

L'ALBERO DELLE NUOVE RELAZIONI

Canta.

Cammina. Sorridi a tutti.

Saluta per primo chi incontri per la strada.

Dì a qualcuno "ti voglio bene". Sappi scherzare con te stesso.

Perdona o dimentica il male ricevuto. Abolisci la parola "rancore" dal tuo vocabolario.

Regalati ogni giorno dieci minuti di silenzio. Parla con Dio, getta in Lui ogni tuo affanno.

Permettiti di sbagliare. Chiedi aiuto. Spegni il televisore ogni tanto e dialoga con chi ti sta vicino.

Comportati gentilmente. Mantieni le promesse fatte. Ricorda compleanni e onomastici.

Leggi un buon libro. Cambia pettinatura. Ascolta la vicina sola che ti blocca quando avresti cento altre cose da fare.

Fermati a contemplare il cielo. Ringrazia Dio per il Sole. Lasciati guardare da un fiore, dalle nuvole, dalle stelle.

Nascondi i tuoi crucci. Dimostra la tua felicità. Accetta un complimento. Fatti un regalo. Canta mentre fai la doccia.

Lascia che qualcuno abbia cura di te. Aiuta un ammalato. Impedisciti, per un giorno, di dire "non posso".

Guarda un fiore con attenzione. Accarezza un bambino. Dai una pacca sulla spalla di un amico.

Vivi con intensità il momento presente. Compi le tue azioni come se fossero dei piccoli capolavori.

Pratica il coraggio e la fedeltà nelle piccole cose. Fai il tifo per la tua squadra. Cerca di essere te stesso.

Impara ad ascoltare. Chiedi scusa, se lo ritieni giusto e opportuno. Lascia perdere i pettegolezzi.

Sii un incorreggibile ottimista. Porta a compimento un impegno con lo stesso entusiasmo degli inizi.

Osserva le gemme che si dischiudono e ascolta il respiro del vento tra le fronde degli alberi.

Quando sei giù di corda, ascolta la musica leggera e se hai desiderio, mettiti a ballare.

Fai la spesa per il vicino anziano. Coltiva un hobby che ti piaccia. Fai un favore.

Fai sentire "benvenuto" chi viene a trovarti.

Sii amorevole verso tutti.

Fidati degli altri.

Perdonati.

Impegnati

a vivere con

passione:

nulla di grande

si fa senza di essa.

Non sentirti solo. Credi che in ogni cuore c'è un germe di bontà e di bene da scoprire.

Pensa agli ostacoli come occasioni per sviluppare qualità.

Persegui sempre, nonostante tutto, il tuo ideale di buono, di vero e di bello.