

# Histórias para Encontros com alunos

Tecnologia Social: Gaia+ Valores

## Sumário

<b>O incrível Super Zen – Encontro: Respirar.....</b>	<b>2</b>
<b>Aí meu lanche – Encontro: Ouvir.....</b>	<b>4</b>
<b>As aventuras de Lipe De Boa e Zé Tá Ruim – Encontro: Acreditar.....</b>	<b>6</b>
<b>Wilma, a menina que nunca desistia – Encontro: Tentar .....</b>	<b>8</b>
<b>A transformação de Sassá – Encontro: Agradecer .....</b>	<b>11</b>

\* Nos Encontros “Sentir” e “Escolher” utilizamos a história do livro “Tenho Monstros na Barriga” da Tônia Casarin.

## O incrível Super Zen – Encontro: Respirar

Este é um super-herói com o incrível poder de se acalmar, mesmo nas situações mais difíceis. Será que ele existe? Sim!!! Ele é o Super Zen, um herói incrível, fantasticamente bom, cujo lema é o seguinte: O amor vence tudo.

Por onde anda o Super Zen? Bom, herói não costuma revelar a identidade, por isso ele pode estar aqui, disfarçado nessa sala de aula, no supermercado, na praça... Mas uma coisa posso garantir: ele é uma pessoa normal, assim como eu e você.

Em um dia desses o Super Zen chegou a sua casa e lá percebeu a maior confusão, pois todos estavam discutindo. Antes de desenvolver o seu superpoder, quando ele via uma situação parecida ele se desesperava, chorava e queria brigar com todos. Mas não agora! Ele foi para um cantinho e se concentrou em sua própria respiração. Ao utilizar o superpoder, ele voltou a se sentir bem e a desejar amor. Percebeu que, se ele gostava das pessoas, deveria ajudá-las. Assim, voltou para onde as pessoas estavam discutindo e, calmamente, conversou com elas. Explicou que isso não deveria acontecer. Todos ficaram admirados com o poder do Super Zen que conseguiu resolver a situação da melhor maneira possível. Ao ver a tranquilidade voltar a casa, Super Zen pensou assim: “Novamente comprovei que o amor vence tudo!”.

O herói também sabe que precisa se concentrar e não deixar nada atrapalhá-lo durante as suas missões. Houve uma vez que o Super Zen precisava fazer uma prova e todos na sala estavam muito agitados. Ele tinha estudado bastante, mas também estava nervoso, pois precisava tirar nota boa. Então, antes de fazer a prova, ele usou seu superpoder para se acalmar e se concentrar. Dessa forma, não deixou o barulho atrapalhá-lo! Resultado: ele mandou muito bem na prova!

O Super Zen também cuida da sua saúde e do seu corpo. Afinal, ele é um super-herói. Às vezes é preciso deixar a tristeza passar para voltar a se sentir bem.

Lógico que, às vezes, quando acontece algo ruim, ele fica bravo ou triste. Nesses momentos o superpoder entra em ação para deixar a raiva ou a tristeza passar e se sentir melhor. Ele se concentra, lembra-se de quantas pessoas queridas conhece e deseja muito amor para todas elas.

Outro dia ele precisou usar seu superpoder enquanto jogava bola. Um amigo, sem querer, acertou uma bolada bem no rosto dele! O Super Zen, antes de reagir falando palavras feias para o amigo, fechou os olhos, concentrou-se, se acalmou e lembrou o quanto o amigo é legal. Quando abriu os olhos, já estava mais tranquilo. O

amigo veio pedir desculpas e ele, prontamente, as aceitou. Mais uma vez o lema do Super Zen estava certo: “O amor vence tudo”. Se o Super Zen não tivesse usado seu poder, poderia ter acontecido a maior confusão e a brincadeira teria acabado.

Mas, em uma coisa o Super Zen é bem diferente dos outros heróis: ele quer que todos nós tenhamos o mesmo superpoder dele! Um dia eu o encontrei e ele me ensinou seu segredo! Ele falou assim:

— Você quer aprender meu superpoder?

Lógico que eu respondi:

— Sim, sim!!! Quero muito! Como você faz para conseguir se manter concentrado, alegre e desejar amor para todo mundo?

Ele calmamente me explicou:

— É muito simples, mas não é fácil. Para funcionar você precisa treinar sempre. Leva um tempo para virar um superpoder e, no começo, pode não funcionar. Mas não desista! Lembre-se de que, quanto mais treinar, maior será o seu poder! O meu superpoder é forte porque eu treino diariamente. Vou falar baixinho, pois só pode escutar quem realmente quer aprender: todos os dias pare tudo o que você estiver fazendo, sente-se confortavelmente, feche seus olhos e se concentre apenas na sua própria respiração. Sinta o ar entrando e saindo. Seu pensamento provavelmente irá se distrair e você, quando perceber, estará pensando em outra coisa. Então, com amorosidade, volte a se concentrar apenas na respiração. Faça isso por alguns minutos e, no final, pense com muito amor em você, nas pessoas a sua volta, nas pessoas da sua cidade e no mundo inteiro. Acredite que o amor vence tudo! Treinando sempre, tenho certeza que todos poderão se tornar super-heróis, assim como eu!

Foi demais! Nem é tão difícil aprender este superpoder. Eu treino todo dia e percebo que estou mais calmo, atento e feliz. Quer treinar também?

## Aí meu lanche – Encontro: Ouvir

Sassá e Lipe de Boa eram grandes amigos. Logo que o sinal avisou, eles foram rapidamente para a fila do lanche. Estavam famintos! Pensar também gasta energia! Após uma longa espera, pegaram aquele delicioso pão com manteiga! Antes da primeira mordida, um menino passou correndo e acabou derrubando o lanche deles!

Tanto o Lipe de Boa quanto a Sassá ficaram com muita raiva. Os sinais no corpo deles eram claros: estavam vermelhos, com o coração acelerado, o punho cerrado e a cara fechada. Normal né? Porém, cada um reagiu de uma forma diferente.

A Sassá deixou a raiva extravasar de maneira trágica, gritando e brigando com todo mundo, querendo bater no colega que atravessou correndo:

– Aquele menino fez de propósito, ele não gosta da gente! Sempre acontece comigo! Aposto que foi por querer e ele deve estar dando risada da nossa cara!

Por outro lado, o Lipe de Boa soube parar por um instante. Ele lembrou do segredo do Super Zen, o PARE. Cutucou a Sassá e falou:

– Hora de usarmos o PARE, não acha?

P de postura de herói, com a coluna ereta.

A de atenção e aceitação. A gente se pergunta: o que está acontecendo no meu corpo? O que estou sentindo?

R de respirar. Por um instante só me concentro no ar entrando e saindo e deixo todo o restante de lado.

E de expansão. Como está meu corpo agora? Se meu melhor amigo estivesse nessa situação, o que eu falaria para ele fazer? Como posso responder da melhor forma, trazendo benefícios para mim e para o mundo?

Assim, parados só por um instante, eles respiraram conscientemente. E perceberam o que estavam sentindo, chamaram isso de raiva, aceitaram e escolheram o que fazer com ela. De que adiantaria sair brigando, bater no colega? Isso só traria mais confusão... E se o colega estivesse atrasado para alguma coisa importante? E se foi sem querer? Mas alguma coisa precisava ser feita. Eles resolveram conversar com a Coordenadora e explicar o ocorrido.

– Coordenadora Maria, eu e o Lipe ficamos quase 10 minutos na fila esperando nosso lanche e um colega passou correndo e derrubou. Meu coração acelerou, fiquei vermelha e percebi que estava com raiva. Ainda estou com muita fome.

Maria ouviu atentamente e foi chamar o colega para esclarecer a situação.

Quando o colega entrou na sala, Lipe de Boa e Sassá ainda estavam com raiva, mas souberam ser educados. Maria contou o que tinha ouvido. O menino ficou super envergonhado, pois não sabia que tinha feito isso. Ele explicou que estava correndo porque tinha esquecido de entregar um trabalho para a professora, que estava indo embora. E ele pediu desculpas. Lipe de Boa e Sassá entenderam o motivo do colega e aceitaram as desculpas.

Para reparar a situação, o colega se prontificou a pegar um lanche para Sassá e Lipe, que aceitaram a oferta. Assim, logo estavam com a barriga cheia e a raiva tinha ido embora.

## As aventuras de Lipe De Boa e Zé Tá Ruim – Encontro: Acreditar

Era uma vez dois amigos. Eu não sei o nome deles, só sei os apelidos. Um era o Lipe De Boa e o outro o Zé Tá Ruim. Zé Tá Ruim...que apelido estranho, não é? Mas daqui a pouco você vai entender porque as pessoas o chamavam assim.

Pense em dois meninos que não se desgrudavam. Lipe De Boa e Zé Tá Ruim faziam quase tudo juntos: brincavam, estudavam, jogavam bola. Eles se davam muito bem e eram muito parecidos. Os dois se interessavam pelas mesmas brincadeiras, torciam pelo mesmo time, gostavam da mesma cor, das mesmas músicas, dos mesmos filmes, das mesmas comidas, dos mesmos desenhos e até da mesma matéria na escola!

Mas havia uma coisa em que o Lipe De Boa e o Zé Tá Ruim eram muuuuuito diferentes: o Lipe De Boa estava sempre de bom humor e achava que tudo iria dar certo. Ele era **otimista**, tinha **esperança**. Mesmo quando acontecia alguma coisa ruim, o Lipe De Boa tentava encontrar o lado positivo e seguia em frente, sem reclamar e com alegria.

Já o Zé Tá Ruim sempre reclamava e achava que tudo daria errado. Ele era **pessimista**. Mesmo quando acontecia algo bom, o Zé Tá Ruim considerava que era por causa da sorte e aquilo não se repetiria. Ah,esse Zé Tá Ruim...

No dia a dia dos dois garotos aconteciam coisas boas e coisas ruins, assim como acontece comigo e com você. Por exemplo, houve uma vez que o Lipe De Boa e o Zé Tá Ruim voltaram do recreio muito animados e se sentaram no fundo da sala. Eles ficaram conversando e atrapalhando a aula. A professora deu uma bronca nos dois:

– Lipe De Boa e Zé Tá Ruim, vocês estão atrapalhando a aula novamente. Agora não é momento de conversar com o colega.

O Lipe De Boa pensou: “Poxa, é verdade. Eu estava atrapalhando a aula, a professora tem razão. Mas agora vou me acalmar, me concentrar e com certeza ela não precisará mais me dar bronca”.

O Zé Tá Ruim, por sua vez, pensou assim: “Ninguém gosta de mim, a professora é uma chata e não gosta de mim. Ela vai contar pra minha mãe que estou atrapalhando a aula. Minha mãe vai ficar brava demais comigo. Nunca nada dá certo. Está tudo tão ruim...”.

Na semana seguinte, o Lipe De Boa e o Zé Tá Ruim teriam uma prova. Mas os dois pegaram uma gripe forte e não conseguiram estudar muito. Claro que os dois não foram bem, porque faltou estudo. Ao ver a nota, Lipe De Boa pensou: “Desta vez não consegui me esforçar porque fiquei doente, mas eu sei que consigo melhorar. Vou

prestar atenção nas aulas e estudar muito para a próxima prova. Sei que minha nota será muito melhor”. Já o Zé Tá Ruim pensou: “Eu sou um burro mesmo. Nunca consigo ir bem. A professora não gosta de mim. Nunca nada dá certo. Está tudo tão ruim...”. Mas não era bem assim, pois o Zé Tá Ruim era bom aluno e tirava boas notas quando estudava.

No mês seguinte, eles tiveram outra prova. Desta vez o Lipe De Boa e o Zé Tá Ruim estudaram bastante, se esforçaram e conseguiram tirar ótimas notas. O Lipe De Boa pensou: “Eu sabia que conseguiria! Sou esforçado e um ótimo aluno!”. O Zé Tá Ruim pensou diferente: “Foi sorte! Nunca mais vou conseguir tirar nota boa. Nunca nada dá certo. Está tudo tão ruim...” Ah, esse Zé Tá Ruim...

Afinal, amigo leitor, o que você acha? Qual dos dois amigos é mais feliz, o Lipe De Boa ou o Zé Tá Ruim?

Você se parece com quem?

Aceita meu desafio de, na próxima situação complicada, pensar de forma otimista como o Lipe De Boa? Vamos ser mais felizes?

## Wilma, a menina que nunca desistia – Encontro: Tentar

Era um dia parecido com hoje. Uma senhora grávida de nove meses sentiu que a filha estava para nascer e o marido a levou ao hospital. Ainda bem que eles foram rapidamente, porque logo nasceu uma linda menina com choro forte. Wilma foi o nome que ela recebeu. Ela não era a primeira nem a segunda filha daquele casal. Era a vigésima. Isso mesmo, ela já tinha 19 irmãos mais velhos! Depois ainda vieram mais dois irmãos, mas hoje vamos nos concentrar na filha número 20, a Wilma.

Wilma nasceu com saúde, delicadeza e inteligência. Tinha uma infância feliz, cercada de ótimos irmãos até que, aos quatro anos, a menina não parava de chorar.

— Que desespero, doutor! Não sei mais o que fazer. Por favor, salve minha filha, pois acho que ela está morrendo — implorou desesperada a mãe de Wilma.

Ela estava certa, o caso era grave. Na verdade, gravíssimo!

Mas tenho duas notícias: uma boa e outra ruim. A notícia boa é que descobriram qual era a doença, poliomielite, e conseguiram curá-la. A notícia ruim é que ela ficou com uma seqüela: parte da perna esquerda ficou paralisada. A Wilma teria que usar aparelhos na perna para conseguir se mover.

Apesar das dificuldades de locomoção, Wilma teve uma infância muito feliz, embora não pudesse andar normalmente e muito menos correr.

Quando Wilma fez 12 anos sua mãe a levou ao médico.

— Quem sabe o doutor não traz alguma boa notícia — disse a mãe à garota.

E não é que era um dia de boas surpresas! O médico falou:

— Você está melhorando, Wilma, parabéns! Poderá tirar esses aparelhos, mas terá que aprender a andar.

Veja só! Enquanto todos os meninos de 12 anos estão correndo e pulando, a Wilma ainda aprendia a andar.

Na primeira vez que ela tentou, sabe o que aconteceu? Ela caiu, óbvio, aquilo não era fácil. Mas a Wilma não era de desistir. Quando queria algo se esforçava ao máximo até conseguir. Mesmo com os outros rindo dela, Wilma se levantou com esforço e continuou tentando andar. Mais alguns passos e caiu novamente. Mais risadas. Mas Wilma queria muito andar. Ela treinou tanto que aprendeu! E ficou muito feliz!

Depois Wilma percebeu que seus amigos estavam correndo. Então ela quis aprender a correr.

O que aconteceu quando ela correu pela primeira vez? Caiu. E foi um baita tombo! Mas, eu já falei para você que a Wilma nunca desistia. Ela tinha muita garra.

Wilma se levantou e tentou correr novamente. Depois de alguns tombos, Wilma já corria razoavelmente bem.

O interessante foi que Wilma adorou correr. Ela corria mais devagar do que os amigos, pois ela só pôde aprender com 12 anos. Mesmo assim, Wilma achava aquilo muito divertido e queria sempre melhorar.

Certo dia Wilma descobriu que haveria uma competição de corrida na sua cidade. Ela achou o máximo e se inscreveu. Então treinou muito. Mas muito mesmo. Treinou, treinou, treinou... todos os dias.

Quando chegou o dia da competição Wilma sabia que tinha treinado bastante, mas se esforçou o quanto pôde. Sabe em que lugar ela ficou? Em último...

— A Wilma não sabe correr! Ela é uma tartaruga — zombaram os meninos.

Até o pai de Wilma falou para ela desistir:

— Wilma, minha querida filha. Você não nasceu para correr. Você não é boa nisso. Por que você não tenta alguma coisa diferente?

Mas eu já contei que a Wilma nunca desistia. Ela tinha muita garra. Ela respondeu para seu pai:

— Papai, estou aprendendo e superando dificuldades. Eu não tenho medo de perder. Eu gosto de correr e quero continuar treinando para melhorar cada vez mais!

E assim fez a Wilma. Continuou treinando incansavelmente durante todo o ano seguinte. Então veio a competição e ela se inscreveu novamente. Era sua chance! Após tantos treinos, ela sabia que corria bem melhor do que antes.

Nessa competição ela também fez o melhor que pôde. Sabe em que lugar ela ficou? Último novamente!

— Wilma tartaruga – gargalharam as outras crianças.

Desta vez até a mãe da menina foi conversar com ela:

— Wilma, minha filha, você não é boa em corrida. Você não nasceu para correr! Vá fazer outra coisa!

Mas eu já contei que a Wilma nunca desistia? Ela tinha muita garra. Ela respondeu para sua mãe:

— Eu adoro correr e adoro aprender! Continuarei treinando e aprendendo a correr mais rápido. Não ligo para o que os outros falam...

E assim fez nossa perseverante Wilma! Treinou, treinou, treinou... Ela aprendia novas técnicas de corrida, novas formas de ser mais rápida e se divertia correndo.

No ano seguinte, na competição anual de corrida, Wilma se esforçou demais. Sabe em que lugar ela ficou? Penúltimo! Já não era a última, mas ainda estava longe das primeiras posições. Enquanto muitos riam dela, Wilma sabia que estava

melhorando e não desistiria. Alias, eu já contei que a Wilma nunca desistia? Ela tinha muita garra.

E assim se passaram vários anos. Wilma treinava e melhorava até que se tornou uma jovem adulta e foi disputar a competição mais importante de sua vida. Os três primeiros lugares ganhariam direito a disputar as Olimpíadas e representar o país!

Wilma estava muito feliz por competir e fazer o que tanto gostava: correr.

Ela treinou demais e se superou na prova. Sabe em que lugar que ela ficou? Terceiro! A Wilma iria para as Olimpíadas!

Então Wilma treinou ainda mais. E mais. E mais... Como gostava de aprender e melhorar essa moça!

Nas Olimpíadas, Wilma disputou três provas. Sabe que lugar ela ficou em cada uma delas? Primeiro, primeiro e primeiro. Incrível, não é?

Pois é, a menina que teve paralisia na infância, só aprendeu a andar com 12 anos de idade, foi humilhada nas primeiras competições, tornou-se tricampeã olímpica. Já pensou se ela não tivesse garra? Já pensou se ela tivesse desistido quando lhe disseram que não tinha nascido para correr e deveria fazer outra coisa?

Ainda bem que a Wilma era persistente. Alias, eu já contei que a Wilma nunca desistia?

\*Essa história é baseada na história de Wilma Rudolph. Wilma nasceu em Tennessee, nos Estados Unidos, e viveu de 1940 até 1994. Ela foi a vigésima de 22 filhos, teve poliomielite aos quatro anos, andou com aparelhos até os 12 anos e, mesmo assim, foi tricampeã olímpica em 1960, nas Olimpíadas de Roma. Ela é um exemplo de perseverança, dedicação e mentalidade de crescimento.

## A transformação de Sassá – Encontro: Agradecer

Sassá era uma menina legal. Quer dizer, mais ou menos legal. Na verdade, as pessoas achavam que ela era um pouco chata e você já vai entender o porquê.

Às 6 da manhã o relógio da mãe da Sassá despertava e a maratona começava: trocar de roupa, preparar o café da manhã da Sassá — um delicioso pão com manteiga e leite quentinho — ajudá-la a se arrumar, levá-la para a escola e ir rapidinho para o trabalho para chegar na hora certa.

Sassá levantava mal humorada e reclamava por acordar cedo. Ela nunca respondia ao alegre “bom dia” da mãe e comia seu delicioso café da manhã de cara fechada. Quase sempre demorava para se arrumar e fazia a mãe chegar atrasada no trabalho. Também não estava nem aí para o esforço diário da mãe.

Na escola era a mesma coisa: sempre de cara fechada e braços cruzados. Sassá nunca percebia quanta coisa boa a cercava. Afinal, ela tinha ótima saúde, uma mãe que a amava muito, uma professora atenciosa e vários amigos ótimos. De verdade, ela não parecia ligar para as pessoas. Quer ver só? Certo dia a Sassá esqueceu o lápis em sua casa. Quando ela percebeu, cochichou para sua amiga Lika:

— Lika, Lika! Esqueci meu lápis. Preciso de um agora!

A Lika, muito prestativa e ótima amiga, respondeu:

— Pegue este aqui, mas, por favor, me devolva no final da aula.

Sassá pegou o lápis e respondeu apenas:

- Tá.

Que feio né? Sassá não usou nem uma palavra educada, como “por favor” ou “obrigada”. Pior, no final da aula ela só jogou o lápis da Lika na mesa sem dizer mais nada!

Infelizmente, assim era a Sassá. Ela não agradecia ninguém, pois achava que todos deveriam servi-la como se fosse uma obrigação. Parece que ela se considerava o centro do universo e tudo girava em volta dela. Nunca percebia que as pessoas gostavam e cuidavam bem dela. Mesmo assim pensava que a própria vida era muito ruim. Nunca percebia quanta coisa boa ela possuía.

No jantar, sua mãe sempre lhe perguntava:

— Como foi seu dia, filha querida?

As respostas de Sassá eram quase sempre as mesmas:

— Foi uma droga, não tem ninguém legal na escola!

Ou:

— Foi muito chato. Não aconteceu nada de bom.

A mãe de Sassá, preocupada com o comportamento da filha, a convidou para assistir a um vídeo antes de dormir. A menina adorava ver vídeos na internet e topou.

O vídeo contava a história de Muhammed, um menino da idade dela, que era sorridente e alegre. Ele começava o vídeo dizendo que era grato por tantas coisas boas que aconteciam na sua vida!

Sassá logo pensou: “Ele deve ser muito rico! Deve ter piscina e morar em uma casa gigante com um parquinho enorme. Por isso ele é feliz e agradece tanto”.

Então o vídeo começou a mostrar melhor a vida de Muhammed. Ele era um refugiado — o país dele estava em guerra e seus pais morreram lutando. Ele e sua avó fugiram do país e começaram a morar em um acampamento com outras pessoas que também fugiram da guerra. A comida era pouca. Não havia piscina e nem parquinho. Não havia escola. Não havia quase nada. Mas, mesmo assim, Mohammed se considerava feliz.

Sassá estava inconformada!

— Não é possível! A vida dele é a pior do mundo e ele ainda consegue ser feliz. Deve ter algum segredo — ela refletia enquanto assistia ao vídeo.

Não é que Sassá estava certa! No final do vídeo o menino Mohammed contou seu segredo:

—Pode parecer que minha vida seja triste, mas não é. O meu segredo é que todos os dias eu penso em pelo menos três coisas boas que aconteceram comigo no último dia e me sinto grato por isso. Assim, percebo que eu tenho muitas coisas boas na vida para agradecer! Por exemplo, ontem me senti grato por dividir um pão com minha avó, por brincar de futebol na terra com meus amigos e por ouvir os amigos da vovó contando histórias.

Quando acabou o vídeo, Sassá estava com os olhos arregalados. Como aquele menino que tinha tão pouco ainda conseguia ser feliz e ter tanto para agradecer? Ela, que tinha muito mais do que ele, só reclamava.

Sassá adormeceu pensativa e quando acordou na manhã seguinte tomou a decisão mais importante de sua vida: decidiu ser feliz e tornar o mundo mais feliz. Ela começou a observar e percebeu que a vida dela tinha muitas coisas incríveis! Estava decidida: daquele momento em diante agiria de modo diferente e seria uma pessoa mais grata.

Logo pela manhã, ao ver o delicioso café da manhã – pão com manteiga e leite quentinho - ela disse:

— Muito obrigada, mamãe, por preparar este delicioso café da manhã.

A mãe se espantou, pois a filha nunca tinha agradecido, mas ficou muito feliz!

Então Sassá começou a comer o pão e se perguntou em voz alta:

— Para esse pão com manteiga chegar aqui à mesa de casa deve ter tido o trabalho de muita gente.

A mãe ouviu e concordou:

— Pois é, minha filha! Muita gente mesmo. Para fazer o pão, um agricultor produziu o trigo; na indústria muitos trabalharam para transformá-lo em farinha e, junto com outros ingredientes, o Seu João da padaria fez o pão que eu comprei ontem. Para a manteiga, um produtor tirou o leite da vaca, outra pessoa levou o leite para a fábrica onde vários homens e mulheres trabalharam para produzi-la e foi transportada por outra pessoa até chegar às prateleiras do mercado para eu comprar. Olha só quanta gente trabalhou para termos pão e manteiga em nossa mesa!

Sassá fechou os olhos e agradeceu o trabalho de tanta gente!

Na escola, Sassá continuou observando o quanto a sua vida era legal. Ela percebeu como a professora era atenciosa e se esforçava para os alunos aprenderem. Também agradeceu por isto. Agradeceu pelo lanche gostoso preparado pela cozinheira. Agradeceu aos amigos por brincarem juntos. Agradeceu a natureza pela beleza.

E toda noite, assim como Muhammed, Sassá contava para a mãe as três coisas boas do seu dia. A mãe também não perdia a oportunidade e contava para a filha três coisas boas que havia acontecido com ela. Era comum Sassá contar quatro, cinco, seis coisas boas do dia dela!

Lógico que algumas coisas não eram boas ou legais, mas havia tantas coisas ótimas! Rapidinho Sassá percebeu que a gratidão tornava sua vida mais feliz e colorida!