

Antologia de Geralda Maria Pinheiro Figueiredo Pithon



Apresentado por

Meu Lado Poético 

Dedicatória

Dedico esta obra, as

minhas três estrelas,

Meus filhos!

Agradecimentos

A Deus, e meus guias espirituais.

Sobre o autor

Canceriana, sabia, autêntica e feliz!

resumo

Manual do Coração de Maria

Oração Forte de Livramento Diário ?

Especial Mulher

Entrega

Plenitude X Carência

Mãe desnecessária

Apenas Viver

Cure sua \"ALMA\"

RESILIÊNCIA

SUCESSO

REFLETIR

\"VENCER\"

QUERIDO EU

Mulherzinha \"Enponderada\"

Batalhas por \"AMOR\"

SEGREDO

Manual de Sobrevivência

Amor & Silêncio

\"PARAÍSO\"

Quarta Sagrada

Mente Brilhante

Amor ESTRANHO

\"Eu não ando só\"

INSPIRAÇÃO

EU & VC

ENCONTRO

AMIZADE

BORBOLETA

ARTE DE COZINHAR

PROSPERAR

CONEXÃO

TEMPO

Amor, um porto seguro

Eu, vc e a Saudade

Ressuscita-me

E vc apareceu

Lua Nova

Ansiedade: Excesso de futuro

FAMÍLIA: Projeto de Deus

Quando te \ "VI\ "

Contando as \ "HORAS\ "

FRUTIFICANDO

A força da grande MÃE

Aprendendo com as Garças

Amizades \ "Especiais\ "

A BUSCA

Um homem, um grande amor... uma história bem contada

Transmutação & Renascimento

FILHO#FLUXO#MÃE

IDENTIFIQUE-SE

Sementes Colibris

ESTRELA

Acredite em Você

Desafio do Natal

No ônibus

O sol alegria da VIDA

Manual do Coração de Maria

Poema para: Maria de Nazaré

Manual do coração de Maria

Voce sabia que Maria de Nazaré foi e é, a mulher mais sabia, verdadeira, virtuosa, amorosa, fervorosa e corajosa de todo o "universo".

Por isso Jesus se refere a ela com muito respeito, amor maternal, carinho e zelo.

Ela que o recebeu de braços abertos, sem questionamentos, sem dúvidas, sem medo, mesmo sabendo, que será julgada, rejeitada, pelo homem, não se intimidou, diante da vida nem dos julgamentos dolorosos, mas confiou no anjo do Senhor e num DEUS, que esteve presente o tempo todo nos seus pensamentos, palavras, atos e ações.

Tudo isso foi o suficiente, para se render a esse amor único e verdadeiro.

Que possamos seguir seu exemplo, fazendo mais forte a nossa fé, cativando e amando nosso Deus, e adotando Jesus também em nossos corações, como nosso único aconselhador e Salvador.

Pare, pense e sem perceber se veja rezando, orando, falando com ela e sinta o seu coração se pondo a cantar pra Virgem de Nazaré, ela que foi amada e escolhida por Deus, para ser a mãe de Jesus o seu filho único.

Assim foi eleita pelo povo inteiro como senhora e mãe do céu.

Essa Maria querida, Maria do puro amor, Maria que todos querem bem, igual a ela ninguém, mãe pura do meu senhor e da humanidade.

Quem dera fosse tão reconhecida, como foi por nosso pai maior aquele que tudo vê, tudo sabe e tudo criou, para que o mundo se modificasse.

E ainda assim não perdeu a esperança de Pai, em tudo aquilo que ele projetou.

Em cada mulher que Deus criou, um traço de Maria ele deixou, um sonho de mãe ele plantou, para o mundo encontrar a paz.

Maria que fez o Cristo falar, Maria que fez Jesus Caminhar, Maria que só viveu pra seu Deus, Maria do povo meu.

Ave Maria, Rainha do céu

Ave Maria Senhora do mundo

Mãe de Jesus e a mais amada por Deus.

Você quer ser essa Maria de Deus,

A escolhida e amada infinitamente ???

Oração Forte de Livramento Diário ?

"Oração da fraternidade"

??Sua oração de todos os dias, para te proteger de todo mal.??

"Senhor Jesus Cristo" Coluna de unidade e Rei da Fraternidade. Envia-nos cada amanhã, um sopro do teu espírito Derruba os muros da separação

Levantados pelo egoísmo, o orgulho e a vaidade.

Afasta de nossa casa, do nosso trabalho, as invejas que semeiam as discórdias.

Livra-nos das inibições Sossega os impulsos enche-nos de serenidade. Faz surgir em nossas intimidades, correntes sensíveis e calidas, para quem nos perdoemos e nos compreendamos, nos estimulemos, nos celebremos, como filhos de uma mesma mãe. Retira de nosso caminho as rivalidades e aversões Rompe os bloqueios, para que sejamos uns com os outros abertos e leais sinceros e verdadeiros. Cresça a confiança como árvore frondosa, em cuja sombra todos nós sintamos felizes, e assim seremos diante do mundo, o argumento sensível e profético de que TU, Ô JESUS, estás vivo entre nós.

AMÉM ?

"Oração de proteção total diária"

"Senhor Jesus Cristo"

Esteja ao meu lado, para me sustentar.

Dentro de mim, para mim corajar.

Diante de mim, para me orientar.

Atrás de mim, para me proteger.

Acima de mim, para mim abençoar.

Ele que vive e reina, pelos séculos, dos séculos, amém.

Que a bênção da Saúde desça sobre mim

» Em nome do pai, do filho e do espírito santo amém.????

Especial Mulher

Para o dia da mulher

O que uma mulher quer?

Falar sobre a mulher é bem difícil, nem mesmo Freud foi capaz de responder a grande pergunta.....".O que uma mulher quer"?

E aí mulheres o que nós queremos?

Haaa, queremos tantas coisas..... das mais complexas as mais simples, mas depende do momento que estamos vivendo.....às vezes queremos tudo..... As vezes queremos nada.

Lutamos tanto em busca de respeito dos nossos direitos, valores, objetivos, e amores.

E ainda assim não é o bastante,...afinal somos mulheres faltantes e desejantes.

Nadar no mar de uma mulher requer uma maior flexibilidade para entender a sua profunda complexidade e liberdade.

Compreendê-las em suas fases não carece apenas de inteligência, ela possui uma admirável potência e independência.

Mulher não é sinônimo de fragilidade ela é uma deusa que transborda amor e sensibilidade, ser mulher é ser encanto em qualquer canto.

Parabéns mulheres!!!

Entrega

ENTREGA

Você consertou suas velas?

Essa pergunta soava aos meus ouvidos. Como devo aproximar-me do meu barco. Como posso preparar-me para velejar nesse mar revolto. Talvez deva também indagar-me. O meu barco está pronto para navegar? Ele está em boas condições? Será que já Consertei suas velas? Será que elas estão preparadas para receber o vento forte que se aproxima, soprando sobre mim? Nesse momento é criada uma barreira entre você e o seu desejo de velejar, e agora, o que fazer?

Como desfazer essa barreira.

Só uma Entrega Total poderia produzir esta comunhão e restaurar suas energias.

Como a vela no barco, você não pode permanecer tensa e preocupada.

Pelo contrário, deve ser flexível e ceder, pois estará enchido de amor. Nesse momento você se rende ao Senhor, ele irá enchê-lo com seu espírito.

Você não precisa suplicar para obter isso. Basta sua rendição total para aceitar que suas velas foram recarregadas.

Aí você percebe que sua entrega total resultou em total plenitude, por que houve um esvaziamento contínuo, permanente do seu eu, é preciso que faça disso um hábito para que cada dia o seu barco esteja pronto para velejar e que você permaneça leve como uma flor ao sol e possa experimentar a brisa refrescante, fortalecendo assim sua entrega.

Aí sim, você estará pronto para guiar seu próprio barco.

Plenitude X Carência

Plenitude X Carência

Para chegarmos á estatura de "homem perfeito e habilitado para toda boa obra", é necessário estarmos caminhando e prosseguindo em direção ao propósito pleno de Deus.

Isso denomina-se plenitude.

A maioria das pessoas levam para os relacionamentos, não há Plenitude mas a carência. A carência implica numa ausência dentro de si... a carência é uma força poderosa, capaz de criar ilusões desastrosas.

Ninguém pode realmente entrar dentro de você e substituir a peça que está faltando. Você reza na sua aflição e na sua necessidade, quisera que você rezasse também na plenitude de sua alegria em vossos dias de abundância.

Devemos ter momentos de plenitude divinos, Celestiais, mas podemos agregar tudo isso aos nossos anseios e lutas diárias.

Que eu tenha a coragem de me enfrentar, aceitar o meu nada e buscar o meu tudo. Plenitude e quando a vida cabe no instante presente, sem aperto, para que não sintamos falta de nada e desfrutemos desse conforto.

O nosso desejo se torna realidade de eternizá-lo, se aceitarmos o fim de um amor em sua total plenitude.

Se sonhar você já era bom, viver você é plenitude.

O em-si é pleno de si mesmo e não se poderia imaginar plenitude mas total e perfeita.

O caminho da plenitude deve começar onde a pessoa está, para que a carência possa se afastar.

Mãe desnecessária

Mãe desnecessária.

A boa mãe é aquela que vai se tornando desnecessária com o passar do tempo.

Quando vemos nossos filhos se tornarem adolescentes, depois adultos, e começarem a dar voos-solo.

Percebemos que chegou a hora de reprimir de vez o impulso natural materno, em querer colocar a cria embaixo da asa, protegida de todos os erros, tristezas e perigos.

Uma batalha difícil, confesso.... É nessa hora, que lutamos para controlar a super mãe que todas temos dentro de nós...

Logo lembramos de uma frase muito clara que diz: se eu fiz o meu trabalho direito, tenho que me tornar desnecessária.

Antes que alguém me acuse de desamor explicarei o que significa ser desnecessária: é não deixar que o amor incondicional de mãe que sempre existirá, provoque vício e dependência nos filhos, como uma droga a ponto de eles não conseguirem ser autônomos, confiantes e independentes.

Ou seja, prontos para traçarem seu rumo, fazer suas escolhas, superar suas frustrações e cometer os próprios erros também.

A cada nova fase, uma nova perda é um novo ganho, para os dois lados, mãe e filho.

Porque o amor é um processo de libertação permanente e esse vínculo não para de se transformar ao longo da vida.

O que eles precisam é ter certeza que estamos lá, firmes na concordância ou na divergência, no sucesso ou no fracasso.

Pai e mãe solidários criam filhos, para serem livres, esse é o maior desafio é a principal missão.

Devemos nos transformar em Porto Seguro, para quando eles decidirem atracar.

Apenas Viver

Apenas Viver

Deixe o tempo te ensinar que os tombos te fortalecem, os ventos te levam e a vida te molda da maneira que bem quer.

Não tente entender, tente viver intensamente tudo que a vida oferece de bom.

As dificuldades do caminho sempre estarão lá, mas com confiança, força e coragem não haverão obstáculos que não serão ultrapassados.

Pois para todo aquele que tem a vida como escola, sabe que tudo acontece por uma razão muito especial, nada é ao acaso.

Por isso viver e aproveitar cada segundo é combustível para se livrar de todas as dores, não haverá dor se houver vontade de viver e vencer. Viver é muito mais que apenas respirar.

Às vezes, acabamos ficando presos na monotonia da rotina, funcionando apenas no automático... Qual foi a última vez que você fez algo diferente do que está acostumado? Realizar coisas que não fazem parte do comum do dia a dia nos faz sentir vivos!

A vida é curta e por isso, explorá-la e tirar proveito de tudo o que ela tem a oferecer, é quase que uma tarefa obrigatória. Você já parou para pensar em como tem vivido nesses últimos tempos?

Devemos viver a vida com um pouquinho mais de aventura. Viva como se você fosse morrer amanhã.

Não se preocupe em entender, viver ultrapassa qualquer entendimento.

O medo é um dos piores inimigos do amor e da felicidade.

Viva a vida como se ela fosse um milagre, e avance confiante na direção dos seus sonhos e morra como quem soube viver direito.

Meu lado poético

Geralda Figueirêdo

Cure sua "ALMA"

Cure sua "ALMA"

Cure-se com a luz do sol e os raios da Lua.

Ao som do Rio e da cascata.

Com balanço do mar e o bajulamento dos Pássaros.

Cure-se e com menta e eucalipto.

Adoce o seu dia com lavanda, alecrim e camomila.

Abrace o seu amor no embalo do café com uma pitada de canela coloque amor no chá em vez de Açúcar.

Contemple as estrelas. Cure-se com os beijos que o vento te dá e os abraços da chuva.

Fique forte com os pés no chão e se fortaleça com suas raízes.

Use sempre sua intuição como direção para olhar o mundo.

Cure-se a si mesmo, com a certeza de que vc é o remédio.

Cure sua alma e viva feliz.

Meu lado poético

Geralda Figueiredo

RESILIÊNCIA

Resiliência

Tenha resiliência

Porque tudo passa

Seja resiliente, acredite na sua força e no seu potencial

Você sempre crê que é capaz de superar as turbulências da vida

Aí vem a vida, te vira do avesso, só para provar que a felicidade vem de dentro pra fora

E quando mesmo em meio a tempestade você não se deixa abater e luta com o sofrimento, com paciência, para que tudo se encaixe e fique bem

Ser resiliente, é nutrir essa esperança dentro de você, pois adaptar -se é preciso

Porque se os seus problemas te faz cair os seus sonhos te farão levantar

Acredite sempre, que nem todas as tempestades vem para atrapalhar a sua vida, mas sim, para limpar o seu caminho

Se algumas vezes, algo ou alguém bloquear sua porta, não gaste energia com o confronto, procure abrir as janelas

Resiliência, é ter dentro de si um sol que nunca se põe, é saber que a vida não é colorida, a vida é pra colorir

Se der errado, recomece, porque se você focar no aprendizado só te fará crescer

Aprenda que entre o plantar e colher, existe o regar e esperar...

Seja resiliente sempre

Entregando...

Confiando...

Aceitando...

Agradecendo.....continue caminhando.

Meu lado poético

Geralda Figueiredo

SUCESSO

Sucesso

O sucesso nasce do querer, da determinação e persistência em se chegar a um objetivo.

Mesmo não atingindo o alvo, quem busca e vence obstáculos, no mínimo fará coisas admiráveis

Determinação, coragem e autoconfiança são fatores decisivos para o sucesso.

Se estamos possuídos por uma inabalável determinação, conseguiremos superar os obstáculos...
Independentemente das circunstâncias.

Agir, eis a inteligência verdadeira...Serei o que quiser...Mas tenho que querer o que for.

Lute. acredite. Conquiste. Perca. Deseje. Espere. Alcance. Invada. Caia. Seja tudo o que quiser ser,
mas acima de tudo, seja você sempre.

A coragem não é ausência do medo; é a persistência apesar do medo.

O homem não teria alcançado o possível se, repetidas vezes, não tivesse tentado o impossível.

Lute com determinação, abrace a vida com paixão, perca com classe e vença com ousadia, porque
o mundo pertence a quem se atreve e a vida é muito curta e dura, mas nada impede de enfrentar
um exército.

Uma auto-imagem forte e positiva é a melhor preparação possível para o sucesso.

Poema especial, dedicado, para Leandro Figueiredo.

Por:

Meu Lado Poético

Geralda Figueiredo

REFLETIR

REFLETIR ??

Somos reflexos do que fazemos!!!

Doe amor

Espalhe apenas coisas boas

Exerça sua fé

Faça o melhor que você puder para ser feliz

Mas nunca deixe de agradecer a Deus

Pelos seus dias

Pela sua vida

Pela sua família

Por seus Amigos

Pela Esperança que rege seus sonhos e pelo bem que a proteção dele te traz.

Meu lado poético

Geralda Figueiredo

'VENCER!'

VENCER

Preocupações e problemas, não são sinônimos de infelicidade, eles são a busca do nosso fortalecimento interior, através do auto conhecimento, sem ocultar nenhuma reserva interna, para que possamos evoluir espiritualmente, e sermos exemplos de Fortaleza para nós mesmos.

Para que possamos ser Sementes do sorriso

Presagios da Vitória

Busca do seu eu

Porque assim é a vida

Na vida você faz a prova e depois recebe a lição. ...

A vida é como uma câmera , foque no que é importante, capture bons momentos e Clic...

Desenvolva

a vida a partir dos negativos....

É se as coisas não derem certo, tire outra foto....

De repente tudo vai ficando tão simples que assusta. A gente vai perdendo as desnecessárias, vai reduzindo as fotos dubladas, e escolhendo as melhores, as mais claras, as mais nítidas, aquelas que podemos enxergar além das necessidades, e que impacta no outro ao ver.

Por fim entendemos que tudo o que importa é ter prazer em degustar uma nova descoberta e viver sem medo esse dom que despertou em meio a tantas procura em si..

E fazer o que alegra o seu coração naquele momento..... E só.....vencer.

Meu Lado Poético

Geralda Figueiredo

QUERIDO EU

" QUERIDO EU "

Sem desespero, angústia devo lhe dizer, que tudo ficará bem, fique calmo nesse momento, descida com o coração e com a mente consciente, leve em consideração que muitas vezes a estrada tenha obstáculos, mas tudo é superável, quando há fé, trabalho, esforço e esperança.....e você é dono de tudo isso.

Então anime-se, porque tudo muda, nada permanece estático, pra sempre, apenas você tem o poder e a capacidade de decidir o que deseja, para os seus dias.... luz ou escuridão!

Tudo é perfeito em nosso caminho, o que chamamos de erros, são ótimas lições de vida, que servirão para melhorar, para nos tornar mais receptivos, mais prudentes e consistentes..... não rejeite seus erros.... não os julgue....não seja severo consigo mesmo.

A partir disso, "ELE" humildemente agradece o aprendizado obtido....naqueles dias de escuridão, que parecem intermináveis, que não fazem sentido, nos tornando pequenos, sem fé, sem amor, sem tolerância....que devemos ser resistente diante dos problemas para que possamos, enfrentar o mundo sem medo, com coragem a mente atenta, observando o que a vida tenta ensinar.....porque sem dúvida tudo será para melhorar.

E esses dias, de escuridão passarão, para permitir, que a luz entre na sua vida, no seu caminho..... aquela luz que cobrirá todo o seu ser e que permitirá, mesmo que pareça estranho, sorrir, apesar da tristeza, desânimo ou dor, porque existirá uma confiança absoluta no nosso criador divino.....então certamente tudo ficará bem.

Se você ainda não conseguiu, continue tentando, a roda continuará girando, o caminho pode ser longo, mas a estrada será curta, não vale a pena parar, ou ancorar em situações ruins, buracos profundos.....Deixe a boa energia ,serenidade, alegria e confiança absoluta, prevalecerem que tudo ficará bem e iluminado e continue sua jornada.....com perseverança, porque ainda há muito a descobrir, admirar e aprender.

Seu caminho começou com sementes, ligada à sua infância.....abriu-se os botões que representa sua adolescência..... e ainda abrirá as flores, que definirá sua maturidade, onde deixará sua estrada perfumada com o néctar do amor profundo e verdadeiro, que será o maternal.

Porque insiste, em pular essa etapa do seu caminho, se está traçado?

Nesse seu Jardim que dará os melhores frutos dessa sua jornada.....Há um chamado, que diz.... vou com vc até o fim.

Meu Lado Poético?

Geralda Figueiredo ?

Mulherzinha \ "Empoderada\ "

Mulherzinha

"Empoderada"

Contando os dias, as horas, os minutos para chegar seu aniversário.

Por isso nada mais justo do que celebrarmos está data especial ao lado de pessoas que amamos e que se importam conosco.

E, dentre todas as coisas incríveis que acontecem neste dia, como receber presentes, fazer festa, sair para comemorar, nada se compara as mensagens que recebemos dos nossos amigos nos desejando milhares de coisas boas e lembrando os momentos que vivemos juntos.

Te conheço à muito tempo e posso dizer que você é a melhor: mulherzinha, amiga, companheira e confidente, é o reflexo da superação dos medos, da vitória sobre as adversidades e que jamais permite que duvidem do seu valor.

Mulher que não desiste de sonhar e de tornar os seus sonhos realidade e que inspira outras mulheres a fazerem o mesmo.

Sinta muito orgulho pelo que você é, por dentro e por fora.

Cada pequena Vitória lhe traz a certeza de que está no caminho certo.

Você merece ser o maior amor da sua vida e da vida de alguém.

Você é dona de uma força magnífica.

A grandeza vem, não sempre quando as coisas vão bem para você, mas sim quando você é realmente testado e quando você supera os obstáculos.

Nunca mude seu jeito de ser, pra satisfazer as pessoas que você gosta. Pois quem gosta de você não te muda e sim te completa.

Há momentos na vida em que você tem que se transformar na tempestade para conquistar a bonança.

Assim é vc.....

Às vezes forte, outras não; há dias que é feliz e outros tenta ser; sempre fiel a si mesma!

Mas você age assim....

Se for para esquentar, que seja o sol;

Se for para chorar, que seja de alegria;

Se for para mentir, que seja a idade;

Se for para roubar, que roube um beijo do seu amor, e faz isso sempre...

Se for para perder, que seja o medo;

Se for para cair, que seja na gandaia;

Se existir guerra, que seja de travesseiros;

Se existir fome, que seja de amor;

Se for para ser feliz, que seja o tempo todo!!

Meu Lado Poético
Especial para Neiva
Geralda Figueiredo???

Batalhas por \ "AMOR\ "

Batalhas por "Amor"

Ogunhê, nosso pai! Defenda-nos, com as armas de ferro para que os pés dos nossos inimigos não nos alcancem, nem suas mãos nos peguem, nem seus olhos nos vejam.

O mal não chegue a nós, pois, Ogum é glorioso, forte e implacável. Seu poder assusta os inimigos, e sua determinação é capaz de movimentar mundos inteiros.

Que pai Ogum seja fiel com sua misericórdia. Seja nosso defensor contra as maldades e perseguições de nossos inimigos e não falhe conosco nunca na batalha.

Todo filho de Ogum é guerreiro, poderoso protetor e lutador. É aquele que tem garra e serve de inspiração para todos ao seu redor. Vive em plenitude e verdade.

Ogum é inteligência e astúcia. Confiemos em sua capacidade de guiar nossa vida e comandar nossas batalhas com sabedoria.

Ogunhê, nosso pai Ogum. Nós te saudamos e pedimos para estar ao nosso lado nos tempos de batalha, abrindo caminhos de proteção, trazendo vitórias merecidas.

Ogum nunca desampara seus filhos, nem mesmo no pior momento. Está sempre disposto a ajudar a defender uma causa honesta e justa, por mais difícil que seja.

Ele abre caminhos.... Ogum! Afasta o caos e bloqueia as energias negativas! Toda a nossa desordem, eu sei que irão ser organizada segundo as leis divinas.

Os filhos de Ogum pode ser impulsivo, mas não deixa de ser pragmático. Ganha suas batalhas com bravura, mas também se entrega ao amor verdadeiro.

Nem só de batalhas é feita a vida de alguém que tem Ogum ao seu lado. Ele também é conhecido por adorar a presença dos amigos, buscando sempre alegria.

Ogum é a própria vida em toda a sua plenitude! Força, garra, guerra e regozijo inspiram a lutar e transpor os desafios internos e externos de cada filho seu.

Suas batalhas são feitas por amor!!!

Meu Lado Poético?

Geralda Figueiredo???

SEGREDO

Segredo

O segredo é viver o que for possível do melhor jeito possível.

Um certo dia foi feita uma procura e dessa procura resultou uma colheita farta, onde aproveitou-se do presente momento para plantarem os melhores momentos, enriquecido de companherismo um Colaborando com o outro.

Que os aplausos de um Para o outro vire algo habitual sobre suas vitórias e conquistas pessoais.

Queira pra sua estrada de vida um amor que se divirta sempre que estiver ao seu lado, ou mesmo distante, porque não existe distância para o amor.

Principalmente quando encontramos alguém que coincide com nossa história, com nomes, datas, dificuldades, lutas, coisas que só o destino as vezes nos reservam e o universo se encarrega de juntar para que vivam momentos únicos e inesquecíveis.

Não se assuste se um dia deitar e acordar feliz, com o inesperado, porque esse sentimento nos renova, rejuvenesce, amadurece e nos revigora.....haaaa....que maravilha poder desfrutar dessa conquista arrebatadora que ilumina os nossos dias de batalha, trazendo alegria e esperança de dias floridos e gostosos.

Aprendi que o segredo da vida, não é vê as pedras que sonham sozinhas no mesmo lugar, e sim fazer essas pedras sonharem juntas.

Meu lado poético????

Geralda Figueiredo ?

Manual de Sobrevivência

Manual de sobrevivência

Em uma noite de insônia comecei a escrever um manual, com o que eu aprendi de mais importante para sobreviver;

Primeira lição, encontrar o meu projeto de vida pois ninguém pode destruir a liberdade de escolha frente ao inevitável.

Segunda lição, respeitar os meus limites físicos e psicológicos para não ficar doente por querer fazer mais do que seria humanamente possível.

Aprendi que só tenho um barquinho para atravessar as tempestades.

Terceira lição, parar de querer solucionar o que não tem solução, aprender a controlar a minha ansiedade excessiva, a sensação de impotência e a vontade de resolver os problemas de todos, repetindo o mantra. Concedei-me Senhor a serenidade necessária para aceitar as coisas que não posso mudar, coragem para mudar aquelas que posso e sabedoria para distinguir umas das outras.

Quarta lição, fazer a faxina existencial, doar-me e ficar só com o mínimo que preciso para viver, deletar o que me faz mal.....

Para o meu barquinho não afundar, me afastar dos parasitas e vampiros emocionais que sugam o meu tempo, energia e saúde.

Quinta lição, buscar equilíbrio emocional e ter minha verdadeira libertação, ser a dona do meu tempo, pois ele é o bem mais precioso e não pode ser desperdiçado.

Aprender a arte de escutar e viver um dia de cada vez e desfrutar de tudo que nos faz bem, como se fosse o meu colete "salva-vidas", pois não tenho o direito de parar de lutar por minha sobrevivência.

Meu lado poético ??

Geralda Figueiredo ??

Amor & Silêncio

Amor & silêncio

Uma semente cresce sem som, mas quando uma árvore cai faz um ruído enorme.

A destruição tem ruído, mas a criação é silenciosa.

Esse é o poder do silêncio. Então ame silenciosamente.

O silêncio é um amigo que nunca trai.

Depois do silêncio, o que mais me aproxima de Vc é o amor inexplicável.

O silêncio é de ouro e muitas vezes é resposta.

Da árvore do silêncio nasceu vc.

Como a abelha trabalha na escuridão, o pensamento trabalha no silêncio e a virtude no segredo.

o silêncio, é o esplendor dos fortes e refúgio dos fracos.

O vocabulário do amor é restrito, porque a sua
melhor expressão é o silêncio.

O silêncio é uma confissão.

O amor, dá uma forma ao vazio e a música ao silêncio.

Percebeu também como os pássaros, por sua vez, estão mais cantores e tagarelas, anunciando o silêncio do nosso amor. Os dias têm sido muito difíceis, e todos nós estamos ? a duras penas ? aprendendo a reconhecer o poder do silêncio.

Guardando silêncio, somos capazes finalmente de ouvir até nossos próprios pensamentos, que, antes, praticamente não tinham vez. Dá pra ouvir o som da vida!

Contudo, também é preciso cultivar o silêncio e ficar sozinho de vez em quando, se a ideia é entender tudo que se vê e se sente.

Pode parecer um feito e tanto, mas a verdade é que, quando guardamos silêncio, todos nós somos capazes de ouvir o som da própria vida. Dá pra imaginar tudo que pode ser feito com tamanho... silêncio!

Meu lado poético ??

Geralda Figueiredo ??

\ "PARAÍSO" \

Paraíso

O Paraíso está dentro de cada um de nós, basta buscarmos, nas entranhas do nosso eu.

O Paraíso está no nosso amar.....de forma leve e solta, sem culpa e sem medo.

O Paraíso está no nosso pensar.....usando a mente como um despertar dos nossos sentidos.

O Paraíso está nas nossas ações.....que devem ser puras como água cristalina, que banham nossos corações sinceros e receptores de amor profundo.

O Paraíso é logo ali.....basta você procurar e atrair até você, na medida certa de sabedoria e gratidão ao universo que nos carrega no seu ventre....seja você seu Paraíso!!!

Meu Lado Poético ??

Geralda Figueiredo??

Quarta Sagrada

Quarta Sagrada

Que a força de Xangô e Iansã nos ensine a governar nossas vidas com alegria, poder e vontade.

Nos arrebate da agonia, tristeza e temor com sua lança, raios e trovões.

Que saibamos fazer bons acordos que beneficie a nós mesmos e as pessoas que amamos.

Que seja farta a nossa casa, que haja prazer em tudo que desejamos.

Que Xangô e Iansã nos oriente, traga amor, lealdade, ímpeto, estratégia, encanto e cura.

Que sejamos felizes, poderosos e líderes de nós mesmos.

Salve Xangô!!! Salve Iansã!!!

Meu lado poético?

Geralda Figueiredo ??

Mente Brilhante

Mente Brilhante

As mentes brilhantes são como tesouros escondidos, a procura do seu propósito.

Se conecte com o seu eu, busque a força que existe dentro de você, e descubra que existe uma conexão do seu corpo com a sua mente.

Faça desse desabrochar a ponte que você precisa para a sua evolução.

Use sua intuição como direção para olhar o mundo espiritual com clareza e se fortaleça para desvendar o que lhe for apresentado em quaisquer circunstância com obediência e sabedoria infinita, acolhendo cada detalhe.

Uma mente brilhante tem atitudes impactantes, e o dom de captar sensações e emoções e viajar em lugares imagináveis e eternos.

Nunca deixe a luz interna se apagar, grades não podem segurar pensamentos livres, e mesmo quando não houver mais opções, mentes brilhantes inovam.

?A solidão faz mentes brilhantes, pelo simples fato de que a solidão te faz pensar.

Mentes brilhantes descobre novos horizontes através do amor, da doação, da entrega.

Mentes brilhantes possuem luz própria e de cor amarela comparada ao sol, que tornam-se uno e brilham juntos.

Seja uma mente brilhante, busque seu equilíbrio e triunfo.

Meu Lado Poético ??

Geralda Figueiredo ??

Amor ESTRANHO

Amor ESTRANHO

Desacreditar que existe amor é estranho, isso faz as pessoas se afastarem, ficarem só?

Porque existe relação ruim, nunca consegue se estruturar e ter amor... se bem que deve existir amor, só não sabem onde está

Existem pessoas que não se acham merecedoras de amor Por que será.....

O mesmo remédio não serve para todos, até hoje não obtiveram nenhuma vitória nos seus pedidos ou será que esqueceram de vigiar os pensamentos....

Cada um ouve o que precisa no momento, o que é bom para uma pessoa, nem sempre é para outra, para uns se recomenda, firmeza equilíbrio, força, luz e paz no seu caminho....

Para outros é preciso crer sem provas.... Muitas vezes é necessário longos roteiros de atividade para que possamos mudar a vida.....

Há quem diga ainda, que ter mais fé e confiança de que um dia tudo se resolverá.....

O mesmo remédio não serve para qualquer um, somos nós, que após muitas experiências, assumimos a posição de guia e aprendemos a identificar a medida certa, para tudo, do que adianta ouvir conselhos se não aprende a lição....não muda....

É preciso ouvir novamente até aprender a verdadeira lição e deixar fazer parte do seu coração

Ainda pairava uma pergunta, porque as coisas dão certo para uns e não dão certo para outros, a resposta é que cada pessoa possui sua própria caminhada e não sabemos o que cada um vive por dentro

A vida reserva provações para todos, pois a evolução é lei do pai maior e é somente no calor das batalhas que os filhos da terra conseguem se desenvolver

Não é somente com o ganho material que se mede a vida, se mentalmente seu andar ainda não mudou, pois a essência é o bem mas precioso que possuímos

Meu Lado Poético ??

Geralda Figueiredo ??

"Eu não ando só"

"Eu não ando só"

Filha eu sempre estarei aqui...

Podes não me ver

Ou até não sentir

Mas sempre estarei ao seu lado..

Nas horas boas e ruins

Seja de perto ou de longe

Mostrando a Vitória ou a derrota....

O aprendizado ou o exemplo.....

Sempre estarei em tudo...

No seu olhar

No seu sorriso

No seu coração

Na sua fé

Na sua caminhada

E quando me chamar e não tiver um sinal....

É porque estou....

Nos seus pensamentos

Nas suas ações

Nos seus anseios

Nas suas entregas

Nas suas lutas

Não me peça riqueza, porque ela está em vc....

Não me peça bens, porque a conquista dos bens depende do que vc procura....

Não me peça amor, Porque ele chega na hora certa para quem sabe amar....

Não me peça Vitória, porque a Vitória não procura por vc, é vc que deve lutar é ir atrás dela...

Nas horas difíceis, eu te carrego no colo

Te livro do perigo

Te acolho em meus braços, pois sou o seu cobertor, seu refúgio, seu escudo e sua fortaleza....

Eu sempre estarei aqui meu filho amado, eu sou o seu "PAI"

Meu Lado Poético ??

Geralda Figueiredo??

INSPIRAÇÃO

Inspiração

Cultive sempre....

Planos

Sonhos

Ambições

Metas

E conquiste o sucesso....

Nesse contexto

Deus será....

Seu guia

Sua luz

Seu refúgio

Sua Fortaleza

Seu amigo

Sua busca

Seu encontro com a sua alma....

Assim seus planos serão...

Conquistados

Atendidos

Alimentados

Santificados

Você será sempre sua própria procura....

Inspire-se e conquiste o seu lugar no universo

Meu lado poético

Geralda Figueiredo

#poesia #poeta #poema #inspiração

EU & VC

EU & VC

Num dia de sol na beira da praia ao som das ondas do mar,

Molhamos nossa saliva com uma deliciosa água de cocô e esquentamos nossos corações com o sol que queimava ardente nossos corpos

E nos esfriava com as ondas refrescantes daquele mar, onde refletia nosso amor, em devaneios profundos daquele momento único

Onde seria um dos momentos, mais lindos em nossas vidas e que com certeza não se repetiria nunca mais igual

Talvez parecido mas não com tanta entrega e euforia descompassada de um amor ardente e infinito, entre dois corpos felizes, onde até as estrelas nos apreciavam num dia de sol "eu & vc"

Meu.lado.poetico

Geralda Figueiredo

#poeta#poesia#poema#eu&vc

ENCONTRO

ENCONTRO

Nesses dias difíceis para todos nós, é extremamente benéfico

Utilizarmos nosso tempo para fazer alguém feliz

Um carinho

Uma atenção

Uma conversa legal

Um mimo gostoso

Tomando consciência de que tudo isso, faz bem para o nosso ego e nossa alegria de viver

Um olhar para si, assim como para o outro, como se fosse uma reorganização de:

pensamentos

Atitudes

Ações

Reações

Num ritual benéfico, formando uma corrente mental, de amor ao próximo

Irradiando boas energias, independente da distância que separa algo ou alguém, por quilometragem

Mas que muitas vezes, ligadas por uma intuição mútua, iluminando o desejo de cada um.

Se usarmos como missão o poder de acolher, podemos aliviar muitos corações solitários

Através de uma vivência diferenciada, resgatando a auto estima que se corrompe em pensamentos alheios,

Mas que poderá se transformar, num elo de comunicação, entre pessoas comuns, que buscam um desabrochar de sentimentos desconhecidos

Que jamais saberiam explicar de onde veio, pra onde vai, mas que pode ser comparada a uma manifestação espiritual inexplicável desse ENCONTRO

Meu.lado.poetico??

Geralda Figueiredo ??

#poema#poeta#poesia#poetizando#encontro

AMIZADE

AMIZADE

Muitas vezes é preciso oportunidades e ocasiões em que algumas palavras precisam ser transmitidas

É necessário marcar com um pensamento ou uma frase, um dia tão especial

Dia do amigo,

Para esses momentos usamos palavras do que queremos externar,

São ideias condensadas em frases inteligentes, impactantes, ditas por anônimos e que sintetizam, um sentimento que queremos transmitir e talvez não saibamos como...

Assim as pessoas inspiram-se, adaptam-se, inventam e combinam palavras que faça alguém sentir--se feliz em recebe-la

Porque amigos são pessoas com as quais ousamos ser nós mesmos....

Amigos sabem entender o silêncio e manter a presença, mesmo quando ausentes...

A amizade não se obriga, mas brota, espontânea no coração..

Os amigos são como flores que precisam ser regadas todo o sempre para continuar florindo...

Por isso quem planta uma semente de amizade, colhe um buquê de felicidade

Haaaaaa amizade é como música, duas cordas que vibram juntas afinadas no mesmo tom

Por isso, celebrar a vida é somar amigos

Porque, a falta de amigos, faz o mundo parecer deserto....

E em cada amigo que ganhamos enriquecemos, não tanto pelo que nos dá, mas pelo que nos revela de nós mesmos

Vamos brindar a amizade e a importância do prazer e do bem que ela nos faz

Viva a amizade.....

Meu.lado.poetico

GeraldaFigueiredo?

#poema#poesia#poetizando#amizade

BORBOLETA

BORBOLETA

O segredo é não correr atrás das borboletas....É cuidar do jardim para que elas venham até você...

Como que levada
pela brisa, a borboleta
vai de ramo em ramo
Sopra o vento
Segura-te borboleta!
Na pétala da flor.

Não haverá borboletas se a vida não passar por longas e silenciosas metamorfoses.

A alma é uma borboleta...

há um instante em que uma voz nos diz que chegou o momento de uma grande mudança

Borboleta parece flor que o vento tirou pra dançar.

Quem tenta ajudar uma borboleta a sair do casulo a mata....

Quem tenta ajudar um broto a sair da semente o destrói....

Há certas coisas que não podem ser ajudadas

Tem que acontecer de dentro para fora...

Gosto da noite imensa,

triste, preta, como esta estranha borboleta

Que eu sinto sempre a voltejar em mim....

Borboletas sempre voltam....

Meu.lado.poetico??

Geralda Figueiredo ??

#poeta#poema#poetizando#borboleta

ARTE DE COZINHAR

ARTE DE COZINHAR

Eu considero a cozinha uma poesia e toda poesia necessita inspiração....

E é dessa inspiração que nasce as melhores receitas, os melhores pratos, as melhores criações....

A arte de cozinhar não é para todos, mas sim para mestres buscadores de amor.....

É preciso dedicação, amor, toque, sabor, entrega, para que possa conquistar os apreciadores de uma boa culinária....

Cozinhar é fazer poesia para ser degustada....

Cozinhar é uma demonstração gigantesca de amor

Cozinhar é a arte de misturar temperos, e traduzir em sabor o mais nobre sentimento, "O amor"

Cozinhar está no poder das mãos.....

Cozinhar é uma arte, onde os alimentos dançam nos pratos, como obras de arte....

A cozinha é como cinema, é a emoção que conta....

Cozinhar é prazer, técnica, arte e desejo... ingredientes essenciais para o sucesso de quem faz....

Tempere a vida com sonhos, cozinhando,

aromatizando, experimentando e seja feliz...

Meu Lado Poético ??

Geralda Figueiredo ??

#comerseculpa#comersaudavel#cozinhando#artedecozinhar

PROSPERAR

PROSPERAR

Uma oportunidade aparece diante de você

O que você pensa....

E como você age....

Peça ao senhor que proteja seus sonhos

Guie os seus passos e o conduza através da sua vontade, que cada escolha agrade a ti e que nossas atitudes não prejudiquem aqueles que nos cercam.....

A prosperidade vem quando eu me aceito como eu gostaria de ser

A partir daí, eu busco concretizar os meus desejos, as minhas metas, os meus projetos

E que as suas dificuldades sirvam de lições valiosas, para superar seus obstáculos e sabedoria para contornar os desafios...

Prosperar é retirar crenças, que foram colocadas na sua mente, porque se você cultivar elas, no seu jardim matará todo o seu trigo e só restará o joio....

A prosperidade é apenas um instrumento para ser usado, não uma divindade para ser adorada....

Quando a alma está feliz, a prosperidade cresce, a saúde melhora, as amizades aumentam, enfim, o mundo fica de bem com você....

Se quiser ter prosperidade por um ano, cultive grãos....

Por dez cultive árvores.... Mas para ter sucesso por toda vida, cultive gente...

E pensando bem, ser próspero de bens que não possuem um valor numérico é muito melhor, porque isso ninguém pode tirar de você

Meu lado Poético?

Geralda Figueiredo ?

#poema#poesia#prosperidade

CONEXÃO

CONEXÃO

Tendes bom animo, força e coragem

A Terra é uma escola de oportunidades facultando-nos aprendizados e reparações.....

Sejamos aprendizes dedicados, para que alcancemos aprovação em tempo regular....

Que tudo isso nos torne aptos de conduzir nossos propósitos, para a transformação do nosso espírito e evolução Universal.....

Que possamos usar a LUA, como um norteador de nossa intuição e que ela nos encoraje a se conectar com nossa mente....

Para descobrir percepções e visões que estão na nossa inconsciência.....

Vamos prestar atenção aos nossos sonhos e pensamentos, porque muitas vezes, eles podem está nos dizendo algo muito importante.....

Use sua mente, conecte-se com seu eu busque seu despertar para a realização dos seus sonhos.....

Trazendo-lhe equilíbrio segurança, Amparo, domínio e Triunfo.....

E você será o impulsionador que exercerá essa influência em si mesmo, através da sua CONEXÃO

Meu.lado.poetico?

Geralda Figueiredo?

#poeta#poema#poesia

#poetizando#conexao

TEMPO

TEMPO

As pessoas falam tanto do tempo, como se ele curasse tudo.....

Ele também destrói, corrói, separa e muda as pessoas.....

Mas ele também constrói, junta, transforma, liberta e modifica as pessoas...

O tempo que traz é o mesmo que leva.....

Leva momentos, lembranças, amigos, amores, tristeza, dúvidas, angústias e saudades....

O tempo também desperta para a vida, para as mudanças interiores, para a pedra que está no seu caminho, para as oportunidades, para as conquistas e para o enxergar.....

É...o tempo tem pressa, por você, pela sua liberdade, ele está sempre conjugado com o universo para o seu despertar.....

E você como está agindo, com esse chamado? Está acolhendo, internalizando, recebendo como benção....

Por isso é importante, aproveitar e saber valorizar.....

Há tempo pra Tudo, exceto para ser desperdiçado, viva, aproveite, não deixe nada pra depois, pois o depois pode nunca acontecer, ame e use o TEMPO

Meu Lado Poético ??

Geralda Figueiredo ?

#poema#poesia#poetizando#tempo

Amor, um porto seguro

Amor, um porto seguro
Hoje vejo que meus medos
Em teu colo encontra morada
Sou menino, desfilando
Com a primeira namorada
Hoje, às noites frias não judiam tanto
Tenho o teu calor, me aquecendo
Um perfeito manto
Quando ando pelas ruas
Em todas mulheres
Eu te reconheço
Com a vida não se barganha
Amor desconhece preço
Hoje, o deserto que atravesso
Não mais me apavora
O amanhã tem sabor de orvalho
De hortelã, café, erva-doce
O futuro tem sabor de agora
(Shimuel)
O agora é uma dádiva
Que o tempo nos concedeu
Para que possamos viver
Um amor, tal qual Julieta e Romeu
Ainda contamos com a essência do perfume, das Rosas
Que enebria e embriaga
A minha mulher tão amada
A lua chega de mansinho
Parece que foi convidada
Trazendo a sua luz radiante
Da fase nova encantada
Para alegria dos amantes
E através dessa luz,
O amor em sua calma

Me conduz
A meio a tantos refúgios
Que encontro o meu homem
Aquele que tanto procuro
(Geralda Figueiredo)
Amor, palavra dócil e sublime
As vezes, a dureza da vida reprime
E não ouvimos seu ecoar ao vento
Caminho em passos lentos
Entre as relativas, e as absolutas incertezas
Vou adicionando ao belo,
mais beleza
Receba, meu amor, este tão
nobre sentimento
Que é soma desta grandeza
Shimuel)
Amor puro verdadeiro e especial
Mulher sábia, com poder interior
Que contempla o destino
Ao seu redor
Numa fome desvairada de amor
Em busca da sua própria felicidade
Que achava ter -se perdido
Pelo caminho
Buscou em Deus a constância
Da espera
E hoje abre os braços
Para receber algo maior
Se rendendo ao novo
Como o rio que corre para o leito
Eu limpo, honro, e aceito
(Geralda Figueiredo)

Eu, vc e a Saudade

Eu ,vc e a Saudade

Quando penso em você me sinto flutuar,
me sinto alcançar as nuvens,
tocar as estrelas, morar no céu...

Tento apenas superar
a imensa saudade que me arrasa o coração,
mas, que vem junto com as doces lembranças do teu ser...

Esperando o momento
em que juntos, nosso amor se conjugará
em uma só pessoa, nós...

É através desse tal sentimento, a saudade,
que sobrevivo quando estou longe de você
Ela é o alimento do amor que encontra-se distante...

A delicadeza de tuas palavras
contrasta com a imensidão do teu sentimento
Meu ciúme se abrandava com tuas juras
e promessas de amor eterno...

A longa distância apenas serve para unir o nosso amor
A saudade serve, para me dar, a absoluta certeza de que ficaremos para sempre unidos...

É nesse momento de saudade,
que penso em você

E tenho mais forças para continuar....

Tudo isso acontece porque amo e penso em você

Meu amor eterno

Meu Lado Poético

Geralda Figueiredo ??

Ressuscita-me

Ressuscita-me

Ressuscita-me, ainda que mais não seja,

porque sou poeta e ansiava por futuro

Ressuscita-me, lutando contra as misérias, do cotidiano,

Ressuscita-me, por isso

Ressuscita-me, quero acabar de viver, o que me cabe, minha vida, para que não mais existam
amores servis

Ressuscita-me, para que ninguém mais tenha, de sacrificar-se, por uma casa, um buraco

Ressuscita-me, para que a partir de hoje, a família se transforme e o pai seja pelo menos o
universo e a mãe seja no mínimo a terra

E que dessa terra, possamos colher os frutos, da transformação, aproveitando o bom momento...

Para falar dos planos...

Para o prazer do amor morrendo em cada noite, para ressuscitar a cada manhã

Meu Lado Poético

Geralda Figueiredo??

#poema#poesia#ressucitame

E vc apareceu

E vc apareceu

Ao soar do sino no morro

E vc apareceu...

Voando como um pássaro no céu

E vc apareceu...

Na doce fragrância das rosas

No amanhecer, ao som de um violino

E vc apareceu...

Encantando um amor adormecido

Porque ali, vc depositou um pedacinho de si mesmo

Meu amor por vc é como um arco-íris...

Não sei onde começa...

Muito menos onde termina

E vc apareceu...

Por Geralda Figueiredo??

Inspirado na música

Till There Was You

Lua Nova

Lua Nova
És tão Serena
Com olhar de menina
Tão linda
A você Lua
Dedico este poema
Você que sempre reflete
Sem se quer perceber
Algo lindo e reluzente
Objetiva nossos sonhos Nos fazendo renascer...
Deixo aqui o meu pedido
Que ilumine meu futuro
Me olhe com amor
Nunca perca o brilho único
Que está no seu interior
Você é
Você faz
Você quer
Você tem
Todo meu imenso Amor
Pois sou feita de excessos...
Amo demais
Confio exageradamente
Sonho demais
Me entrego totalmente
Me apego facilmente
Sou sensível, intensa, romântica...
Assim o universo me ler...
Transbordando energia
Nesse afortunado viver

Meu Lado Poético ?
Geralda Figueiredo?

Ansiedade: Excesso de futuro

Ansiedade: Excesso de futuro

Clara cresceu com a mãe

A mãe faleceu

Clara ficou órfã

Foi adotada

Cresceu sem aconchego

Falta de dinheiro

Temia o futuro.

Insegurança profunda

Sensação de fracasso

Eis que surge o ponto da virada

A reviravolta na vida de Clara

Ela descobre, através do universo

Que somos nós

Que construímos esses excessos.

E a vida de Clara muda de rumo

Passou a caminhar na praia

Andava até o sol se pôr

Se deitava na areia

Para ver as estrelas no firmamento

Os livros eram sua companhia

Os amigos alegravam o seu dia

E a ajudava a sair da caverna

E uma fonte de esperança

Jorrava no seu caminho.

A vida de Clara já tinha

Um propósito

Sabia de onde provinha

E para onde iria

Assim acontecia a mudança

De coração

Às da ações

Enfim, Clara descobriu que

A ansiedade sobrevém

Por medo do futuro.

Meu Lado Poético

Geralda Figueiredo

FAMÍLIA: Projeto de Deus

Família: Projeto de Deus

Família é prato difícil de se preparar

São muitos ingredientes

Reunir todos, é um Desafio

Não é para qualquer um

Os truques, os segredos, o imprevisível

Às vezes dá vontade de desistir

Família é prato que emociona

E a gente chora de Emoção

De alegria

De raiva

De tristeza

E ainda tem gente que acredita na receita da família perfeita

Tudo Ilusão

Não existe família sem defeito

Família é afinidade

É a moda da casa

E cada um prepara do seu jeito

Há famílias

Doces, amargas, meio amargas

Como chocolate

Outras apimentadíssimas

Que revolucionam

Há também as que não tem gosto de nada

Como dieta

Que você suporta só para manter a linha

Família fria é insuportável

Impossível engolir

Receita de família não se copia, se inventa

Muita coisa se perde na lembrança

Família é um prato que quando se acaba nunca mais se repete

Por isso...

Amem-se

Perdoem- se

Aceitem-se

Tolerem-se

Porque família é projeto de Deus

Trechos do livro: "O arroz de Palma"

De Francisco Azevedo

Transcrito por mim.

Meu Lado Poético

Geralda Figueiredo

#poema #poeta#família

Quando te \ "VI\ "

Quando te vi

Nem o sol, nem o mar nem o brilho, das estrelas, nada tem sentido se não tiver você

Com você tudo fica mais bonito

Os dias são mais quentes e as noites mais ardentes

Nos amamos com delicadeza

de quem segura nas mãos o próprio coração com cuidado de quem tesce fios de seda

Coloco toda minha vida nesse amor

Meu amor por você é insaciável

Você é quem enriquece a melanina do meu ser assim como o sol dá o brilho ao céu

Você faz brilhar o meu viver

Olhei teu rosto...

E descobrir te confesso estremeci

Quando te vi

Meu Lado Poético??

Geralda Figueiredo ?

#poema#poesia#quandotevi

Contando as "HORAS"

Contando as "HORAS"

As horas agora são minha parceira

Virou até meu livro de cabeceira

Acordo e faço até brincadeira

Quase tô pirando

Com tanta doideira

Meu coração saiu da pasmaceira

E meu intestino

Virou uma lareira

O tempo pode ser medido com as batidas de um relógio

Ou pode ser medido com as batidas do coração

O relógio faz tic tac

Está em contagem regressiva

O importante é que os corações estejam funcionando

No presente e que no futuro ajustem-se novamente

No mesmo tempo e sincronia

Assim caminham os amantes contando as horas pra se ver

Numa total harmonia

Geralda Figueiredo

#poema#poesia#poetizando

FRUTIFICANDO

Frutificando

Em breve será a temporada de frutas como goiaba, maracujá laranja, mamão, abacate ,cajú, manga, pequi, mangaba, acerola, melancia, limão

Não jogar as sementes no lixo, mas toda vez que saírem para um campo viajando, joguem essas sementes nos terrenos vazios, à beira da estrada, ou na beira dos rios e lagoas

Com este ato simples, podemos contribuir com no mínimo uma árvore a cada temporada

A nossa missão de tornar este mundo verde pode acontecer, se vc contribuir

O número de árvores frutíferas poderá crescer e o gratificado será você

Não adianta só reclamar

Temos que fazer a nossa parte

Cuide do seu pomar sacuda a sua árvore retire as frutas podres

A vida nunca será uma salada de frutas

Mas poderá ser uma fruta na salada se agregarmos um pouco de amor e de sentimento

Meu lado poético

Geralda Figueiredo

A força da grande MÃE

A força da grande MÃE
Estamos de volta
A Deusa em "Nós"
Um novo ciclo se inicia
A lua nova, volta a nos visitar
E com ela
Só o bem vibra
Só a paz permanece
O corpo através do elemento terra
Volta a se comunicar
Com a influência da nossa mente
E dos nossos pensamentos
E através do elemento ar
Voltamos a respirar
Acenda o seu poder
Escute o que existe dentro de você
Através da força cíclica
Acolha a fartura
Que você deseja
Pois tudo que você alimenta cresce
Se você alimenta amor Ele cresce
Se você alimenta a prosperidade
Ela cresce
E assim vamos alimentando
Só aquilo que nos fortalece
Através daquela
Que ilumina a escuridão
Influência as marés
Aumenta a fertilidade
E nos encanta com sua beleza
Ela que é a grande MÃE da natureza
Meu lado poético
Geralda Figueiredo

Aprendendo com as Garças

Aprendendo com as garças

Estava eu numa só corrente em torno de uma grande e linda família

E tudo parecia um sonho, caminhando pelas mais lindas praias das salinas

Onde a maré não possui ondas a não ser as ondas descompassadas que batia meu coração

Ao viver os melhores dias da minha vida ao lado das mais dignas pessoas que poderiam estar nesse momento tão especial

Andava na praia, no mesmo compasso das garças que faziam um espectáculo de coreografias ao voarem por sobre aquela maresia de encantos

Onde o céu se via de mais perto e as ilustrações pareciam quadros pintados por um Deus universal que escondia sua maestria numa arte impecável

E atraía as mais lindas garças, peixes, visitantes, pescadores e amantes ao convívio daquele extraordinário passeio

Sentindo a maresia a água límpida e ao mesmo tempo barrenta onde andava tantos pés

Uns a procura de sossego outros de sobrevivência e ainda aqueles que procuravam se achar na sua própria sombra

Mas todos unidos num mesmo amor e num mesmo propósito

Achar o verdadeiro paraíso dentro daquele universo esculpido por um ser indescritível

Meu lado Poético

Geralda Figueiredo

#poeta#poesia#poetizando#garças

Amizades \"Especiais\"

Amizades especiais

A amizade desenvolve a felicidade e reduz o sofrimento, duplicando a nossa alegria e dividindo a nossa dor

Não me alimento de quases, não me contento com metades...

Nunca serei sua meio amiga....

A força da nossa amizade vence todas as diferenças

A verdadeira amizade é aquela que nos permite falar, ao amigo, de todos os seus defeitos e de todas as nossas qualidades

Amizade é quando você encontra uma pessoa que olha na mesma direção que você, compartilha a vida contigo e te respeita como você é

Algumas vezes na vida, você encontra uma amiga especial

Alguém que muda sua vida simplesmente por estar nela

Alguém que te faz rir até você não poder mais parar...

Alguém que faz você acreditar que realmente tem algo bom no mundo

Quando uma pessoa é importante tudo fica mais facil

Melhores amigos não te ajudam a levantar, eles não te deixam cair

Meu lado poetico??

Geralda Figueiredo??

A BUSCA

A BUSCA

As vezes na vida

É preciso dar um tempo pra nós mesmos

Se entregar ao acaso

Viver grandes emoções

Deixar seu corpo falar

Gritar de desejos

Descobrir caminhos nunca percorridos

Engavetar o medo

Desacelerar...

E viver momentos únicos

Que não se repetirão com a mesma intensidade

Porque a vida nos poda

Com o passar dos anos

Perdemos o ritmo nos acomodamos

Não somos mais furacões

Fervilhando de desejos

E no fim seremos talvez grãos de poeira no furacão da existência

Pois tudo aparentemente está calmo...

Assim é quando o amor nos envolve só quem nos observa consegue medir a intensidade com que esse sentimento muda nossa vida

Hoje os ventos estão favoráveis a nós Amanhã eles podem se tornar receptores do TEMPO

Seja um furacão por dentro deixe o amor entrar como uma brisa

Apaixone-se por si mesmo

Quantas vezes for necessário

Pratique a lei do bem me quero

E ouse buscar o bem querer

Meu Lado poético

Geralda Figueiredo

Um homem, um grande amor... uma história bem contada

Um homem, um grande amor...uma história bem contada

Um homem e sua tristeza

Mesmo na perda, agiu com

Aparente delicadeza

Liberou a sua amada

Para viver a doce loucura

Mesmo quando a vida satura

E os dias se tornam amargos

Não bebeu do veneno da vingança

Respondeu com flores, e afagos

E se fiando em um fio tênue

De esperança

Se encorajou de dignidade

Confiou no tempo,

O pai de toda verdade

Se ajustou com a saudade

Para não padecer de vontade

Aos poucos as feridas

Se fechando

Coração é porta aberta

Novos ares, se aproximando

Passei a admirar este homem

Que a pouco conheci

Quase levou um tombo

Mas não deixou de sorrir

Não fez da vida um fardo

Adocicou o armago,

deixou o acontecido mais leve

Neste quadro heavy

Enquanto ela, o desprezava,

Na volúpia da paixão

Ele com o peito apertado

Gemendo na escuridão

Isento de rancor
Não deu morada a mazela
Sem luz, sem mariposa
Cama sem esposa, quadro sem cor
Em sua dignidade retribuiu,
O malfeito dela
Com uma singela flor.

Shmuel

Esse fato me tocou
Me deixou emocionada
Com tão linda atitude
Com aquela que foi sua amada
É sinal que do seu peito
Ela ainda não foi descartada
Afinal foram tantos anos
De muita dedicação
Inclusive pra família
Ele ganhou admiração
Continua sendo o genro, e pai
Que inspira gratidão
Esse amor
Forjado na doação
É caso raro esquecido
Sentimento de pouco valor
Mão única, pódio sem vencedor
Precisamos entender
Que tudo que vem
Tem um propósito
Assim como tudo que vai
Como tudo que flui
Ela se esvai na paixão
Ele tenta manter os pés no chão
Os dois são luzes
Fugindo da escuridão
Aos olhos de Deus
Onde mora a retidão!

Geralda Figueiredo

Transmutação & Renascimento

Transmutação&Renascimento

Uma nova era se aproxima da sua vida

Momento de fluidez e conexão com os seus sonhos

Começando com a sua vivência espiritual

Que é a busca por uma melhoria dentro desse contexto universal

Onde buscamos nosso auto conhecimento

E nos sentimos mais leve em todos os sentidos da vida

Dai vem o mundo material, onde estamos sempre correndo em busca de ter, e nos esquecemos de ser

Vida corrida, sem tempo até para nós mesmos, Onde deixamos de lado os nossos corações sinceros e as boas resenhas do cotidiano Porque os segundos são destinados aos anseios materiais

E o nosso bem estar pessoal, onde deixamos? esquecemos no baú, para que as traças comam, e nem mesmo possamos fazer nada

E como anda nossa vida afetiva?

De certo, estática ,sem cor, nem brilho

Desconectada de nós mesmos

Sem dar, nem receber Imune dos desejos, das paixões, das fantasias eróticas, que rejuvenesce a alma e faz reviver

O Curso do Destino é um mistério mesmo quando desvelado

É como o amor que se sente, nunca sabemos plenamente o que lhe deu origem

Fazer o próprio destino é estar consciente de seu próprio mistério

Meu lado Poético ??

Geralda Figueiredo??

FILHO#FLUXO#MÃE

FILHO#fluxo#MÃE

Em meio a tantos desencontros na vida

Eis que Deus reserva uma grande surpresa

Chegaria em um tempo

Sem espera o inesperado filho amado, "Davi"

Davi foi um guerreiro, profeta e rei do povo de Israel

Reinou durante quarenta anos, ele foi o irmão mais novo, entrou na corte de Saul como harpista, o músico que acalmava o espírito perturbado do rei

E também cuidava do rebanho de seu pai em Belém

O rei Saul nomeou Davi como chefe dos homens de guerra

Ele é o guerreiro, o mais forte, o mais destemido e o mais virtuoso, dos homens da corte

Recebeu a coroa e construiu a arca da aliança

Temos um grande bebê, Davi, um fofo, um futuro guerreiro que será coroado com as glórias celestes

Terás uma missão linda

Porque recebeu um forte e poderoso nome "Davi"

Ele é destemido, regueiro se alimenta do necta do peito materno

Mesmo no seu momento mais íntimo da sua degustação mamaria

Vive a mais linda alegria

Da quebradeira da sua genitora

Ele em si, já é uma dança

Consegue mamar e desfrutar das arrojadas calientes da sua mamusca

Aquela que não tem limites para desfrutar da companhia do seu parceiro, amigo, filho amado, "Davi" companheiro de todas as horas

Mãe presente, cuidadora, protetora

Que atravessa montanhas para ver o seu filho bem

Eu rasgo elogios para essa mãe

Imperatriz que personifica o princípio matriarcal

E representa segurança conforto emocional e espiritual, ao seu pequeno "Davi"

Brava mãe, brava fêmea

A força interior é a chave para sua vitória, ao lado do seu "Davi" que é um ancestral direto de Jesus

Meu lado poético ??

Geralda Figueiredo??

IDENTIFIQUE-SE

Identifique -se

Um ser humano em sua timidez

Sentindo a necessidade

De ter seus momentos sozinho

Sua própria companhia

Seu proprio mundo

Com sua energia contida dentro de si

Dono de uma disposição

Que flui melhor sozinho

Adora uma vida de muitas atividades

E tudo mais que mantenha acesso ao seu espirito jovem

Sempre apaixonado por algo

Seja por uma pessoa

Por uma idéia

Por um propósito

Por uma causa

Ou pela vida

És um Filho que abomina tudo que atrapalhe o exercício da liberdade

Ou do livre arbítrio

Considerado tenso, porém controlado e paciente

Sensível, calmo e dócil

Apreciado no convívio social

Ótimo conselheiro e confidente

Não costuma voltar atrás das suas decisões

Espontâneo e sincero

Discreto e reservado

Está sempre se renovando

Filho exigente, um pouco crítico e exibicionista

Tem boa conversa e bom gosto

Dotado de cautela e perspicácia

Por ser observador

Percebe de longe os problemas que se desenha ao seu entorno

Honesto, altruísta e colaborativo

Rebelde, quando assunto é obdecer alguém
Livre e gosta de fazer suas próprias regras
Ter seu próprio tempo
Vive o hoje e espera o futuro
O passado só lhe serve de aprendizado
Um verdadeiro amante e sedutor
Romântico carinhoso e criativo
Por vezes arredio, não gosta de demonstrar suas fraquezas
Possui alta capacidade de estratégia e persistência
Extremamente leal, a quem faça merecer sua confiança
Sensível ao extremo
Se magoa facilmente
Livre por natureza
Aqui estão algumas qualidades
E defeitos contidos
Em nós seres humanos
Destaque as suas...
Se identifique e seja livre
Meu lado Poético
Geralda Figueiredo

Sementes Colibris

Sementes de Colibris

Conforme amadurecemos em nosso caminho espiritual vamos aprendendo a observar a comunicação do Espírito Santo através de absolutamente tudo. Deus, em seu Amor, utiliza tudo que for necessário para que as mensagens nos cheguem e nos ilumine

Se estivermos atentos o suficiente perceberemos a natureza nos trazendo mensagens que nos ajudarão a compreender algo necessário para o momento portanto observação e sensibilidade são necessárias

Essas mensagens são presentes divinos desse caminho sagrado da espiritualidade todo aquele que realmente decidiu olhar para si mesmo desenvolve essas características que ajudarão o iniciado no caminho da autodescoberta

O beija-flor, também chamado de colibri, é um daqueles raros animais que é impossível ser indiferente a sua visita Ele não passa despercebido e é extremamente comum as pessoas entrarem em silêncio com sua chegada e atentas observarem sua presença, provocando quase sempre reações de admiração

Em algumas culturas ele é considerado a presença de Deus. O beija-flor é um animal delicado, em sua pequenez se faz enorme, é o único animal capaz de voar nas quatro direções e parar no ar em pleno voo, é a única ave que não aceita ser engaiolada pois se for, morrerá tentando sair da prisão imposta

Esse 'pequeno' animal é caçador de néctar

Todas essas características nos trazem as mensagens sutis que esse símbolo carrega

Se um beija-flor visitou sua vivência espiritual, ou voou em seu sonho ou ainda, de forma 'inesperada' apareceu 'do nada' em seu dia a dia, sorria, ele é um presente do Grande Espírito, ofertado por puro amor à Natureza, em sua majestosa grandeza, é um mensageiro enviado aqueles cujo coração se fechou em função de sofrimentos, que se sentem desanimados e sem força

Ele traz a mensagem da alegria e nos fala sobre a possibilidade de encontrar uma maneira de se sentir renovados e felizes pelo simples fato de estarmos vivos.

Através da astúcia, inteligência e graça e não só da força física, o beija-flor nos mostra uma maneira para embarcar em uma nova jornada

É assim que me sinto

Ao entrar nesse submundo dos poetas Colibris

Renovada, amada, gratificada

O beija flor jogou uma semente no meu jardim da vida

E brotou vocês

Para perfumar o meu viver

Meu Lado Poético

Geralda Figueiredo

ESTRELA

Estrela

A Estrela está muito relacionada à energia das crianças

E também à criança interior

Por isso mesmo costumo fazer uma analogia sutil deste fenómeno com a nossa essência mais pura e original

Vamos aproveitar esta energia para trabalhar as relações e os amores da forma mais bela

Um encontro romântico, uma conversa sofisticada, uma visita encantadora

Momentos para apreciar a arte e o amor

Ouvir música, assistir filme admirar a lua

E se encantar com o brilho das estrelas

Cada momento pode e deve ser uma experiência sensorial

Um toque onírico em nossa vida rotineira

Entre as coisas mais lindas que eu conheci

Só reconheci suas cores belas quando eu te vi

Entre as coisas bem vindas que já recebi

Eu reconheci minhas cores nela, então eu me vi

Está em cima com o céu e o luar

Encanta os amantes com o seu brilhar

Desaguando sentimentos misturado com desejo

Como não se apaixonar

Meu lado poético

Geralda Figueiredo

Acredite em Você

Acredite em você

Nossas dúvidas são traidoras e nos fazem perder o que com frequência poderíamos ganhar

Por simples ego de arriscar

A sensação de poder ter uma vida mais feliz é o maior incentivo para buscarmos todos os dias pela felicidade

A vida tanto lhe pode dar o melhor como o pior mas é você quem escolhe aquilo que vai permanecer ou ficar para trás

Sempre que algo falhar

Batalhe ainda mais

Assim como os pássaros precisamos aprender a superar os desafios que nos são apresentados para alçarmos voos mais altos

Precisamos ser ágeis

Confiar em nos mesmos

E segurar forte as rédeas do nosso carro

Para que sua direção seja de guiança de luz

Viva simples sonhe grande seja grato

E viva feliz

Meu lado Poético

Geralda Figueiredo

Desafio do Natal

Desafio do Natal

O desafio desse Natal é o de reaprender, firmar e renovar novos padrões de pensamento

Que a gente possa ser feliz de verdade com menos preocupações medos e inseguranças

Que cada um de nós saiba amar mais melhor e de verdade

Que a inveja da vida contemporânea dê lugar à felicidade pela vida e pelo sucesso e luta de cada um de nossos irmãos humanos

Porque todos somos iguais ou deveríamos ou poderíamos ser

O desafio é viver com mais intensidade em cada pequena bênção em cada pequena oportunidade

Enfim desejo pra mim e pra vocês que o natal e que a chegada de um novo ano sirvam como um alerta e um lembrete sobre a passagem de nossa vida e do significado dela

Aos que vejo todos os dias e aos que não tenho muito contato mando muito amor no coração e bênçãos sorrisos e calor humano

Meu Lado Poético

Geralda Figueiredo

No ônibus

No ônibus

A viagem seguia e as lembranças invadia o nosso ser

Foram tantos momentos de felicidade

E o ônibus era nosso parceiro

Parceiro das viagens

Da corrida contra o TEMPO

Dos nossos papos

Dos aconchegos

Dos beijos entre os vários trechos percorridos

Das juras de amor

Dos momentos íntimos

Das promessas descabíveis

Dos cochilos no ombro

Dos sonhos em comum

O ônibus era nosso aliado

Nele fazíamos planos

Admirávamos a paisagem

Acreditávamos num amor eterno

E Deus nos observava lendo cada pensamento

E tomaria a decisão

Sobre esse amor

Agora era só confiar

Meu lado poético

Geralda Figueiredo ??

O sol alegria da VIDA

O sol alegria da vida
Se abra para a felicidade
O sol reflete o espirito pioneiro
Que avança repetidamente com otimismo inabalável e força perseverante para o benefício de todos
O sol reflete a vida e a felicidade
Aceite a luz
O sol interior está em vc
O seu brilho ilumina os caminhos
Vc não precisa de ajuda exterior
Aprenda a confiar no seu interior
Mantendo o pé no chão
Aceite a luz mas não deixe que ela ofusque a visão
Este é um momento de luz
Tudo está claro e favorável
Deixe a alegria se manifestar
Aceite a felicidade em sua vida
Busque a luz interna
Seja leve
Manifeste a sua criança interior
E tudo fluirá melhor
A alegria remove toda adversidade da vida
Valorize a sua vitalidade
Busque a sua evolução
Se deleite na sua abundância interna e se encontre externamente
O céu esta limpo e o SOL
brilhando contagiante no horizonte
Aproveita sente a vida em seu corpo vibrando puras energias
Meu Lado Poético
Geralda Figueiredo