Gentileza gera gentileza

Post (0226)+Vídeo



– Quem dera as pessoas mudassem suas atitudes egoístas, mesquinhas e olhasse o mundo de um novo ângulo.
– Eu sempre acreditei que viver assim é bem melhor. Por isso sou feliz independente da vontade alheia.
– Muito do que torna a vida mais difícil – uma batidinha no carro, uma porta que alguém não segurou quando você passou – se deve à falta de consideração. Imagine só como seria o mundo se todos fossem um pouquinho mais gentis. – Ao tentarmos entrar numa rua movimentada, por exemplo, alguém nos cede a passagem? – No supermercado, você deixa um idoso ou um apressado entrar na sua frente na fila do caixa? – Num coletivo lotado, você se levanta para dar lugar a quem parece cansado, mesmo que seja alguém mais jovem que você ?
– Nós temos a capacidade de ajudar os outros, a gentileza pode ser uma virtude, mas isso não quer dizer que seja fácil e, no entanto pode criar uma onda significativa de mudanças à nossa volta.
– Se tanto quem ajuda quanto quem é ajudado se sente bem, parece-me uma atitude em que todos saem ganhando.

Algumas dicas de como ser gentil e altruísta (Diego Villaveces)

• Compre um alimento no supermercado e dê a um necessitado;
• Visite um asilo de idosos e dedique a eles algumas horas da

sua vida;
• Ajude a movimentar um volume pesado que alguém parece estar se esforçando muito para arrastá-lo.
• Prepare um jantar para um amigo que está passando por dificuldades.
• Lembre-se de dizer “por favor” e “obrigado”, e dê um bom exemplo.
• Aumente o sentimento de empatia buscando entender como os outros se sentem.

• Recompense a gentileza. Quando ver alguém ajudando alguém, elogie…

Texto inspirado em um artigo da revista “Seleções de Reader’s Digest” – NG Canela – Novembro de 2013