

Essas práticas são trechos retirado do livro Diário de um Mago do Paulo Coelho (ISBN: 978-85-7542-762-0) publicado pela editora Sextante.



“[...] Quando se viaja em direção a um objetivo [...], é muito importante prestar atenção no Caminho. O Caminho sempre nos ensina a melhor maneira de chegar e nos enriquece enquanto o estamos cruzando. Comparado a uma relação sexual, eu diria que são carícias preliminares que determinam a intensidade do orgasmo. Qualquer um sabe disso.

E assim é quando se tem um objetivo na vida. Ele pode ser melhor ou pior, dependendo do caminho que escolhermos para atingi-lo e da maneira como cruzamos esse caminho. Por isso a segunda Prática de RAM é tão importante: tirar daquilo que estamos acostumados a olhar todos os dias os segredos que, por causa da rotina, não conseguimos ver. [...]”

“[...] Nas cidades, em meio aos afazeres diários, este exercício deve ser executado em vinte minutos. [...]”

*“[...] Caminhe durante vinte minutos, na metade da velocidade em que costuma caminhar. Preste atenção a todos os detalhes, pessoas e paisagens que estão à sua volta. A hora mais indicada para fazer este exercício é após o almoço.*

*Repita-o durante sete dias. [...]”*

Esse texto foi retirado integralmente do livro citado acima sem quaisquer alterações,



não nos responsabilizamos pelo mau interpretação do mesmo.

Para ler a continuação [Click Aqui](#).

Att. J.F.