

N.º 265 • maio 2023
Cont.: €4,50 • Worldwide: 7 USD

W/O an

LUX

**MARGARIDA
CORCEIRO**
PURA ELEGÂNCIA

NOIVAS
VESTIDOS,
ACESSÓRIOS...
E MUITO MAIS!

**POWER
ON!**
AGARRE
A PRIMAVERA!

**JULIA
ROBERTS**
ENTREVISTA
EXCLUSIVA



A MÚSICA DA REVOLTA

MAFALDA ALMEIDA
EXECUTIVE AND LIFE COACH

Somos todas artistas, quer consigamos assumir isso ou não. Se criamos uma conversa criativa com os nossos filhos, estamos a fazer arte. Se escrevemos um e-mail que nos faz ganhar um novo cliente, isso também é arte, certo? Se ganhámos a coragem de escrever um poema que reconheça as nossas emoções à data da escrita, é arte. Se pessoas como a Shakira ou a Miley Cyrus escreveram músicas que se tornaram enormes sucessos, com base em situações amorosas desafiantes, isso também é arte. Tudo o que temos a coragem de partilhar com o mundo torna-se arte. A nossa arte não tem de agradar a todos, pelo contrário. Esta só vai fazer sentido para as pes-



"Todas temos esta capacidade de transformar tudo o que quisermos em arte. Coisas boas ou más. Pequenas ou grandes"

soas que a compreendem – e está tudo bem com isso. Se sou fã da Shakira ou da Miley Cyrus? Nem por isso. Não devo fazer parte do público ideal destas duas artistas. Porém, reconheço-lhes todo o valor, porque tiveram a coragem de transformar estes momentos desafiantes das suas vidas em arte. A mensagem passou para quem devia passar, para quem a valoriza. Quem sabe, para quem já passou

por momentos ou por emoções semelhantes. Ajudamos os nossos semelhantes – e acredito que a intenção destas duas cantoras foi essa. O que aconteceu no seguimento desta intenção? Dois enormes sucessos. Uma salva de palmas para elas! A vida é assim e, mesmo perante desafios, acredito que todas temos esta capacidade de transformar tudo o que quisermos em arte. Coisas boas ou más. Pequenas ou grandes. De

partilhar com o mundo tudo o que podemos partilhar, porque, afinal, esse é o nosso dever! Pensemos em partilha e não em escassez. Este princípio faria toda a diferença, se todas o praticássemos. Infelizmente, não é assim. Continuamos presas ao ego, aos números, às conquistas vazias, ao resultado, quando o que realmente interessa é o processo. Continuamos a trabalhar para sermos aceites pelas massas, quando apenas deveríamos ser aceites pelo nosso público, por aquelas pessoas que valorizam a nossa "arte", mesmo a mais simples de todas, mas feitas com coração. Escrevo esta crónica porque estudo e ensino desenvolvimento pessoal associado à criatividade. Defendo, também, a genuína partilha e ajuda. E confesso, que, por vezes, me sinto sozinha nesta jornada que faz de mim uma simples artista, como todas nós. A dúvida, muitas vezes, invade o meu pensamento: será que queremos ser todas artistas e pintar a tela da nossa vida como ela merece ser pintada? Ou será que estamos, simplesmente, à procura de pintar algo que não vai deixar nenhum legado, apenas com medo de não agradar a todos? Fica a reflexão. ●

- mafaldaalmeida.com
- risinggroup.pt
- mafalda@mafaldaalmeida.com
- INSTAGRAM @mafalda_almeida_coach
- LINKEDIN linkedin.com/in/mafaldaalmeida
- FACEBOOK facebook.com/coachmafaldaalmeida



'Veja em si a Melhor Mulher do Mundo', de Mafalda Almeida, €16,60, Editora Marcador

PRÓXIMAS INICIATIVAS A ACONTECER:

- **Certificação em Coaching, Inovação e Criatividade**, dias 22 a 25 de abril e 29 e 30 abril de 2023, presencial. Formação com certificação DGERT.
- **Programa Intensivo de Liderança Feminina**, 03 de junho de 2023, presencial.