O Despertar da Alma e o Renascimento Diário (Amanhecer 2019)

Por Cristiano Ricardo · Publicado em 11/02/2019

Reflexão de segunda-feira por Cristiano Ricardo: um abraço à vida, à alegria de estar vivo, à reconciliação com o passado e ao orgulho do que construímos, iluminada por Dhammapada.

Versão online e eventuais atualizações:
https://eu.cristianoricardo.com/post/o-despertar-da-alma-e-o-renascimento-diario-2019-02-11

> “Dhammapada — 'A cada manhã nós nascemos de novo. O que fazemos hoje com o coração aberto é o que mais importa.'”

As palavras do Dhammapada ressoam como um sino de templo no amanhecer quando nos recordam que o ontem, por mais pesado ou incompleto que tenha sido, é apenas poeira que o vento do tempo já levou para longe. Nós não somos o somatório das nossas falhas passadas, nem precisamos carregar pelo resto da vida o remorso pelas estradas que não trilhamos ou pelas palavras que nos faltaram quando éramos mais jovens e imaturos; a cada segunda-feira que desabrocha no horizonte, o universo nos estende uma folha de papel em branco e nos sussurra com infinita delicadeza: 'você está vivo, você tem mais uma oportunidade sagrada de fazer o bem'.

É tão reconfortante olhar para trás e reconhecer que, mesmo no meio de tantas imperfeições e de tantas renúncias forçadas, nós construímos uma história bonita e honrada. Nós nos levantamos de manhãs chuvosas quando a vontade era ficar encolhido na cama, trabalhamos quando o cansaço pesava nos ombros, estendemos a mão a quem caiu e mantivemos o coração limpo de venenos e ressentimentos mesquinhos; quem consegue chegar a este ponto da jornada e contemplar o próprio reflexo com orgulho e mansidão já encontrou a paz mais alta que a filosofia ou a religião podem almejar.

Que esta nova semana seja um hino vibrante de gratidão pela vida, pelos nossos entes queridos, pela saúde que nos sustenta e pelas surpresas boas que estão a caminho. Há tanto a realizar, tanta bondade a espalhar e tanta vida para celebrar, que não nos sobra tempo para carregar mágoas velhas; respiremos fundo, agradeçamos pelo fôlego e marchemos com o peito aberto em direção à claridade deste novo dia.

Cristiano Ricardo — Reflexões de Segunda-feira
Um Abraço à Vida, Prosperidade & Paz Interior · Publicado em 11/02/2019 às 04:38.
Que a sua semana seja repleta de saúde, perdão, trabalho digno e daquela paz profunda que ninguém consegue arrancar de nós.

© 2026 Cristiano Ricardo · cristianoricardo.com