



O QUÃO GRATO(A) VOCÊ ESTÁ COM SUA VIDA?

Você se lembra da citação bíblica “Pois a quem tem mais será dado, e terá em grande quantidade. Mas a quem não tem, até o que tem lhe será tirado”?

Pois é, coloque a palavra gratidão e tudo fará sentido pois se de fato você não demonstrar gratidão pelo que tem, perderá sem dó nem piedade.

A gratidão opera através da Lei da Atração, que controla toda a energia do Universo, desde a formação de um átomo até o movimento dos planetas.

Portanto, segundo a Lei da Atração, pela qual semelhante atrai semelhante, você atrai para si tudo que pensa e sente.

E ainda se aplicar uma das leis fundamentais do movimento no Universo, também descrita por Isaac Newton: toda ação provoca uma reação igual e de sentido contrário portanto quanto mais sincera e profundamente for grato, mais gratidão receberá.

E o interessante é que há milhares de anos o poder da gratidão é pregado e praticado em diversas civilizações, culturas e principais religiões. Veja um pequeno recorte:

“A gratidão é o único tesouro dos humildes” William Shakespeare

“A gratidão de quem recebe um benefício é sempre menor do que o prazer daquele que o faz.” Machado de Assis

“A alegria brota de um coração agradecido” Papa Francisco

“A gratidão é um dos elementos importantes da pequena ética, um gesto de reconhecimento do nosso papel no universo” Leandro Karnal

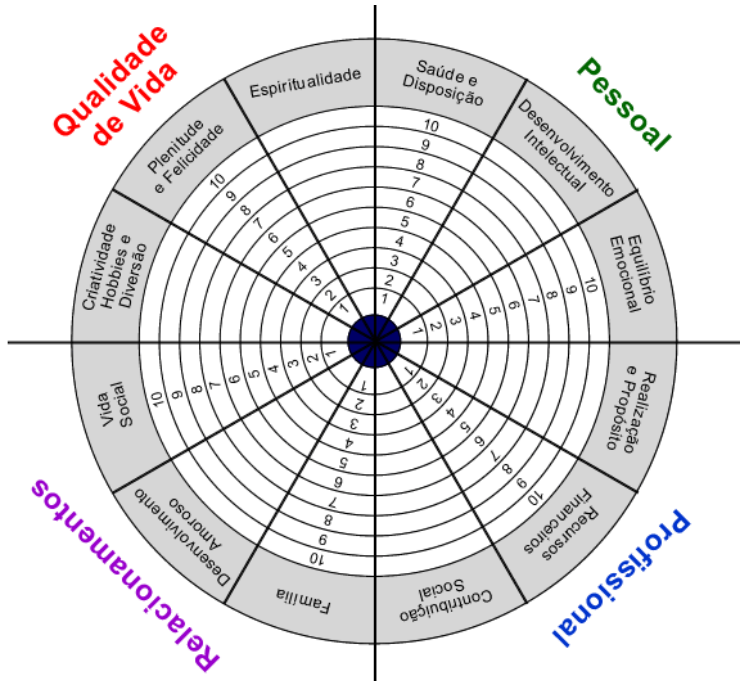
“Cem vezes por dia, eu lembro a mim mesmo que minha vida interior e exterior dependem do trabalho de outras pessoas, vivos e mortos, e que devo me esforçar para dar na mesma medida em que recebi e continuo a receber” Albert Einstein

E como Einstein observou que “nada acontece até que algo se mova” vamos sair da inércia?

Dado que temos diferentes papéis na vida, é importante saber o quão grato(a) você está em cada uma das doze áreas da Roda da Vida.

Primeiramente pontue de 0 a 10 (ou de 0 a 100%) qual é o seu nível de gratidão em cada uma das doze áreas da vida consideradas fundamentais para a conquista do equilíbrio pessoal

Depois pinte cada área da sua roda de acordo com a pontuação.



E, para potencializar o poder da gratidão encontre ainda mais motivos para ser grato(a) nas doze áreas e em especial àquelas com menor pontuação ... todos os dias.

E o resultado virá, afinal:

“Pois a quem tem gratidão mais será dado, e terá em grande quantidade.

Mas a quem não tem gratidão, até o que tem lhe será tirado”