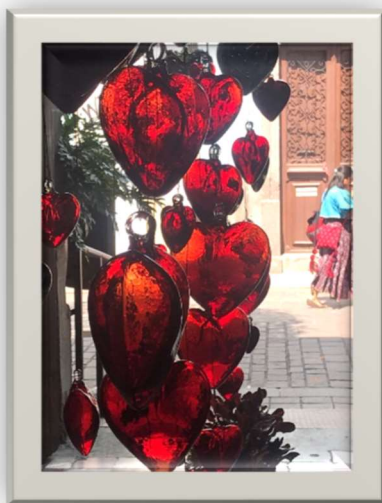


INGREDIENTES DE LA BONDAD

9.GENEROSIDAD



Generosidad es dar sin poner precio, sin acumular deuda, sin acabar pasando la factura de lo dado.

GENEROSIDAD: Virtud que nos permite dar lo que uno tiene o es como persona, con el afán de cooperar y participar en la convivencia. Ser generosos con nosotros mismos es una condición indispensable para practicar la generosidad: me conozco, sé quién soy, qué doy y cuando me doy al otro. Para sembrar hay que abrir las manos y soltar, puesto que *los puños cerrados no nos permiten aceptar los dones que nos llegan*. La generosidad es un valor que nos permite tejer relaciones de calidad con los demás. Activa sustancias cerebrales vinculadas a la felicidad, como la dopamina y la oxitocina.

