escolha a calma

www.escolhaacalma.org.br

workshop sobre o amor

Os direitos autorais deste conteúdo são licenciados pela Creative Commons Brasil.

por você
pelo outro
pelo o mundo

AMOR

Amor...
como posso ter mais?

escolha a calma

www.escolhaacalma.org.br

AMOR

É ter afeição verdadeira e sempre doar bons sentimentos, para si e para o outro. Ser atencioso, gentil e respeitoso.

escolha a calma

www.escolhaacalma.org.br

amor...

... é o princípio que cria e sustenta as relações humanas com dignidade e profundidade.

... é a pedra fundamental para a crença na igualdade espiritual e na individualidade.

... é o catalisador para mudanças, desenvolvimento e conquistas.

O amor espiritual nos leva ao silêncio, que tem o poder de unir, orientar e liberar as pessoas.

amor...

... atos de bondade abnegada, perdão incondicional e compaixão ilimitada.

... torna-se real só pela intenção de beneficiar o outro antes do eu.

... a simples motivação para amar não é amor. O amor não precisa de motivo.

A base do amor real entre as pessoas é o amor espiritual. Ele remove tendências controladoras ou codependentes e assegura generosidade, cuidado e entendimento amistoso.

confusões sobre o amor:

desejo

apego

AMOR

dependência

identificação

O amor é a expressão natural do ser.

É doação, assistência, estímulo, fortalecimento, aceitação, apreciação, celebração...

Sem querer nada em troca, apenas com a intenção de beneficiar o próximo.

escolha a calma

www.escolhaacalma.org.br

reflexão

exercício amor em ação

1. Pegue uma folha de papel e faça 3 colunas.

2. Na primeira escreva nome de colegas de trabalho, amigos, familiares.

3. Na segunda identifique o valor que considera fundamental ter para atender às necessidades destas pessoas.

4. Na terceira coluna descreva o comportamento com o qual você pode passar esse valor a essas pessoas.

a chama eterna do amor...

- O mundo lembra-se de Deus como a fonte última de amor, o Oceano de Amor, a Chama Eterna.

- Deus dá incondicionalmente um amor imperecível, universal e único.
  - Imperecível, porque é ilimitado, está disponível e irradia constantemente.
  - Universal, porque não mantem quaisquer fronteiras ou preferências.
  - Único, porque o amor de Deus limpa a alma.

escolha a calma

www.escolhaacalma.org.br

uma pausa para meditação

Clique na meditação que desejar e ouça:

- Inspire-se nas suas virtudes
- Seja feliz, ilumine os outros
- Inspire-se no seu propósito
- Seja feliz, faça a sua parte
- Inspire-se em você mesmo
- Seja feliz, não desanime
- Inspire-se no silêncio
- Seja feliz, termine com o passado

escolha a calma
www.escolhaacalma.org.br

Parabéns por escolher a calma. Siga em frente.

Determinação é a base do sucesso.

Tenha sucesso a cada passo.

escolha a calma

www.escolhaacalma.org

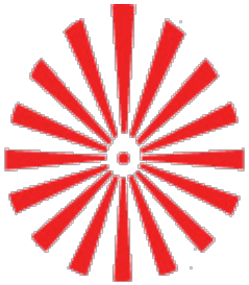
escolhendo praticar valores

AMOR	CON FIANÇA	FLEXI BILI DADE	HU MIL DADE
TOLE RÂN CIA	RES PEITO	PACI ÊNCIA	PER DÃO
GEN TI LEZA	COM PAI XÃO	HUMOR	CO OPER AÇÃO

escolha a calma

www.escolhaacalma.org.br

idealizadora da campanha



BRAHMA KUMARIS

www.brahmakumaris.org/brasil

escolha a calma

www.escolhaacalma.org.br

escolha a

calma

www.escolhaacalma.org.br