

À LA CARTE
Vera Ribeiro de Carvalho
(você poderá ver a explicação desse título clicando [aqui](#))

“JÁ TE VI”...

Para aqueles que por acaso ainda não leram estas explicações... ando intercalando colunas “novas” minhas (ou seja, as “fresquinhas”... ou seja, as que estou escrevendo pela primeira vez...) com as antigas, e por dois motivos: primeiro que todo final de ano é bastante conturbado e muitas coisas a fazer vão se acumulando, o que me deixa sem muito tempo para pensar em novos temas. Segundo... porque, desde que o Goionews atualizou seu formato, não dá mais para acessar as matérias antigas do site, então... se eu não falasse, os que não me acompanham desde o começo nem saberiam! rrsrs! (aliás... acho que nem os que me acompanham, pois escrevo no site desde 2009... e quem é que tem essa memória prodigiosa para guardar colunas na cabeça?

Assim... vamos a mais uma (na verdade, nunca ficam iguais às originais, pois adapto muita coisa...)

JÁ QUE COMEÇAMOS NOVO ANO...
(07/01/2012)



...vamos “inaugurá-lo” pensando nos erros que já cometemos... e no que nos transmite o pensamento acima.

Que coisas fizemos erradas em 2019?



Maltratamos pessoas de quem gostamos? Fizemos sofrer quem amamos? Gastamos a mais do que poderíamos? Mentimos descaradamente “sem querer”?

...ou será que... estamos com a consciência pesada porque os agredidos fomos nós mesmos?

Comemos muito, muito mais do que deveríamos? Pagamos a academia e não fomos? Ou fomos e só ficamos “enrolando”?



Já reparou? Às vezes esquecemos a chave de casa dentro da bolsa e saímos com ela - justo aquela chave que serviria para o nosso "marido (esposa)-namorado(a)-filho(a), etc" entrar em casa. Tudo bem... acontece com todo mundo. Mas aí acontece de novo. E de novo... e de novo! O que será que vai no subconsciente de quem esquece? Foi um erro, não foi? E... será que não foi uma escolha??



E quando - como já falei aqui - não temos paciência com as pessoas pacientes, julgando-as às vezes até como moloides, sem iniciativa? Acabamos desrespeitando-as, não é mesmo? Quando teimamos em ter determinadas atitudes, mesmo sabendo que são erradas... como, por exemplo, "entupindo" nossos filhos de doces, mesmo sabendo que correm o risco de obterem um "lindo" colesterol? Quando cedemos à tentação daquele bolo de chocolate, mesmo sabendo que somos diabéticos? Ou damos o primeiro gole, tendo consciência de que não podemos por sermos dependentes? Ou deixamos para "segunda-feira" aquela dieta de que estamos necessitados por causa dos riscos a que estaremos expostos por causa da obesidade?

Tudo se resume ao momento de tomarmos decisões... QUAL a escolha que vamos fazer...



Observe:



"Era uma vez um riacho de águas cristalinas, muito bonito, que serpenteava entre as montanhas. Em certo ponto de seu percurso, notou que a sua frente havia um pântano imundo, por onde deveria passar. Olhou, então, para Deus e protestou: -Senhor, que castigo! Eu sou um riacho tão límpido, tão formoso, e o senhor me obriga a atravessar um pântano sujo como esse! Como faço agora?"

Deus respondeu: -"Isso depende da sua maneira de encarar o pântano. Se ficar com medo, você vai diminuir o ritmo de seu curso, dará voltas e, inevitavelmente, acabará misturando suas águas com as do pântano, o que o tornará igual a ele.

Mas, se você o enfrentar com velocidade, com força, com decisão, suas águas se espalharão sobre ele, a umidade as transformará em gotas que formarão nuvens, e o vento levará essas nuvens em direção ao oceano. Aí você se transformará em mar." Assim é a vida."



Difícil pensar que fazemos tudo isso por escolha... Mas é isso mesmo! NÓS, e mais ninguém, escolhemos nossos caminhos! Você talvez nem imagine quão grande é o poder de nossa mente! Para isso, temos que estar frequentemente revendo o que pensamos, o que fazemos... tentando eliminar as coisas ruins que nos guiaram - ou que fizemos. Assim, talvez seja legal transcrever um trechinho de um artigo que li:

"O trabalho mental que faço hoje em dia é semelhante a uma faxina na casa. Entro em todos os meus cômodos mentais e examino os pensamentos e crenças dentro deles. Alguns eu amo, por isso dou-lhes brilho e polimento para torná-los mais úteis e belos. Outros, noto que precisam de conserto e restauração, e cuido deles da melhor maneira no momento. Outros ainda são como jornais e revistas velhas, ou roupas que não servem mais. Estes eu joga no lixo e esqueço deles para sempre." (Louise L. Hay)



De resto... é ter sempre em mente o pensamento que abre esta coluna, sobre não ficarmos "batendo com a cabeça" repetindo nossos erros...e refletirmos sempre no porquê de estarmos reincidindo neles! Que escolhas estamos fazendo... (e lembrar também que há um outro "dito" que diz que "persistir no erro é burrice...)



♪♪ *Meu bem, você me dá...*



... água na boca!♪♪

Minha convidada de hoje já andou “por aqui” mais de uma vez... essa tem também “mãos de fada”!

Além de minha “ex-aluninha”, foi também, na época, meu braço direito na SEVIA, de tanto que me ajudava... Depois, seus filhos foram igualmente meus alunos – a filha, no Século XXI e o filho no meu curso de redação para Vestibular.

Além das mãos serem de fada... devem também levar ao paraíso, pois há anos vem ganhando o prêmio de Qualidade Total como massoterapeuta.

Já “sacaram” de quem falo, né? Ela mesma!

Neusa Miyata



Ela nos mandou este prato...



... e a receita:

Torta salgada

Ingredientes da massa:

6 colheres de sopa de farinha de trigo
1 colher de sopa de fermento
1 xícara de chá de óleo
1 xícara de leite
4 ovos
Sal a gosto

Preparo: bata no liquidificador todos os ingredientes líquidos. Despeje em uma tigela, misture a farinha de trigo e o fermento até a massa ficar homogênea.

Meu recheio clássico: azeitona sem caroço, queijo em cubinhos e batata crua em cubinhos. Misture tudo e tempere a gosto.

Preparo: em uma forma coloque metade da massa, em seguida o recheio e depois o restante da massa. Assar em forno pré aquecido até ficar dourada.



*Bom
apetite!*

Obrigada,
Neusa!

CURIOSIDADES



Da série “As ruas mais encantadoras do mundo”



Calçada da fama de Hollywood – Los Angeles

Uma das mais fotografadas do mundo, a calçada da fama de Hollywood - ou Hollywood Walk of Fame em inglês - oferece um tributo a celebridades homenageadas pela Câmara do Comércio de Hollywood. Algumas estrelas já foram roubadas desde sua criação, em 1958. Tem 1 milha de extensão (pouco mais de 1 quilometro e meio) e fica na Hollywood Boulevard. As primeiras estrelas foram colocadas na esquina com a Highland Avenue e hoje já são mais de 2000 estrelas por ali e também na Vine Street.



Cheque direto para **10/04/20**

SEM COSTURA

79,90

ALTO VERÃO 2020

CHARME
R. S. ...

LEVE 3 PAGUE 2

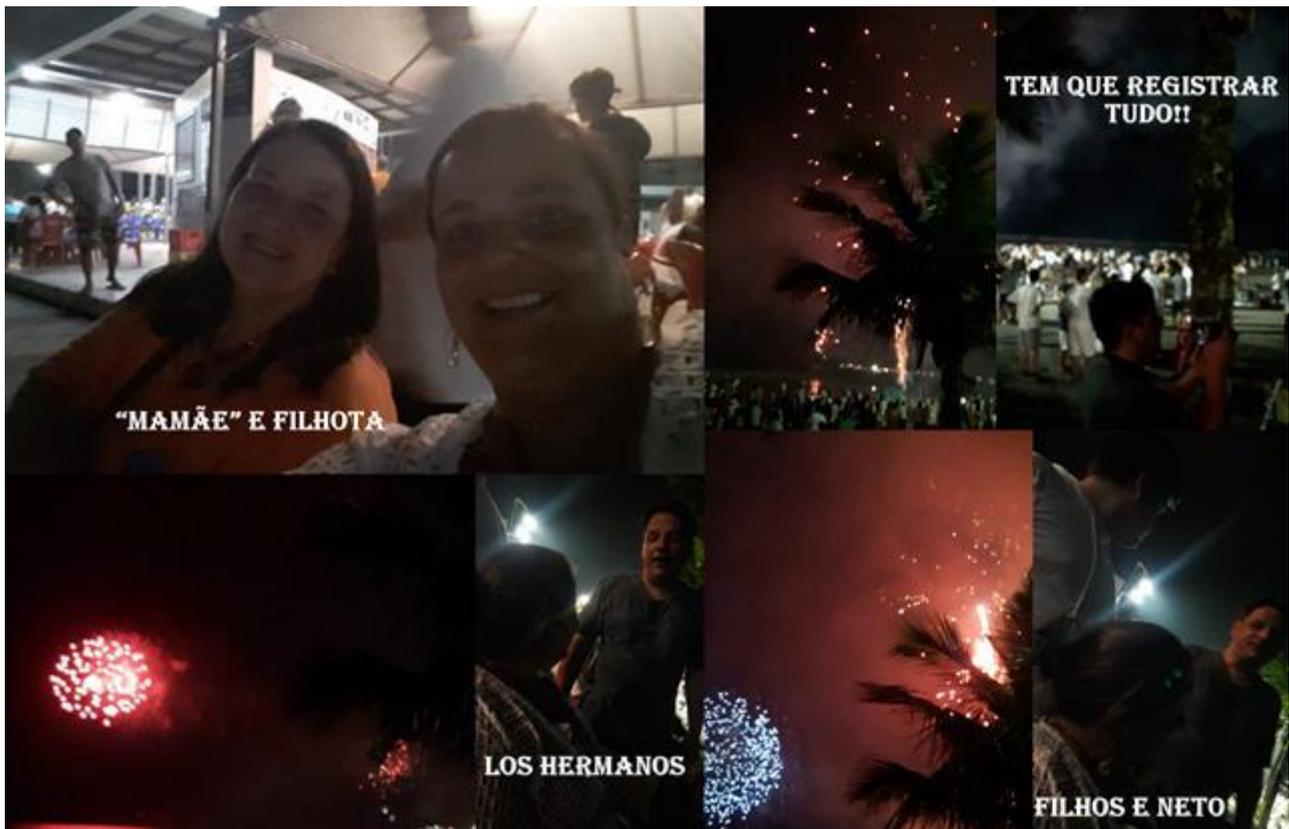
VESTIDOS E MACACÕES

SANDÁLIAS RASTEIRAS E TAMANCOS

Você ganha a terceira peça de menor ou igual valor.

Jeans com cara de férias... Lingerie LIZ... Cuecas MASH! Do P ao EXGG. Mais novidades em biquinis e maiôs adulto e infantil, com precinhos top! LUNENDER! Peças com alta qualidade e modelagem, com ótimos preços! Do PP ao EXGG. Oi! O quê? Preocupada com o pagamento? Mas... reparou para quando é o cheque? Uau!!

Minha passagem de ano...



Coisa inédita... quase milagrosa, mesmo, foi não ter chovido no reveillon! Impressionante! Dos inúmeros que passamos aqui em Guaratuba... acho que uns três, no máximo, não foram debaixo de chuva! O “wéyo” não quis ir à praia pra ver... “Perdeu, playboy!” Foi muito lindo! Fomos minha filha Rosane, meu filho Rogério e meu neto Henrique. Gratificante... que 2020 venha com tudooooo!!!

Espaço Saúde



Clique no link abaixo para ler a coluna de hoje do Dr. Rodrigo:

<https://goio.news/noticias/254/6711/do-que-voce-esta-disposto-a-abrir-mao>



Agora que se inicia o verão, temos que tomar cuidado com os idosos e com as crianças, pois eles desidratam com mais facilidade e são mais sensíveis ao sol.

Ótica e Relojoaria Orient



Aproveite o verão com a nova coleção de óculos de sol que só a ORIENT tem pra você. Os modelos mais top das melhores marcas é na ORIENT. Pagamento direto para março e ainda um super desconto!

ÓTICA E RELOJOARIA ORIENT, à Av. Daniel Portela, 694. Fone 3522 1881 ou 9829-6116



“Quero te dar chuva de flores pela manhã. E quando quiseres, podes vir colher sorrisos direto do quintal da minha alma.” - Chique, né? É só para dar-lhe uma ideia... Já pensou, que lindo, assim, sem mais, você chegar pra sua amada (ou seu amado, por que não??), com umas belas flores como essas que a FLORICULTURA QUATRO ESTAÇÕES pode lhe oferecer, com um cartãozinho e uns versinhos desses? Ah, seu amor não vai resistir!! Ou, simplesmente, presentear amigos... parentes... Dê uma pulinho lá, e... “Mãos à obra”!!

FLORICULTURA QUATRO ESTAÇÕES - 44 3522 5265. Whats 999603098



Como você completaria o tópico a seguir: O namoro de antigamente era mais vigiado, entretanto,

- a) os pais ficavam mais em alerta.
- b) era mais severo.
- c) os namorados eram mais presos.
- d) era mais saboroso e tinha mais mistério.

[Clique aqui e veja a resposta da questão](#)

