

## Variedades | Mensagem do dia

» Publicada em 26|09|10

**MARILEI SCHIAVI**

O Meu Bom Dia Especial de Hoje vai para o querido JUNJI Abe. Ex-prefeito de Mogi das Cruzes, deputado estadual por vários mandatos e um grande líder da cidade e da região do Alto Tietê, o JUNJI é um político que nasceu para estar ao lado da população, atuando em prol da comunidade. Quero aproveitar este domingo tão especial para deixar uma mensagem para o JUNJI, estendendo o carinho à sua esposa, Elza, para falar sobre amizade...

Amizade: um tesouro a ser conquistado

Pesquisadores da universidade de Yale, nos Estados Unidos da América, realizaram um estudo com dez mil executivos Seniors para medir o poder da amizade na qualidade de vida dos americanos. O resultado foi impressionante: ter amigos reduzia em nada menos que 50% o risco de morte, sobretudo por doenças, num período de cinco anos.

Essas informações que foram publicadas por um jornal carioca, recentemente, nos convidam a pensar a respeito das amizades que cultivamos. Muitos de nós temos facilidades para fazer novos amigos. Mas nem sempre temos habilidade suficiente para manter essas amizades. É que, pelo grau de intimidade que os amigos vão adquirindo em nossas vidas, nos esquecemos de os respeitar.

Assim, num dia difícil, acreditamos que temos o direito de gritar com o amigo. Afinal, com alguém devemos desabafar a raiva que nos domina. Porque estamos juntos muitas horas, justamente por sermos amigos, nos permitimos usar para com eles de olhares agressivos, de palavras rudes. Ou então, usamos os nossos amigos para a lamentação constante. Todos os dias, em todos os momentos em que nos encontramos, seja para um lanche, um passeio, uma ida ao teatro ou ao cinema, lá estamos nós, usando os ouvidos dos nossos amigos como lixeira.

É isso mesmo. Despejando neles toda a lama da nossa amargura, das nossas queixas, das nossas reclamações. Quase sempre, produto da nossa forma pessimista de ver a vida. Sim, nossos amigos devem saber das dificuldades que nos alcançam para nos poderem ajudar. O que não quer dizer que devemos estragar todos os momentos de encontro, de troca de afetos, com os nossos pedidos, a nossa tristeza. Os amigos também têm as suas dificuldades e, para nos alegrar, procuram esquecê-las e vêm, com a sua presença, colocar flores na nossa estrada árida. Outras vezes, nos permitimos usar nossos amigos para brincadeiras tolas, até de mau gosto. Acreditando que eles, por serem nossos amigos, devem suportar tudo. E quase sempre nos tornamos inconvenientes e os machucamos.

Por isso, a melhor fórmula para fazer e manter amigos é usar a gentileza, a simpatia, a doçura no trato com as pessoas. Lembremos que a amizade, como o amor, necessita ser alimentada como as plantas do nosso jardim. Por isso a amizade necessita, para se manter da terra fofa da bondade, do sol do afeto, da chuva da generosidade, da brisa leve dos pequenos gestos de todos os dias.

Portanto...

Use a cortesia nos seus movimentos e ações, gerando simpatia e amizade. Pode começar no seu ambiente de trabalho. Os que trabalham contigo merecem a sua consideração e o seu respeito. Torna-os seus amigos. Por isso, no trato com eles, use as expressões: por favor, muito obrigado.

Lembre-se de dizer bom dia, com um sorriso, desejando de verdade que eles todos tenham um bom dia. Observe e ajude quantas pessoas você puder, gerando clima de simpatia.

Seja amigo de todos e espalhe o perfume da amizade por onde você estiver...

Marilei Schiavi - Jornalista, radialista, diretora de Jornalismo da Rádio Metropolitana (AM 1.070), apresentadora do programa "Em Debate", da TV Mogi News, e palestrante. Pós-graduada em Marketing, Economia e Política, mestranda em Ciências Sociais pela PUC de São Paulo. Meu site: [www.marilei.com.br](http://www.marilei.com.br). Envie e-mail para [marilei@redemetropolitana.com.br](mailto:marilei@redemetropolitana.com.br).