

A tall palm tree stands against a deep blue, starry night sky. The tree's trunk is dark and textured, extending from the bottom of the frame towards the top. The fronds are silhouetted against the sky. In the foreground, a sandy beach and the edge of the ocean are visible, though slightly out of focus. The overall mood is serene and contemplative.

UM BEM

EM AMAR

A VIDA

Motivos Certos Para Vivê-la

ANTÓNIO MAKLISS

Um Bem em Amar a Vida

MOTIVOS CERTOS PARA VIVÊ-LA

António Maklíss

Penvibe

Ficha técnica

Título: Um Bem em Amar a Vida

Autor: António Maklíss

Gênero de obra: desenvolvimento pessoal

Contatos do autor:

Telemóvel: +244 926297690

E-mail: maklissantonio@gmail.com

Facebook: Ma kLiss

Contatos da editora:

E-mail: penvibe1@gmail.com

Whatsapp: +244 944 036 243

Facebook: penvibe biblioteca das artes

Site: <https://penvibe.art.blog>

Disign de Capa: António Maklíss

Revisão: Penvibe Editora

Editora: Penvibe Editora

Todos os direitos reservados, é proibido a venda, reprodução deste material sem autorização do autor.

Copyright © 2024|Por: Editora Penvibe

Dedicatória

À minha família, aos meus amigos e todos que ainda não conseguiram achar razões suficiente ao qual dedicaria a sua vida.

Índice

- Sobre obra
- Apresentação
- Vives pelos motivos certos?
- A vida
- Mude sua mentalidade
- A felicidade
- A dependência de outros
- Motivos pelos quais você dedicaria a vida
- A paz
- A paciência
- A gratidão
- A humanidade
- A confiança
- Conclusão

Sobre a obra

Esta obra é uma introspecção sobre a busca pela felicidade e a realidade das adversidades da vida. O autor propõe que, apesar do desejo universal de uma vida sem dor e cheia de prazer, saúde e riqueza, a verdade é que a existência humana inevitavelmente inclui desafios. No entanto, a verdadeira felicidade e satisfação dependem de como escolhemos reagir a esses desafios e das decisões que tomamos. O texto sugere que enfrentar as causas dos problemas, em vez de apenas as consequências, e fazer uma autoavaliação honesta são passos cruciais para viver bem. A vida é descrita como uma tapeçaria de experiências e relações, e o autor questiona se vivemos pelos motivos certos, incentivando o leitor a refletir sobre suas próprias escolhas e a buscar um propósito significativo na vida.

Apresentação

Todos nós queremos viver bem, todos nós queremos ter prazer da nossa vida, todos queremos nos sentir satisfeitos com aquilo que temos em nossa posse, com aquilo que fazemos, dizemos e planejamos. Queremos ter uma vida desprovida de dores, doenças, tristezas, desânimos, carências e vários sofrimentos. Queremos estar providos de muito amor, saúde, riquezas, respeito de outras pessoas e muita felicidade, isto é, um mundo perfeito com tudo que desejamos ter, fazer e ser. Porém, isso não é possível, pelo menos não nesta terra.

Uma terra sem dor não existe, um mundo sem dificuldades não existe, um mundo sem pobreza ou carências não existe. O homem sempre terá de passar por uma situação desagradável que exigirá muito dele. São essas dificuldades e carências que nos tornam fortes, mas infelizmente nem todos acham essa força para viver.

- Estou lendo este livro para descobrir que não posso viver bem e me sentir feliz?
- Claro que não!

Viver bem é possível. Se temos dor, podemos escolher aprender com ela ou sofrer. Se caímos, podemos escolher levantar ou continuar no chão. Então, a tua situação pode mudar dependendo das tuas decisões. O foco é te tornar maduro ao ponto de não teres de te aborreceres com coisinhas de nada. Muitas das vezes, o que faz você não ter prazer da sua vida és tu mesmo.

O que realmente estou para te transmitir é que, em meio a várias dificuldades da vida, existe sempre uma forma de dar a volta por cima nas coisas e transformar a situação que passamos a nosso favor. A maior parte do que nos acontece na vida dependerá sempre de como nós vamos reagir sobre elas e do que fazemos para não tê-las. Todo mal deve ser cortado pela raiz. Portanto, em vez das pessoas começarem a combater as consequências, o correto é combater sempre a causa dos problemas. Então, durante a leitura, tu estarás a fazer-te uma autoavaliação de ti mesmo, para aprenderes a manter certas atitudes de maneira que não possas reclamar da vida. Considera que o livro é um diamante bruto, e seja você mesmo a lapidá-lo.

Vives pelos motivos certos?

Se calhar esta é uma lição que terás de tirar da tua própria vida. Tu vives e não és feliz, queres tudo que os outros têm de melhor, mas de jeito nenhum queres ser como eles são. Quantas vezes você se perguntou o que queres fazer da vida? Quantas vezes você se perguntou onde queres parar na tua vida? Quantos objetivos você traçou e, por conta de algumas coisas, você perdeu o foco e esqueceste do que querias fazer da tua vida? Porque verdadeiramente você não escolheu o que você quer ser, fazer, conseguir e ter! Agora sim, farei uma pergunta que você terá de responder em você mesmo: você vive pelos motivos certos?

A vida

O que é a vida?

A vida, posso assim dizer, é a existência, ou seja, o ato de existirmos. Todos nós temos vida, dela fazemos o que quisermos. Nesta vida partilhamos propósitos, nesta vida convivemos com os outros. Desta vida sorrimos, mas também choramos; desta vida andamos, mas também tropeçamos. O mais importante tem sido como nos relacionamos com os outros, como eles nos veem e como nós os vemos, pois o homem está inserido na sociedade. Nesta vida somos felizes por momentos onde é despertada a nossa alegria, mas também às vezes somos infelizes porque sofremos ao perder pessoas, ao passar fome, ao adoecermos, ao sermos vaiados pelas pessoas, menosprezados e muitas das vezes maltratados por aquilo que somos, fazemos e estamos ligados. Enquanto vivo, o ser humano depara-se com muitas situações. Estas situações afetam ou não a sua vida. Para o homem poder passar por elas, tem de fazer escolhas, ou seja, tomar decisões. Sendo que as decisões que tomar podem fazer com que ele se sintam bem ou mal. Uma das maiores decisões que o homem tem de fazer é de fazer o bem ou de não fazer o mal, seja consigo mesmo ou com os outros. Por exemplo, se alguém tiver caído, terás uma escolha: se o ajudas ou simplesmente ris dele e o abandonas.

O que é viver?

Viver é manter a interação com os outros, é conviver com pessoas, é fazer tudo que está ao teu alcance, significa fazer aquilo que queres ou não. Viver é seres tu, porém isto não significa que vives da melhor forma que se pode. Não existe um guia de como viver, mas existem muitas leis, regras e princípios que, ao viver, terás de decidir segui-los ou não, pois a sociedade se encarregará de te avaliar, te corrigir e condenar por elas. Essas regras te proíbem e te motivam a fazer certas coisas más ou boas, mas algo que devemos saber da vida é a diversidade dela, que nunca seremos iguais aos outros ou ter tudo que os outros têm. É um mundo cheio de diferenças e desigualdades que não podemos esquentar as nossas cabeças pensando o porquê disso.

Nenhum ser humano conseguirá viver sozinho nesta terra, ainda que tenha todos os bens do mundo. Todos os seres da terra estão relacionados, é um ecossistema! Viva dependendo de ti, mas não pense que nunca irás precisar da ajuda dos outros. Muitos, por não terem o que querem (ou o que seus caprichos pedem), por quererem sempre obter atenção dos outros, desperdiçam toda a sua vida para conseguir isto, obsessivamente, chegando mesmo à conclusão de fazer mal aos outros, não se importando com os sentimentos e a vida dos outros. Essas pessoas tornam-se aberrações, ladrões, assassinos, malfeitores trilhando os caminhos escuros. Por fazerem isto, não são felizes e nunca serão.

Eles perdem a paz consigo mesmos porque não têm tranquilidade. Estas pessoas guardam mágoas e ódio, as tristezas de um coração inocente que prejudicam recaem nelas, tornam-se muitas das vezes culpadas e transformam-se em pesadelos, tormentos e maldições, tirando todo o prazer de viver da pessoa e, por mais que tenha muito, este muito não significaria nada para ela, pois não tem paz para desfrutar.

Mais do que bens e atenção, a vida não se baseia nisto. A maior parte das coisas que nos envolvem estão ligadas com as nossas emoções e psique. As consequências dos nossos atos sempre irão afetar-nos mais psicologicamente do que fisicamente. Por mais que as pessoas tenham feridas nos pés e nas mãos, nunca irão igualar-se com as dores que afetam diretamente o nosso coração, isto é, todos os nossos sentimentos tais como as tristezas, mágoas, desânimos, feridas que levam uma eternidade para sarar e às vezes são permanentes. Se psicologicamente não estás bem, tudo que fizeres não correrá bem. Portanto, se o caminho que estamos a tentar trilhar é de sermos felizes, então lembra-te que as coisas que fizeres ao meio da jornada terão de afetar os teus sentimentos e emoções de maneira positiva.

As 3 fases das nossas vidas

Nascer, crescer e envelhecer é o ciclo da vida, uma etapa que o homem passa ao longo do seu desenvolvimento até que chega o fim da sua vida. Durante este percurso, o homem passa por três ciclos importantíssimos que marcam cada etapa da vida dele. Existem certas formas de convivência que terá de se adaptar, existem ainda várias pessoas de caracteres diferentes aos quais ele terá de atuar e envolver-se como uma sociedade, e a partir desta interação é que surgem vários problemas que terá de enfrentar enquanto um ser social. Eis as etapas:

Infância

A vida é mais bonita quando nascemos e somos uma criança, inocente, cheia de pureza sem maldades na cabeça. Cada sorriso é verdadeiro, cada choro é passageiro, sem preocupações e responsabilidades. As únicas dores que enfrentas são meramente físicas que, com o passar dos tempos e o carinho dos teus parentes, a coisa resolve-se na hora. Sem ódios, sem mágoas, sem sentimentos feridos, feridas estas da alma que não são fáceis de sarar. É a etapa em que não sabemos o que é errado e o que é certo, fazendo do homem mais feliz nesta etapa.

Juventude

Começando com o surgir da adolescência, a vida começa a ser confusa. Apesar dos pensamentos e sentimentos serem confusos, começam a fazer sentido na vida do homem. Começam as descobertas do homem quanto ao seu físico, quanto ao seu intelecto, quanto aos seus sentimentos e emoções. Período de decisões e descobertas, tudo começa a ser emocionante; a pessoa já sabe diferenciar coisas más das boas.

Aqui começam as escolhas do homem. Essas escolhas podem derrubar o seu futuro ou construí-lo. O jovem procura identificar as suas influências e vocações, muitas destas influências são más, tal como os vícios. Considera-se também como a etapa do amor e desamor. Esta fase conclui-se com o momento em que o seu foco será em formar uma família, ganhar mais dinheiro e estabelecer um ciclo social limitado, onde reconhece que aprendeu com os erros da sua adolescência e muitas delas serão ações irreversíveis, época do arrependimento do mau estilo de vida que teve, ou da satisfação de ter controlado todas as emoções enquanto jovem que o induziriam ao erro.

Terceira Idade

É a época de cansaço. Aqui a vida não é cheia de satisfação; a vida não é um mar de rosas. Às vezes, a vida é tão dura e difícil que parece que a pessoa nasceu para não ser feliz, cheia de responsabilidades e limitações. Cheias de várias mágoas, aqui a pessoa torna-se muito defensiva, já sofreu bastante que não quer deixar mais alguém fazer isso. Muitas das vezes, a pessoa começa a se conformar com o pouco que possui porque provou tantas baixas e vários não da vida que deixou de sonhar e crer na felicidade do viver porque para ele já está tarde. Mas nem sempre é assim, pois aqui você sabe o que é necessário e importante, já aprendeu com a vida e sabe vivê-la. É uma época de sabedoria e a única maior dor poderá ser o facto de não ter a consciência atual sobre a vida enquanto jovem, para melhor vivê-la.

Todos Nós Queremos Viver Bem

Nascer para ser feliz é um contexto muito utilizado e almejado nos dias de hoje. Eu quero viver e estar bem, você também quer, porque todos queremos ter tudo aquilo que desejamos, fazer tudo que queremos, porém não é possível. Na vida de hoje, aquilo que nós entendemos por viver bem e estar bem está voltado nos bens que temos, como casas, carros, roupas, assim como o dinheiro que possuímos, tanto também pela maneira que as pessoas nos veem, ou seja, queremos ser sempre famosos e bem conhecidos porque consideramos que isto determina o respeito que as pessoas terão por nós. A nossa sociedade está a modificar cada vez mais, aquilo que se tinha de valor está a degradar com o passar dos anos. Muitos tinham aquela consciência de valor humano, o respeito que existia, hoje não é a mesma coisa.

Antes, respeitava-se mais em relação agora. Hoje escolhemos a maneira como vou tratar a pessoa, nem todos têm a mesma consideração, pois as considerações que se tem hoje estão voltadas no que a pessoa tem de bens, tem de riqueza. Por isso, o viver bem da atualidade, na maioria das pessoas, está mais voltado em ter riquezas incalculáveis para que as pessoas nos respeitem e nos admirem. Todo mundo quer ser admirado, quer ser respeitado e super idolatrado. Isso é o que as pessoas concluem em viver bem e estar bem no mundo de hoje. Eis a minha pergunta: todas essas riquezas trazem felicidade verdadeiramente? Toda esta apreciação traz felicidade? E por que ainda assim o homem é insatisfeito?

Mude sua mentalidade

Tudo o que tens ou não na tua vida, a culpa recai sempre sobre ti. Na vida, hás de aprender que reclamar não devolve as coisas. Na vida, tens de entender que certos feitios ou costumes que tens são muitas das vezes as pedras no teu sapato; eles impedem-te de crescer, de melhorares e vencer na vida. Antes de qualquer atitude em busca daquilo que te faz bem, tens de tomar atitudes voltadas a eliminar este tipo de costume e feitios:

Para de tentar entender tudo, para de dar a tua opinião sobre tudo, para de tentar seres protagonista na vida dos outros e vai apenas protagonizar a tua vida... não atraias problemas que não te pertencem, não procures fazer aquilo que não é da tua responsabilidade. Aprecia as pessoas, mas não precisas de exagerar nos elogios; isso faz com que elas cresçam mais e também faz com que não pareças um idiota/a na frente delas, querendo ser notado.

Orgulha-te do sucesso dos outros, vê como um exemplo a seguir, mas lembra sempre de não querer ser melhor, apenas sê diferente. Em vez de tentar superares os outros, tenta superar a ti mesmo. Existem vícios

que derrubam o teu progresso pessoal e material; se os tens, lamento dizê-lo, mas estás mais para acabar do que melhorar a tua vida. Dentre estes estão o vício de beber, fumar, drogas, pornografia e prostituição; diante destes, tenha muito cuidado!

O dinheiro é importante, mas existem outras coisas mais importantes, como a família, como viver em paz e tranquilo, como ser uma pessoa de valor e de caráter, o amor e carinho das pessoas. Não procures impressionar as pessoas, apenas luta para orgulhar aqueles que morreriam pela tua vida. Luta acima de tudo pelo teu bem; entende que não existe bem algum acima da angústia e sofrimento dos outros. Se tiveres a melhor formação de todas, não te vanglories e desprezes os outros por causa disto; não és melhor do que ninguém. Todos erramos, mas o mais importante é a atitude que tomarás depois de errares.

Para de rir dos fracassos dos outros, para de falar mal da vida dos outros, para de inventar coisas para obteres atenção dos outros. Não sintas inveja, motiva-te e trabalha mais. Para de esperar que os outros errem, para de tentar pensar que tu mereces mais do que os outros e afasta-te sempre que alguém tentar fazer isso contigo. Vive, trabalha, trata de ti, que as outras coisas serão o fruto do teu bom trabalho. Evita o estresse, vive a tua vida!

A Felicidade

Tu és feliz?

A felicidade é o ato de nos sentirmos alegres, confortáveis, sorridentes e bem em relação a um ambiente, lugar, situações ou mesmo uma pessoa. Ela é um estado ao qual todo ser humano pode garantir que está bem. Muitas das vezes, este estado é confundido com o sentimento de achar algo engraçado e sorrir. Quem é feliz nem sempre pode dizer que está a sorrir; o sorrir e o ser feliz são sentimentos inteiramente diferentes, embora um direcione exatamente para o outro.

O que significa felicidade para ti?

Um dos conceitos mais utilizados pelo homem sobre felicidade está ligado com a estabilidade económica; porém, o próprio homem determinou que a economia do homem nunca está a 100% bem. Outro conceito utilizado para definir a felicidade de uma pessoa está voltado para a satisfação das suas necessidades, e isso é impossível, pois afirmado está que o homem, por mais que tenha, nunca está satisfeito. Outros ainda afirmam

que a verdadeira felicidade do homem está voltada em encontrar o amor da sua vida, mas muitos desses amores da vida são os maiores causadores de tristezas e desânimos na mesma pessoa, ao ponto de o próprio homem afirmar que não existe amor perfeito.

Repara que, no geral, os conceitos que o homem atribui à felicidade estão inclinados mais para o exterior do homem. O homem espera que outro homem o torne feliz, o homem espera que bens o façam feliz, o homem espera a atenção dos outros para ser feliz, em vez de ser ele a busca da sua própria felicidade, espera isso dos outros.

Este não deve ser o verdadeiro problema? O homem espera a felicidade vir em vez de ser ele mesmo a construir dentro da sua vida!

Quando você espera dos outros, serão eles a determinar o que te faz bem e não você mesmo, e isso nunca te tornará feliz. Se o dinheiro é o que te faz feliz, quando acabar, o que será de você? Se a pessoa é o que te faz feliz, quando morrer, o que será de você? Se a atenção dos outros é o que te faz feliz, quando elas não te prestarem atenção, em vez disso menosprezarem você, como será a tua felicidade? E já agora, você poderá e conseguirá afirmar que está feliz?

O que está errado?

Por mais que desejemos ter várias coisas e ser o que quisermos, chega um momento em que temos que colocar na consciência que nunca teremos tudo que desejamos ter e não seremos tudo que desejamos ser. Quem controla isso não somos nós; até o mais rico dos homens e o mais famoso dos homens às vezes é insatisfeito, porque tem sempre alguma coisa que ele não consegue ter ou desfrutar. Tentar agradar todo mundo é impossível, tentar ter tudo na vida é impossível. A maior prova do mundo que até a ciência não tem bases para provar o contrário é que o homem é insatisfeito e sempre será. Por isso, o caminho do homem em busca da felicidade plena é um percurso longo e muitas das vezes parece impossível.

Mas por quê? Mas por quê ser longo, ser impossível? Será que o homem não nasceu para ser feliz?

Estes são exemplos de perguntas que, ao ter lido o parágrafo anterior, poderão ter passado pela sua cabeça! Ora, vale lembrar que eu disse muitas das vezes parece impossível e não concluí que é. Por isso, um caminho em busca da felicidade é possível, se olhares pelos motivos certos de se viver. É longo porque o homem chega

a conhecer e entender os motivos certos aos quais ele deveria dedicar suas vidas muito tarde; outros chegam a não conhecer estes motivos. Porque os verdadeiros motivos estão direcionados distante de riquezas, aparências, do esperar dos outros, pois ele depende de você e não de outras pessoas. Quem vai determinar isto és tu.

O que está certo?

Está certo quando pensas em partir em busca da tua felicidade, quando pensas em ser feliz, quando vais em busca do teu próprio bem-estar, fazer o que for preciso para ter condições de vida, estar perto de quem gostas, fazer aquilo que te identifica e te transmite segurança e alegria. Mas a verdadeira questão é: tens motivos certos para dizeres que mereces ser feliz? Porque se não, serás como as outras pessoas, que procuram a felicidade nos lugares errados, com pessoas erradas, pensamentos errados, fazendo coisas erradas e sendo uma má pessoa. Se for assim, és um homem que partiu em busca do impossível.

Então sorria, viva, pule de alegria, corra atrás. Se caíres, levanta; chore quando for preciso, depois limpa as lágrimas e volta a sorrir. Se tiveres de te apaixonar, não te privas disso. Se tiveres de pedir ajuda, peça; se tiveres de ajudar, ajuda. Nunca esperes momentos oportunos para fazeres algo; a vida é agora. O amanhã está simplesmente na esperança que Deus nos concede.

A Dependência dos Outros

Talvez estivesses à espera que te descrevesse os motivos aos quais deverás dedicar a tua vida para que atraías a felicidade pura e natural na tua vida, baseada nas nossas relações, seja nas famílias, nas amizades ou mesmo nos nossos parceiros. Mas, fazendo isso, estaria apenas a limitar-te em dependência do meio que tens e das pessoas que provavelmente fazem parte da tua vida. O que eu quero transmitir não são os motivos aos quais vais depender de outros para ter, pois tendo na tua vida todas as coisas que estão relacionadas contigo, tal como as pessoas que fazem parte da tua vida, serão gratificadas.

De certeza que a tua vida irá estar melhor, pois o respeito ao qual procuras na tua realidade social será dado, mesmo não tendo muito, pois está ligado àquilo que somos, à maneira de tratar os outros, de ouvir os outros, de conviver com os outros e sem esperar dos outros, porque tudo começa a partir de nós mesmos. E a primeira situação que deves ter em conta é sempre que tu és quem fará a tua vida feliz e não as outras pessoas. Se fores feliz, as outras pessoas ao teu redor, como familiares, amigos, vizinhos, o teu parceiro, conhecidos e até

mesmo desconhecidos, poderão ver o quanto és diferente. Vão desafiar-te de início, vão tentar zombar de ti, depois vão aplaudir-te e, no final, imitar-te.

São palavras que te fazem refletir sobre a tua vida, sobre a tua convivência, pois o que falta dependerá sempre de ti.

“A vida é 90% contigo e 10% com os outros” (autor: Desconhecido).

Tudo o que te acontece dependerá sempre de como te afeta ou de como reages a isso. Alguém pode ofender-te sem teres feito nada a ele; se não fizeste nada, de nada tem efeito, de nada vale, será simplesmente um confuso tentando contagiar-te com as suas confusões. As pessoas muitas vezes estão com o estresse do trabalho, da família, dos amigos; pode ser o caso de que discutiu com alguém, foi despedido, foi provocado, foi aborrecido, foi-lhe feito tantas outras coisas que o encheram de mágoas, o encheram de tristezas ou de ódio e está tão cheio que procura descontar nos outros sempre que aparecer oportunidade. É um fardo que eles provavelmente estão a carregar e querem jogar em qualquer pessoa que apareça quando houver oportunidade.

Muitas das vezes és tu essa pessoa que está tão farta do que vive, que joga o que da tua vida é uma ruína em quem não tem culpa. Por outro lado, às vezes és tu aquela pessoa que nada fez, mas aparecem outras que descontam todo o seu fardo em ti e, se não souberes lidar com este tipo de coisas, simplesmente renunciarás à tua paz e tranquilidade, porque permitiste que alguém te afete com os seus fardos.

“Se gritarem para ti, tu não tens de gritar de volta; se te ofenderem, tu não tens de ofender de volta; se alguém te magoar, procura dar a volta a essas mágoas e não tens de magoar de volta, pois de nada servirá e isso ainda irá magoar-te ainda mais... não é uma questão de justiça, mas sim uma questão de não renunciarestes à tua felicidade e tranquilidade por nada nem ninguém, deixando-te afetar negativamente por um fardo de outra pessoa.”

Lembra sempre que não podemos mudar as pessoas, mas podemos gerir a nossa vida. Se algo ou alguém te fizer mal, afasta-te! Quando chatear, ignora! Quando doer, relaxa e lembra que é apenas um processo, porque a dor é inevitável, mas o sofrimento é opcional.

Motivos pelos quais você dedicaria vida

O AMOR

Ame, mesmo que não tenha motivos, ame, mesmo que não exista razão, ame sua família, ame seus irmãos, ame seus amigos, ame a todos e, acima de tudo, ame a si mesmo e não dependa de outros para amar.

Porém, o que é o Amor? Consegues dizer o que o amor significa para você?

Antes de mais nada, saiba que eu pedi para você amar a si e aos outros e não para que você viva os seus caprichos e dos outros. O amor significa entender que as outras pessoas são importantes, apesar de não serem perfeitas, saber que todo mundo erra, mas não tenho de desejar mal por esses erros. Amar é apreciar os menores detalhes, é se importar, é cuidar, é ajudar, é um sentimento tão completo que significa não ter de bajular ou iludir, não ter de concordar com a pessoa quando estiver errada e saber corrigir.

Muitas pessoas confundem o verdadeiro sentido de amar; a maior parte das pessoas se liga no amor como se significasse atender às vontades do outro. Porém, não! Não significa que em nome do amor tens que fazer aquilo que nunca pensaste em fazer, não significa que em nome do amor tens de cometer crimes, magoar alguém, agradar alguém; isso é completamente o contrário do amor. O amor não deseja mal a ninguém; fazer todas as vontades do homem nem sempre significa fazer-lhe bem. O que os outros querem nem sempre irá significar uma boa coisa; faça aquilo que os homens precisam que lhes façam, dê a eles aquilo que os ajudará, assim será um bem.

O Amor Não Tem Distinção

Muitas das vezes temos tido escolha em quem amar, em quem cuidar, em quem considerar e respeitar. O amor deve ser demonstrado sempre no nosso dia a dia, mas não podemos escolher a quem amar. Se tu amas a ti mesmo, ame o outro da mesma maneira.

Reflita comigo! Quantas famílias se encontram destroçadas por não saberem demonstrar amor uns com os outros? Quantas amizades são destruídas porque os amigos não sabem demonstrar um amor uns com os outros? Quantas relações amorosas morreram porque os parceiros não sabem se amar, ou seja, não mostram afeto, valor, respeito, atenção?

Se os pais não souberem dar atenção aos seus filhos, eles se perdem; se os amigos não souberem demonstrar amor, a amizade acaba; o mesmo acontece em uma relação amorosa, sem amor, vai morrer.

Se entenderes que tudo começa contigo mesmo, se soubermos conversar, cuidar, dar atenção, podes crer que os outros também aprenderão a amar, seja esposo ou esposa, namorado ou namorada, amigos, irmãos e ou filhos, os ensinarás a se abrirem e demonstrarem o amor aos seus próximos, a respeitar todos sem distinção de idade, ensinar a ser atencioso sem discriminação, ambos saberão que um é tão importante quanto o outro, não importando o que tens ou fazes na vida, saber que as pessoas erram, e arrependidas ou não, devemos perdoar, para não termos de guardar os fardos dos outros.

Este amor significa dar um pouco de ti ao outro, dar um pouco do seu tempo, dar um pouco da sua atenção e dar um pouco do seu carinho, saber entender, cuidar e valorizar. Saiba que só ao dizer "Bom Dia!", "Boa Tarde!", "Boa Noite!", "Como Estás?" são coisas que podem fazer a diferença sempre quando ditas dia após dia porque mostra que a pessoa se importa. Esteja presente quando os outros precisam, saiba aconselhar, saiba valorizar e, quando necessário, aprenda a repreender e corrigir, pois assim é o amor. Se já fazes isso, estás a caminhar no caminho certo; se não, eis uma das razões pelas quais não és feliz. Ama a ti mesmo e também aos outros, e não esperes retribuição de ninguém. Seja amável!

A Paz

A Paz é o estado de tranquilidade, de calma e de tudo que envolve o contrário de guerra, conflitos ou confusões. Todo mundo precisa de paz, aquele ambiente sereno que o ajudará a descontraír, relaxar e refletir; muitas das decisões que o homem toma são precipitadas e erradas porque foram tomadas em momentos de muita agitação.

Construa a sua paz, tenha paz consigo mesmo e depois tenha para com os outros. A maior parte da comunidade mundial torce por uma paz mundial, mas estão à espera que sejam as outras pessoas a dar-lhes paz; logo, elas estão simplesmente esperando dos outros uma coisa que depende delas também.

O que você faz para ter paz?

Na vida, existem pessoas que não têm escrúpulos ou dó, pessoas que se alegram por fazer mal aos outros, pessoas tóxicas e más, não descansam em provocar os outros e ainda assim se alegram por isso. Tu és esta pessoa? Se te deixas ser afetado pelo comentário de um simples bêbado, drogado quando este ousa em provocá-lo, é um sinal de que tu deves trabalhar muito na sua paz. Se pequenos comentários ou críticas te afetam muito emocionalmente, é um sinal de que precisas trabalhar a sua paz. Primeiro, tenha paz consigo mesmo; depois, terás com os outros. Tens inimigos? Faça com que apenas ele ache que são; não se dê ao trabalho de pensar nisso.

Evita levar qualquer coisa ou opinião ofensiva para o lado pessoal. Se a pessoa te fala de forma arrogante, deixa ela estragar a sua cara com sua própria arrogância; não lhe dêes o gostinho de afetar ou de provocar você com isso e tirar você do seu estado de paz. Tu crescerás e te tornarás alguém mais maduro quando deixares de levar tudo para o lado pessoal.

Impnha Respeito e não Medo

Ser rigoroso é um sinal de mais responsabilidade e atenção às coisas; muitos confundem esta boa qualidade com a arrogância, que é um sinal de inferioridade. Todos que decidem ser arrogantes é porque mostraram um complexo de inferioridade diante dos outros e procuram disfarçá-lo com a arrogância. Ser manso é o ato de te tornares sereno e tranquilo, alguém que não se agita facilmente e não se atormenta a si mesmo com facilidade, ou seja, dificilmente se desespera. Pessoas que te desejam mal procuram ver você em um completo desespero. Toda pessoa serena parece que sabe muito sempre e domina a situação de quase tudo; elas transmitem o ar de segurança, até alguém que a quiser provocar ou desafiar pensará três vezes antes de o fazer. Seja este tipo de pessoa que é muito serena e segura de si, mas, porém, acrescenta também o rigor para que as coisas não saiam do seu controle por pareceres bonzinho, pois existem pessoas que procuram se aproveitar da bondade dos outros.

Com essas duas particularidades, você conseguirá se manter em paz e, ao mesmo tempo, não darás o ar de que as pessoas se comportem de maneira que quiserem por acharem que têm muita liberdade para isso. Portanto, exija respeito e não imponha medo nas pessoas, porque deste jeito você evitará pessoas a quererem enfrentá-lo para provar que são melhores que tu. A maneira de exigir o seu respeito não significa que tens de ser arrogante, que tens de gritar, que tens de forçar isso, mas significa que você é a primeira pessoa a respeitar para depois cobrar dos outros. Por exemplo: Não lute! Apenas ria desta pessoa quando achares que está

abusando e provocando-te; não diga nada e saia. Se alguém interromper você enquanto falas, pare! Quando ele parar, diga a ele: - Podes me deixar continuar? Este é um dos exemplos de fazer entender que o importante é que não renunciés à sua paz e sejas sempre aquele que vai desejar isso em primeira mão. Saiba que se tu não queres estar em paz ou viver em paz, ninguém te dará paz. Tenha Paz!

A Paciência

Paciência é saber esperar, saber aguardar as coisas acontecerem segundo o seu tempo, pois uma das coisas que temos de entender é que tudo tem o seu devido tempo. Apenas precisamos olhar para as nossas vidas: dias choramos, dias sorrimos, dias caímos, dias levantamos e tudo isso preenche os nossos dias. Se passas por tempos difíceis, tens a plena certeza de que virão tempos mais fáceis; então, não desista. Tudo de pouco que tens hoje, amanhã se tornará muito. Hoje as portas estão fechadas, mas amanhã elas estarão abertas e nunca debes mentalizar que a vinda tende sempre a melhorar. Há dias de perdas, há dias de angústias e de muitas tristezas, mas, porém, eles também têm os seus benefícios, porque te tornam mais forte.

Muitas das coisas que ocorrem nas nossas vidas são apenas uma questão de sermos pacientes. Na maioria das vezes, não estamos a lutar contra as pessoas ou contra o que elas têm ou o que elas são e fazem, mas sim pelo tempo. Após plantarmos, temos de ser pacientes até o momento de colhermos. Se não tens hoje, amanhã terás. Muitas das pessoas não sabem esperar e estão a correr demasiado rápido, ignorando o processo que faz com que algo valha a pena.

“A paciência é amarga, mas seu fruto é doce!” (Jean-Jacques Rousseau)

O imediatismo é uma das coisas que faz perder muitas pessoas hoje em dia. Todos querem ter, querem ser, querem viver como o tal e nunca estão dispostos a esperar pelo momento certo, trabalhando para isso. Procuram o jeito mais fácil, que nunca é o jeito de fazer algo, destruindo assim suas vidas, entregando-se a várias tristezas da vida, como: prostituindo-se, roubar, furtar, matar, até mesmo praticando atividades obscuras.

Saiba que “A pressa é inimiga da perfeição”. Ter muito é sinónimo de trabalhar muito. Saiba entender que existem tempos de lutar, trabalhando dias após dias, depois o tempo de colher tudo que trabalhaste chegará.

Quem é paciente sabe observar e entender o processo das coisas tanto quanto das pessoas. Existem grandes mudanças e oportunidades na vida. Aprenda que não existe o tempo certo para começares a trabalhar para obtê-las na tua vida e dos teus parentes, mas existe o tempo necessário para conseguires ver os resultados a surgir. Não desista; se demorar muito, talvez seja uma questão de dobrar o esforço ou mudar a forma de fazer, mas não pare de fazer e trabalhar. As coisas mudam sempre; as pessoas têm tendência de mudar, mas isto é um processo às vezes demorado e exaustivo.

Sê paciente com as pessoas. Existem diferentes comportamentos e costumes. Lá porque o outro é diferente, não quer dizer que tu és melhor. Certo que existem costumes que os outros possuem que podem incomodar-nos; muitas das vezes, não é intenção delas incomodar-nos, então exigirá paciência da tua parte. Porque tu já sabes que algumas pessoas tendem a ser o contrário daquilo que nós somos e o que para elas é normal, para ti talvez não seja. Então, haja paciência; não deixe que isso te perturbe. Sê paciente sobre tudo; tudo tem seu propósito e tempo, é uma lei da qual não foges.

A Gratidão

Gratidão é o ato de ser grato. Ela transmite um sentimento e sensação de quem está orgulhoso e satisfeito com o que fez, tem e se tornou. Mais do que estar satisfeito, ela é um sinal de quem valoriza ou valorizou, descrevendo assim a capacidade de saber ver o valor e a qualidade de algo, ou seja, ver as vantagens que caracterizam cada pessoa, ser, situação ou momento. A questão é: tu tens esta capacidade?

Tu és grato por aquilo que tens?

“Sarcasmo” – Não sou! Porque não tenho muito, ou não tenho nada!

Não existe pessoa que não tem absolutamente nada!

Foca na ideia: Se não tens um avião, tens ao menos um carro; se não tens um carro, tens ao menos uma moto; se não tens uma moto, tens ao menos uma bicicleta; se não tens uma bicicleta, tens ao menos pés; se não tens pés, ao menos tens vida, e existem muitos que não têm.

Se és grato, és alegre, é porque sabes sorrir e tirar proveito daquilo que tens em mãos.

Em geral, a vida não é sobre o que temos, mas sim o que podemos fazer com o que temos. Nada está garantido que terás algo, e se tiveres, o que poderá garantir que tirarás proveito do mesmo? Existem pessoas que muito têm e pouco fazem, e outras que pouco têm e muito fazem com o que têm, pois tudo dependerá de ti.

Muitos lamentam: eles têm, mas nós não; eles nasceram no berço de ouro, eles possuem, eles são, mas nós não! Entenda que de nada vale esta reclamação. Se achas que mereces mais, trabalhe muito! E garanta à sua família o que os outros também garantiram às suas famílias. Um dos conselhos mais valiosos que posso transmitir é que:

Tudo o que os outros têm, também podes ter; tudo que os outros são, também podes ser. Não esquentes a cabeça com a diversidade da vida. Enquanto alguns conseguem sem muito esforço, outros têm de trabalhar mais para conseguir. Isto não significa que tu és mais forte ou os outros são mais fortes, apenas que só tu podes vencer a tua batalha e mais ninguém pode fazer por ti, porém quem faz a escolha és tu. Tu decidirás ganhar ou perder. A vida não favorece uns e outros não, apenas ela dá cada batalha de acordo com a coragem e força do lutador. Se a tua luta é dura, então significa que tu és a pessoa ideal para a venceres.

1 Tessalonicenses 5:18

"Dai graças em toda e qualquer circunstância, pois essa é a vontade de Deus em Cristo Jesus para convosco."

Mesmo tendo dor, se ela não te deixar mais inteligente, te torna mais forte e corajoso. Portanto, não exclus a tua felicidade não sabendo valorizar aquilo que tens. Seja grato!

A Humildade

Humildade é tudo aquilo que gira em torno da simplicidade e da modestia, afastada do querer ser, aparecer e de querer mostrar aos outros que você é melhor que eles.

Muitas vezes as pessoas perdem consideração e atraem inimizades por sua falta de humildade. Tens e queres jogar isso na cara das pessoas, fazes e queres jogar isso na cara das pessoas, és e queres jogar isso na cara das pessoas, tudo porque queres que as pessoas respeitem você e tenham inveja de você. Tudo isso é característica de má pessoa, de pessoa que não é feliz, pois não se sente completa com aquilo que tem e está sempre à

procura da apreciação ou aprovação dos outros, valorizando coisas erradas na vida que nem têm proveito algum.

Admita! Você já odiou ou já se incomodou com alguém que fez isso diante de você!

As pessoas não querem estar no meio de pessoas convencidas, pessoas que pensam que o mundo lhes pertence. Tudo isso só atrai desgosto e ódio, o que faz com que não tenhas paz contigo mesmo nem com os outros.

“Sem nada viemos e partiremos sem nada, 1 Timóteo 6:7”, por mais que tenhas todos os bens do mundo, isso não quer dizer que és a melhor pessoa do mundo. Se toda a gente te ignorar e ninguém contigo estiver, serás um solitário sem nada na vida.

O respeito das pessoas que exigem ser respeitadas porque alcançaram, porque são e porque têm, jamais se comparará com o respeito que as pessoas têm por nós quando não forçamos isso. Este respeito vale ouro, é o tipo de respeito que as pessoas têm até mesmo quando não estás no meio delas.

Tal como uma comida em excesso e em grande quantidade aborrece e prejudica, assim são as pessoas convencidas ou sem humildade, porque no geral elas querem chamar sempre atenção. Não deixe que isso te afete! Se queres que as pessoas reconheçam seus feitos e trabalho, não vá gritando o que és ou o que você tem, isso mostra que você não acredita em si mesmo e que você tem um grau de inferioridade diante dos outros. Guarde essas palavras: “quem é, não precisa provar nada”. Se és uma boa pessoa, és muito estudioso/a, trabalhador/a, não precisas provar a ninguém; deixa os seus atos falarem por ti.

Uma maneira de viveres humildemente está voltada às tuas ações. Evite ter inimigos desnecessários. Se ajudaste alguém, ninguém tem de saber, a não ser você mesmo. Se tu oras, não precisas contar isso a todo mundo. Se trabalhas e ganhas bem, não vai contando a todo mundo. Se tens o melhor marido ou mulher, comes a melhor comida e desfrutas dos melhores lugares do mundo, ninguém quer e não precisa saber. Existem tantas pessoas amarguradas cujos corações estão cheios de dor, raiva e desânimo, vivendo apenas para fazer mal aos outros. Podem roubar de você esse todo prazer. Uma das formas de evitar inimigos desnecessários é não partilhar a sua vida íntima como fundamental com todo mundo que te aparece na frente. Quem não pode te ajudar, não deve saber que você está chorando. Quem não confia, não pode saber que você está sorrindo. Evite partilhar seus planos e convívios porque nem todo mundo é o que aparenta ser.

Ser humilde é isso: respeitar os outros e não ter de provar a ninguém que és melhor que os outros. Não dê o gosto aos outros de quererem avaliar você. Todos que se dizem melhores e se fazem de melhores só atraem pessoas que as querem desafiar. Para quê desperdiçar a curta vida que temos competindo por algo que não traz benefícios? Viva de forma humilde e modesta e desfrute da tranquilidade de não ter de provar ou agradar

alguém com o que você tem, é, faz e é capaz de fazer, porque se és, não precisas provar nada a ninguém. Seja humilde!

A Confiança

Um dos caracteres mais valiosos que existe é a confiança, o ato de ser positivo e depositar toda a sua consideração sobre alguma coisa. Aprender a confiar é um dos atos mais importantes da vida, saber ter confiança significa estabelecer uma esperança de que as coisas que vimos e vivemos podem mudar. Mas a grande questão aqui é: a quem devemos depositar a nossa confiança? E que tipo de confiança depositar? Todos precisamos depositar confiança em alguma coisa ou em outros, porém não em tudo. Temos de saber que não estamos a viver com pessoas que têm o mesmo pensar e sentir igual ao nosso. Em meio a várias pessoas, existem sempre aquelas cuja vida está dedicada a fazer mal aos outros, isso é uma verdade que não podemos de maneira alguma ignorar.

Quantas notícias passam em que dizem que um pai matou o filho, ou um filho matou seu pai, ou o pai violentou sexualmente sua filha, ainda outras em que amigos mataram amigos, muitos alertas sobre ladrões e assassinos, entre outros, tudo para afirmar que no coração do homem existem sempre dois pensamentos: o de fazer o bem e o de fazer o mal. O homem diariamente tem a escolha de fazer a coisa certa ou errada, isso vai depender das convivências que possui, do meio em que se encontra, pois deste meio vem a maior influência sobre a vida do homem. O mundo tem mais maus conselhos que bons.

Falando da confiança e como ela deve ser desenvolvida em nossa vida de maneira benéfica, estarei a referir tudo aquilo em que você não deve confiar e o que deve. Não confie sua vida em ninguém, mas esteja sempre pronto para entregar a sua por alguém. Se tiver de confiar a sua vida a alguém, confie a Deus e a você mesmo, pois até mesmo a sua sombra te abandona na escuridão. Não conte dos seus planos de vida a qualquer um, tu não sabes quem está disposto a te ajudar até conhecer o que ela é capaz de fazer por ti.

Não subjugue alguém pelo que aparenta ser, aprenda a dar oportunidade aos outros para poderem te ajudar. Quando envolver coisas substituíveis, você pode confiar, mas não demais, é claro. Ao confiar, tu também conhecerás boas pessoas e conseguirás criar laços consideráveis. Olhe bem para o número de amigos em quem você confia a sua amizade. Há amigos que conseguem influenciar você a cometer erros graves, há também famílias com o mesmo feitio. Tudo dependerá de como você dá atenção a elas. Muitas das pessoas que estão

ao nosso redor são tóxicas, podem fazer-nos permanecer em vidas infelizes por ideias que criam sobre a nossa cabeça ou deixar-nos pensar que sem elas não somos ninguém. A maior obra de confiança é aquela em que você confia em si próprio, acreditar que podes vencer e conseguir tudo aquilo que pretendes. A autoconfiança é uma resposta para várias reclamações que tens tido na tua vida. Seja confiante!

Conclusão

Portanto, não existe uma felicidade perfeita. Enquanto humanos, sabemos que o que está ao nosso redor não será permanente, não será pleno e altos ou baixos fazem parte da realidade humana. Ninguém nasceu acertando e ninguém viverá errado para sempre; há tempo de acertar e tempo de errar. Todos os dias temos uma escolha a fazer: se queremos ir atrás daquilo que nos faz bem e atrair a felicidade ou fazer coisas que depois iremos nos arrepender. O ser humano possui vários sentimentos e emoções que têm de ser controlados sempre para que não saiam do controle; assim é a vida.

Quem quiser amar a vida e ver dias felizes, refreie a sua língua do mal e os seus lábios da falsidade. Afaste-se do mal e pratique o bem, busque a paz e nela persevere. Não retribua mal com mal, ofensa com ofensa; ao contrário, seja diferente desde o seu modo de pensar, demonstre amor fraternal e compaixão, seja misericordioso e humilde. Assim, tu irás atrair energias positivas na tua vida. Saiba de algo que nunca provavelmente te disseram: “DEUS RECONHECE SEMPRE QUEM É BOM E O GRATIFICA”.

Lembre-se sempre que não é sobre os outros, mas sim sobre você. Não espere dos outros; seja tu o projetor da tua felicidade. Ninguém te tornará feliz a não ser você mesmo; quem sente essa felicidade és tu, e os outros simplesmente irão acrescentá-la. Evite guardar mágoas, evite colocar no lado pessoal tudo que te acontece, assim evitarás dores desnecessárias que não têm a mínima importância.

Não idealize situações que não existem e não tens a certeza que irão existir. Viva trilhando um passo de cada vez, seja sensato e modesto. Não precisas virar escravo dos teus próprios desejos. Lembra que na vida temos sempre coisas que irão nos causar dor, mas quem determinará se sofres por isto ou não és tu. Cultiva a Paz ou Tranquilidade, o Amor ou Bondade, a Paciência, a Humildade, a Gratidão ou Alegria e seja Confiante. Queres viver com motivos certos? Então viva por estes motivos e atrai a felicidade. Este é um Bem em Amar a Vida; isto é a tua vida.

Seja Feliz! E viva de maneira certa.

António Yava Muchaila kalenga, mais conhecido como António Maklíss, jovem de 19 Anos. Nascido em Luena/ Moxico aos 5 de Outubro de 2004. Técnico Médio em Estatística e Planeamento no Instituto Politécnico de Administração e Gestão do Moxico, actualmente estudante universitário em Ciência da Computação no Instituto Superior Politécnico do Moxico. Com uma missão de contribuir por uma vida aceitável e num mundo melhor, motivou se pelo mundo da escrita e palestra desde muito cedo, dando os primeiros passos no mundo da escrita, motivado pelo meu caro Colega Aniceto Melo Garcia Tchitambala.