

Um pequeno poema sobre a minha Identidade

No espelho da alma, vejo refletida,
Um ser de empatia ao longo da vida.
Respeito é meu manto, tecido pelo amor,
Escuto com ardor o mundo na dor.

Prossigo pelo caminho da amizade,
Do afeto e da lealdade.
Na alma, guardo cada memória e
Entre risos e abraços, alcanço a vitória.

Assim, nesta jornada de vivência,
Descrevo a minha identidade com essência
O sonho, a partilha, o afeto e o carinho,
São parte de mim, no meu caminho.

Nota: as 10 palavras selecionadas encontram-se sublinhadas e a justificação da escolha da minha está na página seguinte.

Justificação da escolha da palavra Empatia

A palavra "empatia" surge do termo grego "empathia", que segundo o dicionário significa identificação intelectual ou afetiva de um sujeito com uma pessoa, ideia ou coisa. Esta capacidade emocional, associada a sentimentos como compaixão, solidariedade e aceitação, promove a conexão humana e a compreensão mútua, ultrapassando diferenças individuais, como: origem étnica, género, orientação sexual e religião.

Ao praticar a empatia, as pessoas colocam-se no lugar umas das outras, reconhecendo as emoções e as experiências do outro. Esta prática contribui para a construção de relacionamentos mais saudáveis e para o fortalecimento da sociedade, pois incentiva a tolerância, o respeito e a valorização da diversidade.

Em suma, a empatia é um "sentimento inclusivo", porque transcende as barreiras que podem existir entre as pessoas, criando um espaço de entendimento e aceitação mútua, essencial para o progresso social.