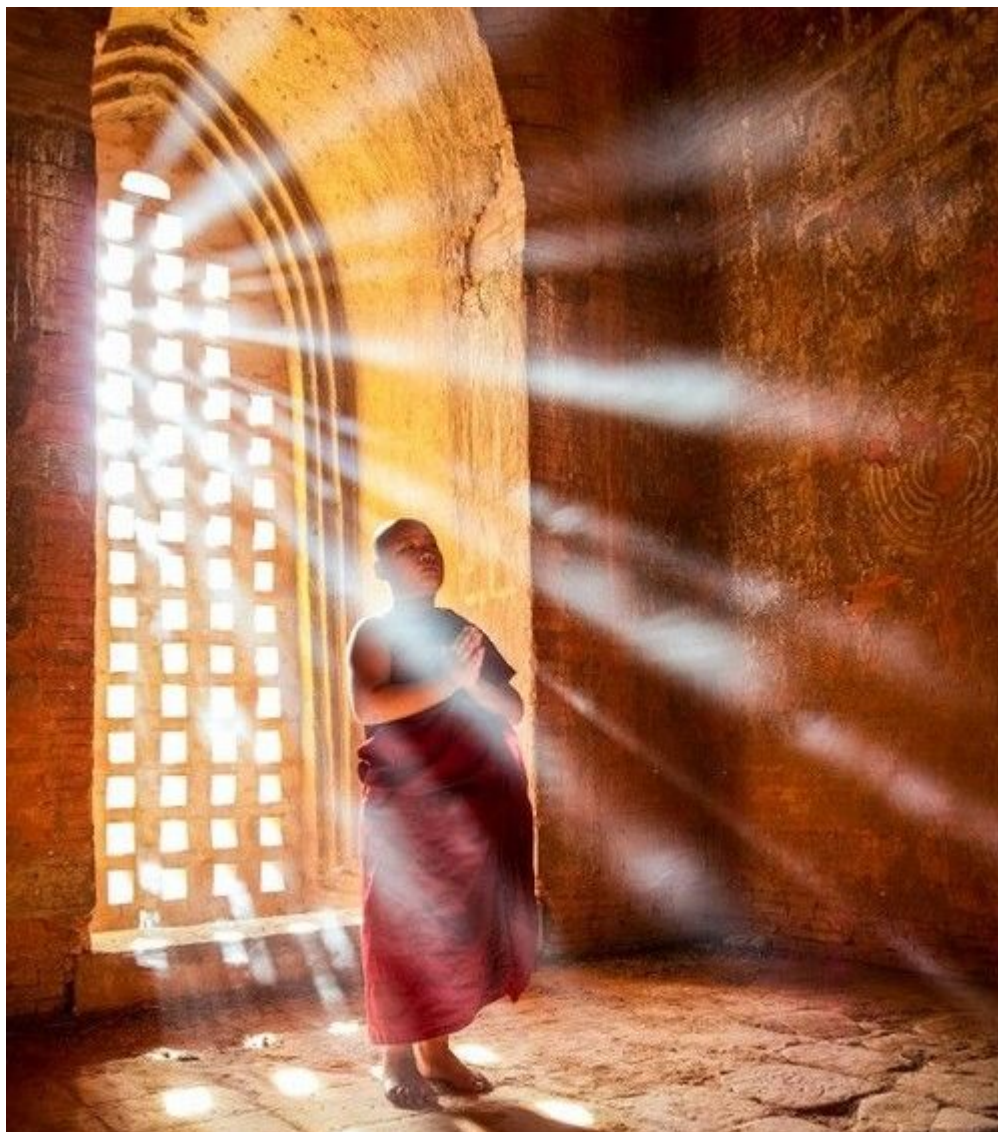


# Eliminar para Iluminar – Como fazer para resgatar a luz!



Ser saudável, ser solidário, ser feliz, ser produtivo, ser útil, ser acompanhado, ser apoiado, ser inteiro, ser independente... Não há limite para o “ser”.

Mas, por muito tempo, a humanidade pensou que, se conseguisse ter tudo o que achasse necessário para o seu bem estar, ficaria segura. Fomos lançados em um mar de consumo desenfreado para, de repente, perceber que, mesmo com um closet abarrotado de todos os possíveis desejos, estamos vulneráveis a um inimigo invisível

Bem vindos a “Era líquida” onde, **ser** torna-se essencial. Daí ser interessante o conceito de eliminar para iluminar: vivemos um momento de Trevas, portanto, quanto mais luz, mais rapidamente sairemos dessa. E repare como esse conceito pode ser aplicado a tudo:

**Eliminar roupas para iluminar o estilo** – quanto menos você tiver em seu guarda roupa, melhor enxergará o que realmente importa. E, como a tendência é guardar apenas aquilo que nos é caro ou de muita qualidade, se conseguir eliminar tudo o que não usou, o que é velho, e que ganhou, mas não gostou – já terá definido em parte seu estilo.



**Eliminar rancores para iluminar afetos** – sentir raiva consome uma enorme energia – ainda por cima ruim. Procurar digerir o motivo daquilo e guardar em um escaninho da alma sem chance de trazer à tona sem motivo ajuda muito mais que imagina. A Raiva contamina. Não estou dizendo para esquecer – apenas para eliminar da superfície do seu dia a dia, onde fatalmente o sentimento fará você tropeçar atrapalhando sua caminhada.

**Eliminar excessos para iluminar a direção** – excessos de tudo: de sentimentos, de objetos de agendas indesejáveis, de amigos tóxicos... Cada um tem a sua maneira de eliminar – mas

identifique o que é o excesso: tudo (e todos) que não lhe serviu ou não lhe serve e nem agrada pode ser um bom critério...



**Eliminar a polêmica para iluminar a solução** – chega de polemizar. Guarde sua opinião e vai ver que o fato de não se impor tanto não vai fazer tanta diferença. Aja em vez de falar. Siga na sua direção com foco e sem se abalar. Você chegará mais rápido onde quer chegar sem tanto ruído e gasto de energia.

A pandemia nos mostrou que juntos somos muito mais fortes. TODOS juntos então... Esse é um bom momento para identificar nossos preconceitos, nossas reservas quanto a isso ou aquilo – e dar uma chance para uma melhor e maior interação com pessoas e práticas diferentes. Não necessariamente aderindo a tudo, mas respeitando e compreendendo de verdade. Pode ser libertador – experimente!

Faça uma lista do que pode eliminar- e passe a ação. Nesse

delicado momento, toda chama é necessária

