

Criando regras para encontrar sua família



A ideia – brilhante – partiu de minha mãe que, sabiamente, estudou as agendas dos filhos e percebeu que todos estavam disponíveis às... 7:00 da manhã. Assim ela sugeriu que marcássemos para esse horário, de segunda a sexta, a reunião mais importante do dia, ver a família.

Cada um desempenha uma função importante para o café da manhã acontecer: um coloca a mesa, o outro faz o café enquanto o pão esquenta na chapa. Não é um processo sofisticado, apenas vamos conversando enquanto preparamos tudo.

Desconectados – faz diferença: no momento da reunião conversamos sem a interrupção do WhatsApp ou de e-mails, e a única coadjuvante é a TV, que fica ligada próxima à mesa.

Ok, bem sempre tudo funciona de forma harmoniosa. Há dias que discordamos, chegamos atrasados e até brigamos com o chefe (risos). Mas ao final da reunião temos o hábito de nos despedir com um beijo – e parece que tudo isso passa.

Priorizar é a chave – como numa reunião de negócios, encontramos um jeito de estar presentes. Assim conseguimos nos ver e fazer com que a vida fique um pouco menos solitária e sabemos, só de de olhar, quem precisa de uma ajuda ou não esta em um dia legal.

Ainda que as minhas reuniões de trabalho comecem somente às 9:00 horas, o café da manhã acontece às 7:00 e é sagrado . É nessa reunião que consigo atualizar a rede social mais importante: minha família. É ali que ficamos sabendo se um está doente, se está progredindo nos negócios ou se brigou com o namorado.

Às vezes viajamos, outras nos desencontramos e até chegamos atrasados. Mas o fato de tomarmos o café da manhã juntos nos faz mais fortes para enfrentar os desafios que o ritmo frenético da vida nos impõe. Sem falar que na maioria das vezes até damos boas gargalhadas e começamos o dia de bem com a vida.

Não desista – sei que não é fácil e que nem todo mundo tem um ótimo relacionamento com todos. E ainda há os que moram longe ou não tem gostos em comum. Mas o fato de querer reverter este cenário faz com que tenhamos disciplina para mudar o que não gostamos em nossas vidas. E você ficaria espantado como essa simples consciência vai se refletir para melhor nos seus dias...

Se servir de conselho tente organizar um reunião regular com sua família nem que seja uma vez por mês- e faça de tudo para comparecer, afinal atualizar a rede social mais importante do mundo faz bem para todo mundo.

Por: Maria Augusta Ribeiro @belicosa55