver o escultor que o entalhou”.

Aquele que recebe um favor prefere perder de vista quem o concedeu.

Não se decepcione com ninguém, não espere nada de ninguém. Faça tudo pelo seu prazer de fazer.



Como ensinava uma antiga história Zen: “O doador é que deve agradecer”.

Na realidade, deve ser grato porque lhe é concedido o poder da doação. Tem o que doar! Poucos são aqueles agraciados por essa dádiva.

Aprenda essa sutil lição sobre dar: que seja prazeroso mesmo que lhe custe muito; que seja para o bem do outro, como você o compreende, e não espere nada em troca.

Um simples sorriso feliz torna-se o melhor pagamento.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

SOB O CÉU DO INFINITO

O tempo suspendeu seu voo.

O silêncio se fez quando a entrevi.

Nós iremos aonde ela quiser.

O amor nos guiará, ele é eterno, jovem, para sempre. Seremos como neste dia glorioso, felizes, sob o céu do infinito.

Atente agora à letra da nossa canção:



SOB O CÉU DO INFINITO

**O tempo suspendeu seu voo,
o silêncio se fez quando a entrevi!
Eu flanava pelas areias da praia,
os pés roçando as águas de outono,
ainda tépidas.**

**O céu de um azul límpido
unia-se aos meus sentimentos.**

**Esse matiz celeste infinito
só é visto em condições especiais.
Ela surgiu vestida com as cores do céu,
como que saída de um quadro de Monet.
Lembro-me muito bem do que lhe confessei
naquela manhã:
que sempre a esperei, por anos,
séculos, pela eternidade!**

**Nós iremos aonde você quiser,
o amor nos guiará.
Ele é eterno, jovem!
Para sempre, seremos como nesta manhã,
sob o céu do infinito!**



**Hoje, muitos anos depois,
recordo-me daquela manhã de outono,
nós dois entrelaçados.
Desde então, ela vive no meu coração,
existo apenas por ela e para ela.
Observo a onda que não abandona a praia.
Como essa vaga, eu fui e voltei,
como ela, eu toco a areia e me lembro!
Recordo-me dos dias gloriosos,
do Sol, da felicidade infinita
que pairava sobre as águas,
ontem, hoje, há séculos, no eterno,
minha doce alma!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

267 - Música - Sob o céu do infinito

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 21 de maio de 2025.

Entrevista com um notório corrupto honesto

Hoje vamos fazer uma entrevista com um brasileiro honesto: o deputado carcamano “Mão Leve”.

— Boa noite, deputado. O senhor rouba?

— Ah! Roubo sim, meu filho, mas para o bem maior, o meu e o da minha família.

— Ah! Pelo menos o senhor não mente.

— Exatamente! Só minto sob juramento.

— O senhor não é um mau exemplo para a juventude, deputado?

— Pelo contrário, sou um padrão de comportamento para os jovens do Brasil. Nenhum de nós jamais foi preso!

— O senhor não parece preocupado. Estão dizendo que desta vez os corruptos vão todos para a cadeia.

— Temos fé no nosso santo padroeiro, meu filho.

— Ah! E quem é?



— São Nunca, no dia 30 de fevereiro.

— E essa onda contra a corrupção no governo?

— Ah! É a velha história, brasileiro gosta de importar modismos.

— O senhor acha que essa onda moralista é um modismo passageiro?

— Sem dúvida, sem dúvida! A não ser, claro, que comece a dar dinheiro.

— É verdade que nunca se roubou tanto no Brasil?

— Sim! Não importa o que digam os saudosistas, hoje somos campeões.

— A corrupção é muito antiga no Brasil?

— Xiiii! Muito antiga. As contas que o Cabral trocou com os povos originários, já não fechavam. Para nós, dinheiro é apenas um meio para conseguir o que realmente gostamos.

— O que é?

— Mais dinheiro.

— Ah! Dinheiro não é tudo, deputado.



— Eu sei, eu sei! Dinheiro não é tudo, pode ser também um Pix.

— Vocês, corruptos, não saem do noticiário.

— Viu só? Isso é perseguição e não é matéria paga.

— Revele para nós, agora, deputado, o que um corrupto pensa quando vê um escândalo, no qual ele está envolvido, publicado pela imprensa?

— Ah! Pensamos nos direitos autorais, é claro!

— Coisas como moral e ética, para o senhor, não interessam?

— Depende do preço, meu filho.

— O corrupto nunca se arrepende?

— Claro que sim! O corrupto também é humano! Quantas vezes não dissemos: “Se tivesse pensado nas consequências, disfarçaria melhor”. Essa campanha contra os corruptos no Brasil será contraproducente, só vai nos forçar a ir para a clandestinidade. Sabe, está havendo uma certa confusão: não nos opomos a que casos de corrupção sejam denunciados, investigados, como sempre; nos opomos a que aquelas investigações deem alguma coisa!



As pessoas não se dão conta de que o criminoso do colarinho branco rouba porque tem gastos com a lavanderia para clarear o colarinho.

— Mas hoje tem uma grande onda contra a corrupção.

— Esquisito, não é? Como se só o corrupto fosse corrupto no Brasil!

— O corrupto já nasce pronto?

— Não! Ele geralmente se faz por si mesmo, com material alheio.

— Deputado, existe algum lugar em que está escrito que o corrupto é criminoso?

— Sim, no código penal! Um documento notoriamente hostil à nossa classe e, portanto, suspeito. Os corruptos convencerão juízes de que não há motivo para serem punidos.

— Nos tribunais?

— Não, não, de preferência num lugar mais discreto, num cantinho escuro.

— Na sua opinião, deputado, é errado processar corruptos?



— Ah é! Estão processando empresários por estarem desviando milhões, fazendo-os se sentir como criminosos. Nós, corruptos inocentes, arranharemos pessoas para marchar por nós sobre Brasília.

— O corrupto é necessário?

— Claro, claro! É ele que movimenta o dinheiro da nação, põe no bolso, manda para um paraíso fiscal, compra Porsche, vai para Dubai e gasta em Paris e Roma. Somos pessoas de fino trato. Sabe, meu filho, o corrupto não é reconhecido como merece no Brasil. Ninguém nos pune! Somos ignorados, não nos olham! Sofremos de uma profunda carência afetiva.

É por isso que se diz: “A corrupção é muito antiga, nasceu logo depois que Adão e Eva foram criados. Naquela época, assumiu a forma de serpente e o mundo nunca mais foi o mesmo. Perdemos a inocência.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Cultive o bom senso todos os dias, em qualquer ocasião, nas conversas, nos relacionamentos, nos negócios, na profissão, com familiares, amigos e desconhecidos.



O bom senso é difícil de ser definido, mas relativamente fácil de ser percebido.

Ele nos facilita a vida, abre portas e o Sol parece nunca se esconder de nós. A vida se torna uma primavera perene.

Alguns já nascem mais prudentes, outros têm de conquistar o bom senso através de estudos e práticas contínuas.

Quando ele é dominante, e torna-se uma marca para nós, é caminho meio andado para o sucesso.

Com o passar do tempo e a experiência, a razão amadurece e o discernimento, em tudo que fizermos, nos fará agir com moderação, qualidade do bom senso.

Mesmo que os incautos mostrem sucesso nas suas iniciativas, não se deixe enganar pelo ruído que eles provocam. Muitas vezes, como diria o bardo, é muito barulho por nada.

O bom senso, a moderação, não deve ser confundido com a inércia, com um não agir e não saber que direção prosseguir.

Às vezes, o seu tempo de ação é mais lento, pois necessita pesar as situações, prever os rumos e refletir sobre as possíveis consequências dos atos.



Todos desejaríamos ter governantes que, sem perder a iniciativa, fossem possuidores de bom senso para a direção do país.

O bom senso, na administração de uma nação, não permitiria que os aproveitadores, os de má fé, se mantivessem no poder com o único interesse de assaltar os cofres públicos. O bom senso aparece tanto nos pequenos quanto nos grandes eventos. Ele revela no homem (na mulher) um eixo de sabedoria e cuidado nos interesses pessoais e dos outros.

O bom senso respeita as individualidades, dá valor aos que merecem ser valorizados e não despreza os que ainda não atingiram esse aperfeiçoamento do próprio Ser.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

O VENTO ME LEVA

O vento me leva aonde quiser, meu caminho é feito de esperança.

Percorro o mundo ao meu bel-prazer, realizo assim a minha andança!

Fui muito longe, conheci o fim do mundo. Meu lar é toda parte, junto a esta poesia.



Nos dias de frio os sonhos congelam. Bebo e me rio de nós vagabundos!

Venho do norte, volto para o sul. Trouxe meus anseios, parei aqui, ali.

Mostrou-se o caminho, que me leva ao destino. Abriu-se para mim uma nova vida!

Meus camaradas do fim do mundo não se recordam mais de mim.

Envio-lhes esta mensagem, lembrem-se irmãos daqueles que se foram!

O vento me leva aonde quiser, a minha sorte se apresentou.

Ela me transforma, nem me importo como, é só estar alerta, banir o sono!

A simplicidade é discreta, a vida é doce na felicidade.

Sem conversa e sem alarde, venham comigo brindar a liberdade!

Atente agora à letra da nossa canção:



O VENTO ME LEVA

**O vento me leva aonde quiser,
meu caminho é feito de esperança.
Percorro o mundo ao meu bel-prazer,
realizo, assim, a minha andança!**

**Fui muito longe,
conheci o fim do mundo.
Meu lar é toda parte,
junto a esta canção.**

**Nos dias de frio
os sonhos congelam.
Bebo e me rio
de nós, vagabundos!**

**Venho do norte, volto para o sul.
Trouxe meus anseios,
parei aqui, ali.
Mostrou-se o caminho
que me leva ao destino.
Abriu-se para mim uma nova vida!**



**Meus camaradas do fim do mundo
não se recordam mais de mim.
Envio-lhes esta mensagem,
lembrem-se, irmãos, daqueles que se foram!**

**O vento me leva aonde quiser,
a minha sorte se apresentou.
Ela me transforma,
nem me importo como,
é só estar alerta,
banir o sono!**

**A simplicidade é sempre discreta,
a vida é doce na felicidade.
Sem conversa e sem alarde,
venham comigo brindar a liberdade!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

268 - Música - O vento me leva



São Paulo, 28 de maio de 2025.

À beira mar

Por que será que tem gente que vive se metendo com o que os outros estão fazendo?

Pode haver coisa mais ingênua do que um menininho brincando com areia, na beira da praia? Não pode, não é?

O garotinho já estava com um baldinho cheio de areia, quando o sujeito intrometido chegou e perguntou o que ele ia fazer com aquela areia.

Explicou que ia jogar areia num casal que estava numa barraca lá adiante e apontou.

Lá na barraca distante, a gente só conseguia ver dois pares de pernas ao Sol. Eram dois pares, masculino e feminino, encobertos pela sombra da barraca.

— Eu vou jogar areia naquele casal porque eles estão se abraçando e se beijando muito! Explicou o menininho.

O intrometido sorriu complacente e veio com lição de moral.

— Não faça isso, meu filho! — disse ele,



sem saber que o menino era o seu vizinho de apartamento.

— Deixe o casal em paz! Você ainda é pequeno e não entende dessas coisas. Mas é muito feio jogar areia em cima dos outros!

O menininho olhou pro cara muito espantado e ainda insistiu:

— Ah, deixa eu jogar neles, vai!

O camarada fez menção de lhe tirar o balde da mão e foi mais incisivo:

— Não senhor! Deixa o casal namorar em paz, não vai jogar areia não.

O menininho, então, deixou, que ele esvaziasse o balde e lhe disse:

— Tá certo! Eu só ia jogar areia neles por sua causa.

— Por minha causa?! — estranhou o chato. Mas que casal é aquele?

— Ah, o homem eu não sei, mas a mulher é a sua.

É por isso que se diz: Não se meta onde não é chamado, cuide, antes, dos seus próprios interesses.



Algumas indicações para uma vida mais consciente

Saiba mudar, aprenda a se transformar em cada momento e ciclo de sua vida.

Conforme o tempo passa, podemos e devemos agir de formas completamente diferentes de como éramos, procurando nos basear no nosso norte interior, no discernimento, que pode se aprofundar com o passar dos anos.

Almeje sempre aumentar todos os dias o poder da inteligência que nos foi concedida pela Mãe Providência.

Mesmo que o nosso corpo tenha um determinado prazo para a sua existência no planeta, a inteligência por ser feita de uma matéria muito mais fina, não precisa encolher e regredir para níveis inferiores do Ser.

Salvo por doenças degenerativas, podemos chegar lúcidos até o inevitável apagar das luzes.

Os invejosos, os maledicentes, preferem lembrar das imperfeições do seu início, em vez da grandeza alcançada no decorrer da vida.

Muitas vezes, totais desconhecidos por terem vindo de longe, de terras estrangeiras, gozam da estima geral porque não foram vistos de perto,



não conhecemos o seu histórico, ouvimos apenas a fama que os precede. E acreditamos que sejam seres elaborados e perfeitos.

Tudo que é estrangeiro goza de estima, mas cuidado para não criar falsos ídolos.

Alguns foram desprezados em seu próprio canto, mas por um motivo ou outro, alcançaram fama mundial. São louvados porque os vemos de longe, numa distância considerável.

Muitas vezes ficaram famosos e venerados por frases bem colocadas, e pelos séculos que aumentaram seus feitos e glórias, que não eram percebidos enquanto vivos.

Para muitos, a morte até que lhes cai bem. Como diz um velho ditado: a estátua do altar nunca será venerada por alguém que a viu quando não passava de um tronco de árvore na floresta.

Esse ditado pode nos auxiliar na compreensão da nossa própria existência.

Nascemos como um tronco de árvore, mas a educação, o esforço pessoal, o autoconhecimento, podem nos esculpir e nos transformar em uma obra a ser apreciada.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*



SER CALMO, TRANQUILO E PENSAR

Neste mundo trabalhamos até morrer, é difícil sentir o prazer de viver.

Nos metrô abarrotados, somos ignorados. Dias sombrios em qualquer lugar!

Ser calmo, tranquilo e pensar, me livra de qualquer pesar.

Melhor remédio não existe, com ele, nunca estou triste!

Enxergo e aprecio o mundo à minha volta, vejo, sinto, compreendo, nada me revolta.

Melhor lugar não há! Tenho energia, mente e vigor, não me deixo levar pelo amargor!

Não quero me lembrar da vida antiga, batalhar apenas pela velha cantiga.

Escolho liberdade, felicidade!

Ser calmo, tranquilo e pensar. Melhor remédio não existe, com ele nunca estou triste!

Atente agora à letra da nossa canção:



SER CALMO, TRANQUILO E PENSAR

**Neste mundo trabalhamos até morrer,
é difícil sentir o prazer de viver.
Nos metrôs abarrotados,
somos ignorados.
Dias sombrios em qualquer lugar!**

**Ser calmo, tranquilo e pensar,
me livra de qualquer pesar.
Melhor remédio não existe,
com ele nunca estou triste!**

**Enxergo e aprecio o mundo à minha volta,
vejo, sinto, compreendo, nada me revolta.
Melhor lugar não há!
Tenho energia, mente e vigor,
não me deixo levar pelo amargor!**



***Ser calmo, tranquilo e pensar,
me livra de qualquer pesar.
Melhor remédio não existe,
com ele nunca estou triste!***

***Não quero me lembrar da vida antiga,
batalhar pela velha cantiga.
Escolho liberdade, felicidade!***

***Ser calmo, tranquilo e pensar,
me livra de qualquer pesar.
Melhor remédio não existe,
com ele nunca...
com ele nunca estou triste,
me livra de qualquer pesar.
Melhor remédio não existe,
ser calmo, tranquilo e pensar!***

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

269 - Música - Ser calmo, tranquilo e pensar



São Paulo, 04 de junho de 2025.

História do passarinho, um conto de fadas revisitado

Era uma vez uma mocinha muito bonita que, nos anos 50, morava num lugar chamado Copacabana.

Todos elogiavam a beleza da mocinha. Ela tinha cara bonita, olhos bonitos, pele bonita, corpo bonito, pernas bonitas, figura bonita. Era toda bonita!

Apesar disso, não era feliz, a mocinha. O sonho da mocinha bonita era entrar para o teatro.

Um dia, a mocinha estava muito triste porque não havia realizado o seu ideal, quando um passarinho chegou perto dela e perguntou:

— Por que é que você está triste, mocinha? Você é tão bonita, não devia ser triste.

— Ah! Estou triste porque quero entrar para o teatro e não consigo — respondeu a mocinha.

O passarinho riu muito e disse que, se fosse só por isso, não precisava ficar triste. Ele havia de dar um jeito.

E de fato, no dia seguinte, passou voando pela janela do quarto da mocinha e deixou cair um



bilhetinho que trazia no bico. Era um bilhetinho que dizia: teatro tal, fila quatro, poltrona dezesseis.

A mocinha foi lá e, no mesmo instante, conheceu o empresário do teatro que, ao vê-la, se entusiasmou com a sua beleza.

Foi logo contratada e já nos primeiros ensaios todos a elogiavam com seu desembaraço.

Ela ensaiou muito, escondida da mãe, e só contou para ela no dia da estreia, pois a mãe era contra.

Foi muito ovacionada, todo mundo a aplaudiu. Voltou para casa contentíssima e quando ia metendo a chave no portão, ouviu uma voz dizer:

— Meus parabéns, você é um sucesso!

Aí ela olhou pro lado espantada, e viu o passarinho que a ajudara, pousado numa grade.

Ela notou que o passarinho dissera aquilo em tom amargo e quis saber:

— Passarinho, você agora está triste. Por quê?

Foi aí que o passarinho explicou que não era passarinho não, era um príncipe encantado, que uma fada má transformara em passarinho.



— Oh! Coitadinho! — exclamou a mocinha, que acabara de estrear com tanto sucesso. O que é que eu posso fazer por você?

O passarinho, então, contou o resto do encantamento. A fada má fizera aquilo com ele só por maldade. Para ele voltar a ser príncipe outra vez era preciso que uma mocinha bonita e feliz o levasse para a sua casa e o colocasse ao lado do travesseiro. No dia seguinte, o encanto findaria.

— Ah! Agora sou uma mocinha feliz e foi você mesmo, passarinho, que disse que eu era bonita. Você e todo mundo.

E dizendo isso, apanhou o passarinho e entrou em casa com ele. Ajeitou-o bem ao lado do travesseiro e cansada que estava das emoções do dia, adormeceu.

No outro dia de manhã, nos idos dos anos cinquenta, aconteceu tal e qual o passarinho dissera.

Quando a mocinha acordou, havia um lindo rapaz deitado ao seu lado. Era o príncipe!

É por isso que se diz: Acredite se quiser. Esta foi a história que a mocinha contou para sua mãe quando ela a encontrou de manhã, dormindo com o empresário teatral que, aliás, só não se casou com ela porque já era comprometido.



Algumas indicações para uma vida mais consciente

Todos nós gostamos e queremos ser estimados, amados. Para isso, devemos cuidar para não nos intrometer nos assuntos alheios, não invadir a privacidade das pessoas próximas e das desconhecidas.

Tudo que o outro, a outra, faz, não nos diz respeito. Com exceção de atos que nos atinjam e, então, agiremos de acordo.

Cada um tem o direito de viver a sua vida como lhe aprouver e receberá os dividendos, positivos ou negativos, de suas escolhas.

Este é o chamado livre-arbítrio, que nos foi concedido pela Mãe Providência, e que é afetado pelo ambiente no qual somos criados e educados. Somos frutos também das nossas escolhas.

O verdadeiro caminho, o mais curto para sermos estimados, é o mérito das nossas ações, a flexibilidade no nosso pensar e sentir.

Os outros devem perceber em nós uma integridade, uma profunda capacidade de refletir e ponderar, e ter sempre uma boa palavra, um ato justo no momento certo.



A integridade não se deixa levar por um lado ou por outro. Ela trilha o caminho do meio, sem se perder nas discussões inócuas, intermináveis, daqueles que não reconhecem a unidade de todas as coisas.

O caminho do meio é o caminho daqueles que descobriram a unidade em si mesmos e não se deixam levar pelos modismos passageiros, pela grita geral, que só nos faz conhecer a infelicidade contida nos acontecimentos efêmeros.

Os mediócrs têm que se apegar a partidos, a seitas, para se sentirem vivos e amados. As mediocridades se igualam em quantidade e valor, e são levadas e dirigidas por líderes que sabem como manipulá-las.

Sem feitos reais e duradouros, palavras de seres adormecidos, sem comprometimento com a realidade, não passam de sopro de ar.

Pessoas de qualidade são raras em nosso mundo. Devemos aprender a reconhecê-las nos diferentes campos em que atuarem.

Vivemos em uma época onde os imbecis têm o poder de comandar e afetar milhões de pessoas. Como alguém dizia: “Os imbecis sempre existiram, mas hoje eles têm as redes sociais”.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

NÃO ADIANTA QUERER FUGIR

Não adianta querer fugir, ninguém vai escapar!
Cedo ou tarde a hora virá!

Todos preferem se esconder, não enfrentam o
próprio Ser, fecham os olhos, não querem ver, que
a hora soará, nossa hora soará!

Não se entristeçam, trago a boa nova, acessem a
alma, ela nos renova!

Os antigos sempre nos ensinaram, nos legaram
sua doce fala, voz eterna que nos embala, traz o
destino a cumprir.

Ela nos oferece a liberdade. Façam sua vontade!

Tentem ir para outro lugar, até onde a vista
alcançar, o destino não deixa escapar, aonde
formos, vai nos buscar!

Não adianta querer fugir, ninguém vai escapar!
Cedo ou tarde a hora virá!

Atente agora à letra da nossa canção:



NÃO ADIANTA QUERER FUGIR

**Não adianta querer fugir,
ninguém vai escapar,
ninguém vai escapar!
Cedo ou tarde a hora virá,
cedo ou tarde a hora virá!**

**Todos preferem se esconder,
não enfrentam o próprio ser,
fecham os olhos, não querem ver
que a hora soará,
nossa hora soará!**

**Não se entristeçam, trago a boa nova,
acessem a alma, ela nos renova!
Os antigos sempre ensinaram,
nos legaram sua doce fala,
voz eterna que nos embala,
traz o destino a cumprir.
Ela oferece a liberdade,
façam sua vontade!**

**Todos preferem se esconder,
não enfrentam o próprio ser,
fecham os olhos, não querem ver
que a hora soará,
nossa hora soará!**



**Não adianta querer fugir,
ninguém vai escapar,
ninguém vai escapar!
Cedo ou tarde a hora virá,
cedo ou tarde a hora virá!**

**Tentem ir para outro lugar,
até onde a vista alcançar,
o destino não deixa escapar,
aonde formos, vai nos buscar!**

**Todos preferem se esconder,
não enfrentam o próprio ser,
fecham os olhos, não querem ver
que a hora soará,
nossa hora soará!**

**Não adianta querer fugir,
ninguém vai escapar,
ninguém vai escapar!
Cedo ou tarde a hora virá,
cedo ou tarde a hora virá,
cedo ou tarde a hora virá!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

270 - Música - Não adianta querer fugir



São Paulo, 11 de junho de 2025.

Diálogo de réveillon

Os dois estavam numa festa de réveillon quando ela passou. O cara levantou a cabeça e falou com a voz embaçada pela bebida:

— Olá!

A dona não devia ser mulher de olá porque olhou-o com certo desprezo e não respondeu.

Ele então continuou:

— Feliz Ano Novo, tá?

A dona aceitou:

— Pra você também.

O cara deu um risinho de quem não estava acreditando muito no ano novo. Depois pegou uma taça, botou o champagne dentro e falou:

— Vou virar esta em homenagem ao ano chato que morreu!

— Você já não bebeu demais?

— Que pergunta besta, minha senhora! Isso é pergunta de mulher casada.



— Mas eu sou casada.

— Não me diga, eu também sou! Sou muito casado!

Deu um soluço de bêbado e ficou balançando a cabeça ao considerar o quanto era casado. Em seguida esclareceu:

— Eu sou casado desde o começo do século, está bem?

— Ah! Eu também!

— Que coincidência desgraçada, né? Ambos somos casados desde o ano 2000. Você também se casou naquela igrejinha do centro, que estão achando pequena e querem construir outra?

— Ah! A igreja que eu me casei é a do Carmo.

— Isso mesmo! É a do Carmo! Foi lá que eu me casei.

— Eu também.

— Também? Puxa! Casada como eu, desde 2000 como eu, no Carmo como eu! Não vai me dizer que a sua Lua de Mel foi na Europa também.

— Muita gente passa a lua de mel na Europa! Sim, foi lá.



— Nossa! Lua de mel na Europa, até parece que isso adianta alguma coisa!

— A Lua de Mel não depende do lugar pra ser melhor ou pior. Depende do casal.

O cara deu uma risadinha e explicou:

— Minha mulher sempre diz isso que você tá dizendo.

E tratou de encher novamente a taça.

Mas aí a Dona mudou o tom da conversa:

— Escuta, Eduardo, você já bebeu demais! Vamos embora!

E agarrando o marido cambaleante, levou-o para casa.

É por isso que se diz: Quer beber, beba. Mas pare antes de chegar ao ponto de não reconhecer a própria esposa.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Seja uma pessoa criteriosa, observadora. Interesse-se por tudo que é realizado neste mundo. Conheça a história próxima e a antiga.



Isso lhe dará muito material para poder conduzir a sua vida de forma mais inteligente.

O mundo não foi criado ontem, e incontáveis são as gerações que nos prepararam o caminho, nos abriram muitas portas e não pouparam esforços para que hoje nossa vida fosse muito mais confortável.

Domine as artes, os históricos, compreenda-os e reinvente-os para o momento atual, mas não se deixe dominar por crenças herdadas que podem nos atrapalhar na compreensão da realidade.

Aprofunde os ensinamentos das velhas gerações. Disseque o talento dos antigos com maestria. Aperfeiçoe todo conhecimento vindo do passado, liberando-se de certas incompreensões próprias do momento histórico vivido e sofrido pelas velhas gerações.

Veja! Observe as obras escritas, edificadas, pintadas, esculpidas, e avalie sua essência, seu âmago, sua alma.

Quando desenvolvemos um bom poder de observação, somos capazes de elucidar aquilo que é mais oculto, que os antigos compreenderam e expressaram para os futuros decifradores, irmãos que jamais conheceriam.



Os antigos sábios, verdadeiros mestres na arte do autoconhecimento e dos mistérios do universo, sabiam que não há nada que não se possa descobrir, aprender, entender.

Seus legados, conquistados a duras penas, estão espalhados mundo afora, oferecendo-se para aqueles que são sensíveis ao seu chamado.

Suas obras, como sugerimos no início, são uma transmissão de alma para alma.

Não se deixe enganar pelas formas que, em geral, são obras de arte e nos encantam. Mas vá além, compreenda o que não é visto, o que é apenas sugerido, o indizível, e verá que o espírito ali contido, vindo de um passado muitas vezes sem data, comunica-se conosco.

Tornamo-nos herdeiros quando compreendemos e deciframos o que nos é oferecido. Somos então encarregados de passar essa contribuição às novas gerações.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

TODOS OS DIAS, TODAS AS HORAS

Nada podemos fazer, acreditamos no que queremos crer, pensamos que assim somos alguém!



Olhe, sinta, compreenda o mundo à sua volta,
observe tudo aquilo que puder.

Todos os dias, todas as horas, deixe o que se foi!

Sente-se bem quieto, o poder do silêncio nos
ensina. Observe tudo aquilo que puder!

As amizades acabam, as riquezas mudam de mãos.

Viva sua vida sem lamentos, abrace a todos,
conviva bem, deste mundo nada se leva!

Desfrute dos momentos felizes, eles também se
irão.

Observe tudo aquilo que puder, faça tudo o que
lhe aprouver!

Atente agora à letra da nossa canção:

TODOS OS DIAS, TODAS AS HORAS

***Nada podemos fazer,
acreditamos no que queremos crer,
pensamos que assim
somos alguém!***



**Olhe, sinta, compreenda,
considere o mundo à sua volta,
observe tudo aquilo que puder,
todos os dias, todas as horas,
deixe o que se foi!
Sente-se bem quieto,
o poder do silêncio nos ensina.
Observe tudo aquilo que puder!**

**As amizades se acabam,
as riquezas mudam de mãos.
Viva sua vida sem lamentos,
abraça a todos, conviva bem,
deste mundo nada se leva!
Observe tudo aquilo que puder,
todos os dias, todas as horas,
deixe o que se foi!**

**Desfrute dos momentos felizes,
eles também se irão.
Observe tudo aquilo que puder,
faça tudo o que lhe aprouver!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

271 - Música - Todos os dias, todas as horas



São Paulo, 18 de junho de 2025.

**Diálogos hipotéticos
de um pai com o filho recém-nascido**

— Você vai gostar filhinho, a vida pode ser muito boa. Muitos vivem perfeitamente felizes até morrer.

— A gente morre? Onde fui me meter! Se é pra morrer depois, pra que nascer?

— Não há outro jeito, filho. As duas coisas vêm juntas.

— Ah, compreendo, é um daqueles malditos pacotes. Pare o mundo pai, que eu quero voltar!

— Por quê?

— Obviamente peguei o mundo errado.

— Não, não! Não se preocupe, estamos na Terra. Somos um planeta do sistema solar que integra uma galáxia que, junto com outras galáxias, formam um todo chamado universo.

— E tem dado certo pai?

— Mais ou menos, é tudo meio complicado.



— Bem, deixa eu ver se entendi: a Terra faz parte do sistema solar. O sistema solar faz parte de uma galáxia, junto com bilhões de outros sistemas. E a galáxia é apenas uma entre trilhões de outras galáxias?!

— Isso!

— E você aí papai, nessa calma?

— É filho, não tem outro jeito.

— Qual é o sentido da vida?

— Bem, você precisa de uma resposta justo agora, filho? Estou tentando te ensinar tudo que eu sei para enfrentar o mundo, mas, se continuar perguntando muito, não vai dar certo.

— Tô achando esse lugar bonito, viu? Oxigênio à vontade, muito verde, só fica um pouco longe de tudo. Onde estamos aqui na Terra?

— No hemisfério sul, na América Latina, mas não é a Nicarágua.

— Seja mais específico. Que país?

— Calma filho, você ainda não tem idade para saber certas coisas. Não é fácil nascer aqui.

— Estou aqui por uma razão ou tudo é aleatório?



Por que todo esse mistério?

— Filho, se você perguntar muito vai ter problemas, vão achar você meio esquisito.

— Aqui tem riquezas naturais de todos os tipos, terras aráveis que não acabam. Que problemas pode ter esse mundo?

— Na verdade meu filho, ele só tem um problema.

— Qual?

— É muito mal frequentado.

— Ah, então agora você vai me dizer, quer queira ou não, em que país eu estou.

— Bem, já que você insiste, no Brasil.

— Xiiii! Deu ruim! Vou passar maus bocados! Não dá para eu voltar de onde vim e regressar quando tudo estiver pronto?

— Não, não dá. Não sei se vai ficar pronto algum dia. Vamos à vida.

— Tem alguma alternativa?

— Tem, mas não é das mais promissoras. Mas leia aí o que diz o manual de instrução.



— Deixa eu ver: Terra, planeta redondo, achatado nos polos, sempre em guerra, atritos generalizados, perigos em cada esquina. Ihhh! E aborrecido nos domingos. Vixi!

— Veja se no manual diz como conseguir posição e dinheiro.

— Deixa eu ver. Não, não, não diz nada, mas dá alguns números de celulares em Brasília. Oba!

— É filho, eu bem que lhe disse que você não tinha idade pra saber certas coisas. Como disse o Jobim: “O Brasil não é para principiantes”.

É por isso que se diz: Não pedimos para nascer. Temos de aprender tudo, construímos hipótese sobre o porquê da existência. Nenhuma certeza, só autoimportância e crenças. Dentro desse labirinto de perplexidades, encontre seu caminho.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Para que a nossa vida seja completa e não vivamos no temor, temos que buscar em nosso interior uma audácia consciente.

Muitos que se consideram audaciosos o são por ímpeto incontrollável, para se mostrarem corajosos e adquirirem reputação e fama.



Audácia consciente não serve para nos engrandecermos de nossas ações. Ela é uma força interior que nos permite enfrentar a realidade sem filtros e máscaras desnecessárias. Ela nos conduz a um novo olhar em que nada é rejeitado e assistimos impávidos à nossa fragilidade, à nossa submissão às forças da natureza e ao nosso inevitável fim.

Todos temem o dia final, ou suas consequências anteriores, tais como as doenças, a degeneração, a velhice.

Audácia consciente nos eleva acima do nível de percepção da maioria dos seres humanos.

Muitos querem parecer grandes, se mostram potentes, corajosos, fortes, mas ao primeiro contato, vemos que o discurso grande eloquente é apenas uma fachada para esconder o medo existencial.

É muito difícil ultrapassar os limites estreitos da humanidade, por isso, muitos lutam para adquirir posição social, ter uma autoridade aparente, que raramente se faz acompanhar de mérito pessoal.

A audácia consciente nos traz a possibilidade de nos enxergarmos tais quais somos, observar o mundo como ele é, ver os amigos, os próximos, os parentes e os inimigos, através de uma lente compassiva,



sabendo que todos viajamos no mesmo barco. É necessário ser audacioso para, se possível, compartilhar essa visão.

A sociedade, que vive da aparência mentirosa, tenta nos trazer para uma visão do mundo conformista e imaginária. A audácia consciente, ao contrário, é revolucionária e nos tira da mesmice cotidiana, nos tornando seres verticais, seres que sabem fazer as perguntas certas, mesmo que não encontrem as respostas.

A perplexidade da vida não assusta a audácia consciente, ao contrário, ela nos permite ficarmos desarmados frente ao desconhecido.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

SOU A VIDA LIVRE!

Eu a vi numa colina, as vestes brancas, puras.

Perguntei-lhe de onde vinha, disse, de lugar nenhum!

Venho não sei de onde, sou a liberdade, a felicidade. Desfrute-me agora, venha comigo.

Sou a vida livre, suba, vá, voe bem alto, não aguarde mais, sua hora já sou!



Suas palavras me enlevaram e, então, subi.

Fez-se o silêncio, ela desapareceu!

Ao cair da tarde, eu a procurei. No alto de um pinheiro, ela se transfigurou.

Queria alcançá-la, mas ela se afastava, e, quando me dei conta, aqui dentro, ela estava. Ficou comigo!

Atente agora à letra da nossa canção:



SOU A VIDA LIVRE!

**Eu a vi numa colina,
as vestes brancas, puras.
Perguntei-lhe de onde vinha,
disse, de lugar nenhum!**

**Venho não sei de onde,
sou a liberdade, a felicidade.
Desfrute-me agora,
venha comigo.**

**Sou a vida livre,
suba, vá, voe bem alto,
não aguarde mais,
sua hora já soou!**

**Suas palavras me enlevaram
e, então, subi.
Fez-se o silêncio,
ela desapareceu!**

**Ao cair da tarde, eu a procurei.
No alto de um pinheiro,
ela se transfigurou.
Queria alcançá-la, mas ela se afastava,
e, quando me dei conta,
aqui dentro, ela estava.
Ficou comigo!**



**Sou a vida livre,
suba, vá, voe bem alto,
não aguarde mais,
sua hora já soou!**

**Suas palavras me enlevaram
e, então, subi.
Fez-se o silêncio,
ela desapareceu!**

**Sou a vida livre,
suba, vá, voe bem alto,
não aguarde mais,
sua hora já soou!**

**Suas palavras me enlevaram
e, então, subi.
Fez-se o silêncio,
ela desapareceu!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

272 - Música - Sou a vida livre!



São Paulo, 25 de junho de 2025.

Frank e John.

Vãs especulações sobre a existência de Deus

— Ô Frank, eu acho que Deus está morto.

(som de trovoadas)

— Ele deve estar vivo, John, mas com esse estrondo, não sei não.

— Se você fosse Deus, Frank, e pudesse mudar o mundo, qual é a primeira coisa que faria?

— Bem, eu aumentaria meus honorários.

— Mas isso não é considerado peculato?

— Só se eu fosse funcionário público, mas como sou Deus estaria desviando para mim mesmo. E tem mais! Se eu fosse Deus, todos os problemas do Brasil estariam resolvidos e não me importaria de ser tachado de bairrista.

— Ah! Se eu fosse Deus, eu mudava tudo, Frank. Mas dois sexos eu conservaria. É tão bom!

— O que me diz desse silêncio de Deus, o que significa, John?

— Ah, eu acho que ele pode estar fazendo gênero.



Ele falou tanto quando criou tudo. Depois do sexto dia, quando criou o homem e a mulher, ficou meio caladão. Acho que não gostou de alguma coisa.

— Se Deus pelo menos mostrasse a sua cara, John, ou mandasse uma fotografia recente, seria muito bom! Nós só o conhecemos pelas fotos antigas, quando se dignava aparecer aos profetas.

— É, Frank, ele podia pelo menos dar um sinal que está lá, um WhatsApp de vez em quando. Não pegava mal não.

— Sabe, John, eu vou gritar agora: “Deus, diga alguma coisa, por favor”!

(som de mugido de vaca)

— Não, esta resposta não vale! Sem intermediários, por favor.

— Tem de ser com jeitinho, Frank. Vou perguntar bem macio: “Deus, a humanidade deu certo”?

(silêncio)

— Tá vendo o silêncio, John?

— É, eu acho que ele não gosta que se toque nesse assunto.



— Vou falar forte de novo: “Manifeste-se Deus, por favor”!

(Estrondo de trovões)

— Com esse barulho todo, vamos precisar de um intérprete!

— Acabei de arrumar um, John. Vou pedir de novo: “Diga alguma coisa, Deus”!

(som de raio)

— Xi! Deu ruim. O raio torrou nosso intérprete. Eu agora vou ser radical, ou vai ou racha: se Deus existe, que eu seja transformado numa pedra agora!

— Ploft

— Ih, virei pedra. Mas pode ter sido coincidência. Eu acho errado, John, ficar esperando que Deus faça tudo. Nós é que temos de fazer nossa parte, certo?

— É, desde que ele providencie a verba, não é? Sem grana não se faz nada!

— John, vamos parar de desafiar Deus. Eu não vou deixar, está ouvindo? Pare de duvidar dele ou...



(som de raio)

— Xi, o raio torrou o Frank. Eu acho que *Ele* está querendo me agradar!

— Sabe John, vamos deixar pra lá. Seja o que Deus quiser!

— É! Mas vê lá, hein! Por que ele não fala? Será que ele existe?

É por isso que se diz: Todas as especulações sobre Deus são semelhantes a essas. O pensar não o compreende. A linguagem não o alcança. A racionalidade é limitada aos sentidos. Ele é tudo, está em tudo. Vá além do conhecido e... seja o que *Ele* quiser!

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Não viva afobado! Não corra o tempo todo atrás de coisas que talvez sejam inalcançáveis.

Não seja como o burro que se lança atrás da cenoura amarrada à sua frente, promessa jamais realizada.

Se souber organizar seus assuntos e afazeres, saberá desfrutá-los com calma e serenidade. Temos tempo de sobra, apesar de muitos acharem que não,



pois estão grudados aos acontecimentos que não param de nos solicitar.

Não desperdice nenhum momento. Viva com consciência plena a cada instante. Tanto os felizes quanto os espinhosos.

Não temos como voltar atrás. O tempo se assemelha a uma locomotiva em que os trilhos não lhe permitem fazer nenhum retorno.

Para aqueles que vivem num mundo da ação, o tempo parece passar rápido demais e os obriga a não olhar para o lado, observar detalhes que podem dar um novo significado à vida. Assim, o nervosismo, a pressa, a incúria, passam a ser dominantes e tudo que se faz é tingido pela afobação, que só nos leva ao cansaço e à fadiga.

Depois não adianta se lamentar por não ter dado maior atenção aos fatos daquele momento, por tê-los perdido para sempre.

Queremos devorar num dia o que mal conseguimos digerir numa existência. Almejamos antecipar os sucessos não esperando a ordem natural dos eventos. E como estamos sempre com pressa, queremos tudo concluir rapidamente. Até no desejo de conhecimento, é preciso revelar moderação, de modo que as coisas aprendidas não sejam mal aprendidas.



Numa vida relativamente longa, temos vinte e nove mil dias, desde o nosso nascimento. É claro que não podemos muito contar com os três mil dias iniciais, mas eles são fundamentais para a nossa boa formação.

Quando os projetos já estão definidos, devemos sim ser rápidos nas ações e apreciar os resultados com tranquilidade, degustando calmamente o fruto dos nossos atos.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

O AMOR É JOVEM

O amor é jovem.

Com amor no coração, a vida é jovem.

Revelo, para que comprovem, o amor transforma a vida!

O amor é jovem, não precisa acreditar.

Encontre essa paixão esquecida no coração!

O mundo só vive em guerra, todos se armam pela paz.

O canhão não vira flor, o amor é o que nos faz mudar!



O amor é jovem, com amor no coração a vida é jovem.

Recupere a juventude, viva na plenitude!

Recupere o ardor, viva no esplendor!

Atente agora à letra da nossa canção:

O AMOR É JOVEM

***O amor é jovem,
com amor no coração, a vida é jovem.
Revelo, para que comprovem,
o amor transforma a vida!***

***O amor é jovem,
não precisa acreditar.
Encontre essa paixão
esquecida no coração!***

***O mundo só vive em guerra,
todos se armam pela paz.
O canhão não vira flor,
o amor é o que nos faz mudar!***

***O amor é jovem,
com amor no coração, a vida é jovem.
Recupere a juventude,
viva na plenitude!***



**O mundo só vive em guerra,
todos se armam pela paz.
O canhão não vira flor,
o amor é o que nos faz mudar!**

**O amor é jovem,
com amor no coração, a vida é jovem.
Recupere o ardor,
viva no esplendor!**

**O amor é jovem,
o amor é jovem,
o amor é jovem,
o amor é jovem!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

273 - Música - O amor é jovem

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 02 de julho de 2025.

Prova falsa

Um amigo desabafou e me contou que quem teve a ideia foi o padrinho da sua filha caçula. Deu a ela um cachorro de presente e logo a família se apaixonou pelo pet.

Ele até que não é contra ter um pet em casa, desde que seja obediente e com um mínimo de educação.

— Mas o cachorro era um chato — desabafou — desses cachorrinhos cheios de nhem, nhem, nhem, que comem comidinha especial, precisam de muitos cuidados, enfim, um chato de galocha. E como se não bastasse, implicava comigo, o dono da casa.

Vivia de rabo abanando para todo mundo, mas quando eu entrava em casa, vinha logo com aquele latido fininho e antipático de cachorro de madame. Ainda por cima, era puxa-saco.

Quando cruzava comigo em qualquer dependência da casa, o desgraçado rosnava ameaçador. Mas quando a patroa estava perto, abanava o rabinho, fingindo-se meu amigo.

Quando reclamava dizendo que o cachorro era um cínico, minha mulher brigava comigo,



dizendo que nunca houve cachorro fingido e eu é que implicava com o “pobrezinho”.

Quer saber mais? O cachorro estragou oito meias, roeu a manga de um paletó, rasgou diversos livros, não podia ver um pé de sapato que arrastava para lugares incríveis.

A vida lá em casa estava se tornando insuportável, estava vendo a hora em que pediria divórcio por causa dele.

Tentei mandá-lo embora umas vinte vezes, e era uma choradeira das crianças, uma espinafração da mulher:

— Você é um desalmado, — disse ela uma vez.

Algum tempo depois, encontrei-o novamente e ele me relatou:

— Ah! Venci a guerra fria com o pet, graças a má educação do adversário: o cãozinho começou a fazer pipi onde não devia. Fez diversas vezes no tapete da sala, duas vezes na boneca da minha filha maior, quatro ou cinco vezes nos brinquedos da caçula. E tudo culminou com o pipi que fez em cima do vestido novo da minha mulher.

— E aí, mandaram o cachorro embora? — perguntei.



— Mandaram, mas fiz questão de dá-lo de presente a um amigo que adora pets. Ele está levando um vidão em sua nova residência. Muito bem tratado.

— Ué! Mas você não o detestava? Como é que ainda arranjou essa mordomia para ele?

O amigo suspirou cheio de remorso e explicou:

— Fiquei com a consciência pesada. O pipi não era dele, era meu!

É por isso que se diz: A mentira tem perna curta, mas em certos casos pode salvar um casamento.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Seja comedido (a), a precaução é o melhor sinal de prudência.

Com frequência, nós nos perdemos pela incontinência da nossa língua que, sem freios, nos leva a dizer coisas que depois nos arrependemos e às vezes não temos como voltar atrás.

Dizem que a língua é um animal selvagem e uma vez solta é difícil devolvê-la à jaula. Ela expressa sempre o que corre livre pela nossa mente e emoções.



Alguns dizem que ela é o arauto da alma, mostrando para o ouvinte se somos sábios e cautelosos ou se nos deixamos levar pelos acontecimentos e carecemos de julgamento próprio.

Não é levado em boa consideração aquele (a), que não tem domínio sobre sua língua.

O ser humano de atenção, como o chamamos, evita situações embaraçosas, comprometedoras e mostra seu autodomínio.

Sempre pensa, reflete, sente, sopesa as situações e então fala e age.

Você que me ouve ou lê, não se engane pensando que, então, levará um longo tempo para poder agir. O ser humano de atenção está sempre treinando sua qualidade de pensar, sentir e agir e rapidamente dá a resposta justa no momento certo, sem se perder em meandros.

Ele procura não provocar ninguém, sabe como não se colocar em situações difíceis, arriscadas, não tropeça em suas palavras e não as torna ferinas no intuito de machucar alguém.

As amizades são difíceis de serem construídas. Levamos um tempo enorme para cultivá-las e fazê-las desabrochar. E num minuto, numa palavra escorregadia, podemos pôr tudo a perder.



O comedimento é a melhor forma para convivemos bem com os que nos cercam. Hoje em dia é difícil encontrá-lo, mas é ouro puro para quem o aprecia.

Todos os dias enfrentamos acontecimentos que nos aborrecem e sem perceber chegamos ao fim do dia irritados com tudo e todos. Reveja então seu dia, suas ações, seus pensamentos, sua fala e retifique, sem nenhuma pena de si mesmo, os erros e contradições, tornando-se a cada dia um novo ser em um novo mundo, espelho de sua sensatez e moderação.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

DE BRAÇO DADO COM A VERDADE

Não quero me perder nesta vida, cercado de gente amiga, iludida.

Qual pena levada pelo vento, vou, mas não me entrego, vivo atento!

Acreditei em tudo que me foi prescrito, mas as crenças herdadas eram apenas mito.

Esquecido e perdido, vivia triste, mas agora que acordei, sei, outro mundo existe.



Deixei a vida antiga, os velhos temas, as falsas promessas e outros esquemas.

Encontrei onde mora e vive a verdade, ela me habita junto à liberdade!

Palavras verazes trazem a cura, os erros e mentiras tornam a vida dura.

Hoje amo e desfruto da felicidade, ela vem de braço dado com a verdade!

Atente agora à letra da nossa canção:



DE BRAÇO DADO COM A VERDADE

**Não quero me perder nesta vida,
cercado de gente amiga, iludida.
Qual pena levada pelo vento,
vou, mas não me entrego, vivo atento!**

**Acreditei em tudo o que me foi prescrito,
as crenças herdadas eram apenas mito.
Esquecido e perdido, vivia triste,
mas agora sei, outro mundo existe!**

**Deixei a vida antiga, os velhos temas,
as falsas promessas e outros esquemas.
Encontrei onde mora e vive a verdade,
ela me habita, junto à liberdade!**

**Palavras verazes trazem a cura,
os erros e mentiras tornam a vida dura.
Hoje amo e desfruto a felicidade,
ela vem de braço dado com a verdade!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

274 - Música - De braço dado com a verdade



São Paulo, 09 de julho de 2025.

El sombrero (O chapéu)

A cena é a seguinte: região inóspita e de vegetação raquítica, com um vento leve a suspender a poeira. Enfim, uma paisagem de faroeste.

Ao fundo, uma igreja tosca de onde vem o murmúrio dos fiéis rezando. Nisso, surge um mexicano, daqueles de bigode escorrido, sombreiro enterrado até as sobrancelhas e olhar preguiçoso de olhos semicerrados. Debaixo do braço um violão e, no andar, a displicência de todos os mexicanos.

Para à porta da Igreja, olha lá pra dentro e resolve entrar, sem se dignar a tirar o sombreiro. Desrespeitosamente entra com ele enterrado na cabeça, sempre abraçado ao violão.

Uma senhora de preto e ar compungido, que está no último banco, olha-o e chama a sua atenção:

— Senior, el sombrero!

O mexicano parece não a ter ouvido e continua a caminhar devagar pelo corredor entre os bancos.

Logo uma outra senhora, alertada pelo protesto da primeira,



interrompe suas orações e sussurra ao seu ouvido:

— El sombrero, senior.

Mas o mexicano continua não dando importância e continua sua caminhada.

— El sombrero! — reclama um velho exaltado, de dedo no nariz do mexicano, que passa por ele sem o menor sinal de atenção.

Pouco a pouco todos os presentes estão a exigir que tire o chapéu e os gritos de “el sombrero” partem praticamente de todas as bocas:

— ¡El sombrero, el sombrero! ¡El sombrero!

O mexicano, impávido, até parece que não é com ele. E quando, já está no final do corredor, o sacristão resolve tomar uma atitude, agarrando-o pelo braço, diz:

— El sombrero, por favor!

Então, o mexicano para, olha em volta com seu olhar preguiçoso e empunhando o violão diz:

— Já que ustedes insisten, de Perez e Rimenez, cantaré el sombrero!



É por isso que se diz: Cuidado com o que pede, o outro pode interpretar errado.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Dizem que no céu tudo é alegria, no inferno, tudo é tristeza. Entretanto na terra, que está no meio, temos ambos.

Não temos escolha, essa é a condição que nos é dada desde antes de nascer, desde que fomos gerados. É a lei universal representada pelo símbolo do yin-yang, pelas cores negra e branca. Tudo tem sempre o seu oposto. Todo sim, tem um não, à sua espera.

Gurdjieff dizia: “Todo bastão tem duas pontas”.

É a mesma lei representada de outra maneira.

Vivemos sempre entre dois extremos e partilhamos ambos. A sorte está sempre a mudar. Nem tudo é felicidade, nem tudo é adversidade. Dentro da alegria sempre tem um ponto de tristeza. No pesar, se olharmos bem, sempre aparece a possibilidade da esperança de uma nova vida. Portanto, não se desespere quando for atingido por ventos contrários e não se alegre em demasia quando tudo estiver acontecendo como planejado.



A vida se parece muito com uma montanha russa: depois de cada descida, uma subida nos aguarda. Em cada fase, as sensações de euforia e apreensão se sucedem e nos engolem por completo. Tente não se identificar com os efeitos da subida ou da descida.

Mas quero alertá-los: o ser humano de atenção não é um robô que nada sente e passa incólume pelas emoções da vida.

O que propomos é não se identificar com seus processos internos, sofrê-los com uma verticalidade interior adquirida pelo conhecimento das leis de como funciona o mundo. De nada adianta nos queixarmos de que as leis universais nos incomodam e restringem. O que podemos fazer é aproveitá-las e atravessá-las prudentemente, não acreditando que neste mundo existe alguma novidade.

Como já foi expresso por Salomão: “Não há nada de novo sob o sol.”

Tudo é desdobramento das leis universais. Conheça-as, dentro das possibilidades, é claro! E faça do seu mundo um local, provisoriamente, mais seguro e acolhedor, para que sua vida se desenvolva inteligentemente até os seus momentos finais.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

SEJA ÚNICO, SEJA ALGUÉM!

Por vezes me surpreendo, sonho ser um outro,
isso sempre me incomodou.

A musa, a razão interior, então, me auxiliou.

Uma doce voz me explicou: seja apenas você
mesmo, revele a todos o segredo, não sonhe em
ser mais ninguém, seja único, seja alguém!

Despertei desse sonho maluco, voltei para dentro
do coração, pleno de força, fé e paixão!

O milagre, então, aconteceu, agora eu era a
imensidão.

Surfei no brilho dos raios do sol, os meus pés
tocavam o chão, os momentos eram intensos, a
vida passava lentamente, o tempo suspendeu seu
voo!

Nada era como antes, mas tudo era igual!

O real se apresentou, os velhos sonhos eu deixei.

Nada mudou, eu mudei!

Atente agora à letra da nossa canção:



SEJA ÚNICO, SEJA ALGUÉM!

**Por vezes me surpreendo,
sonho ser um outro,
isso sempre me incomodou.
A Musa, então, me auxiliou.
Uma doce voz me indicou:
seja apenas você mesmo,
revele a todos o segredo,
não sonhe ser mais ninguém,
seja único, seja alguém!**

**Despertei desse sonho maluco,
voltei para dentro do coração,
pleno de força, fé e paixão!
O milagre, então, aconteceu,
agora eu era a imensidão.
Surfei no brilho dos raios do sol,
os meus pés tocavam o chão,
os momentos eram intensos,
a vida passava lentamente,
o tempo suspendeu seu voo!
Nada era como antes, tudo era igual!
O real se apresentou,
os velhos sonhos eu deixei.
Nada mudou, eu mudei!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

275 - Música - Seja único, seja alguém!



São Paulo, 16 de julho de 2025.

Com a ajuda de Deus

Dizem que era um lugar de terra seca e desgraçada, mas o matuto perseverante, um dia conseguiu comprar um terreninho e começou a trabalhar nele e, como não existe terra bem tratada que deixe de quem a tratou em uma situação difícil, o matuto acabou dono da plantação mais bonita do lugar.

Foi quando chegou o padre. O padre chegou, olhou para aquele verde repousante e perguntou quem conseguira aquilo.

O matuto explicou que fora ele, com muita luta e muito suor.

— Ah! E a ajuda de Deus! — emendou o sacerdote.

O matuto concordou, disse que no começo era desanimador, mas deu um duro desgraçado: capinou, arrou, adubou e limpou todas as pragas locais.

— Com a ajuda de Deus! — frisou o padre.

O matuto fez que sim com a cabeça. Plantou milho, plantou legumes,



passou noites inteiras regando tudo com cuidado e a plantaçaõ floresceu que era uma beleza.

O padre já ia dizer que fora “com a ajuda de Deus”, quando o matuto acrescentou:

— Mas deu gafanhoto por aqui e comeu tudo!

O matuto ficou esperando que o padre dissesse que deu gafanhoto “com a ajuda de Deus”, mas o padre ficou calado.

Então o matuto prosseguiu, disse que não esmorecera, replantara tudo, regara de novo, cuidara da terra como de um filho querido e o resultado estava ali, naquela verdejante plantaçaõ.

— Com a ajuda de Deus! — voltou a afirmar o padre.

Aí o matuto não aguentou e acrescentou:

— Sim, “com a ajuda de Deus”, mas antes, quando ele fazia tudo sozinho, o senhor precisava ver, seu padre, esta terra num valia nada!

É por isso que se diz: Sim, Deus ajuda a quem faz a sua parte.

**Algumas indicações
para uma vida mais consciente**



A atenção é uma via de mão dupla: olhamos para fora, contemplamos o mundo, os acontecimentos, mas nos esquecemos de voltar lá para dentro. Sem essa volta, ela fica incompleta e nós passamos a desconhecer nosso próprio Ser.

Sendo assim, nos apaixonamos pelo mundo, pelas múltiplas coisas que ele nos oferece. Nos identificamos com prazer e sofrimento, mas não crescemos interiormente como poderíamos.

Essa é uma das razões pelas quais o ser humano se sente incompleto e corre incessantemente atrás de ilusões momentâneas, que sempre contêm no final um gosto de frustração.

Expelir a atenção através dos órgãos dos sentidos nos desgasta, consome toda a nossa energia e, no final de cada dia, nos sentimos exaustos, acabados.

Uma parte considerável da atenção deve ser conservada intacta no centro do nosso Ser.

O centro não é um local geográfico, ele está por trás dos pensamentos, das emoções e das sensações. Alguns o sentem acima da cabeça, como uma águia observando o solo. Outros o sentem na região do coração. Outros ainda no baixo ventre, um pouco abaixo do umbigo.



Notem que não estou dando nomes tradicionais para essas regiões. Não quero entrar em caminhos já trilhados para não nos perdemos em divagações.

O importante é perceber que somos aquele que vê, ouve, sente, sofre e somos também um centro, que permite que tudo isso ocorra e que não está nem um pouco ligando para os fenômenos exteriores.

Sendo mais claro, se possível, o mundo exterior é de suma importância e ao mesmo tempo, não é nada! Parece contraditório, mas não é.

Quando estamos dentro de um avião a onze mil metros de altura, as cidades, as pessoas, as multidões, deixam de existir. Não escutamos os choros, as alegrias, os sofrimentos, não vemos viva alma! Tudo perde a urgência e a importância. Tentem conviver com essa contradição e desfrutem do mundo, das suas possibilidades, agradeça o fato de estar vivo, de existir.

Somos seres duplos, seres de ação e contemplação. E nesse meio: Eu Sou, I am, Je suis.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

LARGUEI A VIDA PEQUENA



Adeus, é despedida, não quero mais esta vida.

Um novo dia, vibro de tanta alegria!

Valeu a pena, a nova vida me acena!

Acalmei o coração, aguicei a visão.

Que belo dia, vibro de tanta alegria!

Valeu a pena, larguei a vida pequena!

Lá vou eu me reunir, não vou mais me exaurir.

Ai que alegria, raiou um novo dia!

Valeu a pena, a nova vida me acena!

Recebi a unção, a verdadeira transformação.

Saio agora, mundo afora, antevejo a aurora.

Ai que alegria, raiou um novo dia!

Valeu a pena, a nova vida é plena!

Atente agora à letra da nossa canção:



LARGUEI A VIDA PEQUENA

**Adeus, é despedida, não quero mais esta vida.
Um novo dia, vibro de tanta alegria!
Valeu a pena, a nova vida me acena!**

**Acalmei o coração, agucei a visão.
Que belo dia, vibro de tanta alegria!
Valeu a pena, larguei a vida pequena!**

**Lá vou eu me reunir, não vou mais me exaurir.
Ai, que alegria, raiou um novo dia!
Valeu a pena, a nova vida me acena!**

**Recebi a unção, a verdadeira transformação.
Que belo dia, vibro de tanta alegria!
Valeu a pena, larguei a vida pequena!**

**Saio agora, mundo afora, antevejo a aurora.
Ai, que alegria, raiou um novo dia!
Valeu a pena, a nova vida é plena!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

276 - Música - Larguei a vida pequena



São Paulo, 23 de julho de 2025.

Conversa de viajantes

O camarada que tinha acabado de chegar de Paris e, por sinal, com certa humildade, estava sentado numa poltrona durante a festinha, quando a dona da casa veio apresentá-lo a um cavalheiro todo empinado, que logo se sentou ao seu lado e começou a falar:

— Quer dizer que está vindo de Paris, hein?

O que tinha vindo fez um ar modesto:

— É!

— Naturalmente o amigo não se furtou ao prazer de visitar o Palácio de Versalhes?

— Não, não estive em Versalhes. Era muito longe do hotel onde eu me hospedei.

— Mas o amigo cometeu a temeridade de não ficar no Plaza Athénée?

O que não ficara no Plaza Athénée deu uma desculpa, explicou que o seu hotel fora reservado pela companhia onde trabalha e, por isso, não tivera vez na escolha.



— Bem, o Plaza é realmente um pouco caro, mas é muito central. E há outros hotéis mais modestos que ficam perto do Plaza. Passeou pelo Bois?

— Passei pelo Bois uma vez, de táxi.

— Mas o amigo vai me desculpar a franqueza, o amigo bobeou. Não há nada mais lindo do que um passeio a pé pelo Bois-de-Boulogne ao cair da tarde. E não há nada mais parisiense também.

— É, eu já tinha ouvido falar nisso, mas havia outras coisas a fazer.

— Ah, claro, claro! Há coisas mais importantes, principalmente no setor das artes. Visitou o Louvre?

— Ah, visitei.

— Viu a Gioconda?

— Não.

O recém-chegado não tinha visto a Gioconda. No dia em que esteve no Louvre, a Gioconda não estava em exposição.

— Mas o Senhor bobeou. A Gioconda só está em exposição às quintas e sábados. Ir ao Louvre nos outros dias é negar a si mesmo uma comunhão maior com as artes.



E a comida de Paris, hein amigo! Você jantava naqueles bistrozinhos de Saint Germain? Ou preferia os restaurantes típicos de Montmartre? Há um bistrô por uma transversal da rue de...

Mas não pode acabar de esclarecer qual era a rua, porque o interrogado foi logo afirmando, que jantara quase sempre no hotel e a sua paciência esgotou quando o chato quis saber o que achara das mulheres do Lido.

— Eu não fui ao Lido também! O senhor compreende? Estive em Paris a serviço e sou um homem de poucas posses, quase não tinha tempo para me distrair. De mais a mais, lá é tudo muito caro!

— Caríssimo! — confirmou o homem, sem se mancar.

— O senhor naturalmente esteve lá a passeio e pôde fazer essas coisas todas! — aventou como quem se desculpa.

Foi aí que o homem botou a mãozinha rechonchuda sobre o peito e exclamou:

— Eu? Mas eu nunca estive em Paris.

É por isso que se diz: As pessoas são cheias de bazófia. Fique na sua experiência que, por menor que seja, vale mais que tudo.



Algumas indicações para uma vida mais consciente

Devemos estar atentos ao mundo à nossa volta e a nós mesmos.

Não acredite que as pessoas são plenas de boas intenções e só querem o nosso bem.

Essa é uma visão edulcorada da realidade, uma forma romântica de enxergar o mundo e que pode nos causar sérios problemas.

Preste atenção a quem chega com segundas intenções. O astuto distrai a nossa percepção a fim de despojar-nos.

Uma vez que acreditamos sem provas que o outro é honesto, estamos então a meio caminho de nos tornarmos vítima da vontade do opressor e próximos da derrota.

Não hesite, não acredite em palavras macias, bem colocadas, feitas para nos convencerem de que a proposta que está sendo feita, seja no campo que for, é a última oportunidade da nossa vida. Sem aquela oferta, nossa vida não será a mesma.

O ardiloso disfarça suas intenções para obter o que quer e, se o deixarmos nos seduzir, mais tarde nos lamentaremos, mas já sem uma parte dos nossos bens.



O tiro acerta em quem não toma cuidado e não volta a atenção para si mesmo.

Perceba que está sendo influenciado e pego em suas próprias debilidades e não está exercendo o poder de dizer não.

O segredo é permanecer alerta, não se deixar hipnotizar pela pessoa ou pessoas, por aquela mulher, por aquele homem.

As situações nos impressionam e os espertalhões sabem administrar e montar muito bem o cenário que as envolve.

Quando as intenções estiverem bem escondidas, redobre a vigilância.

A cautela deve ficar atenta a fim de perceber o artifício com que chegam.

Observe-os correr de um lado para outro para chegar ao que querem. Eles propõem uma coisa e pretendem outra, voando em círculos e girando com sutileza até atingirem o alvo de suas intenções.

Cuidado para não se perder nessa dança frenética. Encontre seu eixo interior e afaste-se das propostas feitas sem olhar para trás, desmontando assim o teatro formado à sua volta.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

MINHA ALMA, ENCOMENDEI!

O tempo está passando, enfim. Meu prazo está chegando ao fim. A vida se esvaindo, assim. Preciso me espertar.

Hoje me recordo do que já vivi, pensava que a eternidade fosse minha propriedade. Já fiz tudo o que quis.

Conheci vários mundos, lugares profundos.

Passei por muitas terras, enfrentei várias guerras. Dei o melhor de mim.

Quando o mundo acabar, não vou lamentar. Tudo que planejei consegui executar.

Eu já me preparei. O tempo está passando, enfim. Meu prazo está chegando ao fim. A vida se esvaindo, assim.

Minha alma encomendei.

Atente agora à letra da nossa canção:



MINHA ALMA, ENCOMENDEI!

**O tempo está passando, enfim,
meu prazo está chegando ao fim,
a vida se esvaindo, assim,
preciso me espertar!**

**Hoje me recordo do que já vivi,
pensava a eternidade, minha propriedade.
O tempo está passando, enfim,
meu prazo está chegando ao fim,
a vida se esvaindo, assim,
já fiz tudo o que quis!**

**Conheci vários mundos, lugares profundos,
passei por muitas terras,
enfrentei várias guerras.
O tempo está passando, enfim,
meu prazo está chegando ao fim,
a vida se esvaindo, assim,
dei o melhor de mim!**



**Quando o mundo acabar, não vou lamentar,
tudo que planejei, consegui executar.**

**O tempo está passando, enfim,
meu prazo está chegando ao fim,
a vida se esvaindo, assim,
eu já me preparei!**

**O tempo está passando, enfim,
meu prazo está chegando ao fim,
a vida se esvaindo, assim,
minha alma, encomendei!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

277 - Música - Minha alma, encomendei!



São Paulo, 30 de julho de 2025.

Não peça a Deus

Um homem que se considerava muito religioso pediu para Deus:

— Senhor, me dê tudo que eu preciso para ser feliz.

Deus respondeu:

— Tudo mesmo? Não acha que está pedindo demais?

— Acho que eu mereço.

— Então aguarde, enquanto analiso sua solicitação.

— Demora muito tempo?

— Provavelmente o tempo de toda a sua vida.

— Toda? Não é demais?

— Não, você merece.

É por isso que se diz: Não peça nada para Deus. Tudo que você necessita, já lhe foi dado. Pense, sinta e aja conscientemente, inteligentemente, e o que tiver de ser, será.



Algumas indicações para uma vida mais consciente

O que chamamos de trabalho interior, quando bem compreendido, nos permite chegar ao autocontrole.

Em geral, as pessoas que não adquiriram o poder de enxergar a si próprias não se conhecem e não percebem que se deixam levar pelas circunstâncias e pelas influências de cada instante. Esteja alerta tanto nos momentos felizes quanto nos acasos.

Os ímpetos das paixões obscurecem a nossa visão, desequilibram a prudência e então corremos o risco de nos perder e jogar fora anos de uma vida regrada pela cautela.

No momento de fúria ou contentamento, despejamos sobre os outros e sobre o mundo a incompreensão da nossa vida interior até então desconhecida. Mostramos a todos o que não sabíamos que pulsava na nossa mente, emoção e corpo.

Muitos se acreditam aliviados, mas na realidade desgastam sua energia vital e podem muitas vezes se lamentar, pelo resto da vida, pelos atos cometidos.



Controle sua mente e as emoções! Seja o senhor, a senhora, das suas ações! Não deixe que ninguém leia suas intenções. Não que você as esconda, mas elas serão sempre novas, inéditas, pois não são meras consequências de hábitos antigos.

Elas serão sempre fruto de um silêncio criador que nem mesmo nós arquitetamos. Elas fluem de uma inteligência silenciosa, superior aos nossos pensamentos e determinações. Ancore-se no silêncio e as paixões não dispararão como um cavalo sem brida.

Os pensamentos terão então um novo curso e fluirão numa nova ordem jamais vista antes, promovendo atos criativos em todas as suas empreitadas. Suas palavras escorrerão como um facho luminoso, ajudando e acolhendo todos que se encontrarem à sua volta.

Agora, não se esqueça! Uma palavra, um ato executado no ímpeto da paixão podem ser leves para quem os realizou, mas talvez se revelem pesados àquele que os recebe e avalia.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

EU TE CONFESSO AGORA!

Eu já te contei o quanto penso em ti?



Lembro-me em todos os momentos.

O coração te venera, a mente se rende e te adora.

Musa, não te esqueço agora!

Já te contei o que acontece enquanto durmo?

Nem nos meus sonhos vislumbro mais alguém.

Já te contei que as noites são tão tristes se não te encontro?

Musa, eu te confesso agora!

Meu coração se parte em dois, se te esqueço. Não sou nada, a tua presença me traz o rumo.

Já te contei o quanto te prezo?

Ó Musa, eu te confesso agora!

Ó Musa, eu me confesso agora!

Atente agora à letra da nossa canção:



EU TE CONFESSO AGORA!

**Já te contei o quanto penso em ti?
Lembro-me em todos os momentos.**

**O coração te venera,
a mente se rende e te adora.**

Musa, não te esqueço agora!

**Já te contei o que acontece enquanto durmo?
Nem nos meus sonhos vislumbro mais alguém.**

**Já te contei que as noites
são tão tristes se não te encontro?**

Musa, eu te confesso agora!

Meu coração se parte em dois, se te esqueço.

Não sou nada,

a tua presença me traz o rumo.

Já te contei o quanto eu te prezo?

Ó musa, eu te confesso agora!

Ó musa, eu me confesso agora!

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

278 - Música - Eu te confesso agora!



São Paulo, 06 de agosto de 2025.

Os dias se repetem

Um homem, que andava pela longa estrada da vida, pensava e sentia que participava de todos os acontecimentos que o mundo podia lhe oferecer. Encontrava sempre as mesmas pessoas, os mesmos lugares, os mesmos defeitos da estrada. Um dia achou estranho ver os mesmos fatos se repetindo enquanto caminhava.

Conseguiu subir em uma árvore muito alta e olhou de cima o caminho que percorria todos os dias. Para a sua surpresa, deu-se conta então que a longa estrada da vida era apenas um circuito fechado, pequeno, onde tudo se repetia à exaustão, e de tempos em tempos pessoas desapareciam e nunca mais eram vistas.

Com medo de partilhar do mesmo destino, decidiu permanecer no topo da árvore. Nunca mais foi visto. As pessoas lá embaixo nunca olhavam para cima.

É por isso que se diz: A única saída é uma consciência altaneira, que a tudo assiste e não se apequena, identificando-se às tarefas diárias.

Algumas indicações para uma vida mais consciente



Nas suas andanças pelo mundo, evite tropeçar em pessoas que só causam confusão. O mundo está cheio delas. Em cada momento, temos de nos desviar de qualquer encontro, pois tolos existem a granel. Você se tornará também um idiota se não reconhecer e fugir do primeiro tolo que cruzar seu caminho e oferecer seus préstimos. Os tolos são perigosos para o trato e perniciosos para a convivência.

Durante algum tempo, muitas vezes, eles conseguem se conter e não aprontar tolices, mas ao longo da relação não conseguem manter essa saudável atitude, e consequências virão.

O tolo é aquele que não percebe com clareza como pensa, sente e age. Não faz nenhum esforço para se conhecer e acredita que o mundo deve reconhecer seus atos sábios e valorizá-los.

Hoje em dia, os tolos ganharam vida própria e, devido aos meios de comunicação, sua voz é ouvida em todos os cantos do planeta. Como a reputação deles é volátil e duvidosa, qualquer contato só pode prejudicar a nossa.

Os tolos são sempre infelizes, por mais que pareçam contentes e mostrem riqueza. Sua vida sempre se desenrolará aos trancos e barrancos. Esse é o seu fardo.



Você que tenta se conhecer, que já desenvolveu um bom grau de autopercepção, tome cuidado, pois a tolice é contagiosa, e se não nos pusermos em guarda, seremos arrastados sem perceber. Em todas as atividades humanas, a tolice está infiltrada: nas finanças, nas artes, nas relações amorosas, nas relações familiares e nas aventuras turísticas. Sempre somos convidados a fazer algo que pode nos levar à perdição.

O antídoto é a atenção sempre renovada, e não se identificar com o glamour, com os brilhos e paetês que sempre precedem as ofertas.

No fundo, nós sempre nos deixamos levar pelas tolices por nossa própria culpa.

Fique alerta!

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

A NOVA VIDA

Deixo de sonhar, percebo que sinto.

Sol a brilhar, sei como me sinto.

Brisa a soprar, sinto que sinto.

É o renascer, o novo dia, a nova vida para mim.



E me sinto muito bem! Sinto o Supremo bem!

Vivo a me lembrar, percebo que sinto.

Tudo a mudar, sei como me sinto.

Floresço ao me lembrar, sinto que sinto.

O néctar do sol, a paz vem trazer.

Ouçó o rouxinol, sei o que tem a dizer.

Estar sereno quando o dia termina é a melhor medicina!

Este mundo nervoso é grandioso e venturoso para mim!

Estrelas cintilam quando as vejo, sei o que sinto.

A conversão dos desejos, sei como me sinto.

Liberdade é o meu anseio, é isso que sinto.

É o renascer, o novo dia, a nova vida para mim!

Sinto o supremo bem.

Atente agora à letra da nossa canção:



A NOVA VIDA

**Deixo de sonhar, percebo que sinto.
Sol a brilhar, sei como me sinto.
Brisa a soprar, sinto que sinto.
É o renascer, o novo dia,
a nova vida para mim.
E me sinto muito bem!
Sinto o Supremo Bem!**

**Vivo a me lembrar, percebo que sinto.
Tudo a mudar, sei como me sinto.
Floresço ao me lembrar, sinto que sinto.
É o renascer, o novo dia,
a nova vida para mim.
O Supremo Bem!**



**O néctar do sol a paz vem trazer.
Ouço o rouxinol, sei o que tem a dizer.
Estar sereno, quando o dia termina,
é a melhor medicina!
Este mundo nervoso é grandioso e venturoso
para mim! Para mim!**

**Estrelas cintilam quando as vejo,
sei o que sinto.
A conversão dos desejos, sei como me sinto.
Liberdade é o meu anseio, é isso que sinto.
É o renascer, o novo dia, a nova vida.
É o renascer, o novo dia, a nova vida.
É o renascer, o novo dia,
a nova vida para mim!
Sinto o Supremo Bem!**

**É o renascer, o novo dia, a nova vida.
É o Supremo Bem!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

279 - Música - A nova vida

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 13 de agosto de 2025.

Não se deixe levar

Durante a guerra do Vietnã, um homem protestava todas as sextas-feiras à porta da Casa Branca com um cartaz.

Sozinho, imóvel, impassível, ele denunciava a guerra absurda e clamava pelo seu fim.

Certo dia, um jornalista, que se habituara a vê-lo naqueles preparos, aproximou-se e fez a pergunta típica dos cínicos:

— Mas você acredita que estar aqui vai mudar alguma coisa no mundo?

O homem fez cara de espanto, como se tivesse escutado uma blasfêmia, e respondeu:

— Mudar o mundo? Que ideia! Apenas quero ter certeza de que o mundo não muda a mim.

É por isso que se diz: Não pense em mudar o mundo, mas não permita que ele o adormeça e o faça esquecer da verdadeira inteligência.

Algumas indicações para uma vida mais consciente



Seja realista quanto a si, quanto aos próprios interesses e quanto aos dos outros.

Com frequência nos imaginamos no começo da vida como muito espertos, consideramos nossas ideias únicas, jamais pensadas antes, e achamos que vamos mudar o rumo do mundo, dar uma nova direção às coisas.

Todos se têm em alta conta, sobretudo os mais insignificantes. Cada um sonha com fortuna e se imagina um prodígio.

A esperança se apodera da imaginação e a experiência falha em entregar.

Trabalhe sempre para unir a imaginação à realidade.

Volte à sensatez. Veja suas reais possibilidades e trabalhe com afinco e inteligência. Prepare o caminho para conseguir o melhor, sem descartar o pior, aceitando assim qualquer resultado com serenidade.

É bom e devemos mirar alto, mas não tão alto, a ponto de perder o alvo.

Ao iniciar uma tarefa, adapte suas expectativas.

Quando falta a experiência, é frequente as suposições se revelarem erradas.



Conheça profundamente suas qualidades e defeitos. Enxergue-os como um juiz isento de paixão, que dará a sua sentença sem se identificar com nenhum lado.

Seja imparcial consigo mesmo. Essa é uma qualidade do ser humano de atenção, como o chamamos.

Adapte sua imaginação à realidade. A imaginação é alada, a realidade é pedestre. O que a imaginação desenvolve em minutos, a ação leva um longo tempo para realizar.

O ser humano de atenção trabalha sua inventividade, unindo-a ao sentimento e adequando-a à ação. Com isso, adquire novas formas de enxergar a vida e novas obras de arte serão realizadas, novas edificações poderão surgir e se manifestar nesse mundo.

Jamais castre sua imaginação, dizendo: “Isso é impossível. Ninguém jamais pensou tal coisa.” Se fosse assim, o universo jamais teria sido criado com suas infinitas possibilidades.

Somos frutos e temos esta vida graças à imaginação consciente do demiurgo.

Torne sua imaginação consciente e afirme sua filiação divina.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

CAMINHE, SAIBA QUE NADA VAI MUDAR

Sei que qualquer coisa pode acontecer.

Não se pode tudo pensar e prever.

Devemos passar por muitas provas, o destino não nos deixa esconder.

O mundo pressiona, impressiona, ganhamos e muito perdemos.

Caminhe, mas saiba que nada vai mudar.

Sim, temos mão no nosso destino, na vida acertamos e também erramos.

Não se esqueça de levar tudo com humor. O rolo compressor é arrasador.

O mundo pressiona, impressiona, não o permita comandar. Caminhe, mas saiba que nada vai mudar!

A vida nos é dada para experimentar, podemos e devemos nos transformar.

As pontes são feitas para atravessar.



Caminhe, mas saiba que nada vai mudar!

Espero que agora todos compreendam, a vida não é feita para descansar, é para aquele que se mostra forte e que vai atrás da própria sorte. Não foge da temida visão da morte, mas procura sempre seu norte.

Caminhe, mas saiba que nada vai mudar!

Atente agora à letra da nossa canção:

CAMINHE, SAIBA QUE NADA VAI MUDAR

***Sei que qualquer coisa pode acontecer,
não se pode tudo pensar e prever.
Devemos passar por muitas provações,
o destino não nos deixa esconder.
O mundo pressiona, impressiona,
ganhamos e muito perdemos.
Caminhe, saiba que nada vai mudar!***

***Sim, temos mão no nosso destino.
Na vida acertamos e também erramos.
Não se esqueça de levar tudo com humor,
o rolo compressor é arrasador.
O mundo pressiona, impressiona,
não o permita comandar.
Caminhe, saiba que nada vai mudar!***



***A vida nos é dada para experimentar,
podemos e devemos nos transformar.
As pontes são feitas para atravessar.
Caminhe, saiba que nada vai mudar!***

***Espero que, agora, todos compreendam,
a vida não é feita para descansar,
é para aquele que se mostra forte
e que vai atrás da própria sorte.
Não foge da temida visão da morte,
mas procura sempre seu norte.
Caminhe, saiba que nada vai mudar!***

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

280 - Música - Caminhe, saiba que nada vai mudar

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 20 de agosto de 2025.

Vou para o deserto

Um devoto que queria se desenvolver internamente chegou para o seu Mestre e disse:

— Mestre, vou partir para o inóspito deserto em busca de isolamento e privações.

— Para quê, meu filho?

— Ah! Mestre! Sinto que eu preciso me mortificar para evoluir espiritualmente.

— Ah, meu bom menino! Você pode ter uma vida normal, não acredite em bobagens. Você não precisa se ofender fisicamente para evoluir. Por que você acha isso?

— Ah! Eu sempre ouvi falar nas filosofias e nas religiões que temos de sofrer para agradar a Deus, que Ele está de olho em nós.

— Isso tudo são crenças infundadas, concebidas por pseudo autoridades, que desejam nos manipular para nos dominar. Não seja um crente passivo, reflita, pondere. Tenha uma vida inteligente, servindo bem a si mesmo e aos outros, com responsabilidade. Tire lições tanto da felicidade, quanto da adversidade. A vida já nos faz sofrer naturalmente.



Não é preciso aumentar a dose do sofrimento para entendê-la melhor. Além disso, Deus não está de marcação! É ridícula essa ideia.

— Ah! Eu não sei não! Acho que mesmo assim eu vou.

— Bem, já que a voz ponderada da razão não lhe faz mudar de intenções, lembre-se de que, lá no deserto, você só vai encontrar cobras e escorpiões, além de um calor excessivo e muita sede.

— Ah! Agora sim, o senhor me convenceu! Vou partir então para as acolhedoras planícies em busca de contemplação e paz de espírito.

— Bem, meu filho, faça o que você quiser!

É por isso que se diz: Se quiser ir, vá, mas não é necessário ir para lugar nenhum para evoluir internamente. Apesar de imaginarmos cenários grandiosos e atraentes, é possível contemplar e ter paz de espírito nas condições habituais de vida.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Saiba voltar atrás!



Trata-se de uma ótima maneira de conviver com os outros. Não se comprometa com nenhuma ideia que não possa ser comprovada como certa e veraz.

Querer convencer o outro de que a sua ideologia e suas crenças são as melhores é querer convencer o Sol de que a sombra existe. O Sol não conhece a sombra e nem está interessado em conhecê-la. Ele é pura luz! E qualquer sombra é apenas momentânea em um lugar específico e só aparece quando existe um anteparo. Ela em si não existe, não tem vida própria.

Compreenda, aceite a paixão do outro, não o critique! Deixe que cada um tenha sua vida e acredite no que quiser.

Mostrar indiferença pelo que o outro pensa e sente é desrespeitar as regras da convivência harmônica. Mesmo que aos seus olhos o outro esteja completamente errado, se ele não lhe pediu ajuda, abstenha-se de dar qualquer palpite ou conselho.

A ajuda é necessária quando requisitada com ardor. Quando forçamos nossa opinião, podemos ser rechaçados e alvo do rancor e desprezo de quem se encontra ao nosso lado, não permitindo mais uma relação aberta e sincera.

Seja sutil, abra seu coração sem pedir nada em troca.



A sutileza abre portas, enquanto a estupidez nos coloca sempre em maus lençóis.

Uma palavra errada, quando conduzida por uma forte emoção e um pensamento agressivo, causa estragos difíceis de concertar.

Um momento de descuido pode nos levar a anos de sofrimento.

Não permita que a língua pronuncie palavras de que depois poderá se arrepender. Seja cauteloso (a), mesmo que os outros não o sejam.

Esteja rente ao coração e deixe-o leve, amoroso, compassivo. Essas atitudes não significam que estamos escondendo nossos sentimentos e pensamentos. O que um ser humano de atenção busca é estar presente em cada momento, não provocar disputas desnecessárias e criar barreiras intransponíveis. Ele se deixa levar pelos ventos da compreensão e da cordialidade, não querendo ser maior, ou melhor, do que ninguém.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

A VIDA SE TRANSFORMA

As coisas não são como costumavam ser, o tempo passa e nos faz padecer.



Cabelos branqueiam, as costas arqueiam.

Por que tudo sempre muda assim?

Vou viver, amar, abraçar, beijar, continuar.

Quando a vida me deixar, como é que eu vou ficar?

Já que sou tratado assim tão mal, decidi, então, me tornar imortal.

Dentro, eu sei, continuo a esmo, por isso agora eu vou ser eu mesmo.

As coisas não são como costumavam ser, tudo muda, quero ainda entender.

Nada permanece, essa é a chave, por isso, na vida nada é tão grave.

As coisas mudam, agora eu sei porquê, somos todos feitos de um mesmo buquê.

Cabelos branqueiam, as costas arqueiam, e a vida continua sempre assim.

Atente agora à letra da nossa canção:



A VIDA SE TRANSFORMA

**As coisas não são como costumavam ser,
o tempo passa e nos faz padecer.
Cabelos branqueiam, as costas arqueiam.
Por que tudo sempre muda assim?**

**Vou viver, amar, abraçar, beijar, continuar.
Quando a vida me deixar,
como é que eu vou ficar?**

**Como sou tratado assim tão mal,
decidi, então, me tornar imortal.
Dentro, eu sei, continuo a esmo,
por isso, agora, eu vou ser eu mesmo!**



**As coisas não são como costumavam ser,
tudo muda, quero ainda entender.
Nada permanece, essa é a chave,
por isso, na vida, nada é tão grave!**

**Vou viver, amar, abraçar, beijar, continuar.
Quando a vida me deixar,
como é que eu vou ficar?**

**As coisas mudam, agora eu sei porquê,
somos todos feitos de um mesmo buquê.
Cabelos branqueiam, as costas arqueiam,
e a vida continua sempre assim!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

281 - Música - A vida se transforma

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 27 de agosto de 2025.

O casamento do leão e o cumprimento do ratinho

O leão, o rei das selvas, no dia do seu casamento convidou todos os animais da floresta para em paz participarem da festa real.

O tigre trouxe um belo presente e ao entregar-lhe disse:

— Isso é para você, meu amigo.

Vários animais de todos os tipos davam o seu presente dizendo:

— Isso é para você, meu amigo!

Quando chegou a vez do ratinho, ao oferecer-lhe sua prenda, ele disse:

— Isso é para você, meu irmão!

Essa frase irritou profundamente o rei leão que imediatamente retrucou:

— Pera aí! Como você, um mero rato, ousa me chamar de seu irmão?

O ratinho humildemente replicou:



— É que antes de me casar, eu também era leão!

É por isso que se diz: O casamento pode ser muito bom se os cônjuges não caírem na tentação de querer subjugar e transformar o outro.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

A reserva é o selo do ser humano de atenção. Um peito que não sabe manter segredos é uma carta aberta.

Saiba guardar com muito carinho segredos que são apenas seus, não os reparta com ninguém que não seja do seu interesse.

Se você não for capaz de manter o silêncio sobre sua intimidade mais profunda, o outro não o fará por você.

Um segredo proferido em um só ouvido, com certeza, viajará milhas e milhas, e será aumentado gradativamente até alcançar proporções impensadas, prejudicando aquele que o deixou escapar.

A reserva resulta do autocontrole e ser reservado constitui um triunfo autêntico.

Estamos sempre nas garras daqueles em quem confiamos os nossos pensamentos,



sentimentos e ações. Pagamos tributo a quantos nos revelamos.

A preservação de uma reserva prudente está na moderação interior. Não fale por impulso aquilo de que logo se arrependerá. Aquele ou aqueles a quem revelou os seus segredos, com frequência, tentarão manipulá-lo (a), não o (a) deixando mais dormir em paz.

Nunca diga o que vai fazer. Faça o que quiser e depois mostre o fruto de suas ações. Não estrague a surpresa, a novidade dos seus atos. Por maiores que sejam as suas obras, se forem contadas de antemão, perderão seu brilho e importância.

Se quiser, dê apenas pistas, mas jamais mostre todo o panorama antes de executá-lo, pois se o fizer, depois de pronto dirão: “Ah, eu esperava mais”.

Isso atrapalhará por completo a sua criatividade, tornando-o inseguro e reticente.

Não permita ser comandado pelos impulsos internos, impulsos que querem mostrá-lo superior, mais inteligente, mais espirituoso do que a média das pessoas.

O ser humano de atenção aprende a lidar com a pressão interior que o tempo todo quer aparecer, sem antes passar pela inteligência ponderada.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

MÃE NATURA

Não se sinta um predestinado, nariz para o alto,
empinado.

Olhos que não sabem olhar só servem para
impressionar.

Ela, a natureza, se disfarça, engana o trouxa,
aquele cuja vista é frouxa.

Roupa e sapato caro não nos dão nenhum amparo.

Perdoe-me Mãe Natura, mas você já não me
engana!

Ser jovem, mostrar-se belo, ter força, paixão e
vigor, sempre escondem seu cutelo!

Ela nos preda, somos a caça. Ninguém nunca
assim a vê. Ela obscurece os nossos olhos.
Ninguém nada revê, reexamine suas crenças.

Os interesses da natureza diferem dos meus.
Meus desejos divergem das suas propostas.

Ela nos engana, o mundo parece uma festa, para o
apaixonado tudo presta!



Ela conduz seus próprios projetos, eu conduzo os meus, quero ser o dono do meu destino, mas no final eu nada determino!

Perdoe-me Mãe Natura, mas você já não me engana!

Atente agora à letra da nossa canção:

MÃE NATURA

***Não se sinta um predestinado,
nariz para o alto, empinado.
Olhos que não sabem olhar
só servem para impressionar.
Ela se disfarça, engana o trouxa,
aquele cuja vista é frouxa.
Roupa e sapato caro
não nos dão nenhum amparo!
Perdoe-me, Mãe Natura,
você já não me engana!***

***Ser jovem, mostrar-se belo,
ter força, paixão e vigor,
sempre escondem seu cutelo!
Ela nos preda, somos a caça.
Ninguém, nunca, assim a vê,
obscurece os nossos olhos.
Ninguém nada revê,
reexamine suas crenças.
Perdoe-me, Mãe Natura,
você já não me engana!***



**Perdoe-me, Mãe Natura,
você já não me engana!
Seus interesses diferem dos meus,
meus desejos divergem dos seus.
O mundo nos engana, parece uma festa,
para o apaixonado tudo presta!
Ela conduz seus próprios projetos,
eu conduzo os meus,
quero ser o dono do meu destino,
mas, no final, eu nada determino!**

**Perdoe-me, Mãe Natura,
você já não me engana!
Você já não me engana!
Você já não me engana, não, não!
Já não me engana!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

282 - Música - Mãe Natura



São Paulo, 03 de setembro de 2025.

A adivinha

Um homem, querendo conhecer o seu futuro, procurou uma conhecida mulher que adivinhava a sorte através de sua bola de cristal e do seu tarô.

— Por favor, o que a senhora vê quanto ao meu futuro na sua bola de cristal?

A mulher concentrou-se, olhou fixamente para o objeto à sua frente e depois de alguns instantes, disse:

— Vejo fracasso, tristeza, miséria, desavenças, culpa e arrependimento.

— Mas que diabos! O universo está de sacanagem comigo?

— Hum! Espere um pouco, vamos ver o que dizem as cartas. Uma, duas, três, quatro, cinco. Ah, a resposta é sim, o universo está de sacanagem com você.

— Mas por que eu?

— Bem, aqui as outras cartas explicam que o universo age de acordo com o que você pensa, sente e age. Acredito que se você se transformar,



mudar a forma como se comporta, tudo será diferente. Na realidade, a sacanagem vem de você.

É por isso que se diz: Transforme-se e o mundo se transformará.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

O ser humano de atenção faz logo o que os imprudentes deixam para depois.

Postergar uma ação, muitas vezes, denota sabedoria; outras vezes, descuido.

A diferença está no momento. Saiba distinguir o tempo certo de executar suas ações, nem antes, nem depois.

O atento age na hora certa, não deixa para depois; o descuidado vacila e encontra muita dificuldade na ação justa.

Comece todas as suas obras usando toda a sua capacidade de inteligência livre, não condicionada aos humores do momento. Não permita que nada do que se passa no seu mundo interno atravesse suas resoluções, uma vez tomadas. Não esmague nos pés aquilo que a inteligência elaborou, transformando o certo no errado.



A melhor maneira de seguir a luz é deixá-la entrar em todos os cômodos do seu Ser, não deixando nenhum ponto obscuro na mente, ou nas emoções.

Quando não agimos assim, o que ficou na obscuridade nos atrapalha, deixamos de ter prazer no trabalho e passamos a executá-lo por necessidade e obrigação, tornando-o um peso que arrastamos.

O ser humano de atenção avalia de imediato o que tem de ser feito, mais cedo ou mais tarde, e o faz com prazer, realçando assim sua inteligência viva e perspicaz.

A verdadeira inteligência, livre de condicionamentos, existe dentro de cada um de nós, apesar de termos dificuldade de percebê-la. Aprenda a desgrudá-la, desidentificá-la dos pensamentos, dos humores momentâneos, dos incômodos físicos, e você verá que ela está sempre à disposição, sempre pronta a brilhar e nos mostrar o caminho a seguir.

Ela é como o Sol, está sempre a iluminar, mas os anteparos, com frequência, impedem seus raios de nos mostrar a direção justa.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*



TEMPERE A VIDA NO SILÊNCIO

Estamos sempre com medo, não sabemos do quê.

O mundo nos assusta, não compreendemos por quê!

A vida é inquietação, tudo nos atrai e se vai.

Esquecemos que somos atenção e ficamos aplastados no chão.

Sempre escondendo algo, mirando um novo alvo.

E, depois de muitos anos, não sabemos para onde vamos!

Tempere a vida no silêncio, ele é uma dádiva, tudo diz, sem nada falar, e nos desgruda do chão!

Vivemos esquecidos do mais alto, voltados para o chão.

Nada nos obriga. Longe da razão, nos perdemos na ilusão!

Os sonhos não perduram, os planos se esfarelam.

Palavras vazias não curam, vêm apenas nos enganar!



Quero saber o porquê, a razão da nossa existência.
Sei que sou a atenção, que, um dia, se aplastou no
chão.

Atente agora à letra da nossa canção:

TEMPERE A VIDA NO SILÊNCIO

***Estamos sempre com medo,
não sabemos do quê.
O mundo nos assusta,
não compreendemos por quê!***

***A vida é inquietação,
tudo nos atrai e se vai.
Esquecemos que somos atenção,
ficamos aplastrados no chão!***

***Sempre escondendo algo,
buscando um novo alvo.
E, depois de muitos anos,
não sabemos para onde vamos!***

***Tempere a vida no silêncio,
ele é uma dádiva,
tudo diz, sem nada falar,
e nos desgruda do chão!***



**Vivemos esquecidos do mais alto,
voltados para o chão.
Nada nos obriga.
Longe da razão, nos perdemos na ilusão!**

**Os sonhos não perduram,
os planos se esfarelam.
Palavras vazias não curam,
vêm apenas nos enganar!**

**Quero saber o porquê,
a razão da nossa existência.
Sei que sou a atenção,
que, um dia, se aplastrou no chão!**

**Sei que sou a atenção,
que, um dia, se aplastrou no chão!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

283 - Música - Tempere a vida no silêncio



São Paulo, 10 de setembro de 2025.

O leão, a cabra montesa e a raposa

Um leão perseguia uma cabra montesa em um vale. Estava prestes a agarrá-la, prevendo um garantido e satisfatório repasto.

Parecia impossível a vítima escapar.

Uma ravina profunda barrava o caminho, tanto do caçador, quanto da caça. Mas a ágil cabra montesa reunindo todas as suas forças, lançou-se como uma flecha sobre o abismo e parou do outro lado, sobre uma pedra.

Nosso leão deteve-se abruptamente. Mas, naquele momento, um amigo dele passava por ali.

Esse amigo era a raposa.

— O quê? Com sua força e agilidade, você vai perder para essa cabra? Basta querer, amigo, e será capaz de fazer maravilhas. Embora o abismo seja profundo, se você quiser mesmo, tenho a certeza de que você o vencerá. Sem dúvida, você pode confiar na minha amizade desinteressada. Eu não exporia a sua vida a tanto risco se não conhecesse tão bem a sua força e destreza!

O sangue do leão ferveu nas veias. Ele se atirou com toda força ao espaço, mas não conseguiu



vencer o abismo e caiu de cabeça, morrendo na queda.

Então, o que fez o seu querido amigo?

Desceu cautelosamente até o fundo da ravina e lá, ao ar livre e no espaço aberto, vendo que o leão não precisava mais de elogios, nem de obediência, se dispôs a prestar as últimas exéquias ao amigo morto, e, de uma só vez, devorou-o até os ossos.

É por isso que se diz: Nunca confie em pessoas que se dizem interessadas no seu sucesso. Muitas vezes querem vê-lo cair, para que possam sozinhas, desfrutar do seu malogro.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Devemos sempre tirar proveito da novidade. Todos amam ver algo nunca visto ou apreciado antes.

Enquanto for novo será estimado. Depois de um tempo, quando ficar costumeiro, só permanecerá interessante ainda se possuir um valor intrínseco. A novidade agrada a todos devido à sua variedade. Sentimos o paladar renovado.

Uma mediocridade nascente, com frequência, é mais estimada do que a sumidade habitual.



Muitas vezes, as eminências se desgastam e acabam envelhecendo.

Aquele (a), que sabe dessa condição, busca sempre se renovar e jamais fica usando os velhos chavões desgastados que só tornam, quem os profere, alguém fora do seu tempo.

Entretanto, lembre-se de que a glória da novidade tem curta duração: em pouco tempo perde-se o interesse pelo que se ouve e se vê.

Tire proveito dos primeiros frutos da apreciação e agarre o que puder.

Nunca se esqueça do provérbio latino: “sic transiti gloria mundi.” “Assim passa a glória do mundo.”, que em resumo nos revela que a glória é temporária e passageira.

Esse provérbio nos lembra da natureza transitória da vida e da fama. Passado o calor da novidade, as paixões esfriam e o prazer se transforma em irritação. É assim nos negócios, nas relações humanas, nos amores, nas amizades.

Sabedor (a), disso, não permita, em nenhum campo que lhe interessar, que as novidades terminem e tudo perca o sabor e a graça.

Seja criativo (a), e desenvolva a habilidade de sempre se mostrar renovado, sem se repetir.



Essa atitude o levará longe e manterá todos à sua volta interessados.

Nunca duvide de que todas as coisas tiveram seus momentos e passaram. Não permita que o tempo o deixe para trás.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

MÃE UNIVERSAL

Vou contar pra todos a minha história, acabei de me apaixonar.

Olhei para dentro e, no silêncio, eu a vi.

Pouco eu fazia, sondava o infinito, ela surgiu e se revelou.

Nada entendi, mas, no mesmo instante, me rendi.

Eu me apaixonei pela mãe universal, a mãe de todos, a mãe original, a mais bela criatura que alguém já viu no coração.

Vestida com as cores lá do céu, brilhava e cintilava como um raio de Sol.

Sorria e dançava à minha frente, fiquei sem ação. O pensar cedeu, o sentir cresceu, nada mais vi, foi assim que ela quis.



Alma eterna, ela é a visão de Deus.

Nada quis fazer, apenas me entreguei, o poder da mãe é forte, indizível.

A vida se transformou, ela me iluminou.

Ela é doce, resplandece, com nada se assemelha.

Abriu-me coração e também a razão, mãe universal, minha mãe original. Eu me apaixonei.

Atente agora à letra da nossa canção:

MÃE UNIVERSAL

***Vou contar pra todos a minha história,
acabei de me apaixonar.
Olhei para dentro e, no silêncio, eu a vi!
Pouco eu fazia, sondava o infinito,
ela surgiu e se revelou.
Nada entendi mas, no mesmo instante,
me rendi!***

***Eu me apaixonei pela mãe universal,
a mãe de todos, a mãe original,
a mais bela criatura
que alguém já viu no coração!***



**Vestida com as cores lá do céu,
brilhava e cintilava como um raio de sol.
Sorria e dançava à minha frente,
fiquei sem ação.**

**O pensar cedeu, o sentir cresceu,
nada mais vi, foi assim que ela quis!
Alma eterna, ela é a visão de Deus!**

**Eu me apaixonei pela mãe universal,
a mãe de todos, a mãe original,
a mais bela criatura
que alguém já viu no coração!**

**Nada quis fazer, apenas me entreguei,
o poder da mãe é forte, indizível.
A vida se transformou,
ela me iluminou!**

**Ela é doce, resplandece,
com nada se assemelha.
Abriu-me o coração e também a razão,
mãe universal, minha mãe original!**

**Eu me apaixonei pela mãe universal,
a mãe de todos, a mãe original,
a mais bela criatura
que alguém já viu no coração!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

284 - Música - Mãe universal



São Paulo, 17 de setembro de 2025.

Lucrando com os inimigos

Certa vez, aconteceu que um homem, falando com um dos seus inimigos, foi recriminado por ser mal-humorado.

O homem, então, um tanto constrangido, assim que chegou em casa ralhou com a mulher:

— Como é que você nunca me falou sobre isso?

A mulher, uma dama simples, casta e inofensiva, disse:

— Marido, pensei que isso fosse a marca de todos os homens, que todos fossem assim mal-humorados como você, por isso nunca disse nada.

É por isso que se diz: Das nossas faltas mais evidentes, ficamos sabendo mais rápido pelos inimigos do que por amigos e familiares.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Na ausência da verdade, torne-se um charlatão.

Os deuses no Olimpo olham as ações dos humanos lá de cima das nuvens, e anteveem o desfecho de todos os grandes sonhos que levam à ruína e à



tragédia. Riem da nossa incapacidade de ver além do momento presente e de como nos iludimos.

Como seres humanos, temos uma necessidade desesperada de acreditar em alguma coisa, qualquer coisa.

Isso nos torna eminentemente crédulos. Simplesmente não suportamos longos períodos de dúvidas, ou o vazio de não ter algo em que acreditar.

Basta que acenem à nossa frente com uma nova causa, um novo elixir, um esquema para enriquecer rápido, uma última tendência tecnológica ou um movimento artístico, que saltamos logo para morder a isca.

Depois de alguns séculos, algumas décadas, alguns anos, alguns meses, em geral, tudo isso cai no ridículo. Mas na época parecia atraente, transcendental, divino!

Sempre ansiosos por acreditar em alguma coisa, criamos santos e crenças do nada.

Se, entretanto, você entender essa tendência à credulidade, poderá tornar-se, você mesmo, um objeto de adoração.

Faça com que criem um culto ao seu redor. As pessoas vivem alucinadas para se reunirem em



torno de uma nova causa ou fé.

Para criar um culto, você deve primeiro chamar a atenção sobre si. Isso não deve ser feito só com ações muito claras e de fácil compreensão, mas com palavras nebulosas e enganadoras.

Prometa algo grandioso e transformador, e sem nenhuma definição clara. Estimule o sonho nebuloso nos seus ouvintes, que farão suas próprias conexões e verão o que quiserem ver.

Torne atraente sua indefinição. Use palavras de grande ressonância, mas significado obscuro, palavras cheias de calor e entusiasmo.

Dê a si mesmo um verniz de profundidade. Seu apelo deve ser simples. A maioria dos problemas das pessoas vem de neuroses profundas, fatores sociais interrelacionados, raízes num passado distante, excessivamente difíceis de desemaranhar.

Ninguém quer nada complicado e trabalhoso, a maioria quer uma solução simples para seus problemas. A capacidade de oferecer esse tipo de solução lhe dará um grande poder e aumentará o número de seus seguidores.

Em vez de explicações complicadas, baseadas na vida real, volte às soluções primitivas dos nossos ancestrais. Passe a executar pretensos milagres,



cure com as mãos ou com um simples olhar.
Ofereça panaceias misteriosas.

Torne-se assim um perfeito charlatão, e afaste-se
de vez da realidade. Parece que poucos querem se
aproximar da verdade.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

ENCONTREI O MEU GRAAL!

À noite, sozinho no meu quarto, a mente silencia
e se aquieta.

Contemplo pela janela, a lua, nada mais, neste
mundo, me afeta.

Lembro-me da vida agitada, não tinha tempo para
nada.

Pensava que a vida era só trabalho, mas é alegria,
se não atrapalho.

Hoje eu ocupo o meu espaço, o prazer de existir é
real.

De tudo eu me desembaraço, encontrei, enfim, o
meu Graal.

Brilha a luz da Lua na janela, o silêncio me
envolve e protege.



A Lua é a minha musa-donzela, o divino poder da graça me rege.

Atente agora à letra da nossa canção:

ENCONTREI O MEU GRAAL!

**À noite, sozinho no meu quarto,
a mente silencia e se aquieta.
Contemplo, pela janela, a lua,
nada mais, neste mundo, me afeta!**

**Lembro-me da vida agitada,
não tinha quase tempo para nada.
Pensava que a vida era só trabalho,
mas é alegria, se não atrapalho!**

**Hoje eu ocupo o meu espaço,
o prazer de existir é real.
De tudo eu me desembaraço,
encontrei, enfim, o meu Graal!**

**Brilha a luz da Lua na janela,
o silêncio me envolve e protege.
A Lua é minha musa-donzela,
o divino poder da graça me rege!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

285 - Música - Encontrei o meu Graal!

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 24 de setembro de 2025.

Nossos inimigos, amigos?

Em um discurso pronunciado no auge da guerra civil, Abraham Lincoln, se referiu aos sulistas como seres humanos, companheiros que estavam no caminho oposto.

Uma senhora idosa o criticou por ele não os ter chamado de inimigos irreconciliáveis, que precisavam ser destruídos.

— Mas, por que, minha senhora? — retrucou Lincoln — a melhor maneira de acabar com os nossos inimigos é torná-los nossos amigos.

É por isso que se diz: Aqueles a quem chamamos de inimigos, são feitos de carne e osso: pensam diferente de nós, sentem diferente de nós, mas sofrem e padecem como nós. Somos todos flores de um mesmo buquê.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Aperfeiçoe todos os dias a sua maneira de ser, de lidar com as tarefas profissionais, aperfeiçoe-se no trato social, amoroso e familiar. Procure não repetir erros passados, sempre melhorando o jeito, a entonação de voz, procurando a maciez e a amorosidade em todas as ações.



Aspire à elevação! As grandes almas não devem jamais ser desprezíveis no proceder.

Todos gostam de se aproximar de alguém verdadeiro (a), descontraído, que demonstra simpatia na fala, no olhar, nos gestos. Alguém que não transforme uma simples conversa numa discussão acalorada, fazendo de tudo um interrogatório minucioso.

Aja normalmente, considerando cada um à sua frente, sem preconceito e ideias premeditadas.

Todos somos flores de um mesmo buquê, por mais que nos julguemos superiores a este ou àquele.

Todos nascemos, ganhamos um corpo que se desenvolve, amadurece e envelhece, que sofre e tem prazeres passageiros. O outro padece dos mesmos anseios e desejos que nós.

Somos semelhantes no básico, divergimos na educação, na posição social, no esmero e no refinamento.

Procure sempre entender o próximo, por mais diferente que ele lhe pareça.

Aprenda a não apontar os defeitos visíveis em amigos e conhecidos, e, principalmente, não cutuque os inimigos que porventura existam.



Não tenha mania de ficar rodeando e repisando uma situação desagradável. Isso só a tornará mais intolerável ainda.

Um coração aberto e disponível junto a uma mente clara e inclusiva nos torna pessoas raras neste mundo.

A maledicência é a arma das almas pequenas, que sentem prazer em denegrir, difamar e injuriar seus semelhantes.

Como escreveu Fernando Pessoa com muita propriedade: “Tudo vale a pena se a alma não é pequena”.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

AFASTEI DE VEZ A VELHA DOR

Sinto muita falta de como era antes, tudo era fácil, fomos infantes.

Agora, me vi num mundo de arrogantes, todos se mostram querelantes.

Quero amar, abraçar, me entregar, mas não é possível.

Ninguém parece veraz, sempre com um pé atrás.



Por que as coisas não são como antes e todos têm de ser litigantes?

Sou o mesmo de tempos distantes, mas as pessoas não são elegantes.

Sinto muita falta de como era antes, hoje, somos todos irrelevantes.

Vou me transformar, encontrei a chave, a vida suave é a minha nave.

Quero amar, abraçar, me entregar, isso agora é possível.

Ninguém parece notar, mesmo assim vou melhorar.

Agora o mundo já me trata bem, passei a viver a vida Zen.

Aceito tudo com calma e amor, afastei de vez a velha dor.

Atente agora à letra da nossa canção:

AFASTEI DE VEZ A VELHA DOR

***Sinto muita falta de como era antes,
tudo era fácil, fomos infantes.
Agora, me vi num mundo de arrogantes,
todos se mostram querelantes!***



**Quero amar, abraçar, me entregar,
mas não é possível.
Ninguém parece veraz,
sempre com um pé atrás!**

**Por que as coisas não são como antes
e todos têm de ser litigantes?
Sou o mesmo de tempos distantes,
mas as pessoas não são elegantes!**

**Sinto muita falta de como era antes,
hoje, somos irrelevantes.
Vou me transformar, encontrei a chave,
a vida suave é a minha nave!**

**Quero amar, abraçar, me entregar,
isso agora é possível.
Ninguém parece notar,
mesmo assim vou melhorar!**

**Agora o mundo já me trata bem,
passei a viver a vida Zen.
Aceito tudo com calma e amor,
afastei de vez a velha dor!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

286 - Música - Afastei de vez a velha dor



São Paulo, 1º de outubro de 2025.

Cale-se

George Brummell, também conhecido como Beau Brummell, o belo Brummell, ficou famoso por sua extrema elegância e por sua habilidade com as palavras.

Sua casa em Londres era o lugar elegante da cidade e Brummell era a autoridade máxima, quando se tratava de moda. Todos o seguiam.

Um dos maiores admiradores de Brummell era o príncipe de Gales, que se julgava um jovem elegante.

Ligando-se à corte do príncipe e recebendo uma pensão Real, Brummell logo estava tão certo da própria autoridade, que começou a fazer piadas sobre os quilos a mais do príncipe, referindo-se ao anfitrião como 'Big Ben'.

Visto que a esbelteza era uma qualidade importante para um dandi, esta era uma crítica mortal.

Certa vez, à mesa do jantar, quando o serviço estava demorando, Brummell disse ao príncipe: "Toque o sino Big Ben"!



O príncipe tocou, mas quando o valete chegou, ele o mandou mostrar a porta da rua a Brummell e nunca mais o admitiu ali dentro.

Apesar de cair em desgraça com o príncipe, Brummell continuou tratando todos à sua volta com arrogância.

Sem o patrocínio do príncipe de Gales para o sustentá-lo, ele se atolou em dívidas enormes, mas continuou insolente e logo ninguém mais queria saber dele.

Morreu na mais triste pobreza, sozinho e mentalmente perturbado.

É por isso que se diz: Não brinque com a aparência de ninguém, saiba o momento de se calar, seja gentil. Os cemitérios estão repletos de pessoas que passaram dos seus limites.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Se você tentar e quiser ser um homem ou uma mulher de atenção, é muito provável que, com as qualidades adquiridas, você se torne uma pessoa de múltiplas possibilidades. O seu viver será mais feliz e transmitirá isso para aqueles com quem convive.



Variedades de conhecimentos, sabedoria de vida, bom humor, tornam a vida muito mais agradável e útil.

Trata-se de uma grande arte saber apreciar todos os fatos da vida, tanto os adversos quanto os agradáveis.

Normalmente só queremos acontecimentos que nos beneficiem. Isso é compreensível, mas um ser humano de atenção sabe que deve aceitar as provocações que diariamente nos atingem e transformá-las em antídotos para novas provocações.

Fazemos e somos parte do mundo natural e, por isso, estamos sujeitos às intempéries que atingem toda a vida planetária.

Não há melhor escudo protetor do que a atenção plena, ela nos dá a capacidade de entender e compreender o mundo à nossa volta. Essa capacidade nos concede a arte de viver muito e viver bem.

É claro que viver muito depende de múltiplas variáveis, mas a atenção plena aumenta nossas possibilidades, não nos deixando incorrer em erros que diminuem nossa vitalidade e longevidade.



Duas coisas antecipam o fim da vida: a ignorância e o despendar as energias vitais inconsequentemente.

Alguns perdem a vida por não saber como cuidar dela, outros por não querer saber disso. Assim, como a virtude é a sua própria recompensa, o vício é o seu próprio castigo.

Quem se precipita numa vida de vícios encontra um fim duas vezes mais rápido; quem se ocupa no cuidado, na atenção, alonga seu tempo.

O poder da atenção plena se comunica com o corpo, a mente e as emoções, possibilitando uma vida longa, tanto em intensidade quanto em extensão.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

O MUNDO NÃO SE ACABOU!

Decante a vida, não se lamente, assim como as flores, ela nasce e renasce.

Ela se acende e se apaga, sem a alegria, ela nos esmaga.

Mantenha o espírito jovem e entenda o que rege este mundo.



As leis eternas nos movem e tornam o nosso Ser livre e profundo.

A vida surge do encontro, uma simples faísca a desperta, vibra forte em todos os corpos.

Por isso eu canto.

Em mil novecentos e noventa e nove, aguardava-se o “bug do milênio”, mas a vida não se comove com a bobagem de um grande gênio.

Então, a montanha pariu um rato, o susto passou, nada terminou, o mundo não se acabou.

E por isso eu canto.

Decante a vida, não se lamente, sem a alegria, ela nos esmaga. Atente agora à letra da nossa canção:

O MUNDO NÃO SE ACABOU!

*Decante a vida, não se lamente,
assim como as flores, ela nasce e renasce.
Ela se acende e se apaga,
sem a alegria, ela nos esmaga!*

*Mantenha o espírito jovem
e entenda o que rege este mundo.
As leis eternas nos movem
e tornam o nosso ser livre e profundo!*



**A vida surge do encontro,
uma simples faísca a desperta,
vibra forte em todos os corpos.
Por isso eu canto!**

**Decante a vida, não se lamente,
assim como as flores, ela nasce e renasce.
Ela se acende e se apaga,
sem a alegria, ela nos esmaga!**

**Em mil novecentos e noventa e nove,
aguardava-se o “bug do milênio”,
mas a vida não se comove
com a bobagem de um grande gênio.
Então, a montanha pariu um rato,
o susto passou, nada terminou,
o mundo não se acabou!
E por isso eu canto! Por isso eu canto...**

**Decante a vida, não se lamente,
assim como as flores, ela nasce e renasce.
Ela se acende e se apaga,
sem a alegria, ela nos esmaga!**

**Decante a vida, não se lamente,
assim como as flores, ela nasce e renasce.
Ela se acende e se apaga,
sem a alegria, ela nos esmaga!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

287 - Música - O mundo não se acabou!



São Paulo, 08 de outubro de 2025.

O filósofo teimoso

Alexandre, o Grande, ao longo de toda a sua breve história, permaneceu fiel à filosofia e aos ensinamentos de seu mestre Aristóteles.

Certa vez ele se queixou ao mestre que, nas suas longas campanhas, não tinha com quem discutir assuntos filosóficos.

Aristóteles respondeu, sugerindo que levasse Calístenes, um ex-aluno seu e filósofo promissor, junto com ele na próxima campanha.

Aristóteles tinha instruído Calístenes na arte do bom cortesão, das boas maneiras, mas o jovem, secretamente, as achava ridículas. Ele acreditava na filosofia pura, nas palavras sem adornos, em dizer a verdade nua e crua, doesse a quem doesse.

Se Alexandre gostava tanto de aprender, pensou Calístenes, não se incomodaria se alguém lhe dissesse o que pensava.

Durante uma das principais campanhas de Alexandre, Calístenes disse demais o que pensava e Alexandre mandou matá-lo.



É por isso que se diz: Não seja tão autocentrado a ponto de acreditar que o outro está interessado nas suas críticas, mesmo que elas tenham fundamento.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Procure não se comprometer com ninguém nem com coisa alguma, pois isso é ser escravo das necessidades e desejos dos outros. Principalmente, mantenha-se livre de compromissos e obrigações que não lhe interessem, pois trata-se de artifícios dos outros para mantê-lo em seu poder.

Não se deixe arrastar por brigas mesquinhas e discussões inócuas. Seja interessado e prestativo em tudo, mas encontre um jeito de se manter neutro, isto é, não identificado com causas alheias.

Deixe que os outros briguem e se digladiem, enquanto você, à distância, observa e aguarda. Quando as partes litigantes se cansarem, você continuará forte, pleno de energia, pronto para ponderar e, se for o caso, servir de intermediário.

A sua imagem será realçada se você não se comprometer com alguém, com uma religião ou um partido.



Quando você se retira conscientemente não desperta animosidade, mas um certo respeito. No mesmo instante você ganha um certo poder, pois se torna inatingível quando não se rende a um grupo ou a um relacionamento, como faz a maioria das pessoas.

Com o tempo a sua aura crescerá. Conforme aumenta a sua reputação de pessoa independente, mais desejado você será, todos querendo ser aquele que fará você se comprometer. O desejo é como um vírus, se vemos alguém ser desejado por outras pessoas, tendemos a achá-lo desejável também.

Assim que você se comprometer, foi-se o encanto, você se torna igual a todo o mundo. Tentarão todos os métodos legais e escusos para levar você a um compromisso. Darão presentes, o encherão de favores, tudo para colocá-lo na situação de devedor, mas não se comprometa de forma alguma. Observe sempre o cuidado de se manter intimamente distante, não se permita, inadvertidamente, sentir-se devedor em relação a ninguém. Seja uma fonte inspiradora de amor e compreensão.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

ELA ME ENSINA, ME FAZ SOFRER!



O tempo voa e vejo tudo passar, a vida só me faz penar.

Parece que ela nunca vai parar, eu só posso apreciar e respeitar.

A vida é única, vou desfrutar, nunca mais hei de me queixar.

Ela me ensina, me faz sofrer, o tempo todo vem me arrelhar, atazanar.

Parece um longo sonho. Revendo o meu sentir, volto, enfim, a ser risonho.

Eu me acostumei a ser livre e feliz, não depender de mais ninguém, viver a vida simples e, então, amar.

Eu me enamorei, não sei de quem, não sei o que me aconteceu.

Eu me apaixonei não sei por quem, ela nem sabe quem sou eu.

Vocês sabem que eu falo da vida, não é?

Deus, eu me esforço, tento entender, ela me burla e sempre me escapa. Nasce, transforma e renasce.

Deixo, então, ela me surpreender. Atente agora à letra da nossa canção:



ELA ME ENSINA, ME FAZ SOFRER!

**O tempo voa e vejo tudo passar,
a vida só me faz penar.
Parece que ela nunca vai parar,
eu só posso apreciar e respeitar!**

**A vida é única, vou desfrutar,
nunca mais hei de me queixar!
Ela me ensina, me faz sofrer,
o tempo todo vem me arreliar, atazanar!**

**Parece um longo sonho.
Revendo o meu sentir,
volto, enfim, a ser risonho!**

**Eu me acostumei a ser livre e feliz,
não depender de mais ninguém,
viver a vida simples e, então, amar!**

**Eu me enamorei, não sei de quem,
não sei o que me aconteceu.
Eu me apaixonei, não sei por quem,
ela nem sabe quem sou eu!**

**Deus, eu me esforço, tento entender,
ela me burla e sempre me escapa.
Nasce, transforma e renasce.
Deixo, então, ela me surpreender!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

288 - Música - Ela me ensina, me faz sofrer!



São Paulo, 15 de outubro de 2025.

Quem está melhor

Um idoso mudou-se para outra cidade e logo encontrou um novo médico para se consultar.

Sentou-se na sala de espera e olhou em volta.

Em uma das paredes viu o diploma do doutor e, pelo nome, lembrou-se de que, na sua classe do antigo ginásio, havia um garoto com o mesmo nome.

Quando o médico o recebeu, o paciente lembrou-se daquele tempo longínquo, do jovem bem apessoado, esbelto e viu-o agora, um médico velho, gordo, de cabelos brancos e barba por fazer. Cumprimentou-o, então, dizendo:

— Bom dia, Doutor. O senhor estudava no ginásio da escola Bom Pastor?

— Sim! Eu estudei lá! Como o senhor sabe?

— Ah, eu estava lá!

— Oh! — disse o doutor olhando-o cuidadosamente — o senhor era professor do quê?



É por isso que se diz: Nós todos envelhecemos e mudamos, mas sempre achamos que estamos melhor que os outros.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Não seja tolo de se apressar a tomar partido em qualquer campo que lhe interessar.

Não se comprometa com partidos ou causas. Seja livre, pense, reflita por conta própria, avalie situações e não tema não estar filiado a uma crença ou a uma política qualquer.

Mantenha-se independente, mas saiba escutar atentamente as propostas que lhe são feitas.

Ser independente não significa viver isolado, sem se importar com ninguém à sua volta e desprezar as ideias e crenças dos outros. Cada um tem o direito de pensar e sentir como quiser e colherá os frutos do que plantou.

Não trate ninguém com desprezo e injustiça. Muitas vezes esquecemos as injustiças, mas o desprezo, jamais.

Esforce-se por conhecer bem os outros: familiares, amigos, parceiros, sócios.



Aprenda a diferenciar leões de cordeiros. Muitas vezes, quem parece um lobo voraz, torna-se um cordeiro amável, e quem parece a pomba da paz, torna-se um falcão impiedoso.

Poucos são sempre amáveis, muitos são desprezíveis, mas todos podem nos ser úteis ao longo da nossa vida, se soubermos como tratá-los e considerá-los.

Ninguém é sempre ruim, ninguém é sempre bom. Ofereça o melhor de si e obtenha o melhor dos outros.

O bom caçador não monta para a raposa a mesma armadilha que usa para pegar o lobo. Ele não coloca a isca onde ninguém vai morder. Ele conhece bem a sua presa, seus hábitos e esconderijos, e caça de acordo com esse conhecimento.

Conhecer a natureza das pessoas à nossa volta, só nos beneficia. Para viver e agir assim, é necessário tornar-se um ser atento em todos os seus atos.

A atenção tem de ser como um farol, iluminando trezentos e sessenta graus e voltada também para dentro.

Perceba as suas próprias manifestações, pensamentos, emoções, passando pelo olhar,



gestos, fala e entonações.

Seja um Ser que se aperfeiçoa a cada dia.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

TÍNHAMOS MUITO, NÃO TÍNHAMOS NADA!

Quando jovem nada eu sabia, queria entender,
conhecer.

Ninguém se importava, só eu a me doer.

Enquanto os amigos riam, eu me preocupava.

Queríamos juntar uma grana, tirar o pé da lama,
ter esperança viva, sem culpa, sem cobrança,
viver a vida sempre na bonança.

Um cigarro aceso tudo clareava, numa linda festa
cantando a seresta. O mundo era novo, tão
fascinante, gente vibrante.

Cantando e dançando, a mesa minguada.

Tínhamos muito, não tínhamos nada.

Mudar o mundo, mostrar quem éramos, fomos a
fundo.



O tempo assim passou, muros se ergueram,
sonhos se perderam.

A fortuna não chegou, a esperança se calou.

Assim nos separamos, a vida mudou os planos.

Onde havia água, ficou só a terra seca, o ar puro
se poluiu, portas se fecharam.

As faces ficaram sérias.

Então, só restou a memória, a esperança das
férias.

E lá no fundo da mente, a lembrança sempre
contente. Atente agora à letra da nossa canção:

TÍNHAMOS MUITO, NÃO TÍNHAMOS NADA!

***Nada eu sabia,
queria entender, conhecer.
Ninguém se importava,
só eu a me doer.
Enquanto os amigos riam,
eu me preocupava!***

***Queríamos juntar uma grana,
tirar o pé da lama,
ter esperança viva,
sem culpa, sem cobrança,
viver a vida sempre na bonança!***



**Um cigarro aceso tudo clareava,
numa linda festa cantando a seresta.
O mundo era novo, tão fascinante,
gente vibrante!**

**Cantando e dançando,
a mesa minguada.
Tínhamos muito, não tínhamos nada.
Mudar o mundo,
mostrar quem éramos,
fomos a fundo!**

**O tempo assim passou,
muros se ergueram,
sonhos se perderam.
A fortuna não chegou,
a esperança se calou!**

**Um cigarro aceso tudo clareava,
numa linda festa cantando a seresta.
O mundo era novo, tão fascinante,
gente vibrante!**

**Cantando e dançando,
a mesa minguada.
Tínhamos muito, não tínhamos nada.
Mudar o mundo,
mostrar quem éramos,
fomos a fundo!**



**Assim, nos separamos,
a vida mudou os planos.
Onde havia água,
ficou só a terra seca,
o ar puro se poluiu,
portas se fecharam!**

**As faces ficaram sérias.
Então, só restou a memória,
a esperança das férias.
E lá no fundo da mente,
a lembrança sempre contente!**

**Um cigarro aceso tudo clareava,
numa linda festa cantando a seresta.
O mundo era novo, tão fascinante,
gente vibrante!**

**Cantando e dançando,
a mesa minguada.
Tínhamos muito, não tínhamos nada.
Mudar o mundo,
mostrar quem éramos,
fomos a fundo!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

289 - Música - Tínhamos muito, não tínhamos nada!



São Paulo, 22 de outubro de 2025.

O mestre de luta romana

Era uma vez um mestre de luta romana, versado em trezentos e sessenta golpes.

Ele passou certo tempo ensinando trezentos e cinquenta e nove deles a um aluno por quem tinha preferência. Nunca chegou a lhe ensinar o último golpe.

Passaram-se alguns anos e o jovem já estava tão perito nessa arte que vencida todos que ousassem enfrentá-lo.

Ele estava tão vaidoso da sua capacidade que um dia se vangloriou na frente do rei, dizendo que derrotaria facilmente seu mestre, não fosse o respeito por sua idade e a gratidão por sua tutela.

O rei não aprovou essa irreverência e ordenou que fosse realizada uma competição imediatamente, a que toda a corte real assistiria.

Ao soar do gongo, o jovem avançou gritando e foi recebido com o golpe número trezentos e sessenta.

O mestre agarrou o seu ex-aluno, ergueu-o sobre a cabeça e atirou-o ao chão.



O rei e a assembleia aplaudiram entusiasticamente.

Quando o monarca perguntou ao mestre como ele tinha conseguido vencer um adversário tão forte, o mestre confessou que tinha reservado uma técnica secreta para ele mesmo usar em tal situação.

Em seguida, contou como aprendeu isso através do lamento de um mestre arqueiro que ensinou tudo que sabia e se queixava, dizendo:

— Todos os que aprenderam comigo a arte do arco e flecha acabaram tentando me usar como alvo.

É por isso que se diz: Algumas coisas guarde somente para si, não as revele a ninguém. Os tempos mudam, as pessoas que nos eram caras tornam-se inimigas e usarão antigos segredos para nos atrapalhar.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Saiba preservar-se, cultive a arte de não se mostrar em excesso. Quanto mais vistos e escutados, mais comum parecemos. O saber se recolher e se manter a distância pode nos tornar uma figura mais admirada e respeitada.



Devemos saber o tempo exato de chegar e de nos afastar.

Um homem perguntou a um mestre Dervixe:

— Por que não o vejo com mais frequência?

O Dervixe respondeu:

— Eu prefiro que você me diga “Senti muito a sua falta. Estava ansioso para vê-lo”. Isso é mais doce aos meus ouvidos do que as palavras “Xi, lá vem ele de novo”.

Tudo no mundo depende de ausências e presenças.

Quando chegamos junto a parentes e amigos que não vemos há algum tempo, se formos pessoas agradáveis, seremos recebidos com festa e alegria. Atraímos a atenção das pessoas ao nosso redor.

Entretanto, a presença em demasia pode criar o efeito contrário. Quanto mais você é visto e ouvido, mais o seu valor se enfraquece. Você se torna um hábito.

Não importa o quanto você tente ser diferente, sutil, sem você saber o motivo, as pessoas começam a escutá-lo cada vez menos.



É preciso saber se retirar no momento certo, antes que elas inconscientemente o forcem a isso.

A verdade dessa lei pode ser comprovada facilmente quando se trata de amor e sedução.

No início, a ausência da pessoa amada estimula a sua imaginação, envolvendo-o ou envolvendo-a numa espécie de aura. Mas essa aura desaparece quando você está perto demais e a relação tornou-se habitual. O ser amado se torna uma pessoa como outra qualquer, alguém cuja presença não desperta tanto interesse.

É claro que, se nos tornarmos seres de atenção integral, podemos mudar e reverter esse quadro.

Alguém já disse que o amor não morre de inanição, mas com frequência, sim, de indigestão. Quando você se permite ser tratado como uma pessoa qualquer, já é tarde demais, já foi engolido e digerido.

Para que isso não aconteça, você tem de deixar que o outro anseie pela sua presença. Crie um padrão de presenças e ausências.

Só valorizamos o Sol quando ausente.

Quanto mais longo o período de chuvas, mais se deseja o Sol. Com dias de calor em demasia, o Sol cansa, os talentos perdem o brilho quando nos



acostumamos a eles.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

MEU CORAÇÃO VOLTOU A VIVER!

Eu a vi lá em cima, no alto da colina.

Difícil entrevê-la, envolta na neblina.

Apaixonei-me sem saber quem era, tão bela.

Consagrei-lhe, assim, todo o meu viver.

Enamorei-me dessa divina, sagrada visão, afastei
tudo aquilo que pensava ser.

Calei-me e aceitei essa nobre paixão, meu
coração, então, voltou a bater.

Fiel a essa visão, para sempre eu me devotarei,
não vou nunca mais abandoná-la.

Até o fim dos meus dias, junto a ela ficarei, nunca
mais hei de perdê-la.

Atente agora à letra da nossa canção:



MEU CORAÇÃO VOLTOU A VIVER!

***Eu a vi lá em cima, no alto da colina.
Difícil entrevê-la, envolta na neblina.
Apaixonei-me sem saber quem era, tão bela!
Consagrei-lhe, assim, todo o meu viver.***

***Enamorei-me dessa divina, sagrada visão,
afastei tudo aquilo que pensava ser.
Calei-me e aceitei essa nobre paixão,
meu coração, então, voltou a bater!***

***Fiel a essa visão,
para sempre eu me devotarei,
não vou nunca mais abandoná-la.
Até o fim dos meus dias, junto a ela ficarei,
nunca mais hei de perdê-la!***

***Enamorei-me dessa divina, sagrada visão,
afastei tudo aquilo que pensava ser.
Calei-me e aceitei essa nobre paixão,
meu coração, então, voltou a bater!***

***Calei-me e aceitei essa nobre paixão,
meu coração, enfim, voltou a viver!***

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

290 - Música - Meu coração voltou a viver!



São Paulo, 29 de outubro de 2025.

O clérigo

Um ministro de uma igreja foi acusado de ficar para si com a maior parte das contribuições dos fiéis.

O clérigo se indignou, dizendo que jamais faria algo semelhante, que só utilizava uma pequena parte das doações para gastos pessoais necessários.

Um fiel da igreja, muito respeitosamente, perguntou-lhe:

— Como o senhor separa o que é de Deus e o que é seu?

— Muito simples, meu filho. Todos os dias no final da tarde, pego toda a quantia recebida, encho uma bacia e jogo para cima em direção ao Mais Alto. Tudo o que Deus pegar é dele! O que sobrar é meu!

É por isso que se diz: Confiamos no silêncio de Deus para realizar todas as nossas falcatruas.

**Algumas indicações
para uma vida mais consciente**



Qualquer triunfo momentâneo que você tenha alcançado discutindo é na verdade uma vitória de Pirro, isto é, uma vitória que custa ao vencedor perdas tão grandes que quase anulam o benefício, tornando a vitória uma derrota a longo prazo.

O ressentimento e a má vontade que você desperta, são mais fortes e permanentes do que qualquer mudança momentânea de opinião.

É muito mais eficaz fazer os outros concordarem com você por suas atitudes sem dizer uma palavra. Demonstre! Aja! Não se perca em explicações.

Em 1502, em Florença, na Itália, havia um enorme bloco de mármore no departamento de obras da igreja de Santa Maria del Fiore.

Tinha sido antes um magnífico pedaço de pedra bruta, mas um escultor desajeitado fez um furo por engano onde deveriam ficar as pernas da figura, mutilando-a.

O prefeito de Florença pensou salvar o bloco colocando-o nas mãos de Leonardo da Vinci, ou algum outro mestre. Mas desistiu porque todos concordavam que a pedra estava arruinada. Portanto, apesar do dinheiro gasto com ela, estava lá acumulando poeira nos corredores escuros da igreja.



As coisas estavam nesse pé quando alguns amigos florentinos do grande Michelangelo resolveram escrever ao amigo que vivia na época em Roma.

Michelangelo foi até Florença, examinou a pedra e chegou à conclusão de que de fato poderia esculpir uma bonita figura, adaptando a pose para a forma como a pedra tinha sido mutilada.

O prefeito argumentou que era perda de tempo, ninguém seria capaz de salvar tal desastre, mas finalmente concordou em deixar que o artista trabalhasse nela.

Michelangelo decidiu que retrataria David jovem, empunhando a funda.

Meses mais tarde, quando o mestre estava dando os últimos retoques na escultura, o prefeito entrou no estúdio. Fazendo-se de conhecedor, ele analisou a enorme peça e disse a Michelangelo que embora achasse um trabalho magnífico, o nariz, ele julgava, estava grande demais.

Michelangelo percebeu que o prefeito estava em pé, bem debaixo da figura gigantesca e não tinha uma boa perspectiva.

Sem dizer uma palavra, acenou para o prefeito acompanhá-lo, subindo no estrado. Alcançando o nariz, ele pegou o cinzel e um punhado de pó de mármore que ficara depositado sobre as tábuas.



Michelangelo começou a fingir bater levemente com o cinzel, deixando cair aos poucos o pó que tinha na mão. Na verdade, ele não fez nada para mudar o nariz, mas aparentou estar trabalhando nele.

Passados alguns minutos nesta charada, ele se afastou e disse:

— Olhe, olhe de novo! O que o senhor acha?

— Ah! Ficou bem melhor! — respondeu o prefeito, — você lhe deu vida!

Michelangelo sabia que alterando o nariz poderia arruinar toda a escultura. Mas o prefeito era um patrono que se orgulhava de seu julgamento estético. Ofender um homem como esse discutindo com ele, não traria nenhum benefício para Michelangelo e ainda colocaria em risco futuro as encomendas.

Michelangelo era esperto demais para discutir. Sua solução foi mudar a perspectiva do prefeito. Literalmente aproximá-lo mais do nariz, sem que ele percebesse que essa era a causa da má percepção.

Felizmente, para a posteridade, Michelangelo encontrou um jeito de manter inalterada a perfeição da estátua e, ao mesmo tempo, deixar que o prefeito acreditasse que ele a havia



melhorado.

Esse é o duplo poder de vencer com atitudes e não discutindo. Ninguém se ofende e você prova que está certo.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

ONDE ESTÁ A POMPA DO FARAÓ?

Vivemos sempre fugindo de tudo que mais tememos.

Não achamos palavras pra expressar aquilo que não conhecemos.

Não se excite muito quando tudo nos abona, a roda da fortuna gira e a sorte nos abandona.

Não tema o percurso da vida, temos o que planejamos.

Cumprimos a nossa lida e o resto, dispensamos.

Ancore-se, então, no silêncio, ele é a nossa base.

Lembre-se, ele é o princípio que prepara a nova fase.

O silêncio é a semente, você será consciente.



Caminhe para frente, o mundo será seu.

Os sonhos não perduram, tudo vira pó.

Os mortos não fulguram, onde está a pompa do faraó?

Não acredite em bobagens, desperte para a verdade.

Deixe para trás as miragens e desfrute a liberdade.

Atente agora à letra da nossa canção:

ONDE ESTÁ A POMPA DO FARAÓ?

***Vivemos sempre fugindo
de tudo que mais tememos.
Não achamos palavras pra expressar
aquilo que não conhecemos.***

***Não se excite muito
quando tudo nos abona,
a roda da fortuna gira
e a sorte nos abandona!***

***Não tema o percurso da vida,
temos o que planejamos.
Cumprimos a nossa lida
e o resto, nós dispensamos.***



**Ancore-se, então, no silêncio,
ele é a nossa base.
Lembre-se, ele é o princípio
que prepara a nova fase.**

**O silêncio é a semente,
você será consciente.
Caminhe para frente,
o mundo será seu!**

**Os sonhos não perduram,
tudo vira pó.
Os mortos não fulguram,
onde está a pompa do faraó?**

**Não acredite em bobagens,
desperte para a verdade.
Deixe para trás as miragens
e desfrute a liberdade!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

291 - Música - Onde está a pompa do faraó?



São Paulo, 05 de novembro de 2025.

A serpente

Adão e Eva foram expulsos do Paraíso terrestre por terem desobedecido à vontade Divina. Quem lhes propiciou este malefício foi a insidiosa serpente, também criatura de Deus.

Na saída, antes de atravessarem as portas do Paraíso, sem esquecer seus poucos pertences, as duas folhas de parreira, eles passaram pela serpente que se enrolara em uma árvore.

Adão, não suportando os sentimentos guardados, despejou sua ira, dizendo: “Animal rastejante, ofídio peçonhento, vais trocar constantemente de pele e serás temida pela eternidade.”

A serpente, que é surda, entendeu o que ele disse e não se ofendeu.

Apesar de frustrante, a história acaba aqui.

É por isso que se diz: A verdade é dura, mas não ofende.

**Algumas indicações
para uma vida mais consciente**



O ser humano, que não busca o contato diário com sua própria consciência, não gosta de saber que possui dívidas e obrigações para com outras pessoas e para com a sociedade. Vive na ignorância de não saber que muitas gerações contribuíram para a sua educação, e de que é herdeiro do trabalho de milhões de seres que o precederam.

Pela falta de contato com seu Ser mais profundo, não se sente obrigado a ser grato, e a gratidão quase sempre é uma carga terrível da qual tem o prazer em se descartar.

Tais pessoas conhecem apenas a força, o orgulho e o egoísmo, e os apelos à justiça e à gratidão jamais surtirão nenhum efeito.

Os homens na sua maioria, dizia alguém, são tão subjetivos que nada realmente os interessa, a não ser eles mesmos. Pensam sempre no seu próprio caso. Quando é feita uma observação qualquer, toda a sua atenção é monopolizada e absorvida a qualquer coisa que os afete pessoalmente, por mais remota que seja.

Se você porventura tentar ajudar e conviver com tais pessoas, não perca seu tempo lembrando-as da sua assistência contínua, de seus gestos e de suas boas ações junto a elas no passado, pois encontrarão meios de ignorá-lo.



Elas só se interessarão se perceberem que sua aliança as beneficiará e ficarão entusiasmadas se virem que podem lucrar alguma coisa com isso.

A nobreza de sentimentos, tais como gratidão, admiração e apreciação pelos serviços dos outros, só pode surgir quando alguém se recolhe sinceramente e, com o espírito livre e veraz, consegue se ver desembaraçado de si mesmo, enxergando o mundo sem o domínio egótico.

Seja uma dessas pessoas e contribuirá para a elevação da consciência humana. Deixamos, assim, de ser animais racionais reativos e egoístas, para nos transformar em seres que recebem o influxo de uma ordem superior supra-humana.

A humanidade agradece!

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

A CULPA É MINHA

Vivi sem pensar, quero refletir.

Na vida, me ensinaram a esperar, isso só me faz sonhar.

Quero viver a vida, sentir o vento me tocar.



Perdi meu tempo vendo o tempo passar, os dias se perderam a trabalhar.

Dizem que não adianta, o mundo é assim, não vai mudar, mas sei que a culpa é minha.

Eu não sei por que, vivo preso não sei no que, se nada muda, o que será diferente?

Sei que estou errado, a vida passa e eu também, mas agora eu vou mudar.

Perdi tudo o que me mantinha, só não perdi a linha.

A vida me ensina a recomeçar.

Tenho força e coragem, vou desfrutar da viagem, talvez assim, ela me leve a algum lugar.

Perdi meu tempo vendo o tempo passar, mas sei que a culpa é minha.

Mas sei que agora eu quero mudar, eu vou mudar!

Atente agora à letra da nossa canção:



A CULPA É MINHA

**Vivi sem pensar,
quero refletir.
Na vida, me ensinaram a esperar,
isso só me faz sonhar.
Quero viver a vida,
sentir o vento me tocar!**

**Perdi meu tempo vendo o tempo passar,
os dias se perderam a trabalhar.
Dizem que não adianta,
o mundo é assim, não vai mudar,
mas sei que a culpa é minha!**

**Eu não sei por quê,
vivo preso, não sei no quê.
Se nada muda, o que será diferente?
Sei que estou errado,
a vida passa e eu também,
mas, agora, eu vou mudar!**

**Perdi meu tempo vendo o tempo passar,
os dias se perderam a trabalhar.
Dizem que não adianta,
o mundo é assim, não vai mudar,
mas sei que a culpa é minha!**



**Perdi tudo o que me mantinha,
só não perdi a linha.
A vida me ensina a recomeçar.
Tenho força e coragem,
vou desfrutar da viagem,
talvez, assim, me leve a algum lugar!**

**Perdi meu tempo vendo o tempo passar,
os dias se perderam a trabalhar.
Dizem que não adianta,
o mundo é assim, não vai mudar,
mas sei que a culpa é minha!**

**Dizem que não adianta,
o mundo é assim, não vai mudar,
mas sei que eu quero mudar!
Eu vou mudar!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

292 - Música - A culpa é minha



São Paulo, 12 de novembro de 2025.

Apagando o brilho

No século XIX, o grande pintor de paisagens inglês J.M.W. Turner ficou conhecido por sua técnica no uso das cores, que ele aplicava com muito brilho e uma estranha iridescência.

A cor dos seus quadros era tão surpreendente, que os outros artistas não queriam suas obras penduradas ao lado dos quadros dele, pois tudo ficava inevitavelmente apagado.

Certa vez, o pintor Sir Thomas Lawrence teve o azar de ver numa exposição a obra prima de Turner, denominada Cologne, entre os dois quadros seus. Lawrence queixou-se amargamente ao dono da galeria, que não lhe deu ouvidos, afinal de contas, disse ele, alguém tinha de pendurar seus quadros ao lado dos de Turner.

Mas Turner soube das queixas de Sir Lawrence e, antes da inauguração, apagou um pouco o céu dourado brilhante do seu quadro, tornando-o tão monótono quanto os de Lawrence.

Um amigo de Turner, que viu o efeito no quadro, procurou horrorizado o artista: “O que você fez com o seu quadro”?



Turner então explicou: “Ora! O pobre do Lawrence estava tão infeliz que me partiu o coração. Eu só passei um fumo escuro no quadro e o limparei depois da exposição.”

É por isso que se diz: É melhor apagar temporariamente o seu brilho do que sofrer as pedradas da inveja.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

A infelicidade alheia pode nos afetar.

Estados emocionais são tão contagiosos quanto as doenças. Podemos achar que estamos ajudando aquele(a) que se afoga, mas só estamos precipitando nosso próprio desastre.

Os infelizes, às vezes, provocam a sua própria infelicidade e com isso podem provocar também a nossa.

Saiba se desvencilhar de tais pessoas. Encontre o momento certo, não se identifique com tais seres e, se for o caso, associe-se aos felizes e afortunados.

Se desconfiar que está na presença de uma pessoa contagiosa, não discuta, não tente ajudar e não passe a pessoa adiante para seus amigos ou cairá na teia.



A solução é se afastar ou sofrer as consequências.

Os infelizes atingidos por circunstâncias fora do seu controle, evidentemente, merecem toda a nossa ajuda e simpatia. Mas há outros que não nasceram infelizes ou desventurados, mas atraem a infelicidade e a desventura com seus atos destrutivos e o efeito perturbador que exercem sobre os outros. Seria ótimo se pudéssemos chamá-los de volta à razão, mudar seus padrões, mas quase sempre são esses padrões que são assimilados por nós e nos afetam.

A razão é simples: nós, seres humanos, somos extremamente suscetíveis a humores, emoções e maneiras de pensar daqueles com quem convivemos.

A pessoa irremediavelmente infeliz e instável tem um poder de contaminação muito forte, porque sua personalidade e emoções são muito intensas. Ela costuma se apresentar como vítima, o que torna difícil ver logo de início que é ela mesma a origem desse sofrimento.

Até percebermos a verdadeira natureza dos seus problemas, já estamos contaminados.

Jamais subestime o perigo do contágio. Tenha cuidado redobrado com aqueles que sofrem de insatisfação crônica.



Aprenda a olhar o descontente no olho e não permita ser arrastado pelo seu próprio coração complacente.

Não se complique tentando ajudar. O contaminador não vai mudar, mas nós provavelmente nos perderemos.

Não se esqueça de que, em compensação, as qualidades positivas de outros seres também podem nos contagiar e ajudar. Procure-os.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

A CHUVA CONTINUA!

Preso no trânsito pesado, os carros não se moviam.

A chuva começava lembrando-me de um passado desconhecido e distante.

Regressei para onde não há futuro, onde o tempo não passa. A memória do instante presente, sentindo a vida pulsar.

Lembrei-me do sabor de viver. A vida latejava no meu corpo.

O poder da lembrança, então, me transformou.



O mundo ficou diferente, as cores voltaram, a magia se fez.

O sofrer tornou-se alegria. O veículo, a extensão do ser.

A chuva era a graça vinda do céu.

A água fustigava o metal, a lembrança era o meu guia.

O tempo fechado abriu-se para mim. A chuva era divina.

Todos os dias me recordo, volto para esse encontro.

As portas de um outro mundo continuam abertas. Seu caminho tornou-se costumeiro.

Memórias de um tempo sem passado que não tem futuro, memórias dentro de mim.

A chuva continua caindo.

A chuva divina traz o consolo, a lembrança é o meu guia.

É a graça vinda lá do céu.

A chuva continua caindo.



Atente agora à letra da nossa canção:

A CHUVA CONTINUA!

**Preso no trânsito pesado,
os carros não se moviam.
A chuva começava,
lembrando-me de um passado
desconhecido e distante.
Regressei para onde não há futuro,
onde o tempo não passa,
a memória do instante presente,
sentindo a vida pulsar.**

**Lembrei-me do sabor de viver,
a vida latejava no meu corpo.
O poder da lembrança, então,
me transformou,
o mundo ficou diferente,
as cores voltaram, a magia se fez!
O sofrer tornou-se alegria,
o veículo, a extensão do meu ser.
A chuva era a graça vinda do céu.**

**A água fustigava o metal,
a lembrança era o meu guia.
O tempo fechado abriu-se para mim,
a chuva era divina!**



**Todos os dias me recordo,
volto para esse encontro.
As portas de um outro mundo
continuam abertas,
seu caminho tornou-se costumeiro.
Memórias de um tempo sem passado,
um tempo que não tem futuro,
memórias dentro de mim.
A chuva continua caindo!**

**A chuva divina traz o consolo,
a lembrança é o meu guia,
é a graça vinda lá do céu.
A chuva continua caindo!
A chuva continua...**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

293 - Música - A chuva continua!



São Paulo, 19 de novembro de 2025.

**Pensando consigo mesmo,
longe da civilização**

Estou há muito tempo longe da civilização, isolado nas montanhas, anos sem ver ninguém, sem conversar com ninguém.

Planto, cuido do meu pequeno rebanho, bebo meu leite, faço o meu queijo, tudo sozinho. Não dependo de ninguém e ninguém depende de mim. Minha vida é livre, medito, escrevo, trabalho sobre os textos antigos e com isso me liberei de todas as crenças, ilusões, ideias religiosas de um Deus único ou de vários deuses e deusas.

Até hoje consegui me curar de pequenas moléstias, como faziam os antigos, usando os poderes fitoterápicos.

Por sorte, ainda não precisei de dentista.

Estou, como já disse, há muitas décadas longe da civilização e acredito que a esta altura, certamente, houve uma grande evolução nos governos dos países e, certamente, não há mais fome nem guerra no mundo e genocídio então nem pensar.

Hoje à tarde, uma pessoa perdida passou por aqui e, sem pedir, me contou todas as notícias atuais.



Pelo que eu soube, o mundo em nada melhorou e nem piorou. Tudo continua igual. As pessoas sonham, se digladiam e se matam. Onde foi que eu me equivoquei?

É por isso que se diz: Transforme-se! Não adianta se isolar. O mundo é o que é. Aprenda a viver livre, cercado de pessoas queridas e inimigas. E saiba que as guerras, apesar de demonstrarem a loucura humana, sempre existiram, existem e provavelmente continuarão existindo.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Se você busca indicações para uma vida mais consciente, é importante entender como agem os homens de poder e os políticos em geral de vários países.

Compreenda que eles agem com métodos próprios e bem estudados em todas as suas ações. Nada é dito ou feito ao acaso.

Eles sabem que se julga tudo pela aparência e o que não é visto não conta, passa despercebido. Não suportam ficar esquecidos, anônimos no meio da multidão. Precisam estar em evidência a qualquer preço.



Buscam atrair a atenção e se mostram maiores e mais importantes que as massas tímidas, descoloridas.

Procuram chamar a atenção sobre si, criando uma imagem inesquecível e até controversa.

Fazem de tudo para aparecer e brilhar, mais que todos ao seu redor.

Qualquer forma de notoriedade lhes trará mais poder. Que falem mal, mas não deixem de falar deles, não os esqueçam.

Eles conhecem a arte de chamar a atenção.

Quando o olhar se volta para eles, ganham uma legitimidade especial.

Para atrair a multidão, fazem alguma coisa diferente, excêntrica, prometem qualquer coisa.

As pessoas são atraídas pelo inusitado, pelo explicável e acreditam no que for dito com palavras firmes, bem colocadas.

Para chegar ao topo, usam toda a energia, chamando a atenção sobre si. Não se queixam se as críticas forem desfavoráveis, o importante é a notoriedade que manipularão ao seu bel prazer.



A pior coisa do mundo para aquele que procura a fama, a glória e o poder é ser ignorado.

Eles aprendem a estar no foco da atenção. Associam seu nome à reputação, a uma qualidade ou imagem que os destacará dos outros. Sabem que uma imagem polêmica não é ruim e ser atacado, constantemente, os deixa em evidência.

Não discriminam entre tipos diferentes de atenção. No final, todos lhe serão favoráveis.

A massa gosta de figuras exageradas, pessoas que se colocam acima da mediocridade geral.

Eles cortejam a controvérsia e até o escândalo. Preferem ser atacados, caluniados, do que permanecer ignorados. Tornam-se assim exibicionistas.

Quando se encontram numa posição inferior, com pouca oportunidade de chamar a atenção, um truque muito usado é atacar a pessoa mais visível, a mais famosa, a mais poderosa que encontrarem, criando falsos inimigos.

Uma vez em evidência, sempre renovam, adaptam e variam o método de chamar a atenção. Se não fizerem isso o público se cansará e voltará os olhos para uma nova estrela.

O jogo requer constante vigilância e criatividade.



Fazem o que for necessário para ficarem em foco e procuram deixar os outros na sombra. Querem ser vistos e admirados. Sabem que o que não é visto é como se não existisse.

Em um mundo cada vez mais banal e familiar, quem se mostrar enigmático, diferente, chama logo a atenção.

Nunca deixam claro demais o que estão fazendo ou o que vão fazer, e não se importam com a coerência de suas falas. Usam o mistério para enganar, seduzir e assustar. O que é misterioso não pode ser compreendido e o que não se pode agarrar e consumir cria mais poder.

O mundo se tornou tão familiar e seus habitantes tão previsíveis que o que estiver envolto em mistério quase sempre atrai a luz dos refletores e nos faz olhar e respeitar.

Os políticos, em sua maioria, fazem de tudo para se mostrar como um livro aberto, mas se preocupam em controlar suas palavras ou imagem e mentem descaradamente, sem nenhum compromisso com a verdade.

Fazem de tudo para parecer não querer atenção, pois isso pode mostrar insegurança e insegurança afasta o poder.



Conhecem a arte de falar o que lhes vem à cabeça e então retrair, dizendo que não foi bem aquilo que disseram. E com isso se mostram condescendentes e dignos do prêmio Nobel da respeitabilidade.

Seja um crítico imparcial tanto daqueles que você ama quanto dos que não aprecia.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

ONDE OU QUANDO?

Parece-me que já nos falamos e ficamos juntos antes.

Olhamo-nos do mesmo jeito, então.

Não me lembro onde ou quando.

Sua luz brilhava, os véus tombaram, seu riso vibrante, amante, amando.

Não me lembro onde ou quando.

Algo aconteceu naquela vez e acontece de novo agora.

Parece-me que já nos vimos e nos encontramos antes.



Rimos, nos divertimos e nos amamos outrora.

Mas quem sabe onde ou quando?

Atente agora à letra da nossa canção:

ONDE OU QUANDO?

*Parece-me que já nos falamos
e ficamos juntos antes.
Olhamo-nos do mesmo jeito, então.
Não me lembro onde ou quando!*

*Sua luz brilhava, os véus tombaram,
seu riso vibrante, amante, amando.
Não me lembro onde ou quando!*

*Algo aconteceu naquela vez
e acontece de novo agora.
Parece-me que já nos vimos
e nos encontramos antes.*

*Rimos, nos divertimos
e nos amamos outrora.
Mas quem sabe onde ou quando?*

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

294 - Música - Onde ou quando?



São Paulo, 26 de novembro de 2025.

O frangote vaidoso

Dois frangotes brigavam num monte de esterco. Um era mais forte, venceu o outro e o arrastou para fora dali.

As galinhas se reuniram todas em volta do frangote e começaram a aplaudir.

O frangote, então, quis que no quintal vizinho também soubessem da sua força e da sua glória. Voou até o topo do celeiro, bateu as asas e cacarejou bem alto: “Olhem para mim todos vocês. Sou um frangote vitorioso. Não há no mundo frangote mais forte do que eu”!

O frangote ainda não havia terminado, quando uma águia, vinda dos ares, o agarrou e o levou para o ninho.

É por isso que se diz: Não deixe que o sucesso lhe suba à cabeça. Arrogância e o excesso de confiança podem levá-lo a caminhos sem volta.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Quando assumimos um partido político, uma crença, uma ideologia, nós nos expomos ao ataque e às críticas das facções contrárias.



Uma vez que assumimos uma forma conhecida por todos, ficamos à mercê dos que nos observam. Eles passam a saber e conhecer como pensamos e agimos. Sabem, quase com certeza, os passos e as decisões que tomaremos, o que nos torna previsíveis e vulneráveis.

O ideal seria não pertencermos a nenhum lado, mantermo-nos maleáveis e livres para ir na direção que quisermos.

Devemos assumir que neste mundo nada é certo e nenhuma lei humana é fixa, existem sempre nuances.

A melhor maneira de estarmos sempre protegidos e livres é nos tornarmos fluidos como a água, sabendo que nenhuma forma é estável, permanente, e que tudo sempre muda.

Vivemos em um mundo e em uma sociedade que está sempre em transformação. Nos tempos atuais estas transformações ocorrem numa rapidez assombrosa, nunca sentida ou vivida antes. Podemos talvez dizer que, no passado, o tempo era mais lento e o seu desenrolar nos dava mais possibilidades de nos adaptar. Com a rapidez das mudanças, precisamos acessar uma nova inteligência para enfrentar os desafios que os novos tempos demandam.



Nada no mundo permanece estável para sempre, e quanto mais fluidos formos, melhor será a adaptação. A fluidez nos permite assumir a forma que precisarmos e assim não seremos rígidos a ponto de quebrar ao primeiro embate.

Temos de aprender a nos mover rápido e nos adaptar, para não sermos devorados pelas mudanças inevitáveis. A melhor maneira de fugir a esse destino, é não assumir formas definitivas, apenas nos adaptarmos às mudanças.

As formas que nós humanos criamos na moda, no estilo, nos negócios, na política, mudam constantemente, representando o estado de espírito do momento.

Sem dúvida, devemos alterar as formas herdadas de gerações anteriores, mostrando novos sinais de vida e vitalidade.

Quando não ousamos criar formas novas, nossa identidade se congela, nossos hábitos se definem e a nossa rigidez nos tolhe. Não se tranque no passado, ele já se foi, só ficou a lembrança. Os hábitos do passado são como uma fruta que passou do ponto, prestes a despencar do galho.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

RENÚNCIA



Na canção de hoje, não compusemos a letra como sempre fazemos. Utilizamos a composição de 1942 de Roberto Martins e conservamos a melodia original de Mário Rossi, seu parceiro musical.

Ela nos traz um ar nostálgico e mágico de outras eras.

Ela nos fala daquela situação entre dois seres, quando Eros, o amor, já bateu suas asas e não se faz mais presente.

A única saída então é saber renunciar.

Hoje não existe nada mais entre nós.

Somos duas almas que se devem separar.

O meu coração vive chorando e minha voz, já sofremos tanto que é melhor renunciar.

A minha renúncia enche minha alma e o coração de tédio.

A tua renúncia dá-me um desgosto que não tem remédio.

Amar é viver, é um doce prazer embriagador e vulgar.

Difícil no amor é saber renunciar.



Atente agora à letra da canção:

RENÚNCIA

***Hoje, não existe nada mais entre nós.
Somos duas almas que se devem separar.***

***O meu coração vive chorando, e minha voz.
Já sofremos tanto que é melhor renunciar.***

***A minha renúncia
enche-me a alma e o coração de tédio.***

***A tua renúncia
dá-me um desgosto que não tem remédio.***

***Amar é viver,
é um doce prazer, embriagador e vulgar.***

Difícil, no amor, é saber renunciar.

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

295 - Música - Renúncia

Indicações para uma vida mais consciente



São Paulo, 03 de dezembro de 2025.

Esoteric Land

Quando ele entrou para uma escola de meditação ultrassecreta, lhe prometeram mundos e fundos. Disseram que ele ganharia superpoderes, que poderia voar, levitar, lutar, derrotar vários inimigos e, ao mesmo tempo, sair sem um só arranhão, com a roupa impecável, tal qual um James Bond Esotérico.

Até prometeram visão de raio x para poder ver as mulheres nuas, sem tirar-lhes a roupa.

Alguns diziam que companheiros aprenderam a arte da invisibilidade. Quando queriam, tornavam-se invisíveis e podiam entrar em qualquer lugar sem pagar ou serem vistos.

Passados alguns anos isso tornou-se lenda. Era uma forma de atração hollywoodiana com sabor esotérico.

Não adquiriu nenhum desses poderes. Evidentemente, sonhos de uma Esoteric Land, mas pensando bem, quando deixou de acreditar em tudo isso, em todo esse merchandising, ganhou um superpoder: tornou-se uma pessoa normal.



É por isso que se diz: O maior superpoder que podemos adquirir é tornar-nos normais, isto é, pensar, sentir e agir conscientemente.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Teoricamente todos sabem que é preciso mudar, se renovar, mas na prática as pessoas são criaturas de hábitos. Muita inovação é algo traumático e perturba a nossa vida.

Precisamos mudar, criar condições novas, elaborar novas ideias e, ao mesmo tempo, respeitar a maneira antiga de fazer as coisas.

As mudanças são necessárias, pois os tempos mudam e novas exigências surgem. As velhas formas repetitivas cansam e se desgastam.

Entretanto, podemos fazer reformas suaves, melhorando o passado, sem esquecer das verdades contidas no que se foi.

Reformas acentuadas podem causar dor e ressentimento, e custam a serem assimiladas, podendo trazer um sem-número de insatisfações.

As mudanças perturbam a passividade de quem as sofre, mesmo que sejam para o seu próprio bem.



Como o mundo é e sempre foi cheio de inseguranças e ameaças, nós nos agarramos a rostos familiares e criamos hábitos para torná-lo mais confortável e compreensível.

As mudanças podem ser agradáveis, desejáveis, mas se exageradas geram uma ansiedade que provoca um tumulto interno que acaba vindo à tona.

Não devemos subestimar o conservadorismo oculto do ambiente em que vivemos, ele é forte e entranhado. Ideias e formas novas podem assustar aqueles que as escutam e veem.

É difícil fazer as pessoas enxergarem a realidade, mostrar a elas o mundo como ele é e não como nos fazem crer.

Ninguém quer saber de um futuro sem uma saída honrosa, sem um paraíso que as aguarde após uma vida cheia de percalços. Elas se rebelarão e quererão voltar atrás, e tornar a ouvir falsas promessas de um mundo futuro, onde seus feitos serão reconhecidos e recompensados.

Devemos, por isso, prever as reações e descobrir como amenizar as mudanças e adoçar o veneno sem que ninguém se perturbe muito.

O passado está morto, mas vive dentro de nós.



Aproveite a chance para reinterpretá-lo e renová-lo.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

SINTO BROTAR O AMOR

Sinto brotar o amor, a razão do ser.

Nada posso fazer, presencio.

O amor percorre mundos, serve o coração, cura a paixão. Presencio.

O amor me inflama, Eros traz a chama, que revive, abrasa e devora.

Aprecio.

Atente agora à letra da nossa canção:



SINTO BROSTAR O AMOR

**Sinto brotar o Amor,
a razão do Ser.
Nada posso fazer,
presencio!**

**O Amor percorre mundos,
serve o coração,
cura a paixão,
presencio!**

**O Amor me inflama,
Eros traz a chama
que revive, abrasa
e devora!**

Aprecio!

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

296 - Música - Sinto brotar o Amor



São Paulo, 10 de dezembro de 2025.

O gênio atrapalhado

Um homem queria entrar em um grande evento, mas o ingresso custava bem caro e ele não possuía a quantia necessária.

Aproximou-se então do promotor do espetáculo que estava acessível e propôs uma troca:

— Se eu lhe mostrar e der algo inusitado que causará admiração de todos, você, em troca, me deixa entrar?

O promotor desconfiado, com muita cautela, pediu que lhe mostrasse.

O homem tirou da mochila um baralho de trinta centímetros, todo colorido, uma verdadeira obra de arte, um objeto de museu.

— Como você conseguiu essa peça tão rara?

— Ah, foi um gênio que me deu para atender o meu pedido único.

— Você acha que eu poderia conhecer esse gênio e ele me concederia também um pedido meu?

— Acredito que sim. Vou chamá-lo.



O gênio, meio sonolento, depois da terceira chamada, se fez presente.

O promotor querendo ficar rico, pediu:

— Faça com que essa sala se encha de notas.

No mesmo instante, a sala estava repleta de botas.

— Mas eu pedi notas! Por que ele trouxe botas? Por acaso ele é surdo?

— Sim. Acredito que é surdo e atrapalhado. Você acha que eu pedi um baralho de trinta centímetros?

É por isso que se diz: Conte-se com o que você já tem. Adapte-se e faça bom uso daquilo com que a natureza lhe presenteou.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Aquele que veio antes de começar um movimento qualquer sempre parece melhor e mais original do que os que vêm depois.

Se você seguiu um grande homem, um mestre, ou teve um pai famoso, terá de se esforçar para fazer o dobro do que eles fizeram, para ser tão apreciado quanto eles foram. Por isso, não fique perdido e parado na sombra do que foi feito,



preso a um passado que não é o seu e sobre o qual não tem o menor controle.

Estabeleça seu próprio valor e identidade, dando um novo curso àquilo que aprendeu com eles.

Reformule os ensinamentos de acordo com as exigências dos novos tempos. Os tempos mudam e com eles as necessidades.

O que foi bom no passado certamente não serve para hoje. Num sentido figurado temos que “matar” a autoridade anterior, para que a nossa luz própria brilhe e se mostre em todo o seu esplendor.

Não se deite nos trunfos do passado, mesmo que sejam seus. As glórias passadas se apagam quando menos esperamos. Se não aceitarmos novos desafios, nossa luz se enfraquece e ficaremos ultrapassados pelas novas gerações que estão ávidas para conquistar seu novo espaço.

Jamais sairemos da sombra dos nossos antecessores se não formos implacáveis em modificar o passado, não deixando que ele nos conduza automaticamente.

Seja um crítico imparcial dos ensinamentos daqueles que nos precederam; seja um crítico imparcial de suas próprias conquistas anteriores.



Só os fracos descansam sobre seus antigos louros e idolatram triunfos passados.

O jogo da vida não nos permite descansar.

Muitas lendas nos mostram que o herói elimina a figura do pai porque ele simboliza o poder antigo, que precisa ser reformulado.

O passado impede o jovem herói de crescer, isto é, impede que novas ideias e novos caminhos surjam para que ele possa criar seu próprio mundo.

Isto não significa desprezar o passado e não lhe dar nenhum valor.

Não tente repetir o que deu certo lá atrás. As circunstâncias são outras e os métodos têm que ser substituídos.

Fuja da sombra dos antigos, mas não os subestime.

Nossa função é renovar a linguagem do que nos foi ensinado, torná-la palatável para gerações que se mostram interessadas em aprender, mas não entendem as complicadas indicações deixadas.

Evolua, permita que o decorrer do tempo o transforme em um Ser transparente e lúcido.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

ESTE NÃO É O MEU MUNDO!

O mundo gira rápido, o pensar fica estarecido.

Não sei mais o que sou! Nem o que sei.

Conheci lugares e azares, a alma me livrou dos
pesares.

Não me abandona, mas me inquieta.

Este não é o meu mundo. Estou apenas de
passagem. Ele não é o meu lar, não é o meu lugar.

Mundo superpovoado, cada vez mais apertado.

Vivi todos esses anos alienado.

Quero poder me adaptar, mas não creio, então,
lograr.

A vida é difícil, sofrida. Não dá pra mudar.

Eu vou tentar.

Atente agora à letra da nossa canção:



ESTE NÃO É O MEU MUNDO!

**O mundo gira rápido,
o pensar fica estarecido.
Não sei mais o que sou, nem o que sei!**

**Conheci lugares e azares,
a alma me livrou dos pesares.
Não me abandona, mas me inquieta!**

**Este não é o meu mundo,
estou apenas de passagem.
Ele não é o meu lar,
não é o meu lugar!**

**Mundo superpovoado,
cada vez mais apertado.
Vivi todos esses anos alienado!**

**Quero poder me adaptar,
mas não creio, então, lograr.
A vida é difícil, sofrida, não dá pra mudar.
Eu vou tentar!**

**Este não é o meu mundo,
estou apenas de passagem.
Ele não é o meu lar,
não é o meu lugar!
Então, eu vou mudar!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

297 - Música - Este não é o meu mundo!



São Paulo, 17 de dezembro de 2025.

O preço da inveja

Uma pobre mulher vendia queijos no mercado quando um gato se aproximou e roubou um. O cão viu o larápio e tentou tirar o queijo dele. O gato enfrentou o cão e os dois se atracaram.

O cão latia e mordia, o gato chiava e arranhava, mas não chegavam a nenhuma decisão.

— Vamos pedir à raposa para servir de juiz — o gato finalmente sugeriu.

— De acordo — disse o cão.

E lá foram os dois procurar a raposa que ouviu seus argumentos com ar pensativo.

— Animais tolos! Para que tudo isso? Se quiserem eu divido o queijo pela metade e os dois ficarão satisfeitos.

— De acordo — disseram o gato e o cão.

Assim a raposa pegou a sua faca e cortou o queijo em dois, mas em vez de cortar no sentido do comprimento, cortou na largura.

— A minha metade é menor — protestou o cão.



A raposa avaliou ponderada o pedaço do cão através da lente dos seus óculos.

— Tem razão, é isso mesmo! — concluiu.

E deu uma mordida na parte do gato.

— Assim ficam iguais.

Quando o gato viu o que a raposa tinha feito, começou a miar!

— Olha só, a minha parte agora ficou menor.

A raposa colocou de novo os óculos e avaliou a parte do gato.

— Tem razão. Espere só um momento que eu conserto isso.

E deu uma mordida no queijo do cão.

E assim continuou, a raposa mordendo ora a parte do cão, ora a do gato.

Até que finalmente comeu o queijo inteiro, bem diante dos seus olhos.

É por isso que se diz: Não confie em um juiz só porque usa uma toga ou tem cabelos brancos. Neste mundo é muito raro um juiz imparcial. A única coisa que pode refreá-los é o temor da lei.



Algumas indicações para uma vida mais consciente

Para tudo existe o tempo certo. Para tudo que quisermos executar, se formos pessoas que se dedicam com afinco ao que fazem, tem a hora certa de agir.

Não demonstre ou se ponha em pressa. A pressa atrai a nossa falta de controle sobre nós mesmos e sobre o tempo.

Seja paciente como se soubesse que tudo acabará chegando até você.

Estude o momento certo, fareje o espírito dos tempos, as tendências que o levarão a ser bem-sucedido.

Quando ainda não for a hora, aguarde. Se o momento se mostrar propício, vá em frente com determinação.

Preveja sempre alguns passos à frente, reflita e pondere até onde chegarão as suas ações.

Trabalhe sempre percebendo as mudanças dos tempos. Preveja, se puder, possíveis reviravoltas e mantenha o barco navegando em bom estado.

Às vezes o momento torna-se obscuro. Reconheça-o, não pelo que é mais sonoro e óbvio,



mas pelo que está escondido e adormecido.

Enxergue com clareza o possível futuro e não se prenda aos louros do passado.

Reconheça os ventos prevalecentes do momento, mas não se deixe arrastar por eles. Se eles forem favoráveis para todos, talvez seja melhor aguardar um pouco. Pode ser perigoso quando muitos se põem na mesma direção.

Procure sempre colocar-se na vanguarda dos acontecimentos.

Como já dissemos, a paciência é uma das virtudes fundamentais. Ela é a sua espada e o seu escudo. Sem ela o seu senso de oportunidade falhará e você perderá a hora certa de agir.

Se o momento não for o certo, não lute, não se exalte precipitadamente, mantenha-se calmo e discreto.

Deixe o barco livre, não icle as velas. O tempo pode ser nosso aliado se formos pacientes.

Reconheça o momento de ficar quieto, não se mostrar muito, e o momento de afiar as presas e dar o bote certo.

O que estamos propondo é dominar com sabedoria a arte de escolher o momento certo em qualquer



empreendimento a que se dedicar.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

O TEMPO ME ESCAPA

O tempo me escapa, vejo tudo passar. Só o amor permanece e fica.

Quando eu me esqueço, eu quase enlouqueço.

Todos os sonhos se esfacelam, só o momento conta.

Vivo o instante, nada mais resta.

O amor nos dá sentido e traz a graça.

O tempo, o rei do mundo nos caça.

O coração aquiesce e o amor me premia,
resplandece.

Atente agora à letra da nossa canção:



O TEMPO ME ESCAPA

**O tempo me escapa, vejo tudo passar,
só o amor permanece e fica.
Quando me esqueço, eu quase enlouqueço!**

**Todos os sonhos se esfacelam,
só o momento conta.
Vivo o instante, nada mais resta!**

**O amor nos dá sentido e traz a Graça.
O tempo, o rei do mundo, nos caça.
O coração aquiesce
e o amor me premia, resplandece!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

298 - Música - O tempo me escapa



São Paulo, 24 de dezembro de 2025.

Proibido fumar

Na época em que as pessoas fumavam indiscriminadamente em todos os lugares, a diretora de uma grande empresa, todos os dias, tinha encontros de trabalho com executivos para tomadas de decisões.

Ela não fumava, mas a maioria sim. A sala ficava empestuada, o ar quase irrespirável, tempos difíceis aqueles.

Um dia depois de uma hora de trabalho, seus olhos arderam e a garganta se fechou. No mesmo dia, ela teve a ideia de chamar o técnico do ar-condicionado para ver o que ele podia fazer para filtrar melhor o ar.

Ela sabia que custaria caro trocar todos os aparelhos para melhorar de vez o ar nas salas.

Após alguns dias, seu funcionário, um simpático jovem que queria crescer na empresa, trouxe o orçamento e disse:

— Senhora, tenho dois orçamentos: o primeiro é a troca completa dos nossos aparelhos, que nos custará algo como cinquenta mil reais. Quantia bastante alta, mas dentro das expectativas;



o outro orçamento sairá praticamente de graça e eu mesmo me proponho a pagá-lo, já que fui eu que inventei.

— Diga-me então jovem, o que você criou?

— Custará apenas dez reais. É só uma placa dizendo: “Proibido fumar”.

É por isso que se diz: Para tudo existem soluções simples ao nosso alcance. Pense, reflita! O espírito criativo nos permite realizar proezas incríveis. Alguns dirão: “Só isso”? Sim, só isso. Mas foi preciso refletir.

Algumas indicações para uma vida mais consciente

Raiva e reações emocionais exacerbadas são contraproducentes do ponto de vista das relações humanas.

Aprenda a manter-se sempre calmo e objetivo. Essa é uma qualidade que todo aquele que deseja tornar-se um ser de atenção precisa desenvolver. Não se deixe levar pelo automatismo que normalmente nos domina e responde sem a nossa anuência aos estímulos que nos chegam.

Almeje ser um mestre das suas próprias reações.



Quando conseguimos enfrentar todos os acontecimentos que nos envolvem, sem perder a calma, ganhamos uma enorme vantagem e estamos no comando da nossa vida. Não dependemos da boa vontade de ninguém. Conquistamos sem nenhum esforço a simpatia daqueles com quem lidamos.

Quando nos mostramos irados, no início, assustamos e aterrorizamos, mas não a todos. Com o passar do tempo a tempestade se acalma e surgem outras reações: constrangimento e embaraço com a nossa própria reação e ressentimento dos outros pelo que dissemos.

Quando estamos com raiva, fazemos acusações exageradas, injustas e as pessoas começam a se dar conta que a nossa presença é indesejada e esperam que desapareçamos de cena.

Não seja como uma criança impotente que recorre a um ataque histérico para conseguir o que quer. Aquele(a) que se sente pleno e satisfeito não revela jamais esse tipo de debilidade. Acessos de raiva não intimidam, nem inspiram lealdade, só criam dúvidas e inquietude à nossa volta.

Expondo assim a nossa fraqueza, essas erupções tempestuosas quase sempre anunciam a nossa falta de poder sobre nós mesmos e perdemos o respeito dos que nos cercam.



Não devemos despertar reações que nos prejudicarão com o passar do tempo. Não devemos permitir lançar ameaças terríveis que sejam intimidantes, que sabemos jamais cumpri-las. Quando nossas explosões se mostram muito frequentes, o poder da ira se esvai.

Diante de alguém de cabeça quente, a melhor reação é não reagir. É dito que nada é mais irritante do que alguém que mantém a calma, enquanto os outros a perdem.

*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

A VIDA É ETERNA

A estrada da vida é bem longa. Não sabemos quando será o final.

Quero fazer o melhor, escapar do pior, viver alegre, confiante e jovial.

Não compita nem brigue com ninguém. Viver consciente nos torna alguém.

De que adianta a pressa? Ela aconselha mal. O tempo sempre ganha no final.

Os cabelos branqueiam, mas a força continua. A ânsia de viver mantém a vida.



As cartas estão sobre a mesa, guarde os As na sua manga. Não se esqueça, a vida é eterna.

Atente agora à letra da nossa canção:



A VIDA É ETERNA

**A estrada da vida é bem longa,
não sabemos quando será o final.
Quero fazer o melhor, escapar do pior,
viver alegre, confiante, jovial!**

**Olhei para tudo que já passou,
Cronos a ninguém perdoou.
Aquilo que eu mais amava, o tempo levou.
Cada instante é único, singular!**

**Os cabelos branqueiam, mas a força continua,
a ânsia de viver mantém a vida.
As cartas estão sobre a mesa,
guarde o ás na sua manga.
Não se esqueça, a vida é eterna!**

**Não compita, nem brigue com ninguém,
viver consciente nos torna alguém.
De que adianta a pressa? Ela aconselha mal.
O tempo sempre ganha no final!**

**Os cabelos branqueiam, mas a força continua,
a ânsia de viver mantém a vida.
As cartas estão sobre a mesa,
guarde o ás na sua manga.
Não se esqueça, a vida é eterna!
Não se esqueça, a vida é eterna!**

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

299 - Música - A vida é eterna



São Paulo, 31 de dezembro de 2025.

A origem da violência

Duas pessoas conversavam.

— Ah, não é culpa da cultura popular o que se vê nos valores distorcidos. Filmes, canções, programas de tv, discussões e brigas infindas na internet refletem a realidade do nosso tempo. Artistas mostram a violência, porque é isso o que eles veem.

— E por que eles não veem coisas belas e educativas?

— Porque coisas chatas não vendem.

— Quanta integridade! Só o mercado conta?

— É... nada como um bom tiroteio, um latrocínio, um roubo, um bombardeio, para mexer com o nosso astral e nos sentirmos vivos e participantes.

É por isso que se diz: Somos violentos, cultivamos a violência, ela é parte integrante do nosso ser. A evolução do ser humano passa pela alquimia, isto é, transformar o chumbo pesado da violência em ouro reluzente da calma e da paz.

**Algumas indicações
para uma vida mais consciente**



Quando nos apressamos por medo ou impaciência, podemos criar uma série de problemas que vamos precisar consertar. Com isso, acabamos levando muito mais tempo para atingir nossos objetivos do que se tivéssemos feito tudo com calma e tranquilidade.

Os apressados podem ocasionalmente chegar mais rápido, mas com frequência se deparam com novos perigos, novas crises surgem e com isso têm de resolver problemas criados por eles mesmos.

Às vezes não agir em determinada situação é a melhor coisa a fazer. Espere deliberadamente e acalme-se.

Com o passar do tempo outras oportunidades acabam se apresentando e, provavelmente, melhores do que imaginávamos.

A espera exige controle, não só das nossas emoções, como das emoções dos que nos auxiliam que, ao confundir ação com poder, podem tentar forçar-nos a agir precipitadamente.

Se estivermos calmos, centrados, nossa mente não ficará perturbada pelas constantes emergências e teremos uma visão mais precisa de onde podemos chegar.

Não seja um tolo impaciente, seja coerente.



Quando forçamos o passo ao acaso, perdemos oportunidades inesperadas que se oferecem para alguém que esteja consciente no comando de suas ações.

Não passe de uma ação a outra sem antes completar a primeira, a menos que seja hábil em realizar tarefas simultaneamente.

Construa sua base mantendo a calma e a segurança com determinação. Não seja fogo de palha! O sucesso conquistado com sabedoria tranquila é o único que perdura.

Os apressados quase sempre se enganam, confundindo acontecimentos superficiais com tendências reais, vendo apenas o que querem ver.

Veja o que está acontecendo de verdade, mesmo que seja desagradável ou torne suas tarefas mais difíceis.

Permanecendo pacientes, conquistamos e dominamos, em parte, os acontecimentos à nossa volta e controlamos o relógio. Quem não tem tempo para pensar e sentir, inevitavelmente cometerá erros.

Espere o tempo que for necessário para poder agir, mas quando a hora soar a decisão deve ser rápida, sem titubeios.



*Comentário sobre nossa
canção de hoje intitulada*

ALGUÉM VEIO DE LONGE ME ENSINAR

Pensava que a vida era só trabalhar. Fazia, acontecia, mas eu nada entendia. E, um dia, eu encontrei a razão da minha letargia.

Alguém apareceu, veio de longe me ensinar. Sorriu e me mostrou como viver.

Trouxe a alegria e me convenceu que eu devia mesmo é celebrar.

Passei então a me espertar e só me alegrar.

Vivo sem nada esperar.

Achei o caminho e agora aprendi, nunca mais eu hei de reclamar.

Não! Não vou mais trabalhar, estou tão cansado de me esfolar.

Agora eu quero viver, a vida me espera a celebrar. A vida me espera a festejar.

Atente agora à letra da nossa canção:



ALGUÉM VEIO DE LONGE ME ENSINAR

***Pensava que a vida era só trabalhar.
Fazia, acontecia, mas eu nada entendia.
E, um dia, eu encontrei
a razão da minha letargia!***

***Não, não, não, não, não vou mais trabalhar,
estou tão cansado de me esfolar.
Agora eu quero viver,
a vida me espera, eu vou louvar!***

***Alguém apareceu, veio de longe me ensinar,
sorriu e me mostrou como viver.
Trouxe a alegria e me convenceu
que devia mesmo é celebrar!***

***Não, não, não, não, não vou mais trabalhar,
estou tão cansado de me esfolar.
Agora eu quero viver,
e, na vida, eu só vou cantar!***



***Passei, então, a me espertar e só me alegrar,
vivo sem nada esperar.***

***Achei o caminho e agora aprendi,
nunca mais eu hei de reclamar!***

***Não, não, não, não, não vou mais trabalhar,
estou tão cansado de me esfolar.***

***Agora eu quero viver,
a vida me espera a celebrar!***

***Não, não, não, não, não vou mais trabalhar,
estou tão cansado de me esfolar.***

***Agora eu quero viver,
a vida me espera a festejar!***

Ouçam agora a suave e precisa orientação.

300 - Música - Alguém veio de longe me ensinar





Equipe

Escola Gurdjieff
Lauro e Paulo Rafael
2025