

A sabedoria no silêncio

Sábio é aquele que, em silêncio, desenvolve um estado mental que o ensina a ser prudente e coerente com o que vai dizer. Este silêncio pode parecer óbvio, mas quanto mais pensamos, menos vamos falar.

Certamente, você já se viu em algumas situações que falou o que não deveria ou falou mais que deveria.

Porem em alguns momentos somos convidados a emitir nossa opinião. E aí somos praticamente obrigados a falar, e como fazer isto?

-Neste caso precisamos ter cuidado! Para não falar demais e na empolgação falar coisas sem pensar.



Da mesma forma como não se pode apressar o amadurecimento de uma fruta sem afetar seu sabor, o silêncio também precisa de um estágio de amadurecimento.

Imagine um cenário onde você é incentivado a falar sobre um assunto delicado. Neste caso é difícil ficar calado, se você for apressado em sua fala, haverá uma grande chance de você ser afetado pelas circunstâncias externas. Ou seja, falar mais do que devia e terminar dizendo o que o seu interlocutor quer ouvir.

Sendo assim, se sentir nesta situação basta o abusar do silêncio para se expressar. Por isso, quando se diz por meio do silêncio, cessa a arrogância. Dizem os sábios que o silêncio é uma virtude que na maioria dos casos esconde a sabedoria.

Em um diálogo, é no silêncio dos intervalos que se completam os nosso pensamentos e isto orienta as nossas falas. Se você

pelo excesso de palavras tentar impor sua ideia, na tentativa do convencimento, bloqueará todos os sentidos de teu público e não alcançará o seu intento.

Exercitar o diálogo é tão necessário quanto praticar o silêncio.

Observe-se, por exemplo, quando você fala:

- Quando em silêncio, você consegue refletir sobre o que vai falar a seguir.
- E quando vir a falar, não fale alto, falando baixo o seu ouvinte vai se esforçar mais para ouvir e entender o que estas querendo dizer.

Infelizmente, em um mundo destituído de consciência, o silêncio esta perdendo o seu valor. A fala reflexiva deu lugar às artificialidades postadas diariamente nas redes sociais. É comum, muitos não se preocuparem com o conteúdo da informação, simplesmente repetindo o que leram ou escutam. E como a capacidade de ouvir está em baixa, generalizou-se o medo de serem esquecidos pelo mundo. Com isso, consideram como se o importante seja parecer e aparecer, em detrimento do conteúdo.

É notório o tipo de pessoa que não consegue ficar calada, aproveitando todos os momentos possíveis para nos brindar com suas palavras vazias e desprovidas de qualquer conteúdo.

Por outro lado, eu convido vocês para a uma reflexão!

- *Que o seu silêncio interior seja abastecido com palavras de bondade e de sabedoria, pois o silêncio sem essas palavras seria um vazio absoluto.*
- *Que o seu silêncio não seja a recusa da palavra, mas a possibilidade de dizer de forma honesta, sempre considerando onde estas, e quem vai te ouvir não importando quem seja.*

Texto original em:
<http://www.portalraizes.com/ha-sabedoria-no-silencio-falar-mui>

[to-e-pensar-pouco/](#)

“Texto inspirado em uma postagem de Valdimar Souza. Ele é administrador, professor, ouvidor e um amante da filosofia. Tem como propósito de vida tocar as pessoas de maneiras diferentes, com palavras provocativas e reflexivas, com tempo e espaço dedicados a pensar e compartilhar de uma vida qualificada.”

Post (306) – Junho de 2017

Saiba como escolher as prioridades na sua vida

Nessa correria do dia-a-dia, acabamos por sempre reclamar da falta de tempo frente às tarefas que temos que programar para executar durante a jornada. Falta tempo para estudar, para os amigos, para a saúde e principalmente para você mesmo. Essa falta de tempo acaba nos deixando angustiados, inertes e paralisados. Sem saber o que fazer primeiro, o que priorizar, acabamos por realizar pouco ou quase nada. Esses dias me deparei com um conceito interessante no site Update or Die, que é a teoria do Jarro da Vida. Ela é uma narrativa bem simples que explica a importância do conceito de prioridades. Esta teoria ficou conhecida como a teoria Big Rocks (Pedras Grandes). Vamos a ela:

A TEORIA DO JARRO DE VIDRO

Durante uma aula, o professor coloca um grande jarro de vidro vazio sobre uma mesa e em seguida, pega uma sacola cheia de bolas de golfe e coloca todas dentro do jarro, até a boca.



“-Muito bem, meus caros alunos, como vocês puderam observar, acabei de encher esse jarro de vidro, certo?”

“-Certo, responderam os alunos”

“-Não, errado”, rebateu o professor.”

No instante seguinte, o professor pega outra sacolinha, cheia de pedras bem pequenas, e as coloca no vaso, dando uma chacoalhada no vaso até que elas preencham os espaços vazios.



“-Ahá, como vocês podem ver, o jarro não estava cheio, ainda cabiam umas pedrinhas nos espaços vazios.”

“-Agora sim está cheio, ou... Não está? Perguntaram alguns alunos.

Mais uma vez o professor pega outra sacolinha, cheia de açúcar. E sorrindo para a turma, que já desconfiava que viesse

algo assim pela frente.



“-Muito bem, o jarro ainda não está cheio – como vocês desconfiaram – e ainda dá para colocar um monte de açúcar aqui dentro, agora sim, certo?”

“-Hmmm achamos que agora sim, responderam alguns alunos.”

O professor pega então seu cafezinho que estava em cima da mesa, faz um brinde e abre um sorriso esperto. Os alunos dão risadas. E o café é despejado beeeeeeeem lentamente no jarro.



“- **Moral da História** explica o professor, o jarro é a sua vida. As bolas de golfe são as coisas que você acha mais importantes: sua família, sua saúde, seus amigos, suas crenças, seus valores e suas paixões. São aquelas coisas que, se todo o resto faltasse, ainda assim sua vida estaria preenchida. As pedrinhas são as outras coisas que você vai acumulando: a sua casa, o seu carro, suas músicas, seus filmes, o seu emprego, seu smartphone, etc. E o açúcar é todo o resto, é o seu cotidiano. Então, qual é a melhor conclusão para esta história?”

“- É que tem sempre espaço para tudo na sua vida, professor”, respondeu um aluno.

“- Melhor que isso, vou explicar para vocês o que aconteceu. A parte mais importante vocês não perceberam: É a ordem que coloquei as coisas no vaso”.

“- Se eu tivesse começado pelas pedrinhas pequenas, ou pelo açúcar, não teria sobrado espaço para o restante. O intuito do teste é mostrar a importância das prioridades, da escolha certa e da hierarquia dessas coisas. Se as coisas fossem feitas de outra maneira, nem todos os espaços teriam sido preenchidos. Se usarem toda sua energia e foco em coisas pequenas e de menor prioridade vai chegar um momento em que isto acaba ocupando tanto tempo que não sobra espaço para as coisas maiores e de maior prioridade na sua vida. Vocês precisam escolher a prioridade certa para as coisas e separar as escolhas críticas na hora de fazer as decisões. Investir tempo na sua família, na sua saúde, manter os seus valores éticos são bolas de golfe. Mas muitas vezes a gente deixa isso de lado distraído por um emprego e bens materiais. Aprenda a despejar as coisas na ordem certa. Aprenda a dizer sim e, principalmente, aprenda a dizer não. Saiba priorizar”

“-Professor, mas e o café? Representa o quê?”

“Ah é! O café! O café é só pra lembrar que sempre cabe um cafezinho despretensioso com alguém na sua agenda.”

Fonte: [Update or Die](http://www.updateordie.com/)

<http://www.updateordie.com/>

Post (304) – Abril de 2017