

Inspiração

Márcio conta que escreveu o livro para compartilhar sabedorias que aprendeu ao longo da vida. FOTO: Daniel Mafra



“RELACIONAMENTO FÁCIL NÃO EXISTE”, DIZ AUTOR

Missionário fala sobre as atitudes que atraem as pessoas

/// **LAILA MAGESK**
limagesk@redgazeta.com.br

Acostumado a ouvir as angústias das pessoas e ajudá-las, o missionário da Comunidade Católica Canção Nova, Márcio Mendes, decidiu escrever o livro “Como se dar bem com quem você quer bem”. Na obra, Mendes divide suas experiências de anos e indica caminhos para viver em harmonia com o outro e consigo mesmo. Veja abaixo trechos da conversa.

SOLIDÃO

Aprendi muito conversando com as pessoas. Vi que elas sofrem de solidão. Grande parte do sofrimento delas não têm a ver com coisas, têm a ver com relacionamentos malsucedidos.

Quando a pessoa tem bons relacionamentos, o resto na vida ela vai superando. Então, vi uma oportunidade de ajudar quem está vivendo esses dramas sentimentais.

HORA DE SE AFASTAR

Mesmo quando se lida com quem ama, a relação sempre tem desafios e exige sacrifício, porque relacionamento fácil não existe. A questão é quando essa ligação começa a nos entristecer, a nos desanimar, quando passamos a ser pessoas desgostosas com a vida, já não temos nenhum prazer ao lado daquela pessoa. A gente nota que saímos pior do encontro que temos com ela, nunca melhor. Então, é um sinal vermelho que se ascende.

ESCOLHAS

Existem critérios para escolher quem vai estar ao seu lado. O tempo que você investe em um relacionamento que não é bom, é o que você perde em um que seria bom. Escolha pessoas de confiança e que não têm simpatia pelo o que é errado, desonesto e mau. Além disso, prefira as que sejam transparentes, sinceras e que quando percebem algo de errado, falem para você e não de você. Perceba em que horas essas pessoas aparecem na sua vida, porque quando estamos bem e temos sucesso, é fácil aparecer alguém que queira estabelecer vínculos com a gente. Mas na hora da dificuldade que você vê quem são os seus amigos de verdade. O

LEITURA



Como se dar bem com quem você quer bem

▼ **Márcio Mendes**
Editora Canção Nova,
296 páginas. Preço R\$ 28,90.

cônjuge deveria ser o primeiro e mais fiel amigo. Amizade verdadeira leva tempo para ser construída.

PODER DA ATRAÇÃO

Através do reconhecimento dos pontos positivos que a pessoa tem, é que você gera aproximação. Quando você vai reforçando o positivo nessa pessoa, ela vai percebendo que o seu olhar sobre ela é amoroso, que deseja o bem dela e valoriza aquilo que ela faz de bom. Construída uma relação no positivo, ela vai suportar uma crítica que você venha a fazer. O caminho é promover o que existe de bom, porque para colocar em evidência o negativo, não falta gente nos dias de hoje. É muito importante aprendermos a

elogiar. É elegante, sinal de inteligência e abre muitas portas. Não só elogiar os amigos, dentro de casa é por onde devemos começar.

DIZER NÃO

Se há quem abuse de nós, temos que repassar mentalmente o nosso encontro com essa pessoa, saber que vamos estar com ela e, que, provavelmente, ela vai investir para tirar de nós aquilo que não podemos dar. E que em outras situações nós estávamos despreparados e acabamos dizendo sim. Treine. Diga não com carinho e gentileza. Precisamos aprender a nos cuidar e a respeitar os nossos limites, porque ninguém é perfeito e temos limitações e fraquezas.

MELHORE A CONVIVÊNCIA

“Falar o que quer e na hora que quer não é transparência, mas falta de educação”

— **MÁRCIO MENDES**



“Se você quer ser uma pessoa interessante, é muito importante fazer do outro o motivo da sua conversa. E não ficar preso só a você mesmo. A segunda dica é ser comedido. É bom que a gente fale, mas tudo na vida tem um limite”

“Muitos procuram ajuda para corrigir o que já está estragado, mas o melhor é aprender com o passado e se prevenir de erros futuros. Não deixar que pessoas imaturas provoquem o estrago que outras já causaram”

“Elimine a disputa de seus relacionamentos mais íntimos, como amizade e casamento. Do contrário, você não consegue nem compartilhar uma alegria. A relação deve gerar comunhão do que se tem e não divisão e comparação”