

# Tristezas da Alma

Existem momentos e situações em nossas vidas que mexem com nossos sentimentos mais íntimos, provocando dores e tristezas que vão além da nossa capacidade de expressão. Entramos num estado melancólico, sofrido, doido mesmo, que muitas pessoas alheias simplesmente não entendem, julgam como sendo fraqueza, falta de amor próprio, falta de religião e uma série de outras coisas, mas afirmo, tudo isso não passa de discurso pronto e chavões que são repetidos, sem qualquer tipo de entendimento do outro.

Penso que existem muitos fatores que podem despertar esse tipo de tristeza e de dor, como por exemplo, o sentimento da perda. Todos os dias perdemos coisas, sejam amores, pais, filhos, amigos, empregos e tantas outras perdas que nos são impostas, mas dentro de todas essas, talvez uma das que mais cause dor é a perda da fé no ser humano, perceber que vivemos num mundo de aparências, superficial e perceber que as pessoas não se importam, perceber que vivemos por viver, sempre buscando algo que nunca atingiremos, percebendo que por maior que seja sua dor o outro simplesmente não se importa, não te escuta.

As pessoas, de uma forma geral, estão cada vez mais egoístas, menos preocupadas com os outros e mais preocupadas com os seus prazeres, ainda que seja as custas do sofrimento dos outros, mas importa o que eu sinto, meus momentos de prazer. O que é o outro?

Há uma dor muito grande quando você percebe que não vale a pena lutar. Existe todo um discurso bonito de que sempre vale à pena, que ninguém agrada todo mundo e isso é fato, mas a sensação de impotência cansa, frustra e dá uma dor muito grande, a dor na alma, que não será curada com analgésicos e tão pouco com antidepressivos. Essa dor aparece quando você descobre que por mais que você se esforce, seu esforço não vai

mudar praticamente nada, nem mesmo as pessoas que lhe são mais próximas, a família, aqueles que, por definição, deveriam ser seu porto seguro, a sua fonte de segurança, mas que no fundo, continuam representando um mero jogo de interesses pessoais, a dita satisfação dos prazeres, da lei da vantagem ou dos “espertos”, como muitos gostam de chamar e isso fica muito evidente no cotidiano, nos pequenos gestos ou na falta desses gestos, coisas simples, mas que não são feitas.

Conviver com pessoas boçais, sem educação, que não tem o mínimo de respeito a nada e nem por ninguém e que só te procuram quando precisam de algo, também são fatores que trazem essa dor. Fico pensando se algum dia o ser humano vai deixar de dizer tanto “EU” e falar um pouco mais “NÓS”, pois quando EU estou bem, sou um só, mas quando NÓS estamos bem, somos pelo menos dois e quanto mais pessoas felizes e em paz, melhor o mundo.

Muitos esperam por milagres e, sinceramente, não acredito neles, pois acreditar no milagre é deixar para outra pessoa ou energia, ou o que quer que seja, aja por você e isso é fácil. Quer uma verdadeira mudança, mude você, aprenda a respeitar, a ouvir, a ter educação, trate a todos com a educação que gostaria de ser tratado, pois é muito simples cobrar que o mundo te trate com um rei, mas e quando é a sua vez?

É tão comum as pessoas falarem o famoso “se precisar me ligue”, mas será que realmente estão dispostas a ouvir ou isso é uma mera convenção social? Isso também é tão facilmente percebido no dia a dia, pois no fundo ninguém quer ouvir nada e quem nunca pensou “pronto, lá vem o chato reclamar de novo”. Dói muito quando você achava que poderia contar com alguém, mas descobre que realmente não é bem assim, que você pode até contar, desde que...

Dói quando você precisa falar, mas ninguém quer te escutar e quando digo escutar, é escutar mesmo, não é argumentar, criticar, é ouvir, deixar vir à tona os problemas e angústias

que lhe sufocam, que te tiram o sono, a vontade conviver com outras pessoas, entre tantas outras coisas. É tão comum as pessoas lhe dizerem para ser forte, você é forte, você tem que ser forte. Para que? Para só suportar a dor e os problemas dos outros? De vez em quando é bom ser um pouco fraco, querer um pouco de atenção, afinal, essas são características humanas e viver com uma capa de super herói o tempo todo também causa muitas dores.

Existe um dito popular que diz que “crescer dói”. Talvez seja isso, essa dor da alma possa ser um sinal de crescimento, pois penso que quando você começa a questionar seus próprios valores, suas convicções mais íntimas, seus medos, você começa a crescer, a sair da letargia, mas que dói, dói.

Por muitos anos compactuei do pensamento de que as pessoas que buscam o isolamento, um estilo de vida mais recluso estão apenas fugindo, fugindo do mundo, fugindo de si mesmas e penso que isso, de fato, possa ser verdade, mas qual é a vantagem de entrar numa guerra sabendo que ela é perdida? Será que não seria melhor fugir do mundo sim, mas se preservar um pouco e conseguir viver em paz, pelo menos, consigo mesmo? Mudei minha perspectiva, afinal, o que perde aquele que foge desse mundo cada vez mais irracional? Perde a oportunidade de viver com pessoas egoístas, que não respeitam leis, que só querem levar vantagem, que se acham os donos do mundo? Penso que perder isso, na verdade, é um grande ganho.

Chego a me divertir com aqueles que acreditam que o mundo vai acabar, pois para mim o mundo acaba um pouco todo dia. Toda vez que você não respeita alguém, o mundo desse alguém acabou um pouquinho, toda vez que você gera sofrimento, o mundo desse alguém que está sofrendo está acabando um pouco e assim seguimos nossas vidas. Deus, Força Divida, Energia Cósmica ou o nome que se queira dar, não precisa criar mais nada para acabar com o mundo, pois ao criar o homem ele já determinou o fim do mundo, pois qual energia poderia ser mais destrutiva e qual arma poderia ser mais mortal que o próprio homem? Ah, não

concorda, posso lhe perguntar em qual mundo você vive então? Certamente não é o mesmo em que eu vivo. Qual outra espécie mata seus pares por ganância? Que outra espécie tira proveito da fome e da miséria dos outros? Que outra espécie se enriquece ilicitamente tirando dinheiro da saúde, educação e de serviços essenciais à subsistência dos seus próximos? Não consigo pensar em nenhuma outra que não seja o ser humano, mas caso você saiba, me avise.

Sei que nem todo mundo se enquadra no que escrevi, pois felizmente, ainda existem alguns bons exemplares de seres humanos, mas são tão poucos que ficam sufocados em meio a tantos seres desprezíveis e é uma verdadeira sorte poder encontrar-se com alguns desses poucos. Claro, tenho alguns desses seres iluminados, ou extraterrestres em meu caminho, mas são cada vez mais raros, tais quais, verdadeiras pedras preciosas.

Não digo que tudo o que escrevi seja a absoluta verdade e sim, somente o que estou sentindo nesse momento, afinal, qual é a verdade? O que é certo e o que é errado? Fraqueza? Pode ser, porque não, mas antes de sair falando velhos chavões, pense se você realmente acredita no que está dizendo ou se apenas está tentando ser social, pois palavras vazias também em nada ajudam.

**Legião Urbana – Ventos no Litoral**

---

## **A loucura e a lucidez**

Você se considera uma pessoa normal? Qual o limite entre a loucura e a lucidez?

Particularmente, penso que a linha que separa a loucura da lucidez é muito tênue e, em dados momentos, me questiono se vale a pena ser muito lúcido. Tem horas que acho que precisaríamos ser um pouco mais loucos, ou pelo menos, ter a coragem de falar mais, de reagir mais, de não permitir certas atitudes que somente fazem mal.

Vale a pena ser polido e sensato num mundo onde impera a hipocrisia, a falsidade e a animosidade? Cada um que responda por si, mas, mais uma vez, vejo que perdemos o ponto de equilíbrio dessa relação.

Em nome da lucidez, da sensatez e da boa educação, nos permitimos ser invadidos por toda falta de educação e loucura alheia, de pessoas sórdidas e vis que se aproveitam exatamente da sensatez dos demais, pois estes “loucos” já sabem que os demais não vão reagir, seja pela personalidade de cada um, que o louco (ou oportunista) bem conhece, seja pela posição que os dito loucos ocupam (que julgam ser muito importante). Os loucos gritam, os sensatos se calam, os loucos ofendem, os sensatos interiorizam as ofensas e, naturalmente, depois sofrem as consequências. Os loucos cada vez mais ganham espaço e esbravejam suas loucuras sem nexos, por puro prazer e os sensatos, em nome “da moral e dos bons costumes”, aceitam. Me questiono: quem é o louco da história?

Loucura é a maioria das pessoas aceitar e se subordinar a meia dúzia de desequilibrados, loucura é um país com aproximadamente 195 milhões de pessoas se sujeitar a alguns políticos corruptos que fazem o querem, quebram regras, desviam dinheiro público e agem no comando como crianças mimadas com seus brinquedinhos, que no caso, é o nosso país e o dinheiro público. Vamos supor que, no país inteiro, tivéssemos 20 mil políticos eleitos (acredito que esse número seja menor). Você já fez as contas, em pontos percentuais sobre isso? Eu já, significa que aproximadamente 0,00011% da população desse país faz o que quer e os demais 99,99989%

(que somos nós), aceitamos com toda a naturalidade, pois segundo o discurso mais sem nexos que já ouvi, “não há o que fazer?”. Como não há o que fazer? Somos 99,999989% e isso para mim é maioria esmagadora ou eu estou louco? Ainda que minhas estimativas estejam erradas e o número de políticos seja maior, ainda assim, continuariam a ser alguns zeros à esquerda. Você já pensou nisso?

Alguns podem argumentar dizendo que isso é poder e que a coisa funciona assim, no velho ditado que também acho ridículo do “manda quem pode e obedece quem tem juízo”. Pois também digo que isso não é poder, é tirania e tirania não tem nada a ver com poder. Poder está relacionado a autoridade moral, a conquista. Poder por poder, ou seja, pelo simples fato de mandar, de ditar regras, não constitui um Estado, não constitui uma Empresa, não constitui uma Sociedade justa. O argumento de manda quem pode e obedece quem tem juízo só explica uma coisa: o ser humano não sabe os direitos que tem, não sabe o poder que está em suas mãos, pois o dia em que descobrir isso, pessoas que pensam dessa forma serão extirpadas tal qual se faz com um apêndice infeccionado, pois tal qual o apêndice, não possuem função nenhuma, não servem para nada além de infeccionar e causar dor e, assim como o apêndice infeccionado, se não forem extirpados, podem provocar a morte, por um processo conhecido como septicemia, ou infecção generalizada. E essas pessoas têm essa capacidade, são muito boas no que fazem e, de fato, conseguem infectar todo um ambiente, toda uma nação e o remédio para isso é cirúrgico, mas tem tratamento, embora o tratamento não possa ser feito por qualquer um, que a exemplo do apêndice, requer conhecimentos médicos. Extirpar essas infecções da sociedade também requer conhecimentos específicos, um conhecimento chamado EDUCAÇÃO, que cada vez está mais distante das pessoas. Antes que venha o também velho e batido discurso de que a culpa é somente do Governo, não concordo com isso também. Para mim a culpa é de todos, principalmente da família, que se perdeu e deixou de passar aos seus filhos valores morais e

éticos.

O conhecimento está em toda parte, basta buscá-lo e isso independe de escola, isso independe de Governo, isso depende sim, de cada um de nós, dos nossos valores e daquilo que queremos. A questão é que a sociedade relega ao próprio Estado o dever de educar seus filhos, como se a escola é que tivesse a obrigação de ensinar o básico, que é o respeito aos princípios éticos e morais. Há uma inversão de valores e uma manipulação de informações que é nojenta e, nesse ponto, a mídia tem boa parcela de responsabilidade, pois serve à Máquina e aos interesses próprios, contribuindo para a alienação generalizada da massa de pessoas que preferem não pensar e sim, somente engolir aquilo que os jornais mostram como verdade absoluta. Hoje pela manhã ouvi, em um noticiário de grande audiência nacional, que alunos da rede pública de Brasília gravaram um vídeo fazendo “bagunça dentro da sala de aula” e que, segundo a matéria, os alunos que apareciam nesse vídeo fizeram isso em forma de protesto, por estarem revoltados com a falta do professor. Caros “hipnotizadores” desse meu Brasil, até a estupidez tem limites! Já lecionei em escolas públicas, por isso, posso falar com conhecimento de causa que a bagunça hoje é generalizada, com ou sem professor, aliás, o que é o professor nesse nosso contexto atual? Já se perguntaram que talvez a lógica seja inversa e o professor não estivesse em sala de aula, pois não aguenta mais tamanho desrespeito e desvalorização da sua profissão?

Fico impressionado e ao mesmo tempo, extremamente decepcionado com o que vejo atualmente, em como as pessoas se deixam manipular, em como 99,999989% da população acha que não tem poder algum e que nada pode fazer e em como esses 0,00011% conseguem manipular as coisas de tal forma e conseguem fazer com que isso se pareça verdade.

É bem verdade que sozinho ninguém faz nada, mas convenhamos, não estamos sozinhos, só querem que pensemos que estamos e o que é pior, estão conseguindo.



Renato Russo, que como já sabem, admiro, foi autor de uma letra, dentre tantas outras, que acho bem apropriada para esse momento. Diz ele: “Até bem pouco tempo atrás, poderíamos mudar o mundo. Quem roubou nossa coragem?”. Realmente me pergunto isso todos os dias, quem roubou nossa coragem, quem nos calou de tal forma que hoje sequer conseguimos falar o básico? Mais que falar, quem roubou nossa coragem de agir, de lutar, de buscar uma situação melhor?

Confesso que não sei, somente tenho algumas teorias, mas para não parecer teoria da conspiração, prefiro que cada um ache suas respostas e responda a si mesmo: quem foi que roubou sua coragem? Dentro desse raciocínio é que questiono a loucura e a lucidez. Claro que sou a favor à lucidez, mas por sua vez, lucidez também significa brilho, claridade, nitidez, precisão de ideias e isso vejo que também não ocorre com muita frequência. Hoje penso que não vivemos nem a loucura e nem a lucidez, vivemos um torpor que nos retira os sentidos, que nos incapacita e nos paralisa. Resta saber até onde esse torpor vai e até onde vamos deixar que os loucos assumam o poder da situação.

Hoje vejo que chegamos a um limite, pois as pessoas de bem estão saturadas com tanta impunidade, com tanta violência, com tanta falta de caráter e, utilizando-me da figura que sempre é mostrada em vários filmes épicos, onde o mocinho sofre, apanha, cai machucado e sangrando, por vezes até semi-consciente, mas que quando chega a esse ponto encontra forças para reagir e mudar a situação, enfrentando o seu oponente que acaba sendo vencido pelo “fraco”. A outra opção? Fechar os olhos e partir, deixando o mal vencer, mas como isso não é muito comum na ficção, espero que também não o seja na vida real, espero que nesse ponto, a vida imite a arte.

Quando o sol bater na janela do teu quarto – Legião Urbana



---

# Tenho saudades . .

Tenho saudades de muitas coisas, às vezes acho que tenho saudades de coisas que nem conheci e algumas delas, compartilharei a seguir.

Tenho saudades da boa educação, do tempo em que o respeito existia, do tempo em que se falava um “bom dia” e a outra pessoa respondia. Moro ao lado de um supermercado de rede e todo dia de manhã vou comprar os pães para o café da manhã e, como rotina, sempre que chego ao caixa digo o “bom dia” e, normalmente, ouço como resposta: “CPF na nota?”. Não fosse pelo “CPF na nota?”, começaria a me preocupar, achando que tinha morrido e não sabia, pois parece que nem estou à frente da pessoa.

Tenho saudades do tempo em que se atendia um telefone e se podia falar com um ser humano do outro lado. Hoje liguei para pedir um botijão de gás de cozinha e a atendente me perguntou tanta coisa que comecei a questionar se eu queria mesmo o gás: Nome completo, endereço, dois telefones para contato, dois pontos de referência, e-mail. Eu só queria um gás...

Tenho saudades do tempo em que perguntávamos o nome da pessoa e não o seu e-mail, Facebook, perfil no LinkedIn, Twitter, entre outros. Já percebeu que hoje seu nome é quase irrelevante? Em qualquer conversa, quase que sempre a primeira pergunta é “você tem e-mail?”, “Qual o seu perfil?”.

Tenho saudades do tempo em que a pessoa perguntava alguma coisa e ouvia a resposta. Já percebeu que hoje em dia, via de regra, as pessoas perguntam, respondem e, de vez em quando, contestam o que elas mesmo falaram? Algumas pessoas do meu círculo mais íntimo dizem que falo pouco e penso que sim

mesmo, pois, por qual motivo, vou tentar falar com quem não quer ouvir? Se não quer saber a resposta, nem pergunte...

Tenho saudades dos desenhos animados, que realmente eram animados e não histéricos com super poderes, que berram e matam o tempo todo. Pica-pau era sádico? Tom e Jerry incentivavam a violência? Acredito que se juntássemos todos os pontos negativos de todos os desenhos dessa época, estes não representariam 1% da violência gratuita que vemos nos atuais...

Tenho saudades do tempo em que eu podia comer um pastel frito na feira sem me preocupar com os elevados índices de colesterol, nas gorduras transgênicas e que isso estaria diminuindo minha vida em alguns pontos percentuais. Tenho saudades do tempo em que eu não precisa me preocupar com a quantidade de ômega 3 que deixei de ingerir e que meu organismo não repõem, das cápsulas de potássio, polivitamínicos, etc. Tenho até saudades do óleo de bacalhau, se querem saber..

As pessoas, em sua ânsia de viver (às vezes penso por qual motivo, dada a vida de muitos) cada vez mais, esquecem-se de uma lei eterna e imutável: todos, sem exceção, vamos morrer e não vão ser comprimidos, pílulas milagrosas e tratamentos diversos que nos tornarão imortais. Não digo que sou contra cuidar da saúde, não é isso, mas sou contra toda essa neurose que se criou. Há alguns anos eu achava que para ser saudável deveria comer só frutas, legumes e verduras, mas hoje vejo que nem isso posso mais, pois os legumes são tratados com inseticidas que causam câncer, as verduras podem estar contaminadas por vírus. Ainda que eu conseguisse viver só com o ar eu conseguiria resolver o problema, pois o ar também é poluído.

Tenho saudades de ouvir boas músicas, de poder ligar o rádio e realmente ter música tocando, melodias que faziam carinho nos tímpanos , que eram agradáveis, inteligentes e construtivas. “Camaro amarelo” é eleita a música revelação ao ano... me

pergunto que revelação seria essa? Revelação de que a humanidade se “idiotiza” cada dia mais?

Embora seja um profissional que trabalha com tecnologia da informação, tenho saudades da máquina de escrever. Sim, é isso mesmo e sabe por que? Por que com a máquina de escrever não dava para dar Control+C e Control+V, ou seja, aquilo que escrevíamos para uma pessoa realmente era para aquela pessoa e tinha significado, tinha sentimento. Hoje tudo se resume a “Curtir” e “Compartilhar”

O grande Mário Sérgio Cortella, filósofo e educador que muito admiro pela sua lucidez rara nos dias atuais, tem uma fala muito interessante e propícia. Ele diz que vivemos a “era miojo”, ou seja, hoje tudo fica pronto em três minutos e tudo também acaba em três minutos: namoro de três minutos, amizade de três minutos, ou seja, a geração miojo. Diz ele ainda que deveríamos deixar o miojo e voltar à pamonha, pois essa tinha como objetivo, muito mais que a alimentação, reunir a família e conversar, aproveitar o momento e a pamonha acabava sendo, na verdade, somente um pretexto para a reunião familiar.

Ainda, segundo Cortella, um dos maiores sinais de insanidade do mundo atual é “a família toda se reúne no domingo e sai para almoçar num restaurante que faz comida caseira”...Acredito que dispensa maiores comentários.

Fiquem tranquilos, pois antes que essa minha saudade se transforme em tristeza e essa tristeza me leve à depressão, esse será o assunto da minha próxima sessão de terapia. Sim, eu ainda sou daqueles que acha que os problemas se resolvem falando sobre eles e não com alguns comprimidos e, novamente, não sou contra nenhum tratamento, apenas fiz minha escolha.

---

# Vamos praticar o desapego?

Essa frase acabou se tornando motivo de brincadeira em minha casa, nos últimos dias. Recentemente, tivemos que nos mudar de casa, de cidade e aproveitamos para mudar algumas coisas, praticando o desapego.

Como a nova casa não tem o famoso “quartinho da tranqueira”, tivemos que rever algumas coisas, ou melhor, jogar algumas coisas. Coisas as quais estávamos apegados há anos, que eram “importantes”, mas que percebemos em pouco tempo que não serviam para nada. Começamos a encaixotar os pertences e em muitos momentos, ao olhar para algum objeto, falávamos a frase “vamos praticar o desapego”, e pronto, jogávamos o que já não nos servia para nada.

Para se ter uma ideia, alugamos uma caçamba de entulhos e para lá mandamos roupas, móveis, objetos dos mais variados, enfim, coisas que só serviam para preencher espaço e trazer uma sensação de que precisávamos daquilo, mas na prática, não tinham importância alguma.

Mesmo após jogar tanta coisa fora, ao chegar na nova casa, novamente praticamos o desapego com muitas coisas que, numa primeira análise, seriam importantes, mas na prática, novamente percebemos que não serviriam para nada também. Pronto, lá se foram mais alguns bons sacos de entulhos.

Essa situação me fez pensar um pouco no que fazemos com nossa vida, em quantas coisas nos apegamos apenas para preencher um espaço vazio, mas que de importância mesmo, nada representam.

Somos apegados a muitas coisas: objetos, pessoas, sentimentos, convicções, religiões, enfim, penso que nossa vida é composta de uma série de apegos e hoje me questiono quais deles realmente são importantes.

Naturalmente vivemos num mundo materialista e os bens materiais são importantes, necessitamos deles para viver e ter condições minimamente dignas de vida, mas precisamos nos apegar tanto a eles? Creio que não, dá para ter uma vida mais desapegada e menos sofrida, pois o apego normalmente está ligado a outros sentimentos, como angústia, medo. Penso que o apego a tantas coisas e objetos é uma forma de preenchermos nosso vazio existencial, mas como são coisas de dimensões diferentes, nunca um vai preencher o espaço do outro e eternamente estaremos na busca por algo que nos faça sentir melhor.

Quanto mais conseguimos olhar e sentir a nossa verdadeira essência, menos nos apegamos a coisas externas. Objetos passam a ser substituídos por sentimentos e, esses sim, preenchem os espaços da nossa alma.

Já pratiquei o desapego de muitas coisas materiais, mas acredito que está na hora de praticar o desapego de muitas outras coisas: sentimentos, pessoas e mais uma lista considerável de itens.

Posso parecer um pouco frio, mas por qual motivo nos apegamos a pessoas que não trazem nada de positivo? Não é a hora de também praticar o desapego? Isso é válido para tudo: colegas, “amigos” e, por que não, família?

Falsos moralismos à parte e também imposições religiosas que sempre nos empurram goela a baixo, para que manter certos “relacionamentos” familiares neuróticos e doentes? O sentido real da família é a ajuda mútua, o esteio, a força para momentos difíceis e a alegria nos bons momentos, agora, se esse convívio se limita somente ao interesse nos bons momentos, penso que também não há nada para se apegar, pois virou um mero jogo de interesses, sujo e repugnante, diga-se de passagem.

A vida nos ensina o desapego a todos os momentos, tirando-nos

peças queridas, bens que julgávamos essenciais à nossa sobrevivência, situações de conforto, entre tantas outras coisas. A todo momento a vida está nos ensinando a não sermos apegados, pois tudo nesse mundo é passageiro, é volátil, mesmo aquilo que julgamos como extremamente sólido.

Diante de uma situação difícil, normalmente nos “quebramos”, e diante da fragilidade, nos tornamos mais humanos, mas o problema é que isso passa logo e, num curto intervalo de tempo, tudo volta ao velho padrão, pois não aprendemos a nos desapegar do que não tem valor em nossas vidas.

Fica uma pergunta: O que é importante em nossas vidas? Cada um que responda por si, mas após responder, analise se realmente é importante ou é apenas mais um comodismo e uma forma de fugir ao encontro do seu eu interior.

Chegará um momento em que teremos que nos desapegarmos da própria vida, pois nem nosso corpo nos pertence e a matéria cansa, se desgasta naturalmente e, como todo bem material, um dia chega ao fim.

O que virá depois da morte? Cada um tem sua crença, mas nem me preocupo muito mais com isso. Quero estar desapegado, pois quando nos libertamos de algo, damos espaço para o novo, seja na vida ou na morte.