

# 0 silêncio

Eu gosto do silêncio, embora faça algumas décadas que não consiga ter sua companhia, mas sinto sua falta, sua presença me é agradável.

Tem horas que acredito que as pessoas falam demais, fazem barulho demais e, como já diz o poeta: “fala demais por não ter nada a dizer”. Sou uma pessoa introspectiva, sempre fui e tenho certeza, sempre serei, falo pouco e algumas vezes até sou cobrado por isso, mas é meu jeito. É bem verdade que o silêncio externo nem sempre reflete a calma interior e, em algumas situações, o silêncio externo ocorre tão somente por não encontrar uma forma de expressar as tempestades internas.

Recorro as palavras, as palavras têm esse dom, são silenciosas, são delicadas, embora duras, gritam de forma silenciosa e foi a maneira como me encontrei. Ao contrário do barulho, que chega a qualquer um, as palavras chegam a quem realmente contigo se importa, pois é necessário que o outro tenha um gesto de desprendimento e, voluntariamente, dedique alguns minutos do dia a você, coisa que nem sempre é possível com o verbo, pois embora a pessoa te ouça, nem sempre ela te escuta. Sou um admirador incondicional das palavras.

Acredito que pessoas barulhentas são aquelas que não encontraram outras formas para gritar o que lhes vai a alma e lançam mãos do recurso que tem, afinal, de uma forma ou de outra, sempre encontraremos um jeito de expressar aquilo que sentimos, alguns gritando, outros escrevendo, outros agredindo e, dessa forma, a vida segue.

Prefiro o silêncio, o barulho me incomoda, me inquieta e na minha opinião é a pior forma de expressão, pois entre tantos barulhos, há muitos ruídos de comunicação e todos falam e ninguém se entende. Se puder dar uma dica, não que minha verdade tenha que ser seguida, mas ouça mais, silencie,

minimize os sons externos e ouça mais seu eu, não fuja dele, pois normalmente o que se quer com tanto barulho é abafar os gritos da nossa própria alma, mas isso é impossível, pois eles não estão nos nossos ouvidos, estão na nossa mente e não há barulho que abafe isso. A única coisa que consegue abafar nossos gritos internos é o silêncio da mente.

Tenho saudade de ouvir o barulho dos pássaros, dos grilos, da chuva no telhado numa noite qualquer, enfim, tenho saudades do barulho da vida na sua forma mais simples e natural, tenho saudades de ouvir o universo que em mim habita. Coisas que acabam, na correria do dia-a-dia, ficando de lado, até que venha uma doença e te traga de volta à realidade...

**Sons da Natureza – Para relaxar um pouco..**

[http://www.youtube.com/embed/Mi\\_-prQuIu4](http://www.youtube.com/embed/Mi_-prQuIu4)

---

## **Solidão Social**

Hoje resolvi escrever um pouco sobre a solidão, mal este que afeta milhões em todo o mundo. Algumas coisas para mim são muito contraditórias, pois nunca tivemos tanta conectividade, ou seja, nunca antes estivemos tão conectados com as pessoas, seja por redes sociais, e-mails, mensagens, telefones e tantas outras formas de comunicação, cada vez mais comuns.

Em redes sociais as pessoas se orgulham do número de “amigos” que possuem, dos “seguidores”. Isso, para mim, é algo meio surreal, parece algo meio messiânico. Fico me perguntando como ter tantos amigos, se na grande maioria, nunca os vimos?

Naturalmente que existem amizades que surgem dessa forma, tenho alguns casos também, mas daí a ficar disputando quem tem mais amigos...

Para mim, esse é o paradoxo da sociedade atual, aquela que se mantém conectada 24 horas por dia, da tecnologia que aproxima pessoas, mas que ao mesmo tempo, as mantém cada vez mais distantes. Hoje não falamos mais com as pessoas, no máximo teclamos, compartilhamos, curtimos, mas cadê o contato humano?

Penso que a solidão que nos assola também tem outras raízes, muito mais profundas e isso nos ajuda a entender porque é tão mais fácil ter “N” amigos virtuais e ser um fracasso na vida real. Buscamos relacionamentos perfeitos, buscamos pessoas perfeitas.

Quando o assunto é amizade, não é nada diferente, pois continuamos buscando o amigo perfeito, aquele que tudo entende, que estará sempre disponível, que é companheiro, etc e tal. Esquecemo-nos de que o outro é também um ser humano e nem sempre estará alegre, nem sempre estará disposto a nos ouvir e sim, em dados momentos, precisa é de um colo amigo, de um par de ouvidos que os ouça.

Fugimos das nossas imperfeições da mesma forma como o diabo foge da cruz, no dito popular. Em minha modesta opinião, isso é o que nos impede de ver as pessoas como realmente elas são e não como gostaríamos que fossem, pois enxergar as falhas dos outros nos remeteria a ver os nossos próprios erros e isso não é suportável para a grande maioria de nós.

Daí é que passamos a buscar amigos virtuais, pois no mundo virtual é fácil ser perfeito, pois via de regra, não convivemos com a pessoa e sem o contato, tudo é lindo, todo mundo é compreensivo, sensível, carinhoso, educado, gentil e outras mil qualidades, mas e na real? Alguns dos meus amigos virtuais sempre me dizem que sou uma pessoa muito calma, tranquila (e fico rindo), pois estou longe disso. O dia a dia nos deixa agitado e em muitas situações, como todo ser humano, acabo explodindo sim. Naturalmente que não sou mal educado, isso é outra situação, não vou descontar meus problemas em

quem não tem nada a ver ou ser grosso com quem não merece, mas daí a achar que fico em estado de contemplação no dia a dia é um dos efeitos colaterais que o mundo virtual proporciona.

Invariavelmente, precisamos ser aceitos. Aceitos na sociedade, no clube, na escola, na faculdade, enfim, precisamos que os outros percebam que existimos e nos aceitem. Ter muitos amigos virtuais nada mais é do que uma forma de reconhecimento, do tipo “sou um pessoa legal”, “está vendo, muitas pessoas gostam de mim”. Será que isso é realmente verdadeiro? Já experimentou convidar um amigo virtual seu para se conhecerem pessoalmente e trocarem ideias? Sabe, aquelas coisas de amigos reais, ir para um barzinho bater papo, jogar conversa fora, falar besteira ou ainda, já experimentou falar para esse seu amigo virtual que você tem um problema e que precisa desabafar? Faça o teste, mas não vale ser com pessoas que você já conhece, escolha um amigo somente virtual e faça esse desafio.

Outra coisa que também observo é que as pessoas não se importam. É isso mesmo, a grande maioria não se importa com o outro. Você já teve aquela sensação de estar falando algo muito importante (para você) com outra pessoa e, de repente, ela fala algo nada a ver com o assunto ou simplesmente começar a falar outra coisa e te ignora? Ela nem ouviu o que você disse, pois para ela, seus problemas não importam. O ser humano, pelo menos boa parcela dessa espécie, está ensimesmado, ou seja, somente pensa em si, no seu bem estar, no seu conforto, nos seus problemas (e, nesse caso, acha que todo mundo tem que ouvir), mas não presta atenção a nada ao seu redor.

Isso, também em minha modesta opinião, explica algo que costumo chamar de solidão social, que por acaso foi como chamei esse texto. Pode ser que alguém já tenha pensado nisso antes e aí, me desculpo, mas é minha opinião também. O que seria a solidão social? Para mim a solidão social é aquela que nos deixa isolados em meio a uma festa com mais umas 500 pessoas, mas continuamos nos sentindo sozinhos e acredito que

isso se deve pelo fato das pessoas “não se importarem”.

Se as pessoas ao nosso redor não se importam, nos sentimos sozinhos, não tem jeito. Por outro lado, também vem nosso vazio, cada vez maior e isso também nos deixa sozinhos.

Não vejo a solidão como algo extremamente ruim, pelo contrário, em alguns casos acho importante ficar sozinho, para poder ouvir meus próprios pensamentos, minhas angústias, coisas que normalmente tentamos disfarçar com músicas altas, TVs ligadas sem ninguém assistindo e por aí vai. Também acredito que a grande maioria tem medo de se ouvir, pois não sabe o que vai fazer com o que escutar, então prefere ignorar ou fazer de conta que não ouviu.

Finalizando, tem um velho ditado popular, que conheço há anos e que diz que se temos dois ouvidos e uma boca é porque precisamos muito mais ouvir do que falar. Por outro lado, Renato Russo, já dizia em uma das suas músicas: “fala demais por não ter nada a dizer”. Isso só serve para reforçar o que penso, temos medo da solidão, falamos demais, ouvimos pouco e isso somente para esconder de nós mesmos, nossa verdadeira essência.

Comece a adicionar amigos a sua vida real, no entanto, esteja preparado, pois o outro nem sempre se importa. Guarde seus amigos dentro do peito, dentro do coração, como já diz Milton Nascimento.