

Desacelere

Post(0063)



– Se a sua vida esta passando rápida demais, desacelere!

-Tire uma folga, e:

– Viaje pela vida como se estivesse sentado no banco do carona, apreciando a paisagem;

– Faça uma parada, de preferência não programada para conversar com um desconhecido e tomar aquele lanche no meio da tarde, sem pressa;

– Faça aquela coisa que esta no final da sua lista de prioridades;

– Estacione o seu estres na garagem e saia caminhando de mãos dadas com quem você mais gosta;

– Olhe no céu aquelas figuras formadas pelas nuvens, deitado na relva;

– Vá trocar figurinhas;

– Sente num banco de igreja, na hora em que esta esteja vazia e fique alguns minutos sozinho consigo mesmo e seus pensamentos, não planeje nada, simplesmente voe.

Se isto for bom, repita, quantas vezes quiser, não tem contra indicações. Acrescente outros itens à lista, não esquecendo que infelizmente a vida dita normal deve continuar.

N.Geraldi – NG Canela – Abril de 2010