# OS 12 MANDAMENTOS DO GRANDE MESTRE CARLOS GRACIE

01 – Ser tão forte que nada possa perturbar a paz da tua mente.

02 – Falar a todos de felicidade, saúde e prosperidade.

03 – Dar a todos os teus amigos a sensação de que têm valor.

04 – Olhar as coisas pelo seu lado luminoso e atualizar teu otimismo em realidade.

05 – Pensar somente no melhor, trabalhar unicamente pelo melhor e esperar sempre o melhor.

06 – Ser tão justo e tão entusiasta com respeito ao êxito dos outros como és com o teu próprio.

07 – Esquecer os erros do passado e concentrar tuas energias nas conquistas do futuro.

08 – Manter sempre o semelhante alegre e ter um sorriso para todos os que a ti se dirijam.

09 – Empregar o maior tempo no aperfeiçoamento de ti mesmo, e nenhum tempo em criticar os outros.

10 – Ser grande demais para sentir desassossego, nobre demais para sentir cólera, forte demais para sentir temor e feliz demais para sentir contrariedades.

11 – Ter boa opinião sobre ti mesmo e proclama-la perante o mundo, mas não com palavras altissonantes e sim com boas obras.

12 – Ter a firme convicção de que o mundo estará ao teu lado, enquanto te mantiveres leal ao que há de melhor em ti.

RILION GRACIE
JIU-JITSU ACADEMY