

# REPLETO DE ALEGRIA

Sabiá reclamava muito. Se o dia estava nublado e sombrio, ela reclamava. Se estava muito ensolarado, ela também não estava feliz. Era mestra em reclamar.

No começo, os amigos e familiares escutavam suas reclamações, mas hoje levantaram voo e foram para o telhado do outro lado da rua. Sabiá não entendia por quê.

--Estou tão triste! – piou ela ali sozinha no telhado, olhando de cara feia para seus amigos lá longe que chilreavam alegremente.

A menina que morava na casa onde Sabiá estava pousada brincava de chá de bonecas. Sabiá observava a menina. Parecia que estava sempre feliz. Todos os dias tinha amigos vindo visitá-la.



Sábia voou mais perto para conseguir ouvir o que estavam dizendo.

--Nossa, Penélope, seu vestido é tão lindo! Estou tão feliz por você ter conseguido vir hoje. E você também, Emília! Vai ser muito legal.

Sabiá sentiu-se mais alegre. Será que era assim tão fácil. Talvez ela apenas tivesse que focar nas coisas boas que lhe aconteciam, em vez de pensar no que poderia dar errado. Decidiu experimentar. Não tinha nada a perder, então voou até onde seus amigos estavam e esforçou-se ao máximo por pensar coisas animadoras e dizer coisas positivas. Logo, logo, Sabiá havia esquecido suas reclamações, e seu coração estava repleto de alegria.

\*\*\*

Quando nos lamentamos ou queixamos, jogamos um véu sombrio sobre o nosso dia e as pessoas que estão ao nosso redor. Quando nos concentramos em ser agradecidos, não só alegamos o nosso dia, mas também o das outras pessoas!

