

DAR

Carolina Blom, Psicóloga Júnior

Dar é amar, é um ato de intimidade, carinho, de empatia pelo outro. No fundo, DAR é PODER.

A felicidade que sentimos quando damos perdura mais no tempo, do que a que sentimos quando recebemos (O'Brien & Kassirer, 2019).

Por isso, dê, e sinta como é dar. Veja como os outros dão e tente perceber como se sentem. Deixe mesmo quem parece mais frágil dar-lhe algo. Aceite o desenho do seu filho, o beijo de um sobrinho, o jantar de um amigo doente, o conselho de pais ou avós, ...

Receba por si e pelos outros e lembre-se ao mesmo tempo da oportunidade que também está a oferecer.