

Os Quatro Compromissos

Don Miguel Ruiz

SINOPSE

Em Os quatro compromissos, Don Miguel Ruiz revela a fonte de crenças autolimitantes que nos roubam a alegria e criam sofrimentos desnecessários. Baseado na sabedoria ancestral tolteca, este livro nos oferece um poderoso código de conduta que pode rapidamente transformar nossas vidas em uma nova experiência de liberdade, verdadeira felicidade e amor, através dos seguintes compromissos: seja impecável com sua palavra; não leve nada para o lado pessoal; não tire conclusões e dê sempre o melhor de si.

1. Seja impecável com a sua palavra. Fale com integridade. Diga apenas o que você quer dizer. Evite usar a palavra para falar contra si mesmo ou para fofocar sobre os outros. Use o poder da sua palavra na direção da verdade e do amor.
2. Não leve nada para o lado pessoal. Nada que os outros façam é por sua causa. O que os outros dizem e fazem é uma projeção de sua própria realidade, seu próprio sonho. Quando você é imune às opiniões e ações de outras pessoas, não será vítima de sofrimento desnecessário.
3. Não faça suposições. Encontre a coragem de fazer perguntas e expressar o que realmente deseja. Comunique-se com os outros da maneira mais clara possível, para evitar mal-entendidos, tristeza e drama. Com apenas este compromisso, você pode transformar completamente sua vida.
4. Faça sempre o seu melhor. O seu melhor vai mudar de momento para momento; será diferente quando você estiver em equilíbrio ou em desequilíbrio. Sob qualquer circunstância, simplesmente faça o seu melhor e evitará o auto-julgamento, o auto-abuso e o arrependimento." ~

~~Don Miguel Ruiz

Last update: June 26, 2023 01:19:00

Created: June 26, 2023 01:19:00