

# BAIÃO DE DOIS



Andréa dos Santos Lima

1ª Edição – Minas Gerais – Brasil - 2013  
Direitos reservados em nome da autora.

“Na busca de novas realidades sempre nos deparamos com antigas verdades. É assim que comparamos e somos capazes de perceber as diferentes ações que direcionam uma experiência para o sucesso ou fracasso”.

Andréa S. Lima



Para todos aqueles que acreditam  
no amor como forma de expressão  
mais sublime da vida!

## Sumário

A felicidade habita em mim.....	10
Por Que Brigar .....	19
O quanto julgamos quando brigamos .....	23
Ao temperador cabe a responsabilidade do melhor sabor.....	26
Melhor bem acompanhado do que bem vestido.....	30
Valorize mais os prós para não dar força aos contras.....	36
O poder do elogio.....	42
Entre o desejo e o querer.....	45
O que se faz por si e pelo outro.....	49
Acabe com o “ex”.....	53
Tudo piora quando não cuidamos da saúde. ....	56
Conviver é preciso .....	60
Errando que se aprende. ....	67
Entre amores e paixões.....	72
Quando tudo parece perdido.....	82
Quando não há partilha há divisão .....	86

# BAIÃO DE DOIS

Após assistir a uma reportagem sobre os componentes nutritivos do arroz e do feijão, sempre me vem à cabeça, que a diferença existe para que as partes se completem até formarem um todo. O universo se compõe pela diferença e pela união das partes. É como um quebra-cabeça gigantesco, imensurável e que pode sim, se encaixar perfeitamente. Contudo, o universo se mostra em constante movimento e suas peças, uma vez encaixadas, ainda se desprendem em prol do encaixe das demais.

Voltando ao arroz com feijão, a reportagem dizia que o único nutriente que falta no arroz para que ele tenha absolutamente tudo que precisamos em termos alimentares, é encontrado no feijão... E o único nutriente que falta no feijão, é encontrado no arroz. A mistura dos dois torna um prato completo, capaz de sustentar e

proporcionar saúde sem desprezar o sabor que conquista todo mundo.

O termo baião de dois é nome dado a um prato típico nordestino que para minha surpresa é simplesmente o arroz com feijão, aquele de nosso dia a dia, puro e sem mistura. Completo e se completando como tem que ser.

A criatividade brasileira vem enfeitando e colorindo esse prato sem saber que ali está o encontro perfeito para nutrir toda a família com ou sem quaisquer outros ingredientes que se possa imaginar.

Assim, ao compararmos o arroz com feijão, num paralelo, homem e mulher, estaremos diante de um enigma pronto para ser decifrado.

Fato é que a busca contínua pela felicidade, praticada pelo homem moderno, consciente ou inconsciente disso, vem passando por mudanças de valores, comportamentos e situações bem adversas. Como consequência a sensação de estar perdido e o

medo de se encontrar, formam uma dicotomia absurda aos olhos menos atentos.

Quando um homem busca seu complemento em uma mulher, não é somente o que lhe falta que estará em foco, mas as igualdades que farão a mistura perfeita.

Aqueles que riem comigo também podem rir de mim, mas aqueles que choram comigo também podem chorar por mim e posteriormente rir comigo. O que eu preciso é provocar o riso e não o choro. E se alguém chorar por mim que não seja pelo abandono, mas pela falta que minha ausência instala.

É claro que muitos acreditam ser o ideal, não resistir quando os opostos se atraem, porém torna-se relevante lembrar que os iguais se fundem tão homogeneamente que a adaptação se faz harmoniosamente e a consequência disso é um mínimo de sofrimentos.

Gostar de coisas diferentes exige que alguém queira ceder ao gosto do outro. Bom, bom mesmo é verificar antes de se envolver mais profundamente, se

aquela é a pessoa mais adequada a seus interesses para uma vida a dois.

Por tudo isso, registro aqui, algumas dicas importantes para quem gosta de arroz com feijão; o baião de dois que faz com que o relacionamento saudável possa ser desfrutado e apreciado.

*A diferença existe para que as partes se completem até formarem um todo.*



## **A felicidade habita em mim.**

A escolha entre ter alguém a quem se possa chamar de namorado(a), companheiro(a), esposo(a)... Nunca depende somente de você. Ainda que você escolha ficar perto de alguém, será necessário que o querer dessa pessoa coincida com o seu.

Obviamente é preciso entender que a felicidade jamais poderá ser atribuída a outrem. A felicidade é um estado de espírito. Somente a você será dado o talento de ser feliz. E somente a você cabe usá-lo ou não.

A felicidade compõe-se de uma série de requisitos tais como a percepção das pequenas coisas como parte de uma grande obra divina, na qual o belo se expõe somente aos olhos mais atentos, aos portadores de corações abertos e ouvidos afiados para as notas mais suaves.

Ninguém será capaz de tirar a felicidade do outro. Alguém poderá por ora interrompê-la, contudo ela

se reintegrará logo adiante compensando todo tormento sofrido.

As dores se tornam mais suportáveis quando estamos prontos para sermos felizes. O medo se vai e tudo fica mais fácil, tudo flui mais naturalmente. Os acontecimentos se acumulam em alegrias contagiantes.

As pessoas ficam mais bonitas e suas expressões são desenhadas por suas atitudes cada vez mais nobres. Sim, quem é feliz age de tal forma que aos outros parece intocavelmente tranquilos, serenos, donos de si mesmos.

A escolha de ser feliz independe de quais problemas que o afligem. E muito menos ainda de estar sozinho ou acompanhado. Para conquistar sua individualidade não é necessário tornar-se ilha.

Ser feliz é uma decisão a ser tomada e defendida continuamente. Não permita que ninguém o convença de que pode torná-lo infeliz, pois isso somente acontecerá com sua permissão. E é claro que se em

algum momento você fraquejar, terá que reunir forças e mudar a situação a seu favor.

Não há nada que possam lhe fazer de mal, que não possa ser superado com boas doses de bom humor, esperança, amor a Deus e ao próximo, somados ao bálsamo do tempo.

E se de qualquer forma você estiver se sentindo triste, lembre-se: você pode afastar-se do mundo, só não pode afastar-se de Deus, porque Ele está em você e você está Nele.

Então se isole por um momento e busque em seu interior o talento da felicidade que lhe foi dado. Mostre a si mesmo(a) que esse talento é seu e que veio para ser usufruído. E é agora que você sai e vai à luta. Retoma seu lugar na vida. Redescobre seus valores e o quanto você é importante para muita gente.

Eu aposto nos homens. Por mais que me decepcionem sigo aprendendo a amá-los como obra Divina.

Uma coisa que sempre acreditei que as mulheres precisam aprender com os homens é o fato de brincarem a vida inteira, a elas parecendo muitas vezes irresponsáveis, desligados, inconsequentes.

Os homens são mestres em lidar com situações tristes, pois não dão importância maior que a merecida a cada evento e tem uma facilidade invejável de se desprenderem do momento passado.

Ao contrário de reclamar e reprimir o homem ao vê-lo brincar, deveríamos entrar na brincadeira literalmente e permitir que aquela alegria de criança nos contagie.

Na verdade o bom seria que as mulheres aprendessem com eles que podem brincar até quando velhinhos e assim, fazer com que as situações sejam mais amenas e agradáveis.

Se você observar um casal de velhinhos com seus netos, verá claramente o que aqui exponho.

A vovó se senta, pega o netinho no colo, brinca com ele, o coloca novamente no chão e deixando de lado os paparicos, volta aos cuidados de mãe.

O vovô vai para o chão com o neto, fica de quatro (quando consegue), finge de cachorro, baba ao mesmo tempo em que o neto baba... E volta aos tempos de filho.

Levar a vida a sério não quer dizer fechar a cara para o mundo. Não exige a rigidez corporal e emocional capaz de provocar ruga na testa. Ao contrário, é preciso serenidade, sorrisos, palavras amigas e o silêncio que permite apreciar a vida como ela é... Sem pôr nem tirar nenhuma experiência, pois mesmo que ela seja dolorosa certamente contribuirá para tornar melhor ainda os momentos felizes.

A verdade é que ainda que cada um de nós esteja buscando um parceiro ideal nem todos nasceram para viver a dois e nem por isso deverá ser infeliz. É possível ser feliz sozinho, desde que essa opção, seja a mais adequada àquele indivíduo.

Descobri que cuidar de um homem é como cuidar de uma criança. É preciso ter paciência e muita psicologia. Alguns homens querem ter sexo e alguém que cuide das coisas deles. Neste caso sua mulher ficará sozinha. Outros querem um relacionamento. Um relacionamento envolve duas pessoas.

Algumas pessoas são muito indecisas quanto a isso e dedicam-se tanto ao trabalho que deixam a desejar em casa. Quando isso ocorre, situações muito desagradáveis são criadas. É um prato cheio de cobranças e traições nada fácil de degustar.

Pessoas que vivem para o trabalho, ou mais para si que para o outro, precisam muito de parceiros; mas daqueles parceiros que se viram sozinhos. Que têm tanta segurança de si mesmos que são capazes de compreender a necessidade do outro e se encarregam de simplesmente lhes ajudar naquilo onde eles falham. São verdadeiros auxiliares de vida.

Como exemplo, temos os profissionais da medicina, campeões em ausência em casa e nas famílias,