

brazino777 app - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palabras-chave: brazino777 app

Años atrás, en un café antes del trabajo...

Había una vez, años atrás, cuando me sentaba en un café antes del trabajo, vi entrar a un hombre agotado con su hijo pequeño. Pidieron un capuchino y un "babyccino" y se sentaron en la mesa junto a mí. El niño estaba un poco resfriado y llorón, y podía ver que el padre trabajaba duro para mantenerlo entretenido, darle la atención que necesitaba. Y entonces vi el momento en que esa atención se agotó. La mirada del hombre se desvió, su mano bajó al bolsillo, sus ojos cansados se deslizaron hacia la pantalla mientras sacaba su teléfono ...

Y entonces vi el grito. Lo vi antes de oírlo, porque el grito ensordecedor fue precedido por un terrorífico grito silencioso (tengo un hijo que también hace un potente grito silencioso, así que lo reconozco ahora). El padre se dio cuenta en ese momento de que el juego había terminado, apresuradamente guardó su teléfono y, derrotado, cargó a su hijo en brazos mientras empujaba el cochecito vacío.

El tiempo y la atención que merecemos

Casi todo lo que vale la pena requiere tiempo y atención, y si queremos construir una vida mejor, necesitamos recibir más y necesitamos dar más. Obviamente, necesitamos ofrecer más tiempo y atención a nuestros seres queridos, hablar y escuchar de verdad en lugar de mantener conversaciones mientras miramos una pantalla. Y, por supuesto, necesitamos pasar más tiempo y prestar más atención a las cosas que nos gusta hacer, ya sea caminar en la naturaleza o leer o ser creativos o jugar - una partida o tocar un instrumento. El problema es que sabemos estas cosas, pero luchamos por hacerlas, porque no parecemos capaces de dar a nuestras mentes - especialmente a nuestras mentes - el tiempo y la atención que merecen.

Lo veo todo el tiempo como psicoterapeuta psicodinámico: pacientes que experimentan mi tiempo, atención y respeto y se dan cuenta, por primera vez, de lo que se han estado negando a sí mismos. Irónicamente, a menudo me encuentro con la crítica, sobre todo de personas que no han tenido terapia, de que uno de sus límites es el tiempo que lleva.

El tiempo que lleva la terapia no es una limitación; es una de las cosas hermosas al respecto. Nuestras mentes no son comidas preparadas al microondas. Cuando la gente ha estado sufriendo a lo largo de sus vidas, cuando han estado llevando recuerdos en sus mentes y cuerpos de abusos en la infancia, o cuando han estado huyendo de la ansiedad o la depresión que les golpeó en la adolescencia, o cuando han estado repitiendo patrones de relación disfuncionales a lo largo de sus vidas adultas, o si están atascados, o si se sienten agobiados antes de acostarse y como si lloraran antes de abrir los ojos por la mañana, o si luchan con la edad adulta - cada uno de ellos, cada uno de nosotros, se merece el tiempo y la atención que lleva construir una vida mejor.

Sí, puede ser difícil para muchas personas encontrar el tiempo, especialmente aquellos con responsabilidades de cuidado y una red de apoyo inadecuada. Sin embargo, el tiempo que lleva esta terapia no es una limitación; es una de las cosas más importantes, honestas y hermosas al respecto.

Como paciente en psicoanálisis, me he dado cuenta de la extensión en que me he negado a mí mismo este tiempo y atención - y no estoy solo. Muchos de nosotros vamos a distraernos con cosas que realmente no importan, gastando nuestro dinero y tiempo en dispositivos que roban la atención que llevamos en los bolsillos, leyendo alimentos para las redes sociales "alimentos" que no son nutritivos en absoluto. Atacamos y socavamos nuestra propia capacidad de prestar

atención, malgastamos nuestro propio tiempo. 2 A veces utilizo una aplicación llamada SelfControl para bloquear mi acceso a las redes sociales y poder concentrarme en la 2 escritura; por supuesto, no estoy ejerciendo ningún control sobre mí mismo - estoy externalizándolo a esta aplicación.

He estado pensando en 2 esto durante algún tiempo, más recientemente como madre cuyos ojos a veces se desvían a mi propio teléfono móvil más 2 a menudo de lo que desearía. Creo que he entendido algo acerca de por qué, como el padre en esa 2 historia, a veces somos incapaces de prestar atención consistente y sostenida a nuestros seres queridos y a nosotros mismos. ¿Estás 2 listo para eso?

Es porque es realmente difícil.

Es difícil y doloroso estar en contacto verdadero con las partes vulnerables, hambrientas e 2 innecesarias de nuestros hijos - y aún más con estas partes de nosotros mismos. Es emocionalmente exigente intentar comprender esta 2 experiencia y quedarse con ella, permitir que esos sentimientos entren en nuestras mentes, tal vez incluso sentirnos abrumados por ellos 2 durante un tiempo, darles voz y tratar de ponerlos en palabras lo mejor que podamos.

Título Principal: La Mirada da Semana

Nota do Editor: Combinando o bom, o ruim e o feio, 'A Mirada da Semana' é uma série regular dedicada a desvendar o look falado da última semana.

Ação Diz Mais do Que Palavras

No último dia do julgamento por extorsão de Donald Trump - no qual um júri o considerou culpado **brazino777 app** todas as 34 acusações de falsificação de registros comerciais - Emily Ratajkowski foi vista usando uma declaração não tão sutil.

A modelo, escritora e atriz foi vista usando uma camiseta gráfica com a face de Stormy Daniels (Daniels é uma estrela de filmes adultos e diretora que, de acordo com alegações, recebeu R\$130.000 de Trump para manter sigilo sobre um caso antes da eleição de 2024). A camiseta de R\$95 foi desenhada pelo cartunista Robert Crumb e, de acordo com a marca Platform, diretamente apoia a organização de Nova York "Safe Horizon", que luta contra a violência doméstica e o assédio sexual, doando uma parte de suas vendas.

Moda Como Veículo de Expressão Política

A moda tem longa data como veículo de expressão política, particularmente para aqueles que estão no centro das atenções.

Em 1984, a designer britânica Katherine Hammett se tornou uma defensora precoce de camisetas politicamente carregadas quando chegou a uma reunião com a primeira-ministra britânica Margaret Thatcher usando uma camiseta que dizia "58% não quer Pershing" - uma frase tirada de uma sondagem de opinião sobre a proliferação indesejada de mísseis nucleares americanos na Europa.

Hoje, as declarações podem variar do enigmático ao inegável.

Ratajkowski, por exemplo, é familiarizada com o ato de apoio sartorial, tendo usado uma camiseta do Rage Against the Machine **brazino777 app** 2024 com uma imagem de um jovem Bernie Sanders.

No entanto, **brazino777 app** 2024, enquanto entregava um discurso sobre a legislação do Brexit, a falecida rainha Elizabeth II, bem versada nas sutilezas da roupa, usava um chapéu floral azul e amarelo que muitos interpretaram como um tributo sutil à bandeira da UE.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: brazino777 app

Palavras-chave: **brazino777 app - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-18