

Caros Confrades e Peregrinos

O poder da gratidão reside na capacidade de este sentimento nos tornar mais felizes. Se coisas boas acontecem na sua vida, mas você não as reconhece com gratidão, eventualmente começará a achar que esses benefícios lhe eram devidos e assim outros que não possui, pelo que estará atraindo para si sentimentos ruins como a inveja ou o sentir-se indevidamente injustiçado, achando que o universo e as pessoas têm para com você uma nota de dívida que não é real.

Se pelo contrário você se sentir agradecido pela mais mínima dádiva, isso vai encher o seu coração de alegria, de paz. Ao encarar o universo e as outras pessoas como iguais, a quem devemos dar e de quem receberemos em semelhante quantidade e qualidade, e não apenas como devedores, criaremos uma relação muito mais saudável com os outros e com o mundo que nos envolve, e principalmente ficaremos em paz com nós mesmos.

Então agradeça, hoje e todos os dias. Seja grato às pessoas que têm um papel significativo na sua vida. Seja grato por todos os momentos da sua vida, mesmo os menos bons, pois também estes são importantes e nos fazem mais fortes, crescer e ser melhores. Lembre-se que pessoas felizes são gratas!

Monsenhor André Sampaio
Conselheiro Espiritual