



BEM FELIZ DESTAQUE

A NOSSA REDE DE AJUDA E O QUE ELA REVELA SOBRE NÓS

Publicado em 19 de setembro de 2016



Os conflitos, os momentos de incertezas e as angústias fazem parte da vida. Disso todo mundo sabe. São eles os responsáveis, muitas vezes, por nos trazer a consciência de que tudo – inclusive as dores – pode ser aprendido; que, no final, não temos controle de absolutamente nada; e que as lentes que usamos para enxergar a realidade farão diferença no que é captado pelos nossos olhos e coração.

Dizer isso parece fácil, na perspectiva de quem não está mergulhado no problema. Sob emoção, é normalmente bem mais complexo.

Para onde olhar, então? Como processar? O que fazer diante do que sinto? Estas são perguntas comuns às pessoas que, por algum motivo, se veem em contextos de dificuldade. E convenhamos – ao menos uma vez na vida, todo mundo passa por isso. Há casos mais graves nos quais os desafios impostos pelas circunstâncias passam a ser encarados como intransponíveis. Portanto, para estas pessoas, a única coisa que se tem a fazer é sucumbir. Será?

Ocorre que tem muita gente que não sabe onde procurar ajuda, sobretudo quando bate o desespero. A quem recorrer? A Deus? À família? Aos amigos? A nossa rede de ajuda fala muito de nós. Somos capazes também de compor a rede de ajuda de quem nos cerca? O quão dispostos e abertos estamos para apoiar o outro? Em que medida nos movimentamos, ao longo da vida, para ampliar a nossa capacidade de ser mais rede de ajuda na vida em sociedade e ampliar a nossa própria rede?

Admitir que precisa de ajuda é, às vezes, um desafio. Mas por que isso acontece? O que isso tem a nos dizer?

É incrível quando conseguimos perceber que o apoio de que precisávamos estava ali, onde menos esperávamos. Dá a sensação de que foi colocado por Deus, de forma providencial, no momento certo. Quem nunca sentiu isso?

Definitivamente, acionar a rede de ajuda é diferente de se apropriar ou de se aproveitar do outro. É um fluxo que se retroalimenta da nossa disponibilidade interna de pedir ajuda e também de estender as mãos quando o outro precisa.

Estarmos conectados e conscientes é um bom começo. Que tal começar hoje?

Compartilhe esse texto com alguém:



AJUDA REDE DE AJUDA



FLÁVIO RESENDE - JORNALISTA, EMPRESÁRIO E COACH ONTOLÓGICO

Sabe onde você quer chegar? Que etapas precisa passar para atingir seus objetivos? Em meus artigos, abordarei dicas de como mapear a realidade, superar as adversidades (sejam elas crises internas, solidão, medo e até síndromes) e identificar os melhores caminhos para a obtenção dos resultados desejados.
www.flavioresende.com.br Fone: (61) 99216-9188 / (61) 3242-9058