

PARA RETIRAR SEU E-MAIL: liliabarros@liliabarros.com.br  
TRÊS MINUTOS COM LILIA BARROS – AMAZONAS FM 101.5 – AM  
Segundas quartas e sextas: 6h35, 12h15 e 20h / Domingos: 9h50.  
Horários podem sofrer variações de acordo com a programação  
Disponível por solicitação áudio MP3

## FELICIDADE IRRITANTE

Não se assuste com o título. Existem pessoas que devido a enorme pressão do estresse, imensa desesperança e negatividade, simplesmente SE IRRITAM facilmente com “os felizes”.

Quem já não ouviu comentários do tipo:

- Fulano não “bate bem” vive sempre rindo.
- Sicrano deve ser um desocupado, para ser calmo do jeito que ele é;
- Beltrano é um “iludido”, por acreditar que tudo vai dar certo;
- Feliz eu? Como? Só se eu for doído!

Estas reações são típicas do fenômeno “NORMOIDES URBANOS”. Pessoas que vivem a correria do dia-a-dia, sem prestar atenção na vida que passa. Abraçam emocionalmente todas as dificuldades, tristezas e frustrações, sem perceberem que NÃO É NORMAL SENTIREM-SE ASSIM. Estresse é a doença da desesperança, da não felicidade, da não vida. Impedindo, dificultando inclusive a solução dos problemas. Outra reação típica de mau humor e descrença é o combate ferrenho a todo tipo de AUTOAJUDA. Para começar o termo já significa ajuda a si mesmo. Portanto ninguém pode mudar o outro, senão o termo seria OUTROAJUDA. Claro que o outro, pode mostrar caminhos, ser apoio e redirecionar, mas quem DECIDE MUDAR PARA MELHOR A PRÓPRIA VIDA É VOCÊ MESMO!

Todas as pessoas buscam a felicidade, momentos de alegria e bem estar, mas nem sempre conseguem porque seus focos mentais, estão fixados:

Na agonia em vez da serenidade;

Na pressa em vez da agilidade;

Na depreciação em vez da edificação,

No pessimismo em vez do otimismo,

Na dor em vez do bem estar;

No sofrimento em vez da felicidade,

Na agressividade em vez da serenidade.

TODAS as pessoas passam por dificuldades e tristezas ao longo da vida, porém atenção: PASSAM. Os que FICAM e PERMANECEM nestas condições são os que teimosamente desconhecem, desmerecem o poder e a capacidade de alterar para melhor suas próprias vidas.

Estar preocupado com uma situação é um processo para encontrar soluções e no mínimo de autosuperação diante de tristezas e obstáculos. Porém estar DESESPERADO, IRRITADO, REVOLTADO com uma situação é condição para permanecer no caos, com grandes possibilidades de atrair mais e mais sofrimentos e problemas.

PORTANTO, Mesmo que você esteja passando por dificuldades e tristezas, ACREDITE que isto passará e procure não somente trabalhar por sua melhora, mas também se APROXIME de pessoas confiantes, alto

astral. Ouça músicas com letras edificantes, faça afirmações positivas, assista a filmes, programas e eventos, que te façam sorrir e pensar de forma diferente.

Lembre: Nossos focos mentais são IMÃS que atraem o mesmo tipo de vibração emitida.

Uma boa gargalhada é melhor que um palavrão ou uma ofensa e se não der para sorrir, mas vale uma boa reflexão do que piada depreciativa direcionada a quem procura e busca ser feliz.

Quando você encontrar ou ouvir alguém que está sempre de bom humor e que espera o melhor de tudo, não pense que esta pessoa não tem problemas, porque todo mundo tem. Mas estas pessoas descobriram a famosa “pedra filosofal”, a alquimia da vida: Você é resultado de seus pensamentos e atitudes, portanto se não está feliz, MUDE SEUS PENSAMENTOS E ATITUDES E MUDARÁ SUA VIDA!

Diga-me com quem andas, o que escutas, como pensas e principalmente o que falas, e direi qual será o reflexo na sua vida! Resmungue menos, sorria mais. Critique menos se Corrija mais! IRRITE-SE MENOS E VIVA MAIS!

Lilia Barros

Lei de direitos autorais nº. 9610 de 19/02/98

PALESTRA MANAUS 11 de SETEMBRO 2007

COMUNICAÇÃO & ATENDIMENTO

9139 0979 / 9192 0979