

POSITIVE WORDS

12 Reasons to Celebrate Life



ENJOY

Charles Nunes

TABLE OF CONTENTS

Introduction.....	4
Introdução.....	5
1. Trust in God.....	6
1.1 Confie em Deus.....	7
2. Treat People Well	8
2.1 Trate Bem as Pessoas	9
3. Think Big.....	10
3.1 Pense Grande	11
4. Cultivate Your Gratitude	12
4.1 Cultive a Gratidão.....	13
5. Thrive.....	14
5.1 Prospere	15
6. Make Decisions	16
6.1 Tome Decisões.....	17

7. Learn to Forgive	18
7.1 Aprenda a Perdoar	19
8. Be Happy.....	20
8.1 Seja Feliz.....	22
9. Warn Your Friends	24
9.1 Previna os Amigos.....	25
10. Slow Down.....	26
10.1 Desacelere	28
11. Build Bridges	30
11.1 Construa Pontes.....	32
12. Keep the Flame Burning.....	34
12.1 Mantenha a Chama Acesa	36

Introduction

Welcome to the Positive Words collection! By applying these short messages to your daily life, you may change your day – or life – for the better.

By directing your mind into the positive thinking, you will experience little changes that make a huge difference.

Words may perform miracles. They may heal the sick, give sight to the blind and hope to the hopeless.

You can help others see the brighter side of life, too.

After reading, pondering and applying the positive words, share your own thoughts with us. They may strike a chord in someone's heart, and change this world for the better.

At least... It may bring light to the world of someone! 😊

Charles Nunes

Introdução

S seja bem-vindo (ou bem-vinda) à sua coleção de Palavras Positivas! Ao aplicar os princípios contidos nestas breves mensagens, você poderá mudar seu dia - ou sua vida – para melhor.

Ao dirigir sua mente para o lado positivo, você experimentará pequenas mudanças que fazem uma grande diferença.

As palavras podem fazer milagres. Podem curar os enfermos, dar vista aos cegos e esperança para aos desesperados.

Você também pode ajudar os outros a verem o lado positivo da vida.

Após a ler, refletir e aplicar estas mensagens positivas, compartilhe seus próprios pensamentos conosco. Eles podem tocar o coração de alguém, e tornar este mundo um lugar melhor. Ao menos... Irá iluminar o mundo de alguém! 😊

Charles Nunes

1. Trust in God

Being free to choose is an inherent gift to life itself - and one of the greatest privileges to which a human being can aspire.

Trusting God enough to submit your own free agency to His will can set you increasingly free.

Try to open the door of your heart to your Heavenly Father. Let Him show you He has a higher plan for your life than you have ever imagined.

Keep your hand in His hand. Although the paths are not known to you, you may walk safely and faithfully. When you allow Him to take command, changes begin from inside out.

You will soon realize that 'all things contribute to the welfare of those who love God'.

1.1 Confie em Deus

Ser livre para escolher é um dom inerente à própria vida - e um dos maiores privilégios que um ser humano pode almejar.

Confiar em Deus o suficiente para submeter seu próprio livre-arbítrio à vontade Dele, lhe tornará cada vez mais livre.

Experimente abrir a porta do seu coração ao seu Pai Celestial. Permita que Ele lhe demonstre ter um plano para sua vida muito superior do que você mesmo poderia sequer imaginar.

Mantenha sua mão na mão Dele. Ainda que os caminhos lhe sejam desconhecidos, você caminhará com segurança e fé. Ao permitir que Ele assuma o comando, as mudanças começarão a se efetuar de dentro para fora.

Você logo vai perceber que 'todas as coisas contribuem para o bem-estar daqueles que amam a Deus'.

2. Treat People Well

Every human being likes to be appreciated. At least, respected.

Treating your fellow men WELL is a proof of nobility of character. Courtesy is like seasoning: adds flavor to human relations.

Smile. Call people by name. Greet people with a friendly handshake. Look in the eyes when talking, and listen carefully before replying.

Notice how people react positively. Soon, you will receive friendly greetings from those whom you never expected.

By learning to put the needs of others before your own needs, you will realize that your cart becomes a chariot of the Sun.

2.1 Trate Bem as Pessoas

Todo ser humano gosta de ser apreciado e reconhecido. Ao menos, respeitado.

Tratar bem aos semelhantes é prova de nobreza de caráter. A cortesia é como o tempero: agrega sabor às relações humanas.

Sorria. Chame as pessoas pelo nome. Cumprimente com um aperto de mão caloroso. Olhe nos olhos quando conversar, e ouça com atenção antes de responder.

Perceba como as pessoas reagem positivamente. Em pouco tempo, você receberá cumprimentos amistosos de quem nem sequer os esperava.

Ao aprender a colocar as necessidades do outro antes das suas, verá seu carrinho de feira transformar-se numa carruagem do sol.

3. Think Big

Everything that exists in the physical world was first created in someone's mind. The universe itself is a product of divine creation.

Because this life is a game of balance, our actions are always leading us in the direction to our deepest desires and expectations.

Imagine the house of your dreams. You are completely free to set it in your mind. Try to picture the relationship of your dreams.

Begin making those small changes that will help you make the dream of someone come true. Whosoever thinks big attracts people who think likewise.

Crear first your private paradise, and you will recognize the paths that will take you up there!

3.1 Pense Grande

Tudo o que existe no mundo físico foi antes criado na mente de alguém. O próprio universo é produto de uma criação divina.

Como esta vida é um jogo de equilíbrio, nossas ações estão sempre nos levando rumo às nossas expectativas e desejos mais profundos.

Pense na casa dos seus sonhos. Ela é inteiramente gratuita no pensamento. Visualize o relacionamento dos seus sonhos.

Comece a efetuar aquelas pequenas mudanças para realizar o sonho de alguém. Quem pensa grande atrai pessoas que têm pensamentos semelhantes.

Crie primeiro seu paraíso particular, e você passará a reconhecer os caminhos que te levarão até lá!

4. Cultivate Your Gratitude

Being grateful is to understand your own place in the world, knowing that many came before you and many will follow. It is to find reasons to give your best, fulfilling your role with joy and hope.

Gratitude is the mother of virtues. Those who thank for the resources they have, remain connected with the Divine Source. Thus, receive more gifts to bless their lives and to be used in the service of others.

Take a time to count your blessings regularly. Write them down. Thank those who render you simple services this day. Acknowledge the efforts of people. Focus on the brighter side of life. Cultivate gratitude in the soil of prayer. You will increasingly recognize the blessings that God has for you.

Gratitude is the memory of the heart.

4.1 Cultive a Gratidão

Ser grato é compreender seu lugar no mundo, sabendo que muitos te antecederam e muitos te seguirão. É descobrir motivos para dar o melhor de si, cumprindo seu papel com alegria e esperança.

A gratidão é a mãe das virtudes. Quem agradece pelos recursos que tem, mantém-se conectado com a Fonte Divina. Assim, recebe cada vez mais dons para abençoar a própria vida e utilizá-los a serviço do próximo.

Reserve um tempo regularmente para contar suas bênçãos. Faça um registro delas. Agradeça pelos serviços mais simples que lhe forem prestados neste dia. Reconheça o esforço das pessoas. Focalize o lado positivo da vida.

Cultive a gratidão no solo da oração. Você reconhecerá cada vez mais as bênçãos que Deus tem para você.

A gratidão é a memória do coração.

5. Thrive

To thrive is to live each day more fully. It means you perform those functions that are due to your own – be they physical, mental or spiritual - as far as common sense is concerned.

Establish clear objectives that harmonize with your fair desires. So, you will feel you deserve those gifts. Wish to prosper without feeling worthy is retain the flow of celestial gifts. It's like trying to water a garden while stepping on the garden hose.

God wants you to prosper so He may express Himself better through you. Feeling happy and prosperous, you will be better prepared to extend His blessings for those around you.

Progress through exercising your creative power. Try to achieve your goals by increase the resources for everyone involved in the process. Decide to thrive today...

And never forget your friends.

5.1 Prospere

Prospere é viver cada dia mais plenamente. É desempenhar as funções que lhe são devidas – sejam físicas, mentais ou espirituais – na medida do bom senso.

Estabeleça objetivos claros que se harmonizem com seus desejos justos. Assim, você se sentirá merecedor de cada um deles. Querer prosperar sem sentir-se digno é reter o fluxo das dádivas celestes. É como aguar um jardim pisando na própria mangueira.

Deus deseja que você prospere, para que possa expressar-se melhor através de você. Sentindo-se feliz e próspero, você estará em melhores condições de estender Suas bênçãos àqueles com os quais convive.

Progrida através da criatividade. Consiga seus objetivos buscando multiplicar os recursos para todos os envolvidos no processo. Decida prosperar ainda hoje...

E não se esqueça dos amigos.

6. Make Decisions

Those who learn to make decisions early in life avoid the stress of deciding time after time on the same subject.

When you clearly set the principles you believe - and act in accordance – step by step you gain the confidence of those who know you best.

Over time, your friends will know exactly whether to offer you, or when to invite you, because they will know your personal standards.

Establish as soon as possible the dividing line which you will not cross. Thus, when you are under stress or feeling alone, you will still be safe.

Go to places where it is easier to live up to your ideals. Seek the company of people who have high standards. Try to influence more than you are influenced. Avoid everything that may awaken your lower instincts or that may reduce your level of consciousness.

Truly free are those who decide for themselves how to preserve their own freedom.

6.1 Tome Decisões

Quem aprende cedo a tomar decisões na vida, fica livre da tensão de ter que decidir vez após vez sobre um mesmo assunto.

Quando você deixa claro os princípios nos quais acredita - e procura agir de acordo - aos poucos vai conquistando a confiança dos que te conhecem mais de perto.

Com o passar do tempo, seus amigos sabem exatamente o que devem ou não lhe oferecer, pois conhecem os limites de conduta que você já estabeleceu para si.

Estabeleça o quanto antes a linha divisória da qual você não passará. Assim, quando estiver sob tensão ou sentindo-se só, você ainda estará seguro.

Freqüente locais que lhe facilitem viver de acordo com seus ideais. Procure a companhia de pessoas que vivam padrões elevados aos seus. Busque influenciar mais do que ser influenciado. Abstenha-se de tudo que desperte instintos inferiores ou que possa diminuir seu grau de consciência.

Livre é quem decide preservar a própria liberdade.

7. Learn to Forgive

Forgiveness is a divine gift. It is the spark of understanding that insists on burning in the human heart.

Predispose to forgive is recognize that your fellows may commit mistakes - and deserve a second chance. Who has never been misunderstood, even when full of good intentions?

Next time you feel offended, try to be more tolerant. If you're willing to go the extra mile, you may give back good for evil, and pray for those who hurt you. You will be protected against the poison of resentment.

Take into account that the offender may simply ignore the extent of his injuries. By doing so, you will also qualify to deserve forgiveness.

When some achieve a high degree of love, it may be enough to neutralize the hatred of millions.

7.1 Aprenda a Perdoar

O perdão é um dom divino. É a centelha da compreensão que insiste em arder no coração humano.

Predispor-se a perdoar é reconhecer que o outro também se equivoca - e merece uma segunda chance. Quem nunca foi mal-interpretado, estando repleto de boas intenções?

Da próxima vez que se sentir ofendido, experimente ser mais tolerante. Se estiver disposto a andar a segunda milha, poderá retribuir o mal com o bem, e fazer uma oração por quem te magoou. Você ficará protegido contra o veneno do rancor.

Leve em conta que muitas vezes o ofensor ignora a extensão das próprias ofensas. Agindo assim, você mesmo se qualificará para merecer o perdão.

Um alto grau de amor obtido por alguns pode neutralizar o ódio de milhões.

8. Be Happy

Being free to choose is an inherent gift to life itself - and one of the greatest privileges to which a human being can aspire.

Trusting God enough to submit your own free agency to His will set you increasingly free.

According to recent studies, being of good cheer may add from 7 to 10 years to your lifetime. That is because happy people increase their immunity and are more likely to face challenges without being affected by them.

Being happy is a matter of choice. It is a feeling that your actions and achievements meet your own expectations and harmonize with your core principles.

Happy people tend to be more attentive to their relationships, their financial health, and physical, mental and spiritual life. You may be happier by taking very simple steps...

Leave behind any feeling of guilt. What you did is already done. What you left undone... is undone. What has no medicine, is remedied. Bubble with a friend in confidence.

Smile more. Your brain will interpret the message that you are well, and react accordingly. Watch funny videos, tell a good joke... Enjoy!

Find reasons to be thankful. Nobody has stopped the rain by complaining. Get on your raincoat, take an umbrella, and sing in the rain. By the way ...

When did you last take a shower in the rain?

8.1 Seja Feliz

Segundo estudos recentes, estar de bem consigo mesmo pode aumentar de 7 a 10 anos sua expectativa de vida. Isso acontece porque a pessoa feliz aumenta sua imunidade, podendo enfrentar maiores desafios sem ser afetada por eles.

Ser feliz é uma questão de escolha. É sentir que suas ações e realizações atendem às suas próprias expectativas e harmonizam-se com seus princípios morais.

Quem é feliz tende a estar mais atento aos seus relacionamentos, sua saúde financeira, física, mental e espiritual. Você pode ser mais feliz tomando medidas muito simples...

Deixe de se culpar. O que você fez, está feito. O que deixou de fazer... já era. O que não tem remédio, remediado está. Desabafe com um amigo de confiança.

Sorria mais. Seu cérebro irá interpretar a mensagem de que você está bem, e reagirá de acordo. Assista a vídeos engraçados, conte uma boa piada... Divirta-se!

Procure motivos para agradecer. Nunca alguém conseguiu fazer a chuva parar simplesmente por reclamar. Vista sua capa, pegue um guarda-chuvas, mas não deixe a peteca cair. A propósito...

Há quanto tempo você não toma aquele banho de chuva?

9. Warn Your Friends

Warning is one of the simplest ways to serve. Experienced eyes see traps of which the young cannot even suspect.

In some cases, the warned person prefers to ignore the danger. The easiest way to touch someone else is by letting people know - and feel - that you care about them. Secondly, it is leading by example.

Enjoy the opportunity to show small gestures of love and friendship, and your potential to do good will be multiplied.

Whenever you notice the need to prevent someone, take courage and take action. Even without understanding the reasons for your concern, the person will soon recognize the nobleness of his gesture. Remember that a perfect love extinguishes all fear. A real friend always warns.

9.1 Previna os Amigos

Prevenir é uma das formas mais simples de servir. Olhos experientes costumam enxergar armadilhas das quais os mais jovens nem sequer desconfiam.

Em alguns casos, a pessoa prevenida prefere continuar o ignorar o perigo. O modo mais fácil de tocá-la pela voz de advertência é fazê-la saber - e sentir - que você se importa com ela de verdade. Em segundo lugar, vem seu exemplo.

Aproveite as oportunidades de demonstrar pequenos gestos de amor e amizade, e seu potencial de fazer o bem se multiplicará.

Ao perceber a necessidade de prevenir alguém, tome coragem e entre em ação. Mesmo não compreendendo o motivo das suas ações, a pessoa reconhecerá no futuro a nobreza do seu gesto. Lembre-se de que o perfeito amor extingue todo o medo. E quem avisa, amigo é.

10. Slow Down

Have you ever wondered why the most powerful vehicles have also the best braking system? It is because power is nothing without control.

Considering that 20% of efforts produces 80% of the results, and vice versa, living simply by instinct, without reflection, is a wasting of the wealth and diversity inherent to our human experience. To better see the forest you must walk outside it. Every minute spent sharpening the ax makes life easier for a lumberjack.

If you want to do more with less, slow down. Amidst the rush of life, with so many appointments to meet, notice there is greatness in small gestures.

Enjoy every moment, be it a queue in the bank or a cold shower. Breathe deeply. Retribute the smile of your elders, or praise the handwriting of the clerk you have just met. Make children feel comfortable around you.

Say a silent prayer for the welfare of someone. Listen to birds singing in a sunny morning. Watch a dew drop

coming down on a green leaf. Contemplate the moon on a starry sky. Finding the right direction is more important than the speed, Before you can notice it, happiness will cross your way – or become the path itself.

How tasteful it is to keep waking...

10.1 Desacelere

Já se perguntou por que os veículos mais possantes têm o melhor sistema de frenagem. É porque a potência não é nada sem controle.

Considerando-se que 20% do esforço produz 80% dos resultados, e vice-versa, viver por puro instinto, sem refletir, é desperdiçar a riqueza e diversidade inerentes à experiência humana. Para se enxergar melhor a floresta é preciso estar fora dela. Cada minuto amolando o machado facilita a vida do lenhador.

Se quiser fazer mais com menos, desacelere. Perceba em meio à correria da vida, com tantos compromissos a cumprir, que existe grandiosidade nos pequenos gestos.

Aproveite cada momento, seja na fila do banco ou sob uma ducha fria. Respire fundo. Retribua o sorriso de uma pessoa idosa, ou elogie a caligrafia da balconista que acabou de te atender. Deixe as crianças à vontade ao seu redor.

Faça uma prece silenciosa pelo bem-estar de alguém.
Ouça o cantar dos passarinhos numa manhã de sol.
Admire uma gota de orvalho a escorrer numa folha bem
verdinha. Admire a luz da lua quando o céu estiver
estrelado. Mais importante que a velocidade, é encontrar
a direção.

Quando você menos espera, a felicidade cruza o seu
caminho – ou se torna o próprio caminho.

Gostoso mesmo é caminhar...

11. Build Bridges

Life is the performance of functions. Being they intellectual, physical or spiritual, wherever there is a potential to be developed, there will be a form of life seeking expression.

It is necessary that resources are available to people so that these, exercising their freedom of choice, may develop their full potential.

How can a musician achieve mastery, without access to a musical instrument? Or how can someone with an enormous potential for medicine exercise it without attending college?

Always aware of our needs, it is usually through the aid of other people that God cares for each of His children. He is an expert builder of bridges, bringing people and resources together.

You can do the same, through simple acts of service. Encourage someone to return to school. Sponsor a

Charles Nunes

technical course for a young person. Share information about employment. Transfer the information.

By opening the door of opportunity to someone, you will have much joy with them on the other side.

11.1 Construa Pontes

A vida é o desempenho das funções. Sejam intelectuais, físicas ou espirituais, onde houver potencial a ser desenvolvido, haverá uma forma de vida buscando expressão.

É preciso que os recursos estejam à disposição das pessoas, a fim de que essas, exercendo sua liberdade de escolha, possam desenvolver seu pleno potencial.

Como pode um músico atingir a maestria, caso nunca tenha contato com um instrumento musical? Ou alguém com um enorme potencial para a medicina exercê-la sem frequentar a universidade?

Sempre ciente de nossas necessidades, é geralmente através do auxílio de outras pessoas que o próprio Deus cuida de cada um de Seus filhos. Ele é um exímio construtor de pontes, aproximando pessoas e recursos.

Você pode fazer o mesmo, através de atos simples de serviço. Incentive alguém a retomar os estudos. Financie

Charles Nunes

um curso profissionalizante para um jovem interessado.
Divulgue uma vaga de emprego. Repasse a informação.
Ao abrir a porta da oportunidade para alguém, você terá
muitas alegrias com ela do lado de lá.

12. Keep the Flame Burning

I have always admired the emergency procedures.

Well-trained paramedics clear the airways and check the blood pressure in an impressive speed. By ensuring the blood and respiratory flow they reach their main goal: strengthen the patient to the point of keeping him alive.

The same happens with us, when we identify someone who needs our incentive to keep on defending a cause, to complete a project or simply ... to move forward in life.

I felt it very closely when - due to work restraints – I had to be absent from church activities for about three months. A group of friends used to visit me on Sunday night, and during those special moments we expressed our feelings about Jesus Christ.

They used to tell me how the church meetings had been, and we partook of the sacrament together. Their demonstration of genuine interest helped me to continue, keeping the flame of faith alive.

Charles Nunes

The way you serve people shows how you feel about them. And nobody cares about how much you know, unless they know how much you care.

12.1 Mantenha a Chama Acesa

Sempre admirei os procedimentos de emergência. Paramédicos bem treinados desobstruem as vias respiratórias e conferem a pressão arterial numa rapidez impressionante. Mantendo o fluxo sanguíneo e respiratório, atingem seu objetivo principal: fortalecer o paciente a ponto de mantê-lo vivo.

O mesmo se dá conosco, ao identificarmos alguém que precisa ‘daquela força’ para continuar defendendo uma causa que abraçou, concluir um projeto que iniciou ou simplesmente... seguir em frente.

Senti isso bem de perto quando – devido ao trabalho – tive que me ausentar das atividades na Igreja por cerca de três meses. Um grupo de amigos costumava me visitar no domingo à noite e, naqueles momentos tão especiais, expressávamos nossos sentimentos sobre Jesus Cristo.

Eles me contavam como haviam sido as reuniões na igreja, e partilhávamos do sacramento. Sua demonstração

de interesse sincero me ajudou a prosseguir, mantendo acesa a chama da fé.

A forma como você serve as pessoas demonstra o que você sente por elas. E ninguém se importa com o quanto você sabe, a menos que saiba o quanto você se importa.