

## Este É o Seu Capitão Falando

Este é o seu capitão falando

Você já cansou de se sentir miserável? Esta é uma pergunta que me faço com mais frequência do que qualquer um imagina.

Será que isso soa trivial, como uma pergunta ridícula tão obviamente fácil de responder que pode parecer bobo perguntar?

Como eu preferiria não sentir uma dor tão terrível ao acordar e lembrar os fatos da minha vida, por mais um dia?

Caros amigos,

Este é o seu capitão falando<sup>2</sup>. Este é você, o capitão de você mesmo, falando.

Você não sabe que é digno de ser amado?

Quando você respirou pela primeira vez; você era tão inocente quanto um gatinho ou um cachorrinho.

Sei que você se machucou. Sei que foi terrível. Sei que é injusto.

Você tem uma escolha e eu também; desse modo, minha resposta é, sim, eu já cansei totalmente de me sentir miserável.

A realidade da minha vida é que devo me fazer essa pergunta com mais frequência do que alguém possa imaginar.

A realidade de me fazer essa pergunta com tanta frequência resultou nessas palavras, pensamentos e ideias sendo compartilhadas com você.

---

2 Referência à Jornada nas Estrelas



## **Fale com o Seu coração, pois as Palavras muitas vezes Falharão**

Viver com o coração partido é saber que o amor é real. Se você sentir dor ao pensar ou lembrar de estar separado, temporária ou permanentemente, de alguém que você ama; então você entende.

Em momentos de intensidade e dor, por favor, tente se lembrar do bebezinho que você já foi e ainda é, profundamente dentro de você; e de fazer o que é certo para você.

Seu coração é tudo que você tem. Proteja-o. Alimente-o. Agarre-o. Adore-o.

Nessa vida louca, muitas vezes, em momentos em que me perdi; minhas palavras me falharam.

O que foi dito está feito, porém, o que seu coração fala agora, e a cada momento pela frente, depende de você.



## Um Louco Especial

Como muitos sabem, acredito em milagres porque sou a prova viva.

Mas você está se sentindo chateado, né?

Sim, meu cérebro me prega peças quando \_\_\_\_\_ acontece.

Às vezes acho que realmente sou louco.

A verdade é: eu sou.

Sou apenas um tipo especial de louco; um louco melhor; um belo louco.

Isso é uma coisa boa.

Você também pode se aceitar; você é legal.

Com a sinfonia das cigarras como trilha sonora para dormir, confio em todas as coisas belas e verdadeiras.

E você também confia?

