Click to prove you're human

Escrito por Tatyana Oliveira No mundo agitado em que vivemos, todos enfrentamos momentos de incertezas, ansiedades e desafios. Nestas horas, a busca por consolo é fundamental. É aqui que os versículos que acalmam o coração desempenham um papel significativo. Seja você alguém de fé ou alguém em busca de orientação espiritual, estas palavras inspiradoras da Bíblia oferecem um refúgio de paz no meio da tempestade. João 16:33 “Eu lhes disse essas coisas para que em mim vocês tenham paz. Neste mundo vocês terão aflições; contudo, tenham ânimo! Eu venci o mundo”. Êxodo 33:14 O Senhor respondeu: “Acompanharei você pessoalmente e lhe darei descanso”. João 14:27 Deixo-lhes a paz; a minha paz lhes dou. Não a dou como o mundo a dá. Não se perturbem os seus corações, nem tenham medo. Tiago 5:7 Por isso, irmãos, sejam pacientes enquanto esperam a volta do Senhor. Vejam como os lavradores esperam pacientemente as chuvas do outono e da primavera. Com grande expectativa, aguardam o amadurecimento de sua preciosa colheita. Mateus 11:29 Tomem sobre vocês o meu jugo. Deixem que eu lhes ensine, pois sou manso e humilde de coração, e encontrarão descanso para a alma. Apoie Nosso Trabalho Faça agora uma contribuição para que possamos continuar espalhando a palavra de Deus. Clique no botão abaixo: II Timóteo 1:7 Pois Deus não nos deu um Espírito que produz temor e covardia, mas sim que nos dá poder, amor e autocontrole. 1:7 Ou um espírito de temor e covardia, mas sim de poder, amor e autocontrole. Salmos 37:7 Aquiete-se na presença do Senhor, espere nele com paciência. Não se preocupe com o perverso que prospera, nem se aborreça com seus planos maldosos. Salmos 18:2 O Senhor é minha rocha, minha fortaleza e meu libertador; meu Deus é meu rochedo, em quem encontro proteção. Ele é meu escudo, o poder que me salva e meu lugar seguro. Salmos 16:8 Sempre tenho o Senhor diante de mim. Com ele à minha direita, não serei abalado. Isaías 41:10 não temas, porque eu sou contigo; não te assombres, porque eu sou o teu Deus; eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a minha destra fiel. Apoie Nosso Trabalho Faça agora uma contribuição para que possamos continuar espalhando a palavra de Deus. Clique no botão abaixo: Isaías 40:31 mas aqueles que esperam no Senhor renovam as suas forças. Voam bem alto como águias; correm e não ficam exaustos, andam e não se cansam. Salmos 34:4 Busquei o Senhor, e ele me respondeu; livrou-me de todos os meus temores. Salmos 94:19 Quando a ansiedade já me dominava no íntimo, o teu consolo trouxe alívio à minha alma. Salmos 40:1 Coloquei toda minha esperança no Senhor; ele se inclinou para mim e ouviu o meu grito de socorro. Salmos 40:2 Ele me tirou de um poço de destruição, de um atoleiro de lama; pôs os meus pés sobre uma rocha e firmou-me num local seguro. Salmos 40:3 Pôs um novo cântico na minha boca, um hino de louvor ao nosso Deus. Muitos verão isso e temerão, e confiarão no Senhor. Salmos 62:1 A minha alma descansa somente em Deus; dele vem a minha salvação. Salmos 62:2 Somente ele é a rocha que me salva; ele é a minha torre segura! Jamais serei abalado! Apoie Nosso Trabalho Faça agora uma contribuição para que possamos continuar espalhando a palavra de Deus. Clique no botão abaixo: Salmos 23:4 Ainda que eu ande pelo vale da sombra da morte, não temerei mal nenhum, porque tu estás comigo; o teu bordão e o teu cajado me consolam. Salmos 91:1 Aquele que habita no abrigo do Altíssimo e descansa à sombra do Todo-poderoso Salmos 91:2 pode dizer ao 91:2 Conforme a Septuaginta. O Texto Massorético diz Direi do. Senhor: Tu és o meu refúgio e a minha fortaleza, o meu Deus, em quem confio. Salmos 55:22 Confia os teus cuidados ao Senhor, e ele te susterá; jamais permitirá que o justo seja abalado. Salmos 27:1 O Senhor é a minha luz e a minha salvação; de quem terei temor? O Senhor é o meu forte refúgio; de quem terei medo? Salmos 46:1 Deus é o nosso refúgio e a nossa fortaleza, auxílio sempre presente na adversidade. Apoie Nosso Trabalho Faça agora uma contribuição para que possamos continuar espalhando a palavra de Deus. Clique no botão abaixo: Mateus 11:28 “Venham a mim todos vocês que estão cansados e sobrecarregados, e eu lhes darei descanso. I Pedro 5:7 Lancem sobre ele toda a sua ansiedade, porque ele tem cuidado de vocês. Romanos 8:28 Sabemos que Deus age em todas as coisas para o bem daqueles que o amam, 8:28 Alguns manuscritos dizem Sabemos que todas as coisas contribuem juntamente para o bem dos que amam a Deus; outros trazem Sabemos que em todas as coisas Deus coopera juntamente com aqueles que o amam, para trazer à existência o que é bom, com os que foram. dos que foram chamados de acordo com o seu propósito. Romanos 15:13 E o Deus da esperança encha vocês de toda alegria e paz na fé que vocês têm, para que sejam ricos de esperança no poder do Espírito Santo. O Salmo 23 é um oásis de tranquilidade na Bíblia, veja o que ele diz: “O Senhor é o meu pastor; nada me faltará… Ainda que eu ande pelo vale da sombra da morte, não temerei mal nenhum, porque tu estás comigo”. Este versículo nos lembra que, independentemente das circunstâncias, podemos confiar na proteção divina, encontrando consolo em nossa fé. Filipenses 4:6 Não vivam preocupados com coisa alguma; em vez disso, orem a Deus pedindo aquilo de que precisam e agradecendo-lhe por tudo que ele já fez. Filipenses 4:7 Então vocês experimentarão a paz de Deus, que excede todo entendimento e que guardará seu coração e sua mente em Cristo Jesus. Estes versículo nos ensinam a entregar nossas preocupações a Deus, encontrando uma paz que vai além da compreensão humana. Mateus 11:28 “Venham a mim todos vocês que estão cansados e sobrecarregados, e eu lhes darei descanso. Mateus 11:29 Tomem sobre vocês o meu jugo. Deixem que eu lhes ensine, pois sou manso e humilde de coração, e encontrarão descanso para a alma. Mateus 11:30 Meu jugo é fácil de carregar, e o fardo que lhes dou é leve”. Nestas palavras de Jesus, encontramos um convite reconfortante para buscar alívio em Sua presença, mesmo nos momentos mais desafiadores. Salmos 34:17 O Senhor ouve os justos quando clamam por socorro; ele os livra de todas as suas angústias. Salmos 34:18 O Senhor está perto dos que têm o coração quebrantado e resgata os de espírito oprimido. Apoie Nosso Trabalho Faça agora uma contribuição para que possamos continuar espalhando a palavra de Deus. Clique no botão abaixo: Apoie Nosso Trabalho Faça agora uma contribuição para que possamos continuar espalhando a palavra de Deus. Clique no botão abaixo: Este versículo destaca a proximidade de Deus nos momentos de angústia, oferecendo alívio àqueles que clamam por sua ajuda. Isaías 40:31 Mas os que confiam no Senhor renovam suas forças; voam alto, como águias. Correm e não se cansam, caminham e não desfalecem. Estas palavras nos inspiram a confiar na paciência e na renovação que vêm da confiança em Deus, mesmo diante das adversidades. Acalmar: verbo intransitivo, transitivo direto e pronominal.Tornar calmo; deixar tranquilo; pacificar: música para acalmar; acalmar os ânimos; a mãe não se acalmou diante da injustiça na escola.Deixar de possuir a mesma intensidade ou deixar menos intenso, mais manso, tênue; atenuar, amansar: as medidas do governo acalmaram a crise; a chuva acalmou; sua raiva se acalmou com o tempo.verbo transitivo direto[Figurado] Tornar pacífico; livrar de confusões e brigas; pacificar: acalmar os ânimos dos manifestantes.Etimologia (origem da palavra acalmar). O verbo acalmar deriva da junção do prefixo a-, da palavra calma, e do sufixo verbal -ar. Aquieta minh’alma – Zoe Liberta-me de mim – Luma Elpídio Olharei para o alto – Midian Lima Sei é bem assim – Elaine Martins Leia também: Ao explorar esses versículos que acalmam o coração, somos lembrados de que, independentemente dos desafios que enfrentamos, há uma fonte inesgotável de paz quando encontramos Jesus. Que essas palavras inspirem serenidade em sua alma e ofereçam um refúgio seguro nos momentos tumultuados da vida. Convido você a compartilhar esses versículos com amigos e familiares, espalhando a mensagem de esperança e consolo. Comente abaixo e nos conte como essas palavras impactaram sua vida. Até a próxima! Deus te abençoe! Apoie Nosso Trabalho Faça agora uma contribuição para que possamos continuar espalhando a palavra de Deus. Clique no botão abaixo: A oração é uma das práticas mais poderosas e transformadoras na vida de um cristão. Através da oração, nos conectamos com Deus, expressamos nossas necessidades, agradecimentos e buscamos orientação. A Bíblia está repleta de versículos que destacam a importância e o poder da oração. Estes versículos nos lembram que Deus nos ouve, nos responde e… Jesus acalma a tempestade! Na trajetória terrena de Jesus, um momento extraordinário e cheio de ensinamentos aconteceu: quando Ele acalmou a tempestade. Este episódio, registrado nos evangelhos, não apenas revela a natureza divina de Cristo, mas também oferece uma poderosa mensagem de confiança de que, mesmo em meio as tempestades da vida, temos a presença… O que é fé segundo a Bíblia? Sabemos que precisamos crer e confiar em Deus, mas o que de fato a Bíblia nos fala sobre fé? Esse pode ser um dos questionamento mais frequentes por muitas pessoas, por isso neste artigo, vamos explorar o que a Bíblia diz sobre a fé, descobrindo um poder incrível… A preocupação é um fardo com o qual muitos de nós carregamos diariamente. Ela pode roubar nossa paz, prejudicar nossa saúde e nos manter acordados à noite. No entanto, devemos nos lembrar de que servimos um Deus vivo que nos ama e cuida de nós. Por isso, devemos entregar todas as nossas preocupações e angústias… wpDiscuz É normal se desesperar ao passar por momentos difíceis. Nessas horas, lembre-se que não há dor que dure para sempre e logo a alegria vai aparecer novamente em você. Por isso, confira frases para acalmar o coração que são como um abraço apertado! Compartilhe com as pessoas queridas que estão precisando desse consolo. Frases para acalmar o coração que são como um abraço apertado Quando você se permitir o que merece, atrairá o que precisa. Forte não é ser imune à dor. É seguir, apesar dela. Vai passar. Apesar dos ventos que sopram contrários e de toda a dor, porque a força que habita em você é maior que tudo. Nenhuma tempestade dura para sempre. Mesmo sabendo que um dia chega o fim, não tem como se preparar para perder alguém. Sinto muito, que seu coração seja confortado. Nem sempre a vida é bela, mas estarei ao seu lado para tentar deixar as coisas mais fáceis. Força! Lembre-se, tudo é passageiro. Logo a dor em seu coração dará espaço para a felicidade. Às vezes as coisas dão errado, mas a vida sempre reserva oportunidades incríveis para recomeçar. Às vezes tem que doer como nunca para não doer nunca mais. Os sonhos servem para nos devolver as asas que a vida corta. Respira fundo! Pela frente ainda tem muito mundo. Estou sempre ao seu lado e jamais te abandonarei, tenho certeza que você encontrará alegria em seu coração. Respire e tenha em mente que mal algum é maior que um coração forte e bondoso. Não se desespere, as lágrimas que hoje estão caindo ajudarão você a superar os desafios de amanhã! Dia após dia as coisas vão se ajeitando e a alegria reinará novamente em você. Deixe que a vida faça com você o que a primavera faz com as flores. Você é forte e já enfrentou tanta coisa, esse é apenas mais um desafio que você vai superar! Não desista agora. Muita gente está se inspirando em você! Um ciclo se fecha para outro se iniciar, assim é a vida. Entrego, confio, aceito e agradeço. Que toda cura que você necessita, seja física, emocional ou espiritual, chegue em você neste momento. Deus está cuidando de tudo! Não se esqueça de recarregar suas energias. O descanso é tão importante quanto o trabalho duro. Acalme o seu coração, o que é seu encontrará o caminho até você. Perca a pressa de viver, às vezes aquilo que deu errado vai te levar mais longe do que você imagina. Minha felicidade é ver você sorrindo novamente. Não descanso enquanto não cumprir essa missão. A autoestima genuína é o que sentimos sobre nós mesmos quando tudo não está bem. Mais depressa do que supõe, você terá a resposta e o consolo que necessita. Como a fênix que renasce de suas próprias cinzas, você é capaz de recomeçar apesar de tudo. Acredito em você! Dar tudo de si não significa fazer tudo sozinha. Conte comigo neste momento! As mudanças inesperadas nos levam a destinos inimagináveis. Confie no processo! Seja como as flores, que em cada primavera se renovam. Quando tudo estiver nublado, chova. As águas sempre limpam o caminho para um céu limpo surgir novamente. O poder de acreditar é incrível. A solução não cai do céu, mas a sua força pode vir de lá. Você é merecedora de todos os lindos sonhos que guarda em seu coração. Não se sabote! Que todo bem te siga, te encontre e permaneça contigo. Enquanto você tiver forças para recomeçar, nada será o fim. Coração em paz floresce mesmo sozinho. Como o arco-íris depois da chuva, a alegria reaparece depois da dor. Agora que você já leu essas frases, certamente consegue respirar com um pouco mais de tranquilidade. Continue assim com as nossas frases de afeto e carinho. Cerca de 712 frases para Acalmar o Coração° ✿ ° ... calma e inspiração ... há momentos em que o coração da gente precisa daquele silêncio na alma para poder ouvir as respostas de Deus para as nossas perguntas ! ° ✿ °Pratique sempre a calma em seu coração, as respostas sempre aparecem nos momentos de serenidade!Então liguei pro meu velho amigo de sempre. E ele veio correndo, consertar meu coração, acalmar meus medos. E disse que nada mudou, foram 56 mil anos mas nada mudou. Ele ainda está aqui pra mim.Gosto da forma como você acelera meu coração, e de quando você o acalma também.Meu amigo, minha amiga, tudo passa, já dizia uma canção. Aguente firme, acalme seu coração. Mantenha a fé, dias melhores virão.As maiores decisões são tomadas nos momentos de calma e tranquilidade quando o coração busca auxílio Divino.A vida embala vosso coração com o sopro divino. Há momentos de brisa calma que acalanta com ternura os dias de fragilidade, até que chega o vento de renovar, desalinha teus cabelos e joga pétalas de flores diante de ti e diz: vai, Eu sou contigo. Anima-teQueria amar sem sofrer, com calma... mas não tem jeito, eu não sou assim... Sou passional em tudo que sinto, em tudo que faço...Desabafar com a melhor amiga, acalma o coração, alegra o dia. Você vê que nem tudo está perdido, enxerga as coisas por outro ângulo. Enfim, amizade é essencial.sossegue coração ainda não é agora a confusão prossegue sonhos afora calma calma logo mais a gente goza perto do osso a carne é mais gostosaDeus acalma o nosso coração mesmo nos dias mais difíceisVai com calma, coração... Preciso dar um tempo pra minha cabeça e uma folga para as minhas emoções..."Calma coraçao...foi só uma troca de olhares" Carrego dentro de mim dois Corações... Um é Tufão.. o outro calmaria. Um encara a Realidade O outro vive de Poesia.Acalme-se, amor, ainda caminharemos juntos, mãos dadas, corações grudados, pôr do sol a frente e o amor transbordando na gente.Acalma o coração que vai dando certo com leveza, calmaria, oração e gratidão.Tchê, acalma esse teu coração ansioso que as coisas vão dar certo vivente, é só esperar. Participe do canal do Pensador no WhatsApp Direto ao Ponto Acalma o teu coração Como acalmar o coração? Mais forte a cada desafio Em momentos difíceis, lembre-se de que as tempestades passam, e o sol sempre volta a brilhar. A vida é uma jornada repleta de altos e baixos, mas cada desafio nos fortalece. Confie no processo e tenha fé no seu próprio poder de superação. Você é mais forte do que imagina, por isso, acalme o seu coração, respire fundo e siga em frente, pois a esperança é a luz que guia nosso caminho. Copiar Compartilhar Isso vai passar Calma. É isso que vim pedir a você: tenha calma. Como dizem por aí, a morte é a única coisa para qual não tem remédio. Então peço que você se acalme um pouco e erga a cabeça para enfrentar esse problema que surgiu. Se estiver realmente precisando se distrair um pouco e sem pensar nos problemas que estão atribulando o seu coração, que tal pegar um bom livro para se distrair um pouco. Se quiser, posso recomendar alguns. Distraia-se e mantenha a calma! Copiar Compartilhar No final, tudo dá certo! Não se preocupe com as coisas do cotidiano, tampouco fique ansioso por aquilo que está por vir. Não atropele os processos nem tome a frente daquilo que é para ser deixado para trás. Viva cada dia como se fosse o último, resolva as pendências que aquele dia trouxer e viva o presente plenamente. O futuro está nas mãos de Deus, por isso acalme o seu coração. No final, tudo dará certo! Copiar Compartilhar Ouça nossa playlist enquanto lê! Spotify ouça a playlist Copiar Compartilhar Um dia de cada vez É difícil acalmar o coração, mas saiba que se preocupar com as coisas que podem vir não é a melhor opção. O futuro não está nas suas mãos, mas o presente está. Por isso, se for para correr por algo, que você corra para viver o tempo perdido. O presente é uma dádiva de Deus, por isso não o desperdice com medo ou receio do amanhã. Tudo vai dar certo, basta viver um dia de cada vez. Copiar Compartilhar Vai chegar! Esse momento que você tanto espera vai chegar, tenha certeza. O que está acontecendo agora faz parte do processo, você precisa encarar algumas coisas para estar mais forte e preparado para quando o seu momento chegar. Não desista! Copiar Compartilhar Tudo está em movimento Para acalmar seu coração, respire fundo e pense que tudo de ruim que você pode estar passando é apenas uma fase. No Universo, não há nada que seja permanente. Tudo está em movimento, o tempo inteiro. Essa fase há de passar, e você vai conseguir realizar tudo de bom que você tem em mente! Então, busque não se estressar com os problemas, receba o aprendizado que este momento tem para te passar e enfrente os obstáculos de cabeça erguida! Copiar Compartilhar Mantenha o coração tranquilo e a mente acordada Toda vez que você estiver passando por algum momento difícil ou desafiador, busque acalmar o seu coração. De nada adianta ficar nervoso ou estressado — isso, com certeza, não fará o problema sumir nem diminuirá seus efeitos sobre a sua vida. Acalmando os ânimos, você consegue pensar melhor em tudo o que precisa transformar para que possa vencer o obstáculo! Portanto, o melhor conselho é: mantenha o coração tranquilo e a mente acordada! Copiar Compartilhar Repensar Tudo pelo que você tem passado é necessário para moldar uma pessoa incrível. A cada obstáculo, você vai ver como pode ser ainda mais forte e como é capaz de resolver qualquer problema. A vida traz grandes aprendizados. Sem eles, não haveria a menor graça. Portanto, quando pensar em desistir de algo que deseja muito, por favor, repense e não desista. Você é capaz de muita coisa! Copiar Compartilhar Tenha calma "O esquema é ter calma. A vida inteira é feita pra ser feliz, abra os Olhos pro que o coração te diz!" Karol Conká Copiar Compartilhar Pensamentos motivadores Não interessa qual seja o problema que aflige seu coração, acredite em si acima de qualquer pensamento negativo. Antes de pensar somente nas possibilidades de algo dar errado, tente buscar pensamentos motivadores, pois eles são os únicos capazes de te dar força e vontade para vencer qualquer conflito. Leve cada desafio como um aprendizado, pois, lá no fundo, é isso que eles realmente representam. Copiar Compartilhar Céu azul Tudo passa. As coisas boas passam, as ruins também. O mundo está em constante movimento, assim como nossas emoções e nossos corpos físicos. Para acalmar o coração, o segredo está em como nos ajustamos a essas mudanças e como respondemos ao sofrimento. A calma é essencial para encararmos a vida. A calma e a resignação são uma boa combinação para sairmos da tempestade com sucesso e podermos olhar pro céu azul novamente e sorrir. Copiar Compartilhar Deus acalma nosso coração "Deus acalma o nosso coração mesmo nos dias mais difíceis." Salmos 107.29 Copiar Compartilhar Eterna companhia Você é suficiente, suas emoções são suficientes, suas atitudes são suficientes. Não se apegue à necessidade de querer agradar aos outros. Para acalmar o coração, você não precisa ser nada do que não é pelos outros. Faça tudo por você. Se acha que tem que mudar e melhorar atitudes, faça porque você acha, não pelo conforto de terceiros. Você é quem mais precisa estar confortável, pois os terceiros uma hora desaparecem, mas você é sua eterna companhia. Copiar Compartilhar Você também pode gostar Coisas que você pode fazer para se acalmar Frases para acalmar a alma A palavra de Deus acalma Acalmar a alma Frases para acalmar a mente A música me acalma A vida brilha e pulsa Sei que momentos turbulentos fazem parte do dia a dia de qualquer um. Mas a vida pulsa de uma forma tão bonita que nos brinda com momentos de calmaria e contemplação. Como é bom viver! Como é bom estar em paz, em equilíbrio! E isso você consegue quando olha para si com amor, afeto e gratidão. Não deixe o caos se tornar o senhor do seu destino. Abrace a paz e o perdão e siga em frente, mesmo em meio aos furacões da vida. Copiar Compartilhar A vida é justa Uma das poucas coisas que podemos ter certeza na vida é de que ela é justa. Não importa que tenham tentado te ferir, tenham te magoado ou te deixado para trás, a vida sempre cobra e dá o troco para quem merece. Você é uma pessoa boa, de bom coração, existem muitas coisas incríveis à sua espera. Copiar Compartilhar Abra-se para o perdão Acalmar o coração é uma ação que mais que frequentemente passa pela prática do perdão. Perdoar si mesmo, perdoar os outros, perdoar até o sofrimento, a culpa e as falhas… não que você deva esquecer tudo. Mas passe a olhar com mais indulgência para todas as coisas e pessoas. Um olhar de compaixão favorece a capacidade de perdoar. E isso nos conduz a uma vida leve, a um coração apaziguado. Copiar Compartilhar Existe força dentro de você É difícil enfrentar o que você está passando. Os seus sentimentos são válidos e importantes; nem imagine o contrário disso. Mas ainda que tudo pareça muito horrível agora, tenha certeza de que existe força dentro de você. Isso porque você já venceu todos os dias ruins da sua vida e chegou até aqui. No futuro, você vai se lembrar desta ocasião com muito orgulho por ter enfrentado cada dificuldade de cabeça erguida. Copiar Compartilhar Nada mudou "Então liguei pro meu velho amigo de sempre. E ele veio correndo, consertar meu coração, acalmar meus medos. E disse que nada mudou, foram 56 mil anos mas nada mudou. Ele ainda está aqui pra mim." Tati Bernardi Copiar Compartilhar Eu te entendo Eu te entendo e sei pelo que está passando agora. Acredite, muitas outras pessoas passam pelo mesmo e não desistem. Tenha calma, porque as coisas vão melhorar para você e você ainda terá muitos motivos para sorrir. Todo mundo precisa enfrentar uma tempestade de vez em quando. Exercite sua compreensão por meio destas frases! Copiar Compartilhar Frases sobre o equilíbrio pessoal A vida pede calma Controle a ansiedade A ansiedade muitas vezes toma conta de nós e é realmente um sentimento difícil de controlar. Mas lembre-se de que não podemos acelerar o tempo e temos que aceitar que tudo tem um tempo para acontecer. Respire profundamente, tentando acalmar o seu coração. Cada vez que expirar, jogue fora um pouco dessa ansiedade e suas angústias, pois elas não te levam a lugar algum. Copiar Compartilhar Tudo passa Você tem passado por momentos difíceis, e isso está deixando o seu coração inquieto. Mas tudo vai melhorar, sempre há uma saída, um caminho para te tirar da escuridão. E veja, você não está sozinho, tem muita gente que te ama e quer te ver bem, e não vai te abandonar neste momento. Tudo nesta vida passa, mesmo os momentos dolorosos, mesmo aqueles que são angustiantes. Copiar Compartilhar Caminhada Essa sua caminhada cheia de altos e baixos não está no melhor dos momentos. Parece que você rolou de uma ladeira e está cansado de tanto perder, porém não desista! Há muito mais força dentro de você do que você possa imaginar. Não precisa ter pressa, só paciência e esse poder vai se revelar. Fortaleça sua alma com confiança e logo você estará sorrindo novamente! Copiar Compartilhar Assista ao nosso vídeo Copiar Compartilhar Tudo tem sua hora Eu sei que esse momento pode estar um pouco difícil, mas acalme-se! Tudo tem sua hora e o seu momento vai chegar. Não importa que agora tudo pareça complicado e você não veja esperança de melhora. Com o tempo, tudo vai para o seu devido lugar. Não se desespere e nem deixe o coração ficar preocupado. 25 dicas perfeitas para dar uma pausa em tudo e relaxar Copiar Compartilhar Você também acalma meu coração "Gosto da forma como você acelera meu coração, e de quando você o acalma também." Caio Fernando Abreu Copiar Compartilhar O que é seu O que é seu ninguém tira, lembre-se disso. Por mais que o seu coração esteja triste e pensando que nada vá funcionar, que a sua hora não chega, não se esqueça de ninguém toma o que é seu por direito. Deus escreve certo por linhas tortas. Copiar Compartilhar O Sol vai brilhar Os golpes que você tomou machucaram o seu coração, é verdade. Não é preciso esconder sua tristeza, mas acredite que ela não é eterna. Ainda que você chore agora, vai sorrir de novo. O Sol vai brilhar novamente em sua alma e você será feliz, sorrirá sem motivo e se apaixonará pela beleza do mundo ao seu redor. Basta permitir, pois essa felicidade vai crescer cheia de vida dentro de você. Copiar Compartilhar Pise no freio Um dos ensinamentos mais importantes que podemos absorver é: viva um dia de cada vez! Não há motivos para tanta pressa. O caminho que nos leva até nossos sonhos é lindo, por isso aproveite a paisagem e não se desespere em chegar logo ao destino final! Quando nos preocupamos demais, acabamos nos distraindo do que realmente importa, então pise no freio, respire fundo e mantenha a calma! Copiar Compartilhar Todo o meu coração "Quando amo Eu devoro Todo o meu coração Eu odeio Eu adoro Numa mesma oração." Chico Buarque Copiar Compartilhar Para cuidar Em breve, alguém especial entrará em sua vida para cuidar bem de seu coração, que já está cansado da solidão e do sofrimento. Alguém que vale a pena e que vai te fazer muito feliz, sem sombra de dúvidas. Copiar Compartilhar Tudo bem não estar bem É normal que você esteja se cobrando para se sentir bem de novo. Todas as pessoas fazem isso porque precisamos respeitar os compromissos e as obrigações delas ou porque nos sentir mal é cansativo e difícil. Mas saiba que está tudo bem não estar bem. Amanhã você já vai se sentir um pouco melhor do que hoje, e assim por diante. Então não se pressione para recuperar seu bem-estar antes da hora. Use esse tempo para processar o que você sente! Copiar Compartilhar Não afeta Inveja, mau olhado e fofoca não afetam quem não as deixa entrar. Não acredite nessas coisas e tenha em mente que Deus é maior que tudo isso. O momento difícil não é culpa de ninguém, a vida é feita de fases. Por isso, não desista, um fase boa está a caminho. Copiar Compartilhar Pessoa boa O universo sempre se encarrega de levar o melhor àquelas pessoas que espalham amor e positividade, por isso acalme seu coração! Pessoas boas como você recebem cada atitude em dobro. Tenho certeza de que o que é seu logo retornará. Sei que nem sempre é fácil pensar dessa forma quando estamos em uma situação difícil, mas acredito na sua força! Mantenha a calma. Copiar Compartilhar Coração de Deus "A oração é a vereda silenciosa que nos conduz diretamente ao coração de Deus; é o respiro da alma que nos doa novamente paz nas tempestades da vida!" Papa Bento XVI Copiar Compartilhar Montanha russa A vida é uma grande montanha-russa feita de altos e baixos. Um dia tudo pode estar indo bem e no outro simplesmente desmoronar, e tá tudo bem! Você não precisa ter apenas dias bons! Acalme o seu coração e aprenda a tirar o melhor ensinamento de cada situação. Deus nunca nos dá um fardo mais pesado do que podemos aguentar, então siga em frente e tudo ficará bem. Copiar Compartilhar Quem faz por merecer Quem faz por merecer sempre encontra o que quer. Nada cai do céu. Deus está vendo as suas batalhas e todo seu esforço para conquistar seus objetivos, para transformar seus sonhos em realidade. Acredite, ele reservou surpresas maravilhosas para você, porque sabe que você é batalhador. Copiar Compartilhar Calma! Calma! Para quê tanto desespero? Não gaste tantas energias se preocupando com coisas que não cabem a você! O destino e o futuro a Deus pertencem e nele nós não podemos intervir. Coloque suas forças em outras coisas e seja feliz! Copiar Compartilhar Fica na paz Não importa o quão difíceis as coisas estejam, um futuro brilhante te aguarda. A única coisa que você precisa fazer para chegar até ele é não desistir e continuar de cabeça erguida sem medo das adversidades que possam surgir no caminho. Não se esqueça de que muitos torcem pelo seu sucesso. 15 motivos que o convencerão de manter a calma Copiar Compartilhar Felicidade A felicidade não tem receita, mas só de você tirar alguns sentimentos ruins de seu coração já fica mais fácil encontrá-la. Muitas vezes nós mesmos trazemos para perto energias negativas que afetam toda a nossa vida. Deixe seu coração em paz, faça uma limpeza dessas coisas ruins! Copiar Compartilhar Com fé Com fé, você vai mais longe. Use dela também para acalmar seu coração e lembrá-lo que as coisas vão melhorar. Sei que o que você passou não foi fácil, que dói e que foi uma grande mágoa. Mas o tempo tem o poder de curar todas as feridas e com você não será diferente. Relaxe, tente esquecer disso e siga em frente, deixando que Ele cuide de tudo. Copiar Compartilhar Um coração que escuta Deus "A oração torna nossos corações transparentes e só um coração transparente pode escutar a Deus." Madre Teresa de Calcutá Copiar Compartilhar Você pode Você pode, sim, vencer os medos e obstáculos que aparecem diariamente. O primeiro passo é tirar a sensação que o medo traz para seu coração. Ele é a sua maior força e só você pode livrá-lo disso. Não o sobrecarregue com tantas coisas ruins ao mesmo tempo. Copiar Compartilhar Que assim seja Quando aprendemos a respeitar as vontades de Deus, as coisas se tornam mais fáceis. É como se todo aquele peso que carregamos no ombro sumisse e um lindo dia de sol se abrisse. Algumas coisas são maiores do que a nossa compreensão pode captar. Copiar Compartilhar Livre arbítrio Você pode optar por ver o livre-arbítrio como um presente ou uma maldição. Por que não pensar positivo? É animador saber que temos a possibilidade de desenhar uma vida inteira da forma que queremos. É a arte se fazendo presente na vida real, permitindo que sejamos os atores principais de uma enorme e inspiradora peça e que possamos traçar o roteiro à nossa maneira. Claro, alguns percalços podem aparecer e ameaçar o espetáculo, mas é nessa hora que aplicamos nossa inteligência e damos a volta por cima, mostrando que nada pode atrapalhar nossos planos e que, claro, o show deve continuar! Leve calma para dentro de sua alma! Confira nossas frases e revigore-se de dentro para fora Copiar Compartilhar Além Um coração ferido não é curado por um outro amor. Esqueça isso. O único amor que pode curar um coração é o amor-próprio. Aprenda a se amar mais e a enxergar suas qualidades, que a paz que seu coração pede virá depressa. Copiar Compartilhar Nada vale mais que sua paz! Conselhos para uma vida mais leve Buscando conforto Para acalmar o coração Por vezes, o desespero decide tomar conta e nos sentimos impotentes na hora de combatê-lo. Não se acanhe, a mente é uma ferramenta poderosa! Busque conforto na ideia de que absolutamente tudo que vemos, sentimos ou vivemos é passageiro, até mesmo as dores e as angústias. Seus sentimentos são instáveis, e a tristeza de hoje é a felicidade de amanhã! Lembre-se de que uma mesma árvore exibe galhos nus em uma estação e, em outra, esbanja copas floridas. Não apresse seus processos e respeite seu tempo, suas vontades. Copiar Compartilhar Tudo são fases É ok não estar sempre ok. A vida é feita de ciclos e nem sempre eles serão tão alegres. Entretanto é importante que você saiba que passará. Seja gentil consigo mesmo e não se cobre um sentimento que não lhe cabe no momento. Copiar Compartilhar Sonhos afora "Sossegue coração ainda não é agora a confusão prossegue sonhos afora calma calma logo mais a gente goza perto do osso a carne é mais gostosa." Paulo Leminski Copiar Compartilhar Já é um vencedor Você venceu todas as suas piores batalhas até aqui. Permita-se um tempo a sós consigo mesmo! Usufrua sua companhia, enalteça sua força interior e admire sua capacidade de vencer os obstáculos que, vez ou outra, insistem em aparecer. Treine um olhar mais positivo e enxergue esperança onde há escuridão! Copiar Compartilhar Sobrevivente Para acalmar o coração Repare em si mesmo. Olhe para dentro por alguns segundos e permita-se admirar o que vê. Você foi o sobrevivente da primeira grande corrida a que todos nós somos expostos: a corrida da vida. Foi o escolhido para desenvolver-se no útero de sua mãe, crescer e ser a melhor versão possível de si. As situações nem sempre parecem muito favoráveis para nós, mas não se deixe abalar. Orgulhe-se de tudo! Orgulhe-se de quem você é, de quem você foi e de quem ainda será. Quando jogamos positividade e gratidão para o Universo, ele nos banha em vitórias como retribuição. Fique calmo e perceba como a vida é um verdadeiro milagre! Copiar Compartilhar Conquistas O tempo do outro não é o mesmo que o seu! Não é porque seu amigo concluiu uma faculdade aos 21 anos que você, automaticamente, estará "atrás" dele por isso. A vida não é uma corrida! Temos nosso próprio tempo, nossas próprias limitações e nossas próprias qualidades. As conquistas de outras pessoas podem servir de inspiração, mas nunca de régua para medir sua capacidade. Copiar Compartilhar O presente é um presente Para acalmar o coração Ei, para que essa pressa toda? Quando nos apressamos, perdemos toda a atenção das delícias que o momento pode nos oferecer. Repare a paisagem que o ronda, as pessoas ao seu redor, os detalhes que permeiam tudo que há à sua volta. O presente é um presente! Aproveite-o enquanto não se torna passado. Copiar Compartilhar Paz e calma na alma Frases de filosofia zen Sem desespero "Acalma esse coração, pequena, que desespero nunca resolveu problema." Caio Fernando Abreu Copiar Compartilhar Não é fácil Para acalmar o coração Sua jornada não está sendo fácil, sabemos disso. Cada pedra no caminho parece bloquear a visão das coisas maravilhosas que o aguardam ao final desta estrada, cegando-nos perante o destino brilhante que o espera. Não há obstáculo que você não seja efetivamente capaz de vencer! Tenha perseverança e, acima de tudo, calma para analisar e tomar suas decisões corretamente. Sua história há de ser escrita da melhor maneira possível e, um dia, servirá de inspiração para alguém. Copiar Compartilhar Relógios diferentes Aceite: seu relógio se movimenta em um ritmo diferente que de seus colegas, parentes ou ídolos. Não são suas conquistas atuais as responsáveis por determinar seu sucesso, e sim o quanto você se esforça para atingir cada objetivo traçado. O combustível de um sonho é a sua vontade de realizá-lo. Tire-o da mente e do papel e coloque-o em ação. Afinal, o que o diferencia de quem já alcançou o sucesso? Com calma, as coisas se ajeitam. Busque auxílio nestas incríveis frases! Copiar Compartilhar Neste artigo, você encontrará mensagens inspiradoras que trazem paz e serenidade ao coração. Palavras que confortam, motivam e ajudam a enfrentar os desafios da vida, promovendo um estado de tranquilidade e esperança. Deixe-se envolver pela suavidade dessas mensagens.Respire fundo, a serenidade está a um pensamento de distância.Cada tempestade passa, e o sol sempre volta a brilhar.O amor que você busca está dentro de você, deixe-o fluir.Acalme sua mente, seu coração sabe o caminho.Em meio ao caos, encontre seu porto seguro.Permita-se sentir, mas não se afogue nas emoções.A paz que você procura começa no silêncio da sua alma.Deixe que a gratidão preencha seu coração.A vida é feita de momentos; escolha os que aquecem seu ser.Lembre-se: você é mais forte do que qualquer desafio.Dê a si mesmo um momento de pausa e respire a calma.O amor próprio é a chave para a tranquilidade interior.Flua como um rio e não deixe que obstáculos te detenham.Confie no processo; tudo acontece no tempo certo.Abandone os pesos do passado e abrace o presente.Sua luz interior é mais poderosa do que você imagina.Cada dia é uma nova chance para recomeçar.Acolha suas emoções, elas são parte do seu caminho.Em silêncio, renove suas energias e encontre sua paz.Toda noite é seguida de um novo amanhecer.A beleza da vida está nas pequenas coisas; valorize-as.A tristeza pode ser passageira; abra-se para a alegria.Cultive pensamentos positivos e veja seu mundo se transformar.A verdadeira força vem de um coração tranquilo.Permita-se ser humano, e encontre a paz na imperfeição.A mensagem acalma teu coração é importante porque nos lembra da necessidade de encontrar momentos de tranquilidade em meio ao caos e à agitação da vida cotidiana. Em tempos de estresse, incerteza ou ansiedade, essa mensagem serve como um convite à reflexão e ao autocuidado, promovendo a conexão com nossas emoções e a busca por serenidade. Ao acalmar o coração, conseguimos clarear a mente, tomar decisões mais conscientes e cultivar relacionamentos mais saudáveis. Além disso, essa mensagem nos encoraja a praticar a empatia e a compaixão, tanto conosco quanto com os outros, criando um ambiente mais harmonioso e acolhedor. Em suma, acalma teu coração é um lembr