



Quando perdemos alguém, ou alguma coisa (como um bom emprego), passamos a lidar com o sentimento de solidão, e iniciamos o processo de reconstrução de planos que precisam ser refeitos. Encarar a tristeza e

enfrentar o futuro deveria ser o que precisamos fazer, mas muitas vezes não sabemos como começar.

Vamos fazer uma reflexão em analogia para análise. Onde havia as torres gêmeas do World Trade Center, em Nova Iorque, destruídas após atentado terrorista em 11 de Setembro de 2001, encontram-se atualmente dois memoriais em formato de piscinas, cercadas por árvores. Uma dessas árvores é a Árvore de Sobrevivência (Survival Tree), a única árvore na área que sobreviveu aos ataques. A árvore foi descoberta pelos trabalhadores de resgate em outubro de 2001. Por estar muito danificada, com raízes e ramos quebrados, houve uma restauração, e ela foi devolvida ao memorial em 2010. Hoje, a árvore permanece como um símbolo de resiliência e renascimento.

Algo que influencia muito a intensidade com que o recomeço se expressa é o grau de proximidade com o que foi perdido. Por mais que a perda de parentes e conhecidos cause sofrimento, é também angustiante encarar os momentos que precedem e que se desenrolam após o fato.

Após a destruição do World Trade Center original, houve um debate sobre o futuro do local onde os prédios ficavam. A pedra fundamental simbólica de um novo prédio, o One World Trade Center, foi lançada em uma cerimônia em 4 de julho de 2004.

As obras de construção das fundações do edifício começaram em 27 de abril de 2006. Após a sua conclusão, em 2014, o One World Trade Center tornou-se o edifício mais alto nos Estados Unidos.

Algumas atitudes podem ajudar a superar as perdas. Reconheça o seu momento e esteja com pessoas que amam você. Acredite que essa fase vai passar. Chorar pode ajudar, pois é preciso colocar para fora o sentimento que está machucando. Procurar ajuda profissional pode ser uma alternativa.

Homenagens também são importantes para ter as melhores recordações daqueles que estiveram conosco. Tente colocar as ideias no papel, isso poderá ajudar a amenizar o sentimento de luto e tristeza.

Enfim, uma metáfora que pode fazer sentido a quem precisa reconstruir seus caminhos é ter como exemplo o novo prédio, o One World Trade Center. Em meio aos ressentimentos e ensejos de reparação das perdas, houve também homenagens e respeito ao que se foi, partindo para um novo começo, uma reconstrução, uma nova vida.



Mateus O. Guimarães

Bacharel em Administração de Empresas e Mestre em Gestão de Processos e Sistemas. 41 anos. Natural de Belo Horizonte.

Pai de duas filhas. Escreve e compartilha pensamentos sobre resiliência e reestruturação pessoal.

Assista em nosso canal:

[Superar perdas.... Resignificar a vida](#)

Saiba mais:

[Como superar grandes perdas](#)

Acesse nossas mídias

