

Quarta-Feira, 29 de Julho de 2026

Despertar sempre feliz

Com o passar dos anos, acordar ganha um significado diferente.

Na juventude levantar da cama era apenas o começo de mais um dia cheio de compromissos.

Não havia reflexão.

A vida corria com pressa.

O tempo parecia infinito.

Hoje percebo que cada manhã traz um pequeno milagre silencioso.

Abrir os olhos e perceber que o dia começou novamente é uma forma simples de gratidão.

Nada extraordinário acontece.

A casa ainda está quieta.

A luz da manhã entra devagar pela janela.

O corpo desperta com mais calma do que antigamente.

Os primeiros sons da casa surgem lentamente.

Um passo no corredor.

O barulho de uma xícara.

O café sendo preparado.

A vida começa novamente sem cerimônia.

Na juventude buscamos grandes acontecimentos.

Sonhamos com conquistas, viagens e projetos.

Na maturidade descobrimos outra forma de alegria.

A tranquilidade de simplesmente continuar vivendo.

Acordar cedo já não significa pressa.

Significa oportunidade.

Mais um dia para conversar.

Mais um dia para lembrar.

Mais um dia para escrever.

O tempo ensina que nem todos tiveram esse privilégio.

Muitos ficaram pelo caminho.

Por isso cada manhã merece ser recebida com respeito.

Não é necessário fazer grandes planos.

Às vezes basta abrir a janela, sentir o ar da manhã e perceber que a vida continua.

Essa talvez seja uma das maiores conquistas da maturidade: descobrir a alegria silenciosa de acordar mais um dia.

Gabriel Novis Neves é médico, ex-reitor da UFMT e ex-secretário de Estado