

JORDANA  
HONORATO  
DA SILVA

*Os és da vida...*



Pantanal Editora

2020

JORDANA HONORATO DA SILVA

# Os és da vida...



Pantanal Editora

2020

Copyright© Pantanal Editora  
Copyright do Texto© 2020 Os Autores  
Copyright da Edição© 2020 Pantanal Editora  
Editor Chefe: Prof. Dr. Alan Mario Zuffo  
Editores Executivos: Prof. Dr. Jorge González Aguilera  
Prof. Dr. Bruno Rodrigues de Oliveira

Diagramação: A editora  
Edição de Arte: A editora  
Revisão: O Autor e a editora

#### Conselho Editorial

- Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – OAB/PB
- Prof. Dra. Albys Ferrer Dubois – UO (Cuba)
- Profa. Msc. Aris Verdecia Peña – Facultad de Medicina (Cuba)
- Prof. Dr. Caio Cesar Enside de Abreu – UNEMAT
- Prof. Dr. Claudio Silveira Maia – AJES
- Prof. Msc. David Chacon Alvarez – UNICENTRO
- Prof. Dr. Denis Silva Nogueira – IFMT
- Profa. Dra. Denise Silva Nogueira – UFMG
- Prof. Dr. Elias Rocha Gonçalves – ISEPAM-FAETEC
- Prof. Dr. Fábio Steiner – UEMS
- Prof. Dr. Gabriel Andres Tafur Gomez (Colômbia)
- Prof. Dr. Hebert Hernán Soto Gonzáles – UFR (Peru)
- Prof. Dr. Hudson do Vale de Oliveira – IFRR
- Prof. Msc. Lucas R. Oliveira – Mun. de Chap. do Sul
- Prof. Dr. Leandris Argente-Martínez – ITSON (México)
- Prof. Msc. Javier Revilla Armesto – UCG (México)
- Prof. Dr. Julio Cezar Uzinski – UFMT
- Prof. Msc. Marcos Pisarski Jr - UEG
- Prof. Dr. Rafael Chapman Auty – UO (Cuba)
- Prof. Dr. Rafael Felipe Ratke – UFMS
- Prof. Dr. Raphael Reis da Silva – UFPI
- Prof. Dr. Ricardo Alves de Araújo – UEMA
- Prof. Dr. Wéverson Lima Fonseca – UFPI
- Profa. Dra. Yilan Fung Boix – UO (Cuba)
- Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – UFT

#### Conselho Técnico Científico

- Esp. Joacir Mário Zuffo Júnior
- Esp. Maurício Amormino Júnior
- Bel. Ana Carolina de Deus

#### Ficha Catalográfica

<b>Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)</b> <b>(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)</b>	
S586e	Silva, Jordana Honorato da. Os és da vida... [recurso eletrônico] / Jordana Honorato da Silva. – Nova Xavantina, MT: Pantanal Editora, 2020. 43 p. : il.
	Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-65-990641-2-8
	1. Reflexões. 2. Vida – Citações, máximas, etc. I. Título.
	CDD 808.882
<b>Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422</b>	

O conteúdo dos livros e capítulos, seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva do(s) autor(es). O download da obra é permitido e o compartilhamento desde que sejam citadas as referências dos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

#### Pantanal Editora

Rua Abaete, 83, Sala B, Centro. CEP: 78690-000. Nova Xavantina – Mato Grosso – Brasil. Telefone (66) 99682-4165  
(Whatsapp). <https://www.editorapantanal.com.br>. [contato@editorapantanal.com.br](mailto:contato@editorapantanal.com.br)

## PRÓLOGO

O QUE PERCEBO NESSA TRAJETÓRIA É QUE **NINGUÉM** QUER, **TODOS** QUEREM, O IMPORTANTE É TER, **A VIDA É** DIFÍCIL E COMPLICADA. ACREDITO QUE TUDO NA VIDA VEM DO QUERER, DO ESFORÇO E DO **FAZER ACONTECER**. SE O PÉ NÃO SAIR DO CHÃO, SE NÃO LEVANTAR DA CAMA, SE NÃO **FALAR**, SE NÃO AGIR, SE NÃO **CHORAR**, SE NÃO GRITAR, SE NÃO **BUSCAR...** TUDO PARA, **TUDO** FICA RUIM E **TUDO MORRE!**

Dedico este livro de reflexões a todos os meus familiares,  
amigos e pacientes que indiretamente  
me fizeram refletir sobre  
os és da vida.

## SUMÁRIO

NINGUÉM.....	7
TODOS.....	8
TUDO É.....	9
O QUE FALTA?.....	10
POR QUE NÃO?.....	11
A VIDA É.....	12
FELICIDADE É.....	13
PESSOAS SÃO.....	14
A SOCIEDADE É.....	15
A LEI É.....	16
FÁCIL É.....	17
DIFÍCIL É.....	18
O IMPORTANTE É.....	19
É PRECISO.....	20
O QUE ANGÚSTIA É.....	21
O QUE ALIVIA É.....	22
O QUE FORTALECE É.....	23
O QUE CONFORTA É.....	24
É PRECISO ACOLHER.....	25
O CAMINHO É.....	26
A MULHER É.....	27
O HOMEM É.....	28
O BEBÊ É.....	29
A CRIANÇA É.....	30
O ADOLESCENTE É.....	31
O ADULTO É.....	32
O IDOSO É.....	33
O INDIVIDUAL É.....	34
A MÃE É.....	35
O PAI É.....	36
O FILHO.....	37
A LUTA DIÁRIA É.....	38

O MUNDO É.....	39
O TEMPO É.....	40
A PSICOLOGIA É.....	41
O CORONA VÍRUS É.....	42
ÍNDICE REMISSIVO .....	43

## **NINGUÉM**

Ninguém merece!  
Ninguém se importa com ninguém  
Ninguém te entende  
Ninguém te escuta  
Ninguém quer sua opinião  
Ninguém te suporta  
Ninguém te ajuda  
Ninguém te percebe  
Ninguém te vê  
Ninguém te respeita  
Ninguém te compreende  
Ninguém olha para o outro  
Ninguém se doa  
Ninguém comparece  
Ninguém liga  
Ninguém telefona  
Ninguém escreve  
Ninguém mais fala  
Ninguém mais comunica  
Ninguém olha no olho  
Ninguém se interessa  
Ninguém está nem aí  
Ninguém perdoa  
Ninguém quer saber

## **TODOS**

Todos te julgam

Todos te olham

Todos te invejam

Todos te percebem

Todos falam de você

Todos querem saber da sua vida

Todos querem o que você tem

Todos opinam

Todos te ignoram

Todos te humilham

Todos fingem

Todos são falsos

Todos têm interesse

Todos vivem de interesse

Todos só digitam

Todos só enviam

Todos só esperam

Todos só reclamam

Todos fogem

Todos se negam

Todos mentem

Todos elogiam

## **TUDO É**

Tudo é fachada

Tudo é falso

Tudo é inválido

Tudo é vazio

Tudo é insignificante

Tudo é irritante

Tudo é preconceituoso

Tudo é dramático

Tudo é melancólico

Tudo é não prático

Tudo é demorado

Tudo é burocrático

Tudo é chato

Tudo é amargo

Tudo é difícil

Tudo é sofrível

Tudo é lutar

Tudo é brigar

Tudo é fútil

Tudo é nada

## **O QUE FALTA?**

Falta expor  
Falta amar  
Falta se importar  
Falta cuidar  
Falta respeitar  
Falta abrir mão  
Falta dar o braço a torcer  
Falta trabalhar  
Falta humanidade  
Falta acolhimento  
Falta correr atrás  
Falta facilitar  
Falta persistir  
Falta investir  
Falta admirar  
Falta conhecer  
Falta querer viver  
Falta deixar de existir  
Falta igualdade  
Falta união  
Falta compreensão  
Falta valorização  
Falta perdão  
Falta relatar  
Falta lembrar  
Falta refletir  
Falta respirar  
Falta sossego  
Falta paz  
Falta cumprir  
Falta demonstrar  
Falta fazer

## **POR QUE NÃO?**

Por que não correr atrás?

Por que não saber amar?

Por que não compreender?

Por que não sentir?

Por que não admirar?

Por que não apreciar?

Por que não ajudar?

Por que não valorizar?

Por que não facilitar?

Por que não compartilhar?

Por que não doar?

Por que não respeitar?

Por que não amenizar?

Por que não implicar?

Por que não causar?

Por que não desistir?

Por que não enfrentar?

Por que não compensar?

Por que não executar?

Por que não persistir?

Por que não calar?

Por que não renunciar?

Por que não reconhecer?

Por que não presentear?

Por que não prestigiar?

Por que não enlouquecer?

## **A VIDA É**

A vida é injusta  
A vida é seletiva  
A vida é exclusiva  
A vida é imperfeita  
A vida é cheia de altos e baixos  
A vida é conexão  
A vida é ilusão  
A vida é status  
A vida é social  
A vida é mídia  
A vida é enfrentamento  
A vida é sofrer  
A vida é chorar  
A vida é sorrir  
A vida é se desgastar  
A vida é cair  
A vida é levantar  
A vida é perder  
A vida é ganhar  
A vida é depressão  
A vida é alegria  
A vida é lutar  
A vida é passageira  
A vida é um ciclo  
A vida é correr  
A vida é mutável  
A vida é agir  
A vida é renascer  
A vida é curta

## **FELICIDADE É**

Felicidade é ter

Felicidade é ser

Felicidade é ter alguém

Felicidade é namorar

Felicidade é sair

Felicidade é se divertir

Felicidade é comer

Felicidade é beber

Felicidade é fumar

Felicidade é ficar em casa

Felicidade é praticar esporte

Felicidade é o paraíso

Felicidade é sorrir

Felicidade é o dinheiro

Felicidade é casar

Felicidade é ter filhos

Felicidade é ter um pet

Felicidade é a casa própria

Felicidade é viajar

Felicidade é o lar

Felicidade é se divertir

Felicidade é ter amigos

Felicidade é escolher

Felicidade é gastar

## **PESSOAS SÃO**

Pessoas são imperfeitas  
Pessoas são falsas  
Pessoas são curiosas  
Pessoas são faladeiras  
Pessoas são palpiteiras  
Pessoas são invejosas  
Pessoas são inquietas  
Pessoas são felizes  
Pessoas são safadas  
Pessoas são traiçoeiras  
Pessoas são fúteis  
Pessoas são maldosas  
Pessoas são infelizes  
Pessoas são preconceituosas  
Pessoas são amáveis  
Pessoas são difíceis  
Pessoas são fracas  
Pessoas são incompreendidas  
Pessoas são mal interpretadas  
Pessoas são espiões  
Pessoas são corajosas  
Pessoas são doentes  
Pessoas são diferentes  
Pessoas são sozinhas  
Pessoas são inconvenientes  
Pessoas são oportunistas  
Pessoas são malandras  
Pessoas são interesseiras  
Pessoas são hackers  
Pessoas são experts

## **A SOCIEDADE É**

A sociedade é rotuladora  
A sociedade é moldada  
A sociedade é um esquema  
A sociedade é fechada  
A sociedade é limitadora  
A sociedade é impositiva  
A sociedade é avassaladora  
A sociedade é questionadora  
A sociedade é status  
A sociedade é status quo  
A sociedade é desigual  
A sociedade é um enquadramento  
A sociedade é uma prisão  
A sociedade é um casamento  
A sociedade é um divórcio  
A sociedade é um questionamento  
A sociedade é ladra  
A sociedade é imperfeita  
A sociedade é uma história  
A sociedade é uma geografia  
A sociedade é o que define  
A sociedade é complicada  
A sociedade é alvo

## **A LEI É**

A lei é clara

A lei é ríspida

A lei é incisiva

A lei é ordem

A lei é diretriz

A lei é poder

A lei é imponente

A lei é autoridade

A lei é implacável

A lei é para todos

A lei é um direito

A lei é forte

A lei é fraca

A lei é injusta

A lei é proteção

A lei é a lei

A lei é o presente

A lei é o passado

A lei é o futuro

A lei é um estudo

A lei é aplicabilidade

A lei é dura

A lei é igualdade

A lei é sem preconceito

A lei é informação

A lei é abusiva

## **FÁCIL É**

Fácil é pedir

Fácil é experimentar

Fácil é chorar

Fácil é engolir

Fácil é se viciar

Fácil é entrar

Fácil é iniciar

Fácil é prometer

Fácil é burlar

Fácil é omitir

Fácil é mentir

Fácil é comer

Fácil é festejar

Fácil é socializar

Fácil é reclamar

Fácil é pagar

Fácil é eliminar

Fácil é negociar

Fácil é cobrar

Fácil é mandar

Fácil é sujar

Fácil é brigar

Fácil é gritar

Fácil é emburrar

Fácil é xingar

Fácil é bater

Fácil é chutar

Fácil é sair

Fácil é ignorar

Fácil é esconder

## **DIFÍCIL É**

Difícil é educar

Difícil é falar a verdade

Difícil é não mentir

Difícil é ignorar

Difícil é lidar

Difícil é pedir

Difícil é sorrir

Difícil é ganhar

Difícil é enfrentar

Difícil é ajudar

Difícil é rezar

Difícil é lutar

Difícil é sentar

Difícil é comer

Difícil é saborear

Difícil é sair

Difícil é desistir

Difícil é enfrentar

Difícil é malhar

Difícil é doar

Difícil é implorar

Difícil é cumprir

Difícil é calar-se

Difícil é a falta de amor

Difícil é a traição

Difícil é não companheirismo

Difícil é negociar

Difícil é perdoar

Difícil é esquecer

Difícil é a indiferença

Difícil é o descaso

## **O IMPORTANTE É**

- O importante é viver
- O importante é se entregar
- O importante é ser livre
- O importante é amar
- O importante é comer
- O importante é experimentar
- O importante é beijar
- O importante é saborear
- O importante é não rotular
- O importante é compreender
- O importante é aprender
- O importante é sorrir
- O importante é ler
- O importante é escrever
- O importante é estar junto
- O importante é falar
- O importante é escutar
- O importante é ajudar
- O importante é demonstrar
- O importante é cumprir
- O importante é corrigir
- O importante é voltar atrás
- O importante é olhar
- O importante é se interessar
- O importante é ser notado
- O importante é ser importante
- O importante é agir
- O importante é caprichar
- O importante é torcer
- O importante é respirar
- O importante é pensar

## **É PRECISO**

É preciso liberdade  
É preciso amor  
É preciso valor  
É preciso lutar  
É preciso querer  
É preciso dedicar  
É preciso falar  
É preciso interesse  
É preciso cuidar  
É preciso fortalecer  
É preciso iniciar  
É preciso partir  
É preciso morrer  
É preciso gritar  
É preciso chorar  
É preciso enlouquecer  
É preciso buscar  
É preciso dormir  
É preciso esquecer  
É preciso corrigir  
É preciso expressar  
É preciso guardar  
É preciso fechar os olhos  
É preciso se entregar  
É preciso dominar  
É preciso acolher  
É preciso incluir  
É preciso demonstrar  
É preciso relevar

## **O QUE ANGÚSTIA É**

Angústia é não ter  
Angústia é querer  
Angústia é sofrer  
Angústia é permear  
Angústia é rejeição  
Angústia é descaso  
Angústia é frieza  
Angústia é humilhação  
Angústia é incompreensão  
Angústia é ignorância  
Angústia é burrice  
Angústia é lerdeza  
Angústia é o poder  
Angústia é o não poder  
Angústia é não conseguir  
Angústia é não falar  
Angústia é não dizer NÃO  
Angústia é dizer SIM  
Angústia é guardar  
Angústia é reprimir  
Angústia é retalhar  
Angústia é coibir  
Angústia é desistir  
Angústia é sufocar  
Angústia é sofrimento  
Angústia é tristeza  
Angústia é acumular  
Angústia é a necessidade  
Angústia é a insegurança  
Angústia é a cobrança

## **O QUE ALIVIA É**

Alivia é relaxar

Alivia é extravasar

Alivia é respirar

Alivia é fechar os olhos

Alivia é crer

Alivia é suprir

Alivia é um chá

Alivia é sorrir

Alivia é descansar

Alivia é conversar

Alivia é chorar

Alivia é postar

Alivia é fumar

Alivia é beber

Alivia é comer

Alivia é fofocar

Alivia é ter um hobby

Alivia é namorar

Alivia é sair

Alivia é perder o medo

Alivia é correr atrás

Alivia é se vingar

Alivia é discutir

Alivia é falar

Alivia é desfrutar

Alivia é não ser cobrado

## **O QUE FORTALECE É**

Fortalece é comunicar-se  
Fortalece é se restabelecer  
Fortalece é ser compreendido  
Fortalece é uma palavra doce  
Fortalece é uma palavra de reforço  
Fortalece é abraçar  
Fortalece é trocar beijos  
Fortalece é uma carícia  
Fortalece é cantar  
Fortalece é experimentar  
Fortalece é se libertar  
Fortalece é ser você  
Fortalece é não se igualar  
Fortalece é dançar  
Fortalece é correr  
Fortalece é sonhar  
Fortalece é viver  
Fortalece é ir em busca  
Fortalece é estar bem  
Fortalece é ter raízes  
Fortalece é sentir segurança  
Fortalece é curtir  
Fortalece é receber flores  
Fortalece é receber uma mensagem  
Fortalece é a qualidade  
Fortalece é a alma  
Fortalece é o espírito  
Fortalece é a raiva  
Fortalece é o desagrado  
Fortalece é se entregar

## **O QUE CONFORTA É**

Conforta é um colinho

Conforta é um carinho

Conforta é um cafuné

Conforta é um chocolate quente

Conforta é um café

Conforta é uma palavra amorosa

Conforta é um abraço apertado

Conforta é um beijo caloroso

Conforta é um afago

Conforta é um olhar

Conforta é uma carícia

Conforta é os parabéns

Conforta é um sorriso

Conforta é a sabedoria

Conforta é estar junto

Conforta é sentar ao lado

Conforta é aprender

Conforta é a revelação

Conforta é a experiência

Conforta é o glamour

Conforta é o poder

Conforta é uma refeição

Conforta é a comida da vó

Conforta é um cobertor

Conforta é o sol

Conforta é o dinheiro

## **É PRECISO ACOLHER**

Acolher a vida

Acolher o outro

Acolher a si mesmo

Acolher a criança

Acolher a juventude

Acolher a sociedade

Acolher a mulher

Acolher o homem

Acolher o idoso

Acolher o imigrante

Acolher o branco

Acolher o negro

Acolher o refugiado

Acolher o especial

Acolher o pobre

Acolher o rico

Acolher o favelado

Acolher o mendigo

Acolher o inválido

Acolher o mundo

Acolher o bebê

## **O CAMINHO É**

- O caminho é árduo
- O caminho é sofrível
- O caminho é longo
- O caminho é penoso
- O caminho é inconsequente
- O caminho é desesperador
- O caminho é uma travessia
- O caminho é o equilíbrio
- O caminho é tortuoso
- O caminho é desigual
- O caminho é transitório
- O caminho é relevante
- O caminho é percorrer
- O caminho é inseguro
- O caminho é temeroso
- O caminho é lento
- O caminho é rápido
- O caminho é por ali
- O caminho é por aqui
- O caminho é por lá
- O caminho é nenhum lugar
- O caminho é algum lugar

## **A MULHER É**

A mulher é semi-igual  
A mulher é predestinada  
A mulher é multitarefa  
A mulher é amorosa  
A mulher é inteligente  
A mulher é mirabolante  
A mulher é articulada  
A mulher é exuberante  
A mulher é glamorosa  
A mulher é musa  
A mulher é nobre  
A mulher é sensual  
A mulher é preciosa  
A mulher é diva  
A mulher é sereia  
A mulher é princesa  
A mulher é espetacular  
A mulher é linda  
A mulher é graciosa  
A mulher é imprudente  
A mulher é imoral  
A mulher é mãe  
A mulher é filha  
A mulher é nora  
A mulher é esposa  
A mulher é sogra  
A mulher é cunhada  
A mulher é irmã

## **O HOMEM É**

- O homem é vilão
- O homem é viril
- O homem é macho
- O homem é fático
- O homem é poderoso
- O homem é medroso
- O homem é justo
- O homem é correto
- O homem é verdadeiro
- O homem é desonesto
- O homem é honesto
- O homem é trabalhador
- O homem é batalhador
- O homem é decente
- O homem é cavalheiro
- O homem é cidadão
- O homem é idoso
- O homem é jovem
- O homem é pai
- O homem é irmão
- O homem é marido
- O homem é amante
- O homem é cunhado
- O homem é genro
- O homem é solteiro
- O homem é casado
- O homem é sogro

## O BEBÊ É

- O bebê é chorão
- O bebê é frágil
- O bebê é sensível
- O bebê é lindinho
- O bebê é fofinho
- O bebê é inexperiente
- O bebê é cheiroso
- O bebê é fedido
- O bebê é docinho de coco
- O bebê é perfeição
- O bebê é admiração
- O bebê é imaturo
- O bebê é prematuro
- O bebê é curioso
- O bebê é vida
- O bebê é felicidade
- O bebê é união
- O bebê é amado
- O bebê é simpatia
- O bebê é precioso
- O bebê é um tesouro
- O bebê é pequeno
- O bebê é paixão
- O bebê é trabalho
- O bebê é dedicação
- O bebê é *full-time*
- O bebê é integral

## **A CRIANÇA É**

A criança é curiosa  
A criança é astuta  
A criança é arteira  
A criança é chata  
A criança é rápida  
A criança é ingênua  
A criança é fofa  
A criança é traquina  
A criança é inocente  
A criança é feliz  
A criança é triste  
A criança é chorona  
A criança é desesperada  
A criança é alegria  
A criança é comunicação  
A criança é companhia  
A criança é pimpolho  
A criança é infantil  
A criança é jovem  
A criança é menino  
A criança é menina  
A criança é legal  
A criança é uma esponja  
A criança é inteligente  
A criança é sagaz

## O ADOLESCENTE É

- O adolescente é imaturo
- O adolescente é agressivo
- O adolescente é perturbado
- O adolescente é chatinho
- O adolescente é indelicado
- O adolescente é livre
- O adolescente é descolado
- O adolescente é enrolado
- O adolescente é questionador
- O adolescente é desafiador
- O adolescente é controlador
- O adolescente é seguro
- O adolescente é inquieto
- O adolescente é *nerd*
- O adolescente é preguiçoso
- O adolescente é lento
- O adolescente é capaz
- O adolescente é astuto
- O adolescente é complicado
- O adolescente é promissor
- O adolescente é amadurecimento
- O adolescente é aprendizado
- O adolescente é inconstante

## **O ADULTO É**

- O adulto é livre
- O adulto é dono de si
- O adulto é questionador
- O adulto é complicado
- O adulto é sabidão
- O adulto é burro
- O adulto é inteligente
- O adulto é rápido
- O adulto é corrupto
- O adulto é honesto
- O adulto é coerente
- O adulto é incoerente
- O adulto é jovem
- O adulto é velho
- O adulto é criança
- O adulto é preso
- O adulto é inconsequente
- O adulto é imprudente
- O adulto é prudente
- O adulto é consciente
- O adulto é prepotente
- O adulto é gentil
- O adulto é refém

## **O IDOSO É**

- O idoso é amigo
- O idoso é gentil
- O idoso é triste
- O idoso é alegre
- O idoso é grosso
- O idoso é lento
- O idoso é confiável
- O idoso é jovem
- O idoso é adolescente
- O idoso é criança
- O idoso é amoroso
- O idoso é carinhoso
- O idoso é cauteloso
- O idoso é prudente
- O idoso é senil
- O idoso é experiente
- O idoso é vivido
- O idoso é astuto
- O idoso é impaciente
- O idoso é irritado
- O idoso é surdo
- O idoso é inteligente
- O idoso é compaixão
- O idoso é sensível
- O idoso é carrancudo
- O idoso é alto astral

## **O INDIVIDUAL É**

- O individual é sozinho
- O individual é triste
- O individual é experiência
- O individual é silencioso
- O individual é castrador
- O individual é temeroso
- O individual é único
- O individual é aprendizado
- O individual é melancólico
- O individual é separador
- O individual é excludente
- O individual é rotina
- O individual é sem diálogo
- O individual é metafórico
- O individual é mental
- O individual é liberdade
- O individual é egocêntrico
- O individual é particular
- O individual é restrito

## **A MÃE É**

A mãe é carinho

A mãe é doçura

A mãe é compreensão

A mãe é amor

A mãe é perdão

A mãe é inventora

A mãe é criativa

A mãe é punidora

A mãe é coragem

A mãe é delicada

A mãe é brava

A mãe é indiferente

A mãe é compaixão

A mãe é ternura

A mãe é multitarefa

A mãe é polvo

A mãe é maravilhosa

A mãe é espetacular

A mãe é poderosa

A mãe é tudo

A mãe é fortaleza

A mãe é afeto

A mãe é bondade

A mãe é transformação

A mãe é completude

## **O PAI É**

- O pai é respeito
- O pai é castrador
- O pai é macho
- O pai é punidor
- O pai é amor
- O pai é dominante
- O pai é imposição
- O pai é temor
- O pai é lei
- O pai é agressivo
- O pai é carinhoso
- O pai é líder
- O pai é financeiro
- O pai é provedor
- O pai é consciente
- O pai é o cerne
- O pai é egoísta
- O pai é onipotente
- O pai é voz
- O pai é proteção
- O pai é lutador
- O pai é campeão
- O pai é herói

## **O FILHO**

- O filho é trabalho
- O filho é pra sempre
- O filho é inconsequente
- O filho é inexperiente
- O filho é ingrato
- O filho é imensidão
- O filho é completude
- O filho é dócil
- O filho é grosseiro
- O filho é volátil
- O filho é amor
- O filho é realização
- O filho é um gasto
- O filho é superação
- O filho é um desejo
- O filho é uma conquista
- O filho é um limite
- O filho é uma consequência
- O filho é uma decisão
- O filho é alegria
- O filho é diversão
- O filho é ternura
- O filho é aventura
- O filho é mentiroso
- O filho é articuloso
- O filho é vida
- O filho é um presente

## **A LUTA DIÁRIA É**

A luta diária é incrível  
A luta diária é matadora  
A luta diária é insensível  
A luta diária é questionadora  
A luta diária é um problema  
A luta diária é esgotante  
A luta diária é sufocante  
A luta diária é uma batalha  
A luta diária é uma correria  
A luta diária é esmagadora  
A luta diária é maçante  
A luta diária é sofrível  
A luta diária é triste  
A luta diária é esforço  
A luta diária é força  
A luta diária é ter capacidade  
A luta diária é uma luta  
A luta diária é ter coragem  
A luta diária é levantar  
A luta diária é enfrentar  
A luta diária é batalhar  
A luta diária é aprender  
A luta diária é persistir  
A luta diária é prejudicar  
A luta diária é causar

## **O MUNDO É**

- O mundo é globalizado
- O mundo é unido
- O mundo é um universo
- O mundo é competitivo
- O mundo é sombrio
- O mundo é histórico
- O mundo é um moinho
- O mundo é anos
- O mundo é dos espertos
- O mundo é um livro
- O mundo é redondo
- O mundo é enorme
- O mundo é infinito
- O mundo é provedor
- O mundo é informação
- O mundo é solidário
- O mundo é separatista
- O mundo é competidor
- O mundo é mágico
- O mundo é um lugar
- O mundo é um cenário
- O mundo é agitado
- O mundo é populoso
- O mundo é mutável
- O mundo é louco
- O mundo é vegano
- O mundo é carnívoro

## **O TEMPO É**

- O tempo é imperdível
- O tempo é dinheiro
- O tempo é precioso
- O tempo é rápido
- O tempo é algo que não volta
- O tempo é futuro
- O tempo é agora
- O tempo é um segundo
- O tempo é um minuto
- O tempo é uma hora
- O tempo é relativo
- O tempo é invisível
- O tempo é juiz
- O tempo é perfeito
- O tempo é sabedoria
- O tempo é experiência
- O tempo é descoberta
- O tempo é sábio
- O tempo é a razão
- O tempo é essencial
- O tempo é reviravolta
- O tempo é frenético
- O tempo é absoluto
- O tempo é rei
- O tempo é real
- O tempo é implacável
- O tempo é gerenciamento
- O tempo é necessário

## **A PSICOLOGIA É**

A psicologia é reveladora  
A psicologia é vida  
A psicologia é entendimento  
A psicologia é um estudo  
A psicologia é vasta  
A psicologia é libertadora  
A psicologia é suprema  
A psicologia é uma ciência  
A psicologia é percepção  
A psicologia é observação  
A psicologia é aprendizagem  
A psicologia é a sensação  
A psicologia é o ser humano  
A psicologia é comportamento humano  
A psicologia é diagnosticar  
A psicologia é tratar  
A psicologia é intérprete  
A psicologia é o emocional  
A psicologia é o mental  
A psicologia é global  
A psicologia é fundamentos  
A psicologia é essencial  
A psicologia é pra todos

## **O CORONA VÍRUS É**

- O corona vírus é avassalador
- O corona vírus é matador
- O corona vírus é perigoso
- O corona vírus é separatista
- O corona vírus é ordem
- O corona vírus é bagunça
- O corona vírus é fuga
- O corona vírus é forte
- O corona vírus é novo
- O corona vírus é mundial
- O corona vírus é infeccioso
- O corona vírus é letal
- O corona vírus é passageiro
- O corona vírus é rápido
- O corona vírus é confusão
- O corona vírus é pânico
- O corona vírus é emergência
- O corona vírus é agitação
- O corona vírus é correria
- O corona vírus é viral
- O corona vírus é vacilo
- O corona vírus é entretenimento
- O corona vírus é notícia
- O corona vírus é especulação
- O corona vírus é atual

## ÍNDICE REMISSIVO

<b>A</b>		<b>L</b>	
ADOLESCENTE .....	40	LEI.....	20, 45
ADULTO.....	41	LUTA .....	48
ANGÚSTIA .....	26		
<b>B</b>		<b>M</b>	
BEBÊ.....	37	MÃE .....	44
		MULHER.....	31, 34
		MUNDO .....	49
<b>C</b>		<b>N</b>	
CAMINHO .....	33	NINGUÉM.....	7
CORONA VÍRUS.....	53		
CRIANÇA .....	39		
<b>F</b>		<b>P</b>	
FALTA .....	11	PAI.....	45
FELICIDADE.....	37	PESSOAS .....	17
FILHO.....	46	PSICOLOGIA.....	51
<b>H</b>		<b>S</b>	
HOMEM.....	36	SOCIEDADE.....	18, 31
<b>I</b>		<b>T</b>	
IDOSO.....	42	TEMPO .....	50
IMPORTANTE.....	24	TODOS .....	8
INDIVIDUAL.....	43	TUDO.....	10
		<b>V</b>	
		VIDA.....	8, 13, 14, 15, 31, 37, 46, 51

## Jordana Honorato da Silva



É mestre em Educação pela Cambridge International University (2008). Terminou seu ensino médio na High School de Crofton Nebraska nos Estados Unidos (1997). Graduiu-se em Psicologia licenciatura e bacharelado pela PUC-Goiás - Pontifícia Universidade Católica de Goiás (2003). Possui especialização em Teorias Psicanalíticas pela Faculdade de Tecnologia Equipe Darwin - FTED – (2006) e Especialização em Psicologia do Trânsito pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (2016). Trabalhou por muitos anos nas áreas de Recursos Humanos em várias empresas, no SENAC como instrutora de cursos profissionalizantes, na Associação Pestalozzi de Goiânia ministrou curso na

área de relações interpessoais para alunos especiais com doenças mentais diversas e atuações na APAE de Goiânia como palestrante. Desde 2003 é psicóloga clínica com abordagem psicanalítica em consultório privado e voluntária de atendimentos psicológicos para algumas ONGs e agora no #solidarizaPsi COVID-19 com atendimentos online. Contato: [jordanahonorato@yahoo.com.br](mailto:jordanahonorato@yahoo.com.br).

ISBN 978-659906412-8



Pantanal Editora

Rua Abaete, 83, Sala B, Centro. CEP: 78690-000

Nova Xavantina – Mato Grosso – Brasil

Telefone (66) 99682-4165 (Whatsapp)

<https://www.editorapantanal.com.br>

[contato@editorapantanal.com.br](mailto:contato@editorapantanal.com.br)