

Assista & Reflita do Club 33

ZEN

Outro dia conversando com um cliente, proprietário de uma empresa, ele me disse que estava muito nervoso e estressado, de tanta preocupação ele havia perdido várias horas de sono nas noites.

Este foi o momento da conversa em que eu disse: _Otávio você precisa viver a vida de um modo mais ZEN.

E ele me respondeu: _ Jefferson, eu já estou muito ZEN. Zen paciência! Zen Calma! Zen tranquilidade!

O trocadilho foi bem engraçado, não fosse também dramático, mas afinal o que é o Zen?

O Zen é a forma de Budismo mais conhecida e praticada no Japão.

Mais do que uma religião ou seita, o Zen é uma filosofia vivencial que ainda hoje influencia muito o povo japonês.

A filosofia do Zen consiste na procura da iluminação através do autoconhecimento; uma busca que ultrapassa os obstáculos mentais criados por nós mesmos a fim de encontrar a verdade em seu estado puro.

Trata-se de uma percepção extra-sensorial das coisas, um ensinamento especial que não envolve palavras; apenas chama a atenção para a verdadeira essência do homem.

O Zen é também a prática do o autocontrole, da disciplina e da simplicidade no viver.

Os contos da tradição Zen-budista são pequenas histórias, algumas vezes até de caráter cômico, mas que sempre trazem consigo uma importante lição de vida.

Talvez

Um velho fazendeiro trabalhou em seu campo por muitos anos. Um dia seu cavalo fugiu. Ao saber da notícia, seus vizinhos vieram visitá-lo.

"Que má sorte!" eles disseram solidariamente. "Talvez," o fazendeiro calmamente replicou.

Assista & Reflita do Club 33

Na manhã seguinte o cavalo retornou, trazendo com ele três outros cavalos selvagens. "Que maravilhoso!" os vizinhos exclamaram. "Talvez," replicou o velho homem.

No dia seguinte, seu filho tentou domar um dos cavalos, foi derrubado e quebrou a perna. Os vizinhos novamente vieram para oferecer sua simpatia pela má fortuna. "Que pena," disseram. "Talvez," respondeu o fazendeiro.

No próximo dia, oficiais militares vieram à vila para convocar todos os jovens ao serviço obrigatório no exército, que iria entrar em guerra.

Vendo que o filho do velho homem estava com a perna quebrada, eles o dispensaram.

Os vizinhos congratularam o fazendeiro pela forma com que as coisas tinham se virado a seu favor. O velho olhou-os, e com um leve sorriso disse suavemente: "Talvez."

E você?

Você já se adaptou as constantes mudanças que a vida nos traz?

Você consegue viver a vida de um modo mais Zen ou se afoga em preocupações?

Preocupações

Há alguns anos li um estudo de uma universidade americana que constatou que:

40% das coisas com as quais nos preocupamos não acontecem;

30% das preocupações são relativas a um passado que não pode ser alterado;

12% são preocupações inúteis;

10% são preocupações pequenas e cotidianas

08% são preocupações reais e legítimas;

Menos de 10% das preocupações são realmente necessárias. **Calma! Muita calma nesta vida.**

Ansiedade é medo do futuro.

E como o futuro é inevitável... Não é preciso temer!

Assista & Reflita do Club 33

Viva Zen e tenha Fé em Deus!

A Fé em Deus tem 4 aspectos:

Quem tem fé **AGRADECE!** Poucos lembram de agradecer.

Quem tem fé **PEDE!** A maioria só sabe pedir.

Quem tem fé **TRABALHA!** Deus ajuda quem se ajuda.

E por último quem tem fé **CONFIA!**

Qual o tamanho da Fé de alguém que reza todos os dias mas morre de preocupação e de medo de tudo?

TUDO está interligado. Confie em Deus e nada tema!

Viva Zen, trabalhe Zen e tenha Fé em Deus!

Contem Comigo!

Vamos Fazer Acontecer!

Ou encontramos um caminho ou abrimos um!

Abraço.

SUCESSO!

Jefferson Williams