

“Shari Arison vai inspirar e encorajar você, ensinando como dar o seu próprio salto de fé do comum para o fenomenal.”

DEEPAK CHOPRA, autor do best-seller *As sete leis espirituais do sucesso*

Shari Arison

ATIVE SUA BONDADADE

*Transformando o mundo
através da prática do bem*



valentina 

ATIVE SUA BONDADE

“Acredito que Shari Arison possa desempenhar um papel crucial na conquista da paz mundial.”

Brian L. Weiss, autor do best-seller *Muitas vidas, muitos mestres*

“Shari, a sua obra impactou o mundo de uma forma profundamente positiva, tocando corações e mentes em toda parte, no seu eterno compromisso de fazer do nosso planeta um lugar melhor para todos.”

Bill Clinton, ex-presidente dos Estados Unidos

“Shari Arison – grande sabedoria, grande capacidade. Seu impacto é o da boa vontade de um espírito grandioso. Fiquei profundamente impressionado com sua cativante busca por uma maneira de contribuir para um mundo melhor.”

Shimon Peres, ex-presidente de Israel e Prêmio Nobel da Paz

“Como foi que uma mulher nascida em Nova York e criada em Miami se tornou uma das mulheres mais ricas do Oriente Médio e uma das pessoas mais poderosas do mundo?

Shari Arison vai inspirar e encorajar você, ensinando como dar o seu próprio salto de fé do comum para o fenomenal.”

Deepak Chopra, autor do best-seller *As sete leis espirituais do sucesso*



Shari Arison

ATIVE SUA BONDADE

Tradução

Heloísa Leal


valentina

Rio de Janeiro, 2015

1ª Edição



Copyright © 2013 by Arison Creative, Ltd.
Publicado mediante contrato com Hay House, Inc.

TÍTULO ORIGINAL
Activate Your Goodness

CAPA
Raul Fernandes

DIAGRAMAÇÃO
editoriarte

Impresso no Brasil
Printed in Brazil
2015

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

A743a

Arison, Shari

Ative sua bondade / Shari Arison; tradução Heloísa Leal. – 1. ed. – Rio de Janeiro: Valentina, 2015.
112p. : 21 cm.

Tradução de: *Activate your goodness*
ISBN 978-85-65859-82-0

1. Afeto (Psicologia). 2. Emoções. 3. Técnicas de autoajuda. I. Título.

15-26567

CDD: 152.4
CDU: 159.942

Todos os livros da Editora Valentina estão em conformidade com
o novo Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa.

Todos os direitos desta edição reservados à

EDITORA VALENTINA
Rua Santa Clara 50/1107 – Copacabana
Rio de Janeiro – 22041-012
Tel/Fax: (21) 3208-8777
www.editoravalentina.com.br



*Este livro é dedicado a todos
aqueles que decidiram praticar
o bem em benefício do próximo.*





SUMÁRIO

Introdução

Minha Paixão por Fazer o Bem

9

Capítulo 1

Um Chamado para Fazer o Bem

17

Capítulo 2

Fazer o Bem a Si Mesmo

26

Capítulo 3

Fazer o Bem aos Mais Próximos de Você

35

Capítulo 4

Fazer o Bem na Vida Cotidiana

47

Capítulo 5

Fazer o Bem à Comunidade e ao País

54

Capítulo 6

Reflexos da Prática do Bem

60

Capítulo 7

Fazer o Bem pela Humanidade

70

Capítulo 8

Fazer o Bem ao Planeta

80

Capítulo 9

Como Fazer o Bem Transforma sua Vida

89

Capítulo 10

Dia Internacional das Boas Ações

98

Posfácio

*Despertar para uma Nova Escolha –
a Escolha de Fazer o Bem*

109



INTRODUÇÃO

Minha Paixão por Fazer o Bem

Olá. Meu nome é Shari Arison, e desejo, de coração, inspirar as pessoas a fazerem o bem. Como cheguei a essa conscientização? Bem, vejamos... quando penso a respeito, percebo que foi uma longa estrada.

Nasci nos Estados Unidos, filha de pai israelense e mãe romena. Minha mãe sempre dizia o quanto odiava os Estados Unidos, por isso, quando criança, eu achava muito difícil me sentir amada por ela, já que eu era americana.

Durante a infância em Nova York, minha vida parecia uma cena saída do filme *Histórias Cruzadas*, que mostra o cotidiano das empregadas domésticas afro-americanas no Sul do país no começo da década de 1960. Embora meus pais sempre tenham tratado Marie, nossa empregada, com carinho e respeito, ambos trabalhavam fora o dia inteiro, por isso foi Marie quem me criou.

Ative sua Bondade

Quando eu estava com nove anos de idade, nós nos mudamos para Miami sem Marie, o que foi devastador para mim, e ainda sofri outro choque terrível quando meus pais anunciaram que iriam se divorciar. Minha mãe decidiu se mudar para Israel, e meu pai ficou nos Estados Unidos, perseguindo o sonho americano de riqueza e sucesso. Quanto a mim, desde pequena sentia que havia algo mais no mundo, uma conexão mais profunda, e me perguntava o que era exatamente.

Minha vida mudou por completo durante esse período. Entrei em uma roda-viva de viagens, dos Estados Unidos para Israel e de Israel para os Estados Unidos, percorrendo longas distâncias desacompanhada e fazendo as conexões conforme a necessidade. Imaginem uma menininha viajando para tão longe, totalmente só. Ainda me lembro da ocasião em que me perdi no aeroporto de Amsterdã; foi apavorante.

Graças a Deus, em Nova York, Marie sempre ia ao meu encontro no aeroporto. Ela me buscava e me ajudava a achar o caminho pelo labirinto do aparato de segurança, portões e terminais em direção aos voos de conexão. Marie foi uma grande amiga para mim e para meus filhos até o dia em que morreu. É um relacionamento de que vou me lembrar eternamente com imenso carinho.

Crescer dividida entre dois mundos – Israel e Estados Unidos – apresentou tremendos desafios para mim. Perdi a conta do número de escolas que frequentei, onde sempre tinha de fazer novos amigos. Nos Estados Unidos, implicavam comigo por ser israelense demais, e em Israel por ser americana demais. Naquela época, os dois países estavam muito afastados um do outro.

Nos Estados Unidos, todas as casas tinham telefones e tevês, mas, em Israel, era preciso esperar sete anos para se conseguir um telefone, e a televisão era novidade. Cada bairro contava apenas com uma ou duas tevês em preto e branco, em torno da qual todo mundo se reunia para assistir. As normas sociais também eram bem diferentes. Por esse motivo, eu sempre me sentia deslocada, desambientada, como se o mundo fosse cruel, e eu tivesse vindo parar no planeta errado.

À medida que fui crescendo, minha jornada continuou com os mesmos altos e baixos que a maioria das pessoas enfrenta. Embora hoje muitos pensem que tive uma criação privilegiada pela riqueza, não foi esse o caso. Meu pai faliu várias vezes, e só conseguiu fazer fortuna após muitos anos de privações. Por ser um grande visionário e ter se recusado a desistir, tornou-se bem-sucedido ao criar a Carnival Cruise Lines. Eu já estava perto dos trinta anos quando o sucesso chegou e a empresa começou a atender o grande público, embora os navios tenham feito parte da minha vida desde a época em que nos mudamos para Miami.

Por isso, depois de muitos anos de idas e vindas, e após servir no exército israelense, eu me estabeleci em Miami pela longa temporada de dezesseis anos. Casei-me e tive meus três primeiros filhos nos Estados Unidos. Depois de anos sendo mãe em tempo integral, criei uma fundação familiar, a Arison Foundation, e fui chamada para participar da diretoria da Carnival. Em seguida, vieram o divórcio, infelizmente, e a Guerra do Golfo, ocasião em que minhas horas passadas em Miami foram consumidas pela angústia. Eu me preocupava

Ative sua Bondade

demais com meus entes amados em Israel: minha mãe, tios, primos e amigos. Esses acontecimentos me fizeram adquirir maior lucidez e a certeza de que o lugar onde eu queria estar – aquele a que me sentia mais ligada – era Israel.

A essa altura, eu já havia conhecido e me casado com meu segundo marido. Junto com meus três filhos, eu me mudei para Israel no verão de 1991, onde meu quarto filho nasceu. Mais uma vez, demorei algum tempo para me adaptar à nova mentalidade. Descobri que ter sido uma criança vivendo em um país estrangeiro era totalmente diferente de tentar me adaptar como mulher e mãe a um estilo de vida e a uma mentalidade radicalmente diferentes. Mesmo assim, criei uma fundação e, mais tarde, uma empresa. Reconectei-me com a minha família e os velhos amigos, e também fiz novas amizades... estava feliz e levando a vida adiante.

Mas eu ainda enfrentava um violento choque cultural; mesmo as coisas do cotidiano em que não costumamos prestar atenção – as transações bancárias, a taxa de câmbio do dólar, o modo como as pessoas se comunicam ou negociam – eram bem diferentes do que eu estava habituada em Miami. Para não falar no machismo que enfrentei durante um bom tempo, enquanto tentava fazer carreira em um ambiente dominado pelos homens.

No decorrer dos anos, precisei encarar mais um divórcio, outro casamento e ainda um terceiro divórcio, o tempo todo tentando entender a mim mesma e à vida que estava vivendo. Recorri a mil técnicas, seminários e lições, explorei um mundo de doutrinas de espiritualidade. Estudei diversos ensinamentos e li inúmeros livros

New Age. Aprendi e amadureci... continuei aprendendo e amadurecendo.

Uma lição foi muito clara: A vida distribui provações e tribulações a todos nós. A questão é o que fazer com elas.

Não importava o que eu fizesse, sempre me sentia como se estivesse aprendendo minhas lições de vida do jeito mais difícil, à custa de um grande sofrimento emocional, até que um dia tive um estalo. Foi como se uma lâmpada acendesse. Eu me senti iluminada: *Quero fazer o bem, quero pensar o bem, quero me sentir bem.*

Eu estava muito doente quando tive o insight – física, emocional e espiritualmente exausta, após passar uma vida inteira lutando pelo que eu queria, fosse para receber atenção de meus pais na infância ou para realizar meus muitos projetos e objetivos, como criar um hospital de primeira classe em Tel Aviv. Trabalhei duro para fazer com que esse sonho se realizasse, para poder ajudar nossos cidadãos a receberem o melhor atendimento possível.

Lutei para criar uma United Way em Israel, a qual introduziu uma nova cultura de generosidade, que ainda floresce hoje em dia. Lutei em cada uma das minhas empresas e organizações filantrópicas para implantar ideias visionárias, como a liberdade financeira no banco onde sou acionista majoritária. Na minha construtora, lutei para instituir práticas de construção sustentável. E também criei uma companhia de água inspirada na ideia da abundância, que lá no começo ninguém compreendeu.

Da mesma forma, foi uma luta criar organizações como a Essence of Life, fundada na crença de que só podemos alcançar a paz mundial se alcançarmos a paz interior – cada indivíduo dentro de si mesmo e do seu ambiente.

Ative sua Bondade

Visão após visão, o processo consistiu em trazer as pessoas certas para criar as equipes certas, para infundir valores e estabelecer metas que estivessem à frente do seu tempo. Atualmente, há três universidades pesquisando e criando um currículo inspirado no meu modelo empresarial baseado em valores.

Portanto, sim, todas essas coisas são benéficas, pessoal e profissionalmente satisfatórias, e eu deveria estar no topo do mundo. Mas, há alguns anos, comecei a me sentir como se estivesse desmoronando em todos os níveis, física, emocional e espiritualmente. Percebi que, por um longo tempo, para que as pessoas me compreendessem, eu precisava bater com a cabeça na parede. Consegui derrubar muros e quebrar tetos de vidro, mas comecei a me sentir desorientada, exausta e a ponto de adoecer.

Quando a luz se acendeu, compreendi que não tinha de convencer ninguém, principalmente aqueles que preferiam não enxergar ou não mudar, por qualquer motivo. Se eu quisesse fazer do mundo um lugar melhor para viver, poderia conseguir isso cultivando a bondade em mim mesma e ao meu redor, com pessoas que compartilhassem esse sonho.

Como me senti aliviada ao compreender que não tinha mais de lutar! Hoje, concentro-me apenas em fazer a minha parte e me unir àqueles que querem o mesmo que eu: um mundo melhor. Você quer um mundo melhor?

Tenho uma visão de um mundo bom, pacífico e feliz, e digo isso não porque seja ingênua e cega. Digo porque *fui* magoada, porque *passei* por provações e tribulações, mas *acredito* que as coisas podem ser diferentes.

Aprendi a partir das minhas experiências, e continuo aprendendo todos os dias. Mas agora acredito que essas

lições de vida podem ser adquiridas sem sofrimento. Tenho fé que podemos criar o ambiente saudável e positivo que queremos para nós mesmos, nossos filhos e nosso planeta.

Tento manter essa atitude em tudo que faço, tanto na minha vida pessoal como no meu grupo empresarial e filantrópico. Portanto, foi com essa atitude em mente, inspirada na minha paixão e na crença no poder de fazer o bem, que criei o Dia das Boas Ações em Israel, em 2007. Começou como uma simples ideia: Durante um dia, uma pessoa faria algo de bom por outra ou pelo mundo. Começamos com alguns milhares de pessoas, inclusive minha família e meus funcionários, e tem crescido a cada ano; recentemente, atravessou fronteiras e se tornou um dia internacional de fazer o bem.

Todos os anos, no Dia das Boas Ações, saio pessoalmente para fazer a minha parte. É um prazer enorme testemunhar os numerosos atos de bondade individuais e coletivos. Em cada lugar que visito, fico muito como-vida, e meu coração vibra com toda a bondade que vejo. E me pergunto: *Não seria maravilhoso se fosse assim todos os dias?* Pode ser. Acredito sinceramente que pode ser.

Todos nós temos um papel a desempenhar na realização desse sonho. É por isso que nós na Arison continuamos ampliando nossos esforços a cada ano, para conscientizarmos cada vez mais pessoas do *poder de fazer o bem*. Queremos encorajar cada homem, cada mulher e cada criança a expressar a sua bondade não apenas nesse dia, mas em todos... em cada momento de suas vidas.

Ative sua Bondade

Este livro é a minha maneira de explicar como o conceito de “fazer o bem” funciona; como você pode fazê-lo dar certo e ativar sua bondade. O primeiro passo é se amar e se respeitar, e então essa energia positiva se espalhará por todo o mundo, transformando tudo no caminho.

