

UM NOVO OLHAR

SILVANA HAIDAR PACÍFICO

UM NOVO OLHAR

1ª Edição

São Paulo – SP

Alderaci Brasileiro Passos

2024

**Dados Internacionais de Catalogação na
Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Pacífico, Silvana Haidar

Um novo olhar / Silvana Haidar Pacífico. --

1. ed. -- São Paulo: Ed. da Autora, 2024.

2.

ISBN 978-65-01-20987-6

1. Autoajuda 2. Autoconhecimento (Psicologia)

3. Desenvolvimento pessoal 4. Emoções -

Aspectos psicológicos 5. Espiritualidade 6.

Existência

humana 7. Superação I. Título.

Índices para catálogo sistemático:

1. Autoconhecimento: Psicologia aplicada 158.1

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-
1/3129

UM NOVO OLHAR

Copyright © 2024 by Silvana Haidar Pacífico O conteúdo desta obra é de responsabilidade da autora, proprietária do Direito Autoral. Proibida a venda e reprodução parcial ou total sem autorização.

Projeto gráfico, editoração

EDITOR ALDERACI BRASILEIRO PASSOS

alderdpass@gmail.com

(33) 9.9100 – 6677

Revisão de texto Daniella Haidar Pacífico

“Sob Medida Produções Editoriais”

(11) 9.9563-3506 / (11) 3473-3153

ÍNDICE

TEXT0 1 – Descobrimdo o outono	017
TEXT0 2 – Anonimato	019
TEXT0 3 – Não precisa errar para aprender a lição	021
TEXT0 4 – Com amor tudo se resolve	025
TEXT0 5 – Quando devo falar... quando devo calar	027
TEXT0 6 – Qual a cor do seu dia?	029
TEXT0 7 – Expectativa ou esperança	033
TEXT0 8 – Aparência ou essência?	037
TEXT0 9 – Despedida	039
TEXT0 10 – O que fizemos com a nossa casa	041
TEXT0 11 – O caminho do meio	043
TEXT0 12 – Não há regra	047
TEXT0 13 – Não deixe que sua alma enrugue antes de sua pele	049
TEXT0 14 – A origem das doenças	051
TEXT0 15 – O que eu preciso para me motivar?	053
TEXT0 16 – Ir ou ficar?	055
TEXT0 17 – De vez em quando	059

TEXTO 18 – Ser é essencial. Estar é condicional	063
TEXTO 19 – Psicografia	067
TEXTO 20 – Não desisto do que quero, mas posso deixar de querer	071
TEXTO 21 – Tudo o que você faz é por você mesmo, embora não veja assim	075
TEXTO 22 – Não crie expectativas. Ser surpreendido é bem melhor do que ser decepcionado	077
TEXTO 23 – Esqueça o que te esqueceu	079
TEXTO 24 – É estranho sentir tudo e não saber descrever nada	081
TEXTO 25 – Cuidado! Mudei algumas certezas de lugar	083
TEXTO 26 – Com amor e bom humor	085
TEXTO 27 – O natal nosso de cada dia	089
TEXTO 28 – Ainda há tempo o tempo todo	093
TEXTO 29 – O meu possível é o meu melhor	095
TEXTO 30 – Agora!	097
TEXTO 31 – Cuidado, é quase imperceptível	099
TEXTO 32 – Quando o limite ultrapassa a autoestima	101
TEXTO 33 – Um jeito diferente	105
TEXTO 34 – Quando o tempo não dá tempo	109

TEXTO 35 – A expectativa é o caminho mais rápido para a desilusão	111
TEXTO 36 – Como rezar e pedir aos céus?	115
TEXTO 37 – Euforia ou alegria	119
TEXTO 38 – Nenhum relacionamento é um equívoco	121
TEXTO 39 – Aonde está o nosso poder	123
TEXTO 40 – Amor à primeira vista	127
TEXTO 41 – Pela espera restauro meu coração	131
TEXTO 42 – Amor e paixão	133
TEXTO 43 – Os benefícios do café	135
TEXTO 44 – Viver é nascer lentamente	139
TEXTO 45 – Chegue na ponta dos pés e saia sem bater à porta	141
TEXTO 46 – O que perco quando me afasto de mim?	143
TEXTO 47 – Uma palavra mal colocada é um bloqueio instalado	145
TEXTO 48 – Somos o que atraímos	147
TEXTO 49 – O verdadeiro sentido do perdão	151
TEXTO 50 – Quietude	153
TEXTO 51 – Seja o que for, olhe com amor	157
TEXTO 52 – Tempo	161
TEXTO 53 – Dentro de si mesmo	163

TEXTO 54 – Quando o passado existe	165
TEXTO 55 – O que é para um pode não ser para o outro	167
TEXTO 56 – Arrumando a alma	169
TEXTO 57 – Ilusão	173
TEXTO 58 – Sou maior que tudo o que me acontece	177
TEXTO 59 – O novo assusta	181
TEXTO 60 – Diferença entre esperar e perder tempo	185
TEXTO 61 – Sou um estranho no mundo	189
TEXTO 62 – Uma experiência significativa	193
TEXTO 63 – Lembra-se de quem era antes do mundo dizer como você deveria ser	195
TEXTO 64 – O que é um bom relacionamento?	197
TEXTO 65 – O mundo é simplesmente assim!	201
TEXTO 66 – Doar de coração	203
TEXTO 67 – Todos temos as mesmas questões	207
TEXTO 68 – Isso não é meu	211
TEXTO 69 – O conhecimento fala enquanto a Sabedoria ouve	213
TEXTO 70 – Críticas	217
TEXTO 71 – O ego é insaciável	221
TEXTO 72 – Manual do bem viver	223

TEXTO 73 – Oscilação	227
TEXTO 74 – Ame seu inimigo	229
TEXTO 75 – Seja quem você é!	231
TEXTO 76 – Toda gratidão aos meus antepassados	233
TEXTO 77 – Hoje foi diferente	235
TEXTO 78 – Ame-se incondicionalmente	237
TEXTO 79 – Não fale mal do seu ex	239
TEXTO 80 – Um novo olhar	241

P R E F Á C I O

Caro Leitor,

Cara Leitora,

A AUTORA

Inicialmente, agradeço o convite da minha querida irmã de alma, Silvana, à elaboração deste prefácio.

Sua presença de espírito, docilidade, amabilidade, generosidade é como o elixir de perfumadas rosas, fazendo com que as pessoas do seu convívio se sintam verdadeiramente acolhidas, amparadas e amadas por ser, ela, a representação do BEM e do AMOR sem medida e condições, sempre auxiliando a todos, indistintamente.

Nos laços desta amizade sincera de sorrisos largos de afeto, realmente sinto que nos seus atos, gestos, palavras e gostosas conversas, ou até em rápidas mensagens de áudio, a Paz faz-se presente e atuante, confortando-nos.

Faz-me lembrar do versículo bíblico (João, 20:21.): **Disse-lhes, pois, Jesus, outra vez: Paz seja convosco.*

É fato.

Ademais, vislumbro um ser espiritualizado. Ela consegue com plenitude, compor a sua vida, dia a dia, passo a passo de maneira simples, suave, discreta. Uma vida perfumada.

Ela é a ARTISTA que faz da sua jornada de vida uma ARTE.

À maneira deste livro.

Gratidão à Deus, Nosso Pai e à Jesus, Nosso Mestre!

Namastê!

Reconhecidamente.

A OBRA

Um Novo Olhar nos conduz a uma viagem interior. A um despertar de consciência. Acolhe os corações desejosos de novos aprendizados sobre a vida, sobre nós mesmos e sobre o relacionar com o próximo, como o mundo exterior, de modo leve, sereno e acolhedor.

Cada tema, sob a visão tão experiente e doce da autora nesta terceira obra envolvente, é um real convite, capítulo a capítulo, a saborear questões tão intrínsecas e complexas ao ser humano. Aborda, como em um bailar de emoções, valores essenciais e reais permanentes da Alma, tais como: amor, poder pessoal (força interior), alegria, felicidade, união e unicidade com Deus, gratidão,

solidariedade, compaixão, relacionamentos (conexão, conexão com o Sagrado/sintonia), bom humor, otimismo, aceitação, dentre tantos outros.

A deliciosa leitura, não importa o modo, cada qual à sua maneira, depara-se com o descortinar o palco da vida, por meio de ideias, sábios pensamentos, textos, frases e palavras que, certamente, agregará o que realmente vale a pena considerar na visão de mundo de cada Senhor e Senhora de Si (que somos todos), no leque de opções de algumas temáticas apresentadas.

É uma obra preciosa e democrática com temas atemporais.

É um roteiro.

É uma bússola que visa a nutrição saudável da nossa essência divina, presente Universal no processo personalíssimo e único, objetivando a evolução íntima e o verdadeiro resgate individual;

qual o melhor próximo passo na Jornada Existencial de cada um de nós.

É o "Manual do Bem Viver" (*texto 72*), do Bem-Estar, do Estar Bem.

Boa leitura!

Raquel Amaral Rodrigues

Texto 1

Descobrimos o outono

Assim surgiram, folhas secas ao chão. Algumas amareladas, outras mais escuras com tons alaranjados e também tons de vermelho desbotado, tons belíssimos que compõem uma paisagem tipicamente de outono, de amadurecimento, inspirando-nos o tempo todo a descartarmos o que não nos serve mais, o deixar cair por terra, o desnecessário em nossa vida.

O que permanece são os ensinamentos recebidos, e o espaço para novos aprendizados.

Muitas vezes sentimos uma enorme dificuldade em nos desapegar daquilo que já não tem serventia, mas energeticamente é muito

importante essa reciclagem, para nos conectarmos com novas oportunidades.

A ânsia pelo novo existe, mas o medo de abandonar o antigo é quase sempre maior infelizmente. É bem mais cômodo permanecermos numa situação que já dominamos, do que nos aventurarmos em outra que não conhecemos. Deixamos de viver, porque não trocamos um lugar confortável, por outro que não temos a menor ideia de como será.

Vamos abrir as gavetas de nossa alma e fazer uma reflexão sobre aquilo que já não nos serve mais. Limpando essas gavetas daremos espaço a novas experiências.

Esse movimento rejuvenesce a alma e nos motiva a criar uma realidade mais interessante.

Que a maior e melhor descoberta sejamos nós mesmos.

Feliz outono e felizes descobertas.

Texto 2

Anonimato

Quem é? É de boa família? É formado? Em que bairro mora? Qual a profissão? Quanto ganha? Qual a religião?

O modelo acima é ultrapassado. São perguntas que sempre nos separaram das pessoas.

Nunca nos vimos como um só. Desde sempre colocamos limites para não nos aproximarmos do diferente. Isso dá trabalho e não queremos ter trabalho.

Queremos uma vida certinha e sem nenhuma preocupação. Então, selecionamos o que mais nos convém e literalmente deletamos todas as chances de conhecer e aprender com pessoas diferentes de

nós. É lamentável como nossa limitação determina o que somos.

Achamos que somos sempre os melhores. Quanta ilusão.

Não importa o nome e o sobrenome. O que importa é a intenção de cada um.

O que importa é o quanto de amor a pessoa coloca naquilo que faz.

E principalmente como toca o coração das pessoas. De nada adianta o diploma, a que família pertence, o bairro aonde mora ou a posição social, se não houver boa intenção e amor no coração para dar.

Texto 3

Não precisa errar para aprender a lição

Quem disse que só aprendemos errando? Isso não é verdade! Precisar errar para aprender é uma crença limitante e de certa forma até conveniente. Sim, conveniente, porque precisamos de uma desculpa para justificar, que fizemos algo por desconhecimento, o que desperta um sentimento de piedade e nos coloca no lugar de vítimas, fato que a maioria das pessoas que não assumem seus erros com dignidade, acabam fazendo. É lamentável a falta de responsabilidade por parte dessas pessoas, que na realidade, só querem ser vistas como o centro do mundo.

Nós também aprendemos sem errar. Aprendemos, desenvolvendo a qualidade de observadores. Aprendemos prestando atenção em

peessoas que especialmente nos mostram aquilo que não queremos ser, e que na verdade são nossos maiores Mestres.

Quando julgamos e inconvenientemente falamos mal de uma pessoa, não percebemos ainda que essa mesma pessoa é o nosso maior Mestre. Ela está bem na nossa frente para nos mostrar o que não devemos ser, fazer ou nos tornar. Mudemos o nosso olhar. Em vez de julgar, observemos que não gostaríamos de nos transformar nessa pessoa. É justamente ela, que está tendo atitudes que não gostaríamos de ter. Então vamos agradecer em vez de criticarmos e apenas não nos tornemos como ela.

Percebam o quanto ela contribuiu, para que não precisássemos cometer os mesmos erros que ela cometeu. Aprendemos a lição só na observação.

É muito mais simples do que podemos imaginar. Mas infelizmente o nosso ego não permite essa reflexão e acabamos levando para o pessoal, nos distanciando daquilo que somos de verdade. O tempo que perdemos criticando as

peçoas nos afasta do essencial que a observação nos proporciona e sem nenhum sofrimento.

UM NOVO OLHAR