

Os 5 arrependimentos mais comuns no leito de morte

escrito por cafecomdeus | 14 de agosto de 2021

Por www.exame.com

Uma enfermeira australiana, que acompanhou seus pacientes terminais durante as últimas 12 semanas de vida deles, revelou os arrependimentos mais comuns entre os que estão no leito de morte. O desejo de ter trabalhado menos é um deles, acredite.

Bronnie Ware gravou as epifanias dos seus pacientes e as postou em seu blog. De acordo com o jornal The Guardian, as observações sobre seu trabalho foram tantas que ela foi convidada a publicar o livro "The Top Five Regrets of the Dying".

"As pessoas crescem muito quando elas se deparam com sua própria mortalidade", diz a enfermeira. "Quando elas são questionadas sobre algum arrependimento que tiveram ou se elas fariam qualquer coisa diferente na vida, temas comuns vêm à tona", acrescenta Bronnie Ware.

Aqui estão os 5 arrependimentos mais comuns listados por ela:

1 – Eu gostaria de ter tido a coragem de viver uma vida fiel a mim mesmo.

Segundo a enfermeira, somente no leito de morte as pessoas perceberam quantos sonhos não foram realizados ao longo da vida. Bronnie Ware diz que a maioria dos seus pacientes não tinha honrado nem mesmo a metade dos seus desejos.

2 – Eu queria que eu não tivesse trabalhado tanto.

Esse foi o pesar mais comum entre os pacientes do sexo masculino, de acordo com a enfermeira. Eles perderam a juventude de seus filhos e o companheirismo da suas parceiras,

conta Bronnie Ware.

3 – Eu queria ter tido a coragem de expressar meus sentimentos.

A enfermeira explica que muitas pessoas suprimiram seus sentimentos, a fim de manter a paz com os outros. “Como resultado, elas adotaram uma existência medíocre e nunca viram a ser quem elas eram realmente capazes de se tornar”, diz a enfermeira.

4 – Eu queria ter mantido mais contato com meus amigos.

Segundo Bronnie Ware, muito se tornaram presos de suas próprias vidas, perdendo grandes amizades ao longo dos anos. “Houve arrependimentos profundos sobre amizades que mereciam mais tempo e esforço para serem cultivadas”, afirma a enfermeira.

5 – Queria que eu tivesse me deixado ser mais feliz.

“Este é um pesar surpreendentemente comum”, diz a enfermeira. “Muitos não percebem até o fim da vida de que a felicidade é uma escolha. Eles haviam ficado presos em velhos padrões e hábitos”, acrescenta Bronnie Ware.

Esta música é por sugestão e colaboração de Raphael da Silva.