



Por Nestor Soares  
Tupinambá

[18/05/2017 - Fractal](#)

Diz um ditado budista: “Quer fazer os deuses rirem? Conte seus planos a eles”. Eles insistem que, ao menos em sua vida pessoal, você não tem controle. Alinha-se a outro dístico que afirma que vivemos em dois dias que não existem: o de ontem e o de amanhã. Isso significa que, se você quer controlar a sua vida deve viver o momento presente. E viva-o da melhor maneira possível. Você está lavando pratos? Lave-os como se fosse o ato mais importante de sua vida. Segundo os budistas isso é meditação, prática tão em moda hoje e que achamos nunca ter tempo para praticá-la. Talvez seja essa opção uma boa alternativa para nossos dias atribulados: concentração em tudo que fizermos.