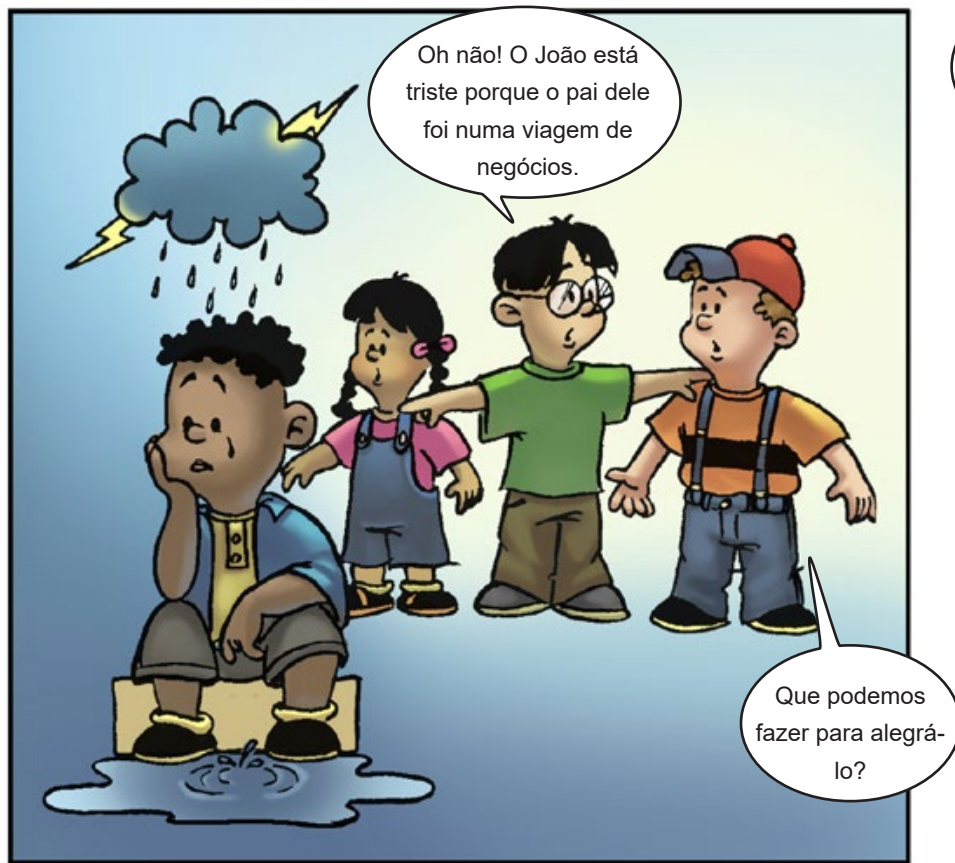


UM POUQUINHO DE GENTILEZA

Se você vir um amigo triste ou desanimado, procure uma forma de ajudá-lo. Talvez não tenha como resolver o problema dele, mas sempre pode oferecer algum encorajamento e sua amizade, e isso vai ajudar seu amigo a sentir-se mais feliz. Ainda que você seja pequeno, nunca se é pequeno demais para fazer a diferença sendo gentil.



É muito fácil pensar nas coisas que gostamos e queremos, mas requer esforço pararmos e pensarmos no que poderíamos fazer por outra pessoa. Pensar nos outros e no que poderíamos fazer para levar alegria e mostrar interesse é o primeiro passo para sermos gentis.



Você não precisa fazer nada grandioso ou impressionante para ser gentil. Gestos simples de gentileza e palavras atenciosas são formas de demonstrar aos outros que se importa com eles. Na realidade, você pode espalhar gentileza de muitas formas ao longo do dia.

Seguem-se algumas ideias para começar:

- Recolha os brinquedos e arrume tudo depois de brincar.
- Agradeça aos seus pais pelas coisas que fazem por você.
- Seja generoso e compartilhe seus brinquedos com um amigo.
- Cuide diligentemente do seu bichinho de estimação.
- Cuide bem das coisas que lhe dão ou que você usa.

Lembre-se da “regra de ouro” de fazer aos outros o que gostaria que fizessem a você¹ Pode motivá-lo a deixar suas ações serem ditadas pela gentileza. Se gosta que os outros sejam gentis com você, seja também gentil com eles. Se gosta que os outros o ajudem, seja o primeiro a ajudá-los. Se fica feliz quando lhe dizem palavras gentis, lembre-se que também pode fazer alguém feliz dizendo palavras amáveis.

Gentileza é como felicidade que brota do seu coração. É algo que quer compartilhar com os outros para que eles sintam a mesma alegria que você.

