

Caros irmãos e irmãs, boa noite.

## PALESTRA: Desiderata

Este poema **Desiderata**, que será lido, foi escrito e publicado em 1927, por Max Ehrmann quando ele tinha 55 anos.

Max nasceu em 1872 e veio a falecer em 1945, com 73 anos. Nasceu nos EUA e foi um filósofo, poeta e advogado.

O poema trata de como podemos alcançar a felicidade nesta vida.

### Iniciemos:

Siga tranquilamente entre a inquietude e a pressa, lembrando-se de que há sempre paz no silêncio.

Tanto quanto possível sem humilhar-se, mantenha-se em harmonia com todos que o cercam.

Fale a sua verdade, clara e mansamente. Escute a verdade dos outros, pois eles também têm a sua própria história.

Evite as pessoas agitadas e agressivas: elas afligem o nosso espírito. Não se compare aos demais, olhando as pessoas como superiores ou inferiores a você: isso o tornaria superficial e amargo.

Viva intensamente os seus ideais e o que você já conseguiu realizar. Mantenha o interesse no seu trabalho, por mais humilde que seja, ele é um verdadeiro tesouro na continua mudança dos tempos.

Seja prudente em tudo o que fizer, porque o mundo está cheio de armadilhas. Mas não fique cego para o bem que sempre existe. Em toda parte, a vida está cheia de heroísmo.

Seja você mesmo. Sobretudo, não simule afeição e não transforme o amor numa brincadeira, pois, no meio de tanta aridez, ele é perene como a relva.

Aceite, com carinho, o conselho dos mais velhos e seja compreensivo com os impulsos inovadores da juventude.

Cultive a força do espírito e você estará preparado para enfrentar as surpresas da sorte adversa.

Não se desespere com perigos imaginários: muitos temores têm sua

origem no cansaço e na solidão.

Ao lado de uma sadia disciplina conserve, para consigo mesmo, uma imensa bondade.

Você é filho do universo, irmão das estrelas e árvores, você merece estar aqui e, mesmo se você não pode perceber, a terra e o universo vão cumprindo o seu destino.

Procure, pois, estar em paz com Deus, seja qual for o nome que você lhe der.

No meio do seu trabalho e nas aspirações, na fatigante jornada pela vida, conserve, no mais profundo do seu ser, a harmonia e a paz.

Acima de toda mesquinhez, falsidade e desengano, o mundo ainda é bonito.

Caminhe com cuidado, faça tudo para ser feliz e partilhe com os outros a sua felicidade".

Fim da leitura.

**Que a paz de Deus esteja conosco e a luz do Evangelho ilumine os nossos caminhos.**

Palestra no Espaço Espírita Caminho dos Anjos, São José/ SC,  
04/11/2025

Editado em 31/10/2025 por Newton J. M. Zambrozuski

### **Referência:**

Universidade Federal de Ouro Preto, site

[https://professor.ufop.br/sites/default/files/jcesares/files/desiderata\\_-max\\_ehrmann\\_1872-1945.pdf](https://professor.ufop.br/sites/default/files/jcesares/files/desiderata_-max_ehrmann_1872-1945.pdf)