



# Motivação & Sucesso

Luiz Marins

## Servir: a nova moda para ser feliz?

Será que a nova moda para ser feliz é realmente "servir"? Será que nossos avós estavam certos? Será que as religiões estão certas?

Pode parecer mentira, mas é o que dizem os modernos estudos de neurociência e falam hoje os mais importantes professores e pesquisadores como Daniel Goleman (o chamado "Pai da Inteligência Emocional") e muitos outros das grandes universidades do mundo - Harvard e Stanford - como Carol Dweck e Howard Gardner.

Com o advento do diagnóstico por imagem, o estudo do cérebro humano tem tido enormes progressos. Sabemos as áreas do cérebro responsáveis por nosso bem-estar, sentimentos de felicidade, autoestima, etc. E é com base nesses estudos que os neurocientistas afirmam que pessoas que servem outras pessoas sem esperar recompensa; pessoas que se doam a programas sociais em que acreditam; pessoas que se esforçam para fazer outras pessoas mais felizes, são, na verdade, as mais realizadas, as de maior autocon-



fiança, autoestima elevada, as mais verdadeiramente felizes.

Assim, dizem eles, realmente a felicidade está em servir!

Com base nesses estudos tivemos, no mundo inteiro, no dia 28 de novembro, a chamada "Terça-feira de Doar" que começou, há seis anos, nos Estados Unidos, como "Giving Tuesday". A ideia é que as pessoas, na terça-feira após o Thanksgiving (Dia de Ação de Graças) e após o furor de compras do Black Friday, doem suas coisas, seu tempo, sua atenção, sua compaixão, seu carinho às que mais precisam.

No Brasil a ideia foi trazida como "Dia de Doar". ([diadedoar.org.br](http://diadedoar.org.br)). São mais de 70 países envolvidos na difusão da "Cultura da Doação", não só para ajudar entidades ou comunidades, mas para fazer com que o doador experimente a "felicidade de servir".

Por isso a campanha mundial não fala apenas em doações financeiras ou materiais. Nesse dia as pessoas são levadas a doar tempo, dedicação, carinho, atenção, enfim, amor a outros seres humanos, pois essa é a fonte da felicidade. Ou seja, quem doa experimenta uma sensação de felicidade maior do que quem recebe, afirmam os pesquisadores.

E você? E na sua empresa?

Será que já não é tempo de acabarmos com atitudes egoístas; competições internas; guerra entre departamentos; fofocas, etc. e passarmos a usar o que os estudos modernos nos indicam?

Será que não seríamos todos mais felizes se realmente servíssemos nossos colegas de trabalho em vez de competir com eles?

Será que não é tempo de instalarmos uma "cultura do servir" em nosso trabalho?

Até por egoísmo, lembre-se que você será mais feliz se servir alguém...

Portanto, seja feliz! Sirva!

Pense nisso. Sucesso!

### PENSE NISSO:

- *Você já experimentou uma grande sensação de felicidade ao saber que fez alguém feliz?*
- *No seu trabalho, você costuma servir as pessoas com pequenos gestos e atos de gentileza, atenção e serviço?*
- *Você se esforça para servir melhor seus clientes, indo além das suas simples atribuições e surpreendendo e encantando com sua disponibilidade em servir?*
- *Você é excessivamente apegado a bens materiais? Ou doa com facilidade as coisas que usa pouco ou não utiliza mais?*
- *Você divide suas ideias com seus colegas de trabalho? Dá opiniões sinceras para ajudá-los?*
- *Você acredita que o caminho certo para a felicidade é, realmente, servir?*