

A CAMINHADA

*Nossa existência,
nossa frequência*



VICTOR MEGIDO

A CAMINHADA

*Nossa existência,
nossa frequência*



VICTOR MEGIDO

2ª EDIÇÃO REVISTA



EPÍGRAFE

Sem poesia, não há caminhada que se agunte.

*Como nos lembra Antonio Machado,
o caminho se faz ao caminhar.*



NOTA DO AUTOR À SEGUNDA EDIÇÃO

A Caminhada nasceu antes de ser livro.

Nasceu como gesto, como necessidade, como partilha. Durante anos, publiquei reflexões breves em uma página chamada A Caminhada. Eram textos escritos no intervalo da vida: depois de uma pergunta, de uma perda, de uma descoberta, de uma conversa, de um dia difícil, de um espanto qualquer diante da beleza do mundo.

Aos poucos, percebi que aquelas mensagens criavam laços. Pessoas que eu conhecia, e muitas que eu nunca havia encontrado, respondiam aos textos dizendo que algo ali as havia tocado. Não porque houvesse uma doutrina, um método ou uma promessa, mas talvez porque todos, em algum momento, reconhecemos a mesma travessia.

Esta segunda edição nasce desse mesmo espírito, mas com outro cuidado.

O livro foi revisto para ganhar mais coesão, ritmo e silêncio. Algumas passagens foram condensadas. Algumas repetições foram retiradas. Certos excessos foram aparados para que a voz essencial pudesse aparecer melhor. A intenção não foi transformar A Caminhada em outro livro, mas permitir que ele se aproximasse mais daquilo que sempre quis ser: um convite existencial, espiritual e poético à travessia da vida.

Não sou teólogo, guru, filósofo de ofício ou cientista da alma. Sou alguém que observa, pergunta, tropeça, aprende e continua andando. Sou um comunicador, um educador, um narrador de histórias. E, acima de tudo, um curioso diante da existência.

Este livro não oferece respostas definitivas. Ele apenas caminha ao lado de quem também sente que viver exige mais do que sobreviver, produzir, consumir ou vencer.

A caminhada continua.

Victor Megido



SUMÁRIO

Introdução — O incômodo que move a caminhada	1
PARTE I — O CHAMADO DA CAMINHADA	
1. Dando os primeiros passos	7
2. A caminhada é um convite	12
3. Ser caminhante	18
4. Estar no mundo é um presente	23
5. Trilhas de felicidade	29
PARTE II — O QUE NOS DESVIA DO CAMINHO	
6. A existência é complexa	38
7. Esperando Godot	46
8. O gene egoísta apaixonado	53
9. O medo da vida	60
10. Preconceitos, muros e percepção	67
PARTE III — TORNAR-SE VIATOR	
11. A potência é nada sem o controle	77
12. Um passo no escuro	84
13. O caminho é ser viator	93
14. É permitido rir	103
15. A beleza salvará o mundo	112
PARTE IV — ÁGAPE, RETORNO E DESPEDIDA	
16. Princípio e fim: o amor ágape	124
17. Mãe, mãe, olha o que eu fiz!	137
18. O grande reencontro	148
19. Até 2061!	157
20. Continue andando, caminhante	165
Agradecimentos	171
Referências e obras de caminho	173



INTRODUÇÃO

O incômodo que move a caminhada

“A caminhada começa quando deixamos de tratar a vida como uma espera.”

Este livro nasceu de uma pergunta simples e antiga: como caminhar melhor?

Não como quem procura uma fórmula, uma doutrina ou um método infalível, mas como quem reconhece que viver exige mais do que sobreviver, produzir, consumir ou vencer. Em algum momento, a vida nos chama para uma travessia mais profunda: olhar para o medo, para o amor, para a felicidade, para a finitude, para a beleza e para a coragem de continuar.

A Caminhada nasceu desse incômodo. Primeiro como textos breves, escritos no intervalo da vida. Depois como página, como comunidade, como partilha. Agora, como livro.

Escrevi estas páginas como quem deixa uma pequena pedra no caminho para que outro caminhante, ao passar, talvez reconheça um sinal.

A vida, quando observada com atenção, é um laboratório exigente. Não estamos aqui apenas para acumular fatos, bens, títulos, conquistas ou lembranças. Estamos aqui também para amadurecer. Para atravessar a experiência. Para nos emancipar de certos medos. Para aprender a distinguir o que nos ilumina daquilo que nos captura.

Muitas vezes fugimos do caminho porque a vida é ruidosa. Há pressa demais, distração demais, opinião demais, medo demais. Vivemos negociando com expectativas, ansiedades, vaidades, culpas e desejos de controle. Em alguns dias, parecemos saber exatamente para onde vamos. Em outros, mal conseguimos reconhecer os próprios passos.

É justamente nesses momentos que a caminhada se torna necessária.

Caminhar não significa ter certeza. Não significa estar em paz o tempo todo. Não significa vencer a tristeza, o medo ou a dúvida como quem elimina inimigos. Caminhar é permanecer em movimento interior, mesmo quando a estrada parece escura. É aceitar que a existência não se abre por imposição, mas por atenção. É aprender que algumas respostas não chegam como ideias, mas como forma de viver.



Não escrevo para ensinar um caminho único. Não acredito em mapas definitivos para a alma. Cada pessoa carrega sua própria história, suas feridas, seus talentos, suas perdas, seus abismos e suas pequenas fontes de alegria. O que existe, talvez, é uma disposição comum: a coragem de não abandonar a própria travessia.

A caminhada começa quando deixamos de tratar a vida como uma espera.

Esperar pelo momento ideal, pelo reconhecimento perfeito, pela segurança absoluta, pelo amor sem risco, pela felicidade sem sombra, pela estrada sem pedras. Enquanto esperamos, a vida passa. E passa não como teoria, mas como manhã, tarde e noite. Passa no corpo. Passa nos afetos. Passa nos gestos que fizemos e nos que deixamos de fazer.

Por isso, este livro fala do incômodo.

O incômodo de estar vivo sobre esta grande rocha vagante. O incômodo de ter tantas dúvidas e poucas certezas. O incômodo de saber que somos frágeis, mas também capazes de beleza. O incômodo de perceber que a vida não se curva aos nossos planos e, mesmo assim, continua nos oferecendo a possibilidade de escolher melhor.

Há quem viva para reclamar da vida. O caminhante tenta aprender com ela.

Ele não é santo, mágico, sábio perfeito ou criatura iluminada. É feito de carne, medo, desejo, falha e contradição. Mas há nele uma disposição: levantar-se de novo. Olhar o mundo como se ainda houvesse algo a aprender. Dormir, quando possível, com a sensação de ter vivido com alguma intenção. Acordar sabendo que o dia não é apenas mais um dia, mas uma oportunidade de recomeço.

Talvez a pergunta mais simples seja também a mais exigente: se hoje fosse meu último dia, que tipo de palavra eu escolheria dizer? Que abraço eu não adiardaria? Que mentira eu deixaria de sustentar? Que gesto de amor eu não economizaria? Que ressentimento eu deixaria seguir no último trem da noite?



Não se trata de viver em ansiedade diante da morte. Trata-se de viver com mais presença diante da vida.

A maior parte da existência não acontece em grandes eventos. Acontece no cotidiano. No café da manhã. Na casa que precisa de cuidado. Na conversa difícil. Na mensagem enviada com carinho. Na escolha de não ferir. No quintal limpo. Na criança observada com paciência. Na coragem de pedir perdão. No trabalho feito com dignidade. Na beleza modesta de continuar.

Há muita grandeza na normalidade.

Nossa cultura valoriza demais o espetáculo, a conquista visível, a façanha extraordinária. Mas boa parte da vida é humilde, repetida, silenciosa. Aprender a respeitar essa matéria simples é parte da caminhada. Talvez a felicidade não esteja tão distante quanto imaginamos. Talvez ela comece quando deixamos de desprezar o que é pequeno.

A caminhada é também uma educação do olhar.

Aprender a olhar para si sem fuga. Aprender a olhar para o outro sem reduzi-lo. Aprender a olhar para o mundo sem transformá-lo apenas em cenário para nossos desejos. Aprender que o amor não é posse, que a beleza não é ornamento, que a bondade não é fraqueza, que a coragem não é ausência de medo.

Coragem é agir com o coração.

Não no sentido ingênuo de seguir qualquer impulso, mas no sentido profundo de não separar lucidez e amor. Há momentos em que a razão sem coração endurece. Há momentos em que o coração sem razão se perde. A caminhada pede uma harmonia difícil: ética e estética, firmeza e ternura, presença e direção.



Chamo essa travessia, em muitos momentos, de busca pela felicidade. Mas felicidade, aqui, não é euforia permanente, prazer fácil ou recompensa externa. Felicidade é um estado de maior harmonia com a vida. É sentir que, apesar das dificuldades, algo em nós não está completamente separado da fonte. É poder atravessar a dor sem transformar a dor em identidade. É poder atravessar a alegria sem tentar possuí-la.

Este livro fala também de amor.

Não apenas do amor romântico, familiar ou afetivo, mas de uma forma mais ampla de amor: o amor como disposição de cuidado, como abertura à vida, como recusa de transformar tudo em poder. Onde o amor se torna real, diminui a necessidade de dominar. Onde o poder se torna obsessão, alguma coisa do amor foi perdida.

Ao longo destas páginas, aparecerão perguntas, imagens, músicas, histórias, autores, símbolos e lembranças. Eles não formam uma doutrina. São apenas companheiros de estrada. O centro permanece o mesmo: caminhar.

Caminhar para não endurecer. Caminhar para não dormir por dentro. Caminhar para não confundir medo com destino. Caminhar para reencontrar beleza no que ainda vive. Caminhar para aprender a amar melhor.

A caminhada não promete salvação fácil. Ela apenas lembra que a vida, apesar de tudo, ainda pode ser atravessada com mais consciência, mais humor, mais gratidão e mais coragem.

E, se este livro conseguir acompanhar você por alguns passos, já terá cumprido sua função.

Vamos caminhar.



PARTE I

I

O CHAMADO DA CAMINHADA



CAPÍTULO 1

1

DANDO OS PRIMEIROS PASSOS

*“Toda caminhada começa com um passo que quase
ninguém vê.”*



A caminhada é dedicada àqueles que, contra muitos indicadores, estatísticas e ideologias, ainda acreditam no amor acima de tudo.

Estas páginas falam do incômodo de caminhar sobre esta grande rocha vagante. Falam das tantas dúvidas e das poucas certezas. Falam do impulso que nos move, mesmo quando a estrada não se mostra inteira. Talvez seja esse incômodo que mantenha o mundo em movimento: a inquietação de quem sente que viver não pode ser apenas passar pelos dias.

O caminhante não vive para reclamar da vida. Vive para aprender com ela.

Ele tem fraquezas, como todos. É feito de carne, medo, desejo, cansaço e contradição. Não é um santo, um mágico ou um guru. O que o distingue é uma disposição interior: mesmo depois dos dias difíceis, ainda consegue olhar para o amanhã como se algo novo pudesse nascer. Há nele uma curiosidade silenciosa, quase infantil, diante da existência.

Todas as noites, quando possível, ele se recolhe com gratidão. Não porque tudo tenha dado certo, mas porque tentou viver com alguma intenção. Sabe que errou em muitas coisas. Sabe que poderia ter dito uma palavra melhor, oferecido um gesto mais generoso, evitado uma irritação inútil. Ainda assim, aprende. E, ao aprender, prepara o espírito para recomeçar.

Todos os dias, ao acordar, enfrenta a jornada como se ela pudesse ser a última de sua passagem por este planeta. Não faz isso com ansiedade. Faz com presença. Pergunta a si mesmo: se hoje, à meia-noite, partisse meu último trem, como eu viveria as próximas horas?

Talvez começasse pelo café da manhã, saboreando-o com mais atenção. Talvez sorrisse mais cedo. Talvez escolhesse melhor as palavras que ofereceria às pessoas no trabalho, na rua, em casa, nos encontros simples do cotidiano. Talvez não economizasse tanto os abraços. Talvez não adiasse tanto as mensagens de carinho. Talvez não se agarrasse com tanta força às pequenas ofensas do dia.

Viver assim não torna a vida perfeita. Mas torna cada dia menos automático.



Quando a noite se aproxima, o caminhante imagina o último trem passando. No vagão, deposita o que não precisa carregar para o dia seguinte: ressentimentos, culpas, pequenas vaidades, pesos inúteis, irritações que já cumpriram sua hora. Não consegue abandonar tudo. Ninguém consegue. Mas aprende a não transformar cada pedra em destino.

Assim ele vive: com curiosidade, coragem e coração.

Viver com o coração não significa abandonar a razão. Significa não endurecer. Significa não permitir que a lucidez se transforme em frieza, nem que a sensibilidade se perca em confusão. O coração, batendo sem descanso, é uma espécie de tambor da caminhada. A cada segundo, lembra que estamos vivos. A cada batida, insiste que ainda há uma trilha possível.

Mas que trilha?

Há muitas encruzilhadas. Há distrações, névoas, promessas fáceis, medos antigos. Irritamo-nos com facilidade. Perdemos o centro por quase nada. Às vezes, acreditamos estar caminhando quando apenas reagimos. Às vezes, confundimos movimento com avanço. Outras vezes, damos voltas em torno da mesma dor, como se ela fosse a totalidade da estrada.

É fácil cair.

E, ainda assim, a vida permite recomeços.

A escuridão não se desfaz com mais escuridão. O ódio não cura o ódio. Em algum ponto da caminhada, é preciso permitir que outra força entre: uma palavra mais justa, uma escuta mais paciente, um gesto de amor, um pouco de luz. Não a luz grandiosa dos discursos, mas a luz pequena e suficiente que nos impede de desistir de tudo.

Quando vivo o medo, sinto-me humano. Quando aprendo a lidar com o medo, torno-me mais livre.



Não se trata de acumular conhecimento como quem acumula títulos. Nem de dominar todas as ciências, filosofias ou técnicas. Há uma sabedoria mais antiga, parecida com o olhar maduro de alguém que já viveu muito e, por isso mesmo, sorri com ternura das urgências do mundo. Não é indiferença. É serenidade. É saber que muitas tempestades passam, desde que não entreguemos a casa interior ao vento.

A vida passa em sua extraordinária normalidade.

E há tanta beleza na normalidade.

Cuidar de um lar simples. Limpar um quintal. Olhar uma criança com atenção. Preparar uma refeição. Fazer o trabalho necessário sem transformar tudo em peso. Conversar sem brutalidade. Recomeçar depois de um dia ruim. Essas coisas não parecem grandiosas. Não rendem aplausos. Não costumam ser celebradas como façanhas. Mas é nelas que a maior parte da existência acontece.

Nossa cultura muitas vezes nos ensina a desejar o extraordinário e a desprezar o comum. Como se a vida verdadeira estivesse apenas nas grandes conquistas, nas viagens, nos reconhecimentos, nas vitórias visíveis. Mas boa parte do que realmente sustenta uma existência é humilde, repetido, modesto, às vezes até um pouco cansativo. A caminhada do cotidiano também é caminhada. Talvez seja a mais importante.

Vermeer, ao pintar uma rua simples de sua cidade, parecia compreender isso. Não havia celebridades ali, nem gestos heroicos, nem grandes acontecimentos. Havia casas, mulheres, crianças, tijolos, luz, silêncio. E, no entanto, tudo era especial. Ele nos lembrava que o glamour da vida não depende apenas de façanhas espantosas. Há grandeza em saber olhar.

Aceitar-se pequeno diante do universo é uma conquista. Não como humilhação, mas como lucidez. Somos breves, frágeis, passageiros. Ainda assim, participamos da grande força da vida. Respiramos, amamos, erramos, aprendemos, envelhecemos, devolvemos ao mundo aquilo que recebemos. Cada ciclo nos atravessa e nos ensina.



Talvez seja para isso que sirvam os calendários: para lembrar que a vida é feita de passagens. Há manhãs, tardes, noites, estações, aniversários, despedidas, retornos. Tudo muda. Nada permanece exatamente como estava. E, mesmo assim, algo insiste: a força de vontade de viver.

Essa força não pertence apenas ao ser humano. Está na árvore que busca luz, no animal que migra, nas águas que encontram passagem, nas sementes que atravessam a terra, no corpo que se recompõe, na criança que se levanta depois da queda. Tudo o que vive carrega, de algum modo, o desejo de continuar.

O caminhante reconhece essa força e a respeita.

Por isso, não vive em oposição inútil à vida. Não exige que o mundo obedeça aos seus planos. Aprende a escutar os ciclos, os limites, os sinais. Sabe que há dias de monção e dias de deserto. Há tempos de florescimento e tempos de recolhimento. Há momentos de avanço e momentos em que apenas permanecer de pé já é uma forma de coragem.

A caminhada começa quando aceitamos essa condição.

Não somos donos da estrada. Não controlamos o clima, a duração da viagem, a conduta dos outros, nem todos os acidentes do caminho. Mas podemos escolher algo da nossa postura. Podemos escolher como atravessar. Podemos escolher se viveremos apenas como reação ou se tentaremos responder à vida com mais consciência.

Onde o amor impera, o desejo de poder perde força. Onde o poder se torna obsessão, alguma coisa do amor foi abandonada.

Talvez este seja o primeiro passo: não caminhar para dominar, vencer ou possuir, mas para aprender a viver com mais inteireza. Caminhar para não endurecer. Caminhar para não desperdiçar o dia. Caminhar para lembrar que cada manhã ainda pode ser a primeira manhã de alguma transformação.

Dando os primeiros passos, o caminhante não sabe tudo. Mas sabe o suficiente para começar.



CAPÍTULO 2

2

A CAMINHADA É UM CONVITE

“A caminhada é um convite para pisar melhor na Terra.”



Meu anjo uma vez me disse. Ou talvez eu apenas tenha imaginado que ele dizia.

Falava mais ou menos assim:

Planeta Terra. Bilhões de pessoas. Pequenos vulcões ambulantes, alguns em erupção, outros em silêncio. Terremotos aqui, calmarias ali. Enquanto um ser humano celebra, outro chora. Enquanto alguém nasce, alguém parte. Um acalma, outro explode. Uma estranha matemática compõe esta teia de eventos.

O que acontece no fundo da rocha, no movimento das águas, no vento, no fogo e no vazio, acontece também dentro de cada ser humano.

Talvez ele quisesse me lembrar que nada está separado. Que o planeta respira, transpira, sofre, se recompõe. Que a vida não é uma máquina imóvel, mas um metabolismo em movimento. Que, muitas vezes, andamos distraídos demais, presos às variáveis menores, aos medos imediatos, aos detalhes que nos capturam, e perdemos de vista o grande quadro.

A resposta, se existe, não se resolve apenas com matemática.

Anos se passaram desde essa conversa imaginada ou vivida. Já não sei dizer. Em 2016, criei a página A Caminhada. Comecei a escrever. Eram textos breves, nascidos de observações, inquietações, dores, descobertas e pequenas iluminações cotidianas. Mais tarde, comecei a juntar essas peças, como quem tenta ordenar um quebra-cabeça feito de ideias, sentimentos e perguntas.

Nesse período, uma pandemia global atravessou o mundo como uma força de choque. Ela nos confinou, nos assustou, nos separou, nos expôs. O isolamento social criou traumas, mas também revelou rachaduras antigas. Ficou mais visível aquilo que já existia: desigualdade, medo, solidão, ansiedade, intolerância, fragilidade dos vínculos, confusão comunicacional, fome de sentido.

Não foi apenas o distanciamento físico que apareceu. Apareceu também o distanciamento mental e espiritual.



Já vivíamos, de muitos modos, dentro de bolhas. Mesmo sem muros concretos, algo nos separava. Estávamos interconectados por redes, tecnologias e mercados, mas nem sempre próximos pelo coração. Alegres e ansiosos. Eufóricos e deprimidos. Desejosos de ajudar e, ao mesmo tempo, desconfiados do outro. A pandemia apenas tornou mais nítida essa contradição.

Muitas pessoas passaram noites sem dormir por medo de perder o básico. Outras descobriram que não sabiam conviver consigo mesmas. Outras perceberam que a normalidade desejada talvez não fosse tão normal assim. Queríamos voltar ao que havia antes. Mas o que havia antes também carregava seus cárceres invisíveis.

A fome é terrível, seja no estômago, na mente ou no coração.

Quando viver se torna uma morada triste, passamos a existir em estado de prisão. Não falo apenas da prisão real, feita de grades, paredes e vigilância. Falo da prisão interior: medo constante, máscara de invulnerabilidade, apatia emocional, perda de confiança, incapacidade de olhar nos olhos, necessidade de se proteger de tudo e de todos. Tudo aquilo que protege demais, em algum momento, também aprisiona.

Depois de tantos milênios de história humana, ainda é espantoso que a sobrevivência permaneça como angústia central para tantos. Ainda é espantoso que, com tanta inteligência, riqueza, técnica e conexão, continuemos produzindo escassez, guerra, humilhação, abandono e medo.

Talvez porque tenhamos aprendido mais a vencer do que a conviver.

Fomos educados para competir, resistir, acumular, defender, desconfiar. Pouco a pouco, isso endurece o espírito. O indivíduo se adapta à bolha, mas desaprende a liberdade. Torna-se eficiente, mas não necessariamente feliz. Torna-se informado, mas não necessariamente sábio. Torna-se conectado, mas não necessariamente presente.

A caminhada nasce também contra essa anestesia.



Ela propõe um exercício simples e difícil: olhar, escutar, comunicar. Comunicar, em seu sentido mais profundo, é colocar em comum. Não apenas transmitir mensagens, opiniões e ruídos, mas partilhar humanidade. Colocar em comum a amizade, o carinho, o respeito, a compaixão, a justiça, a possibilidade de uma vida menos prisioneira do medo.

Gosto de pensar que nascemos neste planeta para aprender a amar.

Sobreviver foi o primeiro passo. Necessário, duro, magnífico. Mas sobreviver não basta. Se não aprendermos a amar, seremos vencidos por nós mesmos. A ciência é uma aliada extraordinária na preservação da vida. A técnica amplia nossas possibilidades. A razão ilumina caminhos. Mas nada disso substitui a inteligência do coração quando a questão é aprender a viver juntos.

E o coração também precisa de lucidez.

Amor, aqui, não é sentimentalismo. Não é fuga da realidade. Não é palavra decorativa. Falar de amor pode ser perigoso, porque o amor ameaça tudo aquilo que se alimenta do medo, da posse e do domínio. Onde existe amor real, diminui a necessidade de transformar o outro em inimigo, objeto ou instrumento.

Por isso, a caminhada não é ingenuidade.

Falar de luz exige reconhecer o lado sombrio. Falar de esperança exige reconhecer o medo. Falar de amor exige lembrar nossas paixões, apegos, vaidades e instintos. Não caminhamos porque somos puros. Caminhamos porque somos contraditórios. Caminhamos porque carregamos dentro de nós a possibilidade de ferir e a possibilidade de cuidar.

A natureza lança sinais. A sociedade também. O planeta nos mostra limites. O corpo nos mostra limites. As relações nos mostram limites. A pergunta que retorna é simples e imensa: queremos continuar perpetuando um sistema de medo, ou estamos prontos para nos tornar uma civilização mais empática?

Pode soar ingênuo. Talvez seja. Mas existem ingenuidades mais lúcidas do que muitos cinismos.



A realidade sabe ser dura. Não basta sonhar. Mas sem sonho, a prudência sozinha não salva. Precisamos de lucidez e imaginação, pés no chão e horizonte. Precisamos compreender que a vida não vem com bula, nem com manual de instruções. Ninguém recebeu um mapa completo ao nascer. Ainda assim, cada um tem o direito de exercer sua caminhada.

A caminhada não é profecia. Não é remédio milagroso. Não é garantia de êxito. Não oferece uma estrada linear, pacífica, sem perdas ou tempestades. Ela apenas aponta uma direção: sair do estado de prisão interior e avançar, passo a passo, para uma vida mais consciente, mais livre e mais amorosa.

Não há dono da verdade nesta Terra.

Há buscadores. Há burocratas da vida. Há narradores. Há pessoas que caminham sem saber que caminham. Há outras que param, confundindo segurança com destino. Há quem precise de lógica, e a lógica pode ser um bom barco. Mas, em alguns momentos, até o barco precisa ser abandonado para que possamos pisar a outra margem.

A razão é instrumento, não ídolo.

O bom humor também ajuda. A caminhada não exige solenidade permanente. Brincar, rir, respirar, aceitar a própria fragilidade — tudo isso faz parte da seriedade de estar vivo. Navegar é preciso, mas não há bom vento para quem não sabe a que porto se dirige. O norte não elimina as tempestades, apenas impede que toda tempestade se transforme em perdição.

Caminhar é dizer sim à vida.

Nascer já foi o primeiro êxodo: deixar o útero materno e entrar neste universo aberto, incerto, luminoso e difícil. Depois disso, toda existência é uma sequência de partidas. Sáímos de casas, crenças, ilusões, personagens, medos, identidades que um dia pareceram definitivas. Às vezes crescemos. Às vezes apenas mudamos de prisão.

Por isso, é preciso atenção.



Mais do que buscar proteção contra as maldades do mundo, talvez seja necessário tentar ser, com coragem, alguma bondade dentro dele. Não uma bondade ingênua, passiva, sem critério. Mas uma bondade lúcida, capaz de dizer sim e capaz de dizer não. Capaz de amar sem se anular. Capaz de resistir sem odiar.

Cada um escolhe, em alguma medida, a frequência de sua vida.

Amor ou ódio. Paz ou guerra. Julgamento ou gratidão. Plenitude ou escassez. Lucidez ou alienação. Nem tudo depende de nós, é claro. Seria injusto afirmar isso. Há histórias duras, condições desiguais, feridas reais, forças sociais que nos atravessam. Mas, mesmo dentro dos limites, alguma escolha permanece. E é nesse pequeno espaço de escolha que a caminhada começa.

Eu o convido a caminhar mais um pouco comigo.

Não para fugir da Terra, mas para pisar melhor nela. Não para negar o mundo, mas para habitá-lo com mais consciência. Não para esquecer as dores, mas para não permitir que elas sejam a única forma de interpretar a vida.

Tivemos que andar por milênios em busca de abrigo, alimento, território e sentido. Agora, mais do que nunca, precisamos compreender o mistério de estar vivos sem deixar de dar os passos concretos que a vida exige.

Seguir os rastros. Olhar para o norte. Manter os pés no chão. E vibrar por uma nova aurora.



CAPÍTULO 3

3

SER CAMINHANTE

“O caminho faz o caminhante. E o caminhante faz o caminho.”



Em muitos momentos da vida, chegamos a encruzilhadas nas quais o horizonte parece quase impossível de enxergar.

Nessas horas, há sempre uma tentação: cair no negativismo, atribuir a culpa ao outro, ao sistema, ao destino, ao tempo, à injustiça da caminhada. Tudo isso pode existir. A vida não é simples, nem justa em muitos de seus acontecimentos. Mas, quando toda responsabilidade é colocada fora de nós, alguma coisa se perde. Perdemos a capacidade de aprender. Perdemos a lucidez. Perdemos a força de nos transformar.

Ser caminhante é reconhecer essa zona difícil entre o que não depende de nós e aquilo que ainda podemos escolher.

A caminhada é uma grande faxina da morada interior. Limpar, abrir janelas, derrubar paredes inúteis, iluminar sótãos antigos, descobrir quartos esquecidos. Há em nós espaços arejados e espaços escuros. Há memórias que nos sustentam e outras que nos aprisionam. Há desejos vivos e há apegos que apenas simulam vida.

Para que a casa interior respire, é preciso coragem.

Nem todo muro protege. Alguns escondem. Outros impedem a passagem da luz. Alguns foram erguidos por medo, orgulho, ressentimento, vergonha ou necessidade de controle. Em certo momento, o caminhante precisa perguntar: este muro ainda me defende ou apenas me separa da vida?

Para muitos, caminhar significa desapegar do anel do poder.

A imagem de Tolkien continua bela porque fala de algo profundamente humano. O anel parece oferecer proteção, força, invisibilidade, domínio. Mas aquilo que promete poder também cobra obediência. O que parecia instrumento torna-se senhor. O que parecia defesa torna-se prisão. O que parecia precioso passa a nos possuir.

Há muitos anéis na vida.



O anel da vaidade. O anel da razão absoluta. O anel da juventude eterna. O anel do ressentimento. O anel da vítima perfeita. O anel da necessidade de vencer sempre. O anel da imagem que construímos para não mostrar a própria fragilidade.

Cada pessoa sabe, em silêncio, qual anel carrega no bolso.

Desapegar é difícil. O anel dá conforto. Ele parece explicar tudo, justificar tudo, proteger de tudo. Sem ele, a vida volta a ser incerta. Voltamos a sentir medo, dúvida, vulnerabilidade. Mas talvez seja justamente aí que a caminhada recomeça: quando deixamos de chamar de identidade aquilo que, na verdade, era apenas prisão.

Nenhum Bilbo se liberta sozinho o tempo todo. Em algum momento, todos precisamos de um Gandalf: alguém que nos diga a verdade sem nos destruir; alguém que não passe apenas a mão na cabeça, mas também não nos abandone diante da travessia. Um amigo, um analista, um orientador, um mestre, uma pessoa capaz de nos lembrar que não somos o nosso medo.

Confortar não é confirmar todas as nossas desculpas. Confortar, às vezes, é ajudar o outro a atravessar a negação, a raiva, a barganha, a tristeza, até que alguma aceitação se torne possível. A mudança raramente acontece em linha reta. Ela vem em ondas, recuos, resistências, pequenas compreensões. O caminhante não se transforma porque decidiu uma vez. Transforma-se porque aceita retornar, quantas vezes forem necessárias, ao trabalho difícil de olhar para si.

A mudança é uma parte inevitável da vida. Sabemos disso, mas resistimos. Queremos conservar o corpo, a posição, a imagem, a relação, a juventude, o controle, a certeza. Queremos que o tempo passe sem tocar naquilo que amamos ou tememos perder. Mas o tempo toca. A vida toca. A transformação chega, mesmo quando fingimos não escutar.

Ignorar a mudança não nos protege dela.



Triste é nos tornarmos obstáculos intencionais da própria emancipação. Triste é defender a prisão porque ela parece familiar. Triste é preferir a segurança da madeira à insegurança de virar menino de verdade.

Pinóquio sabia disso à sua maneira. Queria ser criança de verdade, mas no início ainda não fazia a caminhada. Brigava com a voz da consciência, deixava-se seduzir por maus conselhos, confundia esperteza com liberdade. Queria o resultado sem atravessar o aprendizado. Queria a transformação sem responsabilidade.

Não é essa também uma tentação humana?

Queremos colher sem plantar. Chegar sem caminhar. Mudar sem renunciar. Ser livres sem abandonar os pequenos pactos que nos mantêm amarrados. Quando algo dá errado, buscamos um alibi. A culpa é do inédito, da crise, do outro, do passado, da caminhada. Mas as crises apenas revelam com mais força aquilo que já estava frágil.

Uma crise não cria todos os nossos problemas. Muitas vezes, apenas tira o pano que os escondia.

Quando negamos essa revelação, perdemos. Quando fingimos que nada poderia ter sido preparado, perdemos. Quando transformamos toda dificuldade em desculpa para a inação, perdemos. E perder, nesse sentido, não significa fracassar em um resultado externo. Significa abandonar a própria capacidade de amadurecer.

Perder o caminho é viver sem visão de futuro. É confundir flexibilidade com improviso irresponsável. É adiar sempre o essencial. É fazer para parecer que fez. É levar com a barriga aquilo que exigia alma, corpo, estudo, preparo e presença. É não treinar antes do jogo e depois culpar apenas a chuva.

Não estamos falando de perfeição. Errar é necessário para aprender. Cair faz parte. Desviar-se também. O problema não é a queda, mas a recusa de compreender o que ela revela.

Ser caminhante é assumir a travessia.



É saber que ninguém vive sem medo. O medo acompanha a pergunta, a imaginação, a hipótese, o futuro. “E se?” — com essa pergunta nasce a cultura. Nasce a arte. Nasce a ciência. Nasce a possibilidade de não repetir tudo como antes. Sem perguntas, talvez jamais tivéssemos atravessado o desconhecido.

Por isso, não tenha medo de perguntar.

E se eu pudesse viver de outro modo? E se essa certeza fosse apenas uma defesa? E se aquilo que chamo de destino fosse apenas hábito antigo? E se eu pudesse parar de repetir práticas que me afastam de mim mesmo? E se o futuro não precisasse ser apenas a extrapolação de um passado gasto?

As perguntas incomodam porque ameaçam as prisões bem decoradas. Aquilo que desconhecemos, muitas vezes negamos. E aquilo que negamos, às vezes tentamos destruir. Mas o caminhante não mata a pergunta. Ele a acolhe, mesmo quando ela o desinstala.

Fazer a caminhada é aceitar que a lucidez não elimina a dor, não controla o aleatório e não oferece todas as respostas. A lucidez apenas impede que a negação governe tudo. Ela nos ajuda a separar o que é medo do que é prudência, o que é apego do que é amor, o que é desculpa do que é limite real.

A caminhada é a arte da pergunta. É a curiosidade diante da vida. É o beijo na realidade.

Ser caminhante é, portanto, assumir a própria parte. Não a parte inteira do mundo, que ninguém carrega sozinho. Mas a parte que nos cabe: o modo como olhamos, respondemos, preparamos, escolhemos, falamos, amamos e recomeçamos.

O caminho faz o caminhante. E o caminhante faz o caminho.

Porque ele é o maior interessado em não permanecer boneco de pau quando a vida ainda lhe oferece a possibilidade de se tornar mais verdadeiro.



CAPÍTULO 4

4

ESTAR NO MUNDO É UM PRESENTE

“Estar no mundo é um presente.”



As vezes, quando a vida se empobrece por dentro, uma pessoa se torna como uma planta seca.

Não é apenas cansaço. É algo mais fundo. Uma desertificação silenciosa do corpo e da alma. Falta água, falta ar, falta esperança. A pessoa percebe isso quando já não sente vontade de cuidar, agradecer, oferecer, reparar, fazer o bem prevalecer nas pequenas coisas.

Falo do bem sem grandiloquência. Não do Bem escrito com letra de monumento, nem dos mocinhos contra os bandidos de um velho banguê-banguê italiano. Falo de algo mais simples: amizade, reciprocidade, respeito, atenção, amor. Falo da disposição de não destruir gratuitamente aquilo que ainda vive.

Uma pessoa começa a sair dessa frequência quando deixa de agradecer.

Deixa de agradecer aos ancestrais, aos que vieram antes, aos aliados que a confortam e também àqueles que, confrontando-a, ajudam-na a despertar das ilusões. Deixa de dar água às flores. Deixa de respeitar a limpeza de um ambiente. Deixa de reconhecer as dádivas que recebeu. Deixa de perceber que estar neste mundo, apesar de tudo, é um presente.

Um presente que pede coragem.

Coragem como a do migrante que parte rumo ao desconhecido. Coragem como a dos nossos ancestrais, que caminharam antes de nós levando quase nada: suor, memória, medo, vontade, canto, fome, desejo de abrigo. A história humana é também a história desses viatores antigos, atravessando terras, rios, desertos e noites, sem saber exatamente que mundo estavam inaugurando.

Eles levavam consigo as primeiras narrativas.



Ao redor do fogo, talvez tenham nascido as primeiras ideias compartilhadas. Um gesto virou símbolo. Uma lembrança virou canto. Uma perda virou rito. Uma pergunta virou mito. O vento carregou vozes, e as vozes se transformaram em histórias. Algumas desapareceram. Outras atravessaram séculos. Outras ainda nos falam, mesmo quando já não sabemos o nome de quem as contou pela primeira vez.

O poder das histórias é que elas nunca morrem completamente.

Elas mudam de corpo, de língua, de casa. Passam dos avós aos filhos, dos mestres aos discípulos, dos livros às canções, das ruas aos teatros, das pinturas aos filmes, das escrituras aos jogos, da memória oral às bibliotecas. A humanidade é feita também dessa circulação invisível de palavras.

Somos filhos de narrativas.

As grandes tradições espirituais, a filosofia, a literatura, a música, a poesia, o teatro, a pintura, tudo isso guarda alguma forma de tentativa humana de compreender a existência. De Homero a Dante, de Platão aos pensadores modernos, de Beethoven aos Beatles, a humanidade parece repetir a mesma necessidade: transformar espanto, medo, amor e finitude em linguagem.

A Palavra carrega mundo.

Ela registra povos, memórias, quedas, visões, crimes, promessas e esperanças. Às vezes é esquecida. Às vezes é queimada. Às vezes desaparece por séculos e retorna como mosaico encontrado sob a terra, hieróglifo decifrado, livro salvo do fogo, canto repetido por alguém que nem conhece sua origem.

Há algo de mágico nisso.

Não mágico no sentido infantil de escapar da realidade. Mágico porque a palavra atravessa o tempo de modo estranho. O corpo perece. Os impérios caem. As cidades mudam de nome. Mas uma ideia pode continuar viajando, encontrando brechas, reaparecendo onde menos se espera. Ela é paciente, ardilosa, criativa. Sobrevive à censura, contorna muralhas, espera sua hora.

Por isso, todo regime de medo teme os livros.



A história nos mostrou, muitas vezes, que queimar livros não é apenas atacar páginas. É atacar a imaginação, a dúvida, a memória, a pluralidade do mundo. Heinrich Heine escreveu que onde se queimam livros, acaba-se por queimar pessoas. A frase permanece porque toca uma verdade profunda: quando a palavra livre se torna inimiga, a vida humana também está em perigo.

Mas a palavra resiste.

Ela continua navegando entre poetas, cientistas, artistas, filósofos, educadores, músicos, narradores, gente comum. Continua nos lembrando que a vida não se reduz à força bruta. Há uma potência humana que nasce da imaginação, da linguagem, da beleza, da pergunta. E quem aprende a ler as entrelinhas dessa potência recebe, às vezes, uma espécie de despertar.

Não como prêmio. Não como iluminação definitiva. Como trabalho.

A caminhada é feita de medo, dor, prazer, euforia, consciência, aceitação, emancipação e libertação. Não é linear, nem sempre é agradável. Muitas vezes, preferimos nos esconder na conformidade ou na alienação. Outras vezes, porém, a vida não pede licença. Um incômodo, uma perda, uma doença, uma humilhação, uma adversidade: algo vem e bate de frente, como um golpe inesperado.

Foi pensando nisso que Beethoven sempre me comoveu.

Sua vida foi uma caminhada intensa de beleza e dor. Ele perdeu progressivamente a audição já adulto, quando a música não era apenas parte de sua vida, mas a própria matéria de sua existência. Não nasceu surdo; carregava memória auditiva suficiente para continuar compondo mentalmente. Ainda assim, é difícil imaginar a dor, a vergonha e a humilhação que a surdez pode representar para um músico.

O mundo exterior se fechava. Mas um mundo interior permanecia aceso.



Se por um lado ele deixava de captar sons como antes, por outro ainda possuía um conhecimento profundo capaz de transformar silêncio, vibração e memória em partitura. Usava recursos para sentir as vibrações do piano. O som já não chegava apenas pelo ouvido; precisava atravessar o corpo de outras maneiras. A limitação tornou-se sofrimento, mas também passagem para uma linguagem ainda mais interior.

Seria injusto romantizar a dor de Beethoven.

É sempre fácil falar da dor alheia depois que ela se transformou em obra. Quem sofre não vive uma metáfora elegante. Vive o peso concreto da perda, da vergonha, do isolamento, do medo de ser mal compreendido. Beethoven sentiu isso. Em cartas e escritos, falou da vida social que se tornava difícil, da angústia diante da doença, da humilhação de não ouvir aquilo que outros ouviam.

E, no entanto, continuou compondo.

Talvez seja esse o ponto. Não que a dor seja boa. Não que devamos agradecer pela ferida. Não que toda adversidade produza grandeza. Muitas dores apenas doem. Algumas nos quebram. Outras nos silenciam por muito tempo. Mas há casos em que a vida, atravessando a ferida, encontra uma forma inesperada de criação.

Beethoven não nos ensina a desejar o sofrimento.

Ensina outra coisa: a possibilidade de não permitir que a perda tenha a última palavra.

Sua música parece dizer que existe escuta para além do ouvido. Existe uma vibração que passa pelo corpo, pela memória, pela imaginação, pela alma. Quando ouvimos certos movimentos de seus quartetos ou sinfonias, sentimos que alguém conversou com o abismo e não voltou apenas com desespero. Voltou também com forma, beleza, força, pergunta.

A palavra continua. A música continua. A caminhada continua.



Navegar é necessário, dizia-se aos marinheiros amedrontados diante do mar. Talvez viver também seja isso: seguir mesmo quando as condições não são ideais, quando o céu escurece, quando o corpo falha, quando a estrada humilha, quando algo em nós preferiria desistir da travessia.

Não se trata de heroísmo fácil.

Trata-se de reconhecer a queda e não fazer dela a morada definitiva. Levantar, quando for possível. Sacudir a poeira, quando houver força. Pedir ajuda, quando necessário. Voltar a escutar, mesmo que a escuta já não venha pelo mesmo caminho.

Estar no mundo é um presente.

Não porque o mundo seja sempre doce. Não porque a vida poupe seus caminhantes. Mas porque, mesmo entre perdas, ainda podemos participar de algo maior do que a própria ferida: a palavra que atravessa, a música que resiste, a memória que nos sustenta, a beleza que retorna, a coragem de continuar.

Quando a planta seca recebe água, nem sempre floresce no mesmo dia.

Mas alguma coisa, em silêncio, recomeça.



CAPÍTULO 5

5

TRILHAS DE FELICIDADE

*“A felicidade aparece, às vezes, no próprio modo de
pisar.”*



A felicidade não é um objeto.

Talvez por isso seja tão difícil encontrá-la quando a buscamos como se fosse uma coisa: um lugar, uma posse, uma vitória, um reconhecimento, um corpo, uma resposta definitiva, uma forma ideal de vida. Procuramos a felicidade como quem procura algo perdido fora de si. Mas, muitas vezes, quanto mais corremos atrás dela como prêmio, mais nos afastamos da experiência que poderia torná-la possível.

Felicidade não se conquista como território. Felicidade se cultiva como estado.

Ela talvez seja um efeito de amadurecimento, não uma mercadoria da vontade. Algo que se aproxima quando a vida começa a encontrar uma forma menos desarmônica dentro de nós. Não vem antes da lucidez; nasce junto com ela. Não é a causa da consciência, mas uma de suas consequências possíveis.

Por isso, ressignificar a felicidade é urgente.

O mundo oferece muitos objetos de felicidade. Promete que seremos mais felizes se comprarmos, vencermos, parecermos, acumularmos, exibirmos, pertencermos. Parte dessa promessa toca desejos legítimos. Precisamos de abrigo, alimento, segurança, afeto, reconhecimento, prazer. Não há nobreza alguma em desprezar as necessidades humanas concretas. Mas há uma confusão perigosa quando passamos a tratar cada desejo satisfeito como se fosse felicidade.

Prazer não é felicidade.

Prazer é uma alegria do corpo e da mente, muitas vezes necessária, bonita, legítima. Pode ser uma comida, uma música, um encontro, uma conquista, uma sensação de alívio. Mas prazer é passageiro. Ele acende, aquece e passa. Quando confundido com felicidade, torna-se uma fome sem fim. Desejamos mais, repetimos mais, compramos mais, exigimos mais. E, ainda assim, algo permanece em falta.

Há uma antiga sabedoria no mito de Eros.



Filho da abundância e da pobreza, Eros não é apenas beleza idealizada. Carrega falta e busca, desejo e movimento, penúria e potência. Ele está sempre entre o que possui e o que lhe escapa. Talvez essa imagem diga algo sobre a própria condição humana: somos seres de insuficiência. Nunca estamos completamente prontos, completamente preenchidos, completamente satisfeitos. A vida nos move também porque algo falta.

Essa falta pode nos destruir ou nos educar.

Quando não compreendida, ela vira compulsão, vaidade, ansiedade, comparação, inveja, ressentimento. Corremos para preencher o vazio com objetos, imagens, poder, distrações. Quando acolhida com lucidez, porém, a falta pode se tornar caminho. Ela nos lembra que amadurecer não é eliminar todo desejo, mas aprender a orientar o desejo para algo que não nos empobreça.

A caminhada é, nesse sentido, uma educação do desejo.

Gostamos de acreditar que escolhemos livremente aquilo que desejamos. Mas nem sempre é assim. Há expectativas, preconceitos, memórias, medos e símbolos atuando por trás das escolhas. Muitas vezes gostamos de algo não apenas pelo que ele é, mas pelo que imaginamos que ele representa. Um vinho parece melhor porque custa mais. Uma roupa parece mais bela porque carrega certa marca. Uma vida parece mais feliz porque aparece filtrada pela imagem do sucesso.

O desejo raramente é puro.

Ele vem misturado com busca de pertencimento, vontade de ser visto, medo de ser menos, necessidade de provar valor. Por isso, o trabalho da felicidade começa antes da escolha do objeto. Começa na pergunta: o que estou realmente buscando quando digo que quero isto?

Quero alegria ou aprovação? Quero beleza ou distinção? Quero amor ou posse? Quero liberdade ou apenas fuga? Quero viver melhor ou parecer que vivo melhor?



A felicidade, quando reduzida à satisfação de desejos, torna-se frágil. Basta o desejo mudar, o objeto desaparecer, o outro não corresponder, o corpo envelhecer, a posição cair, e tudo parece ruir. Mas se a felicidade for compreendida como estado de harmonia, ela não dependerá de controlar tudo. Continuará vulnerável, porque somos humanos, mas terá raízes mais profundas.

Harmonia não é ausência de conflito.

A vida nunca será uma superfície lisa. Há dor, perda, doença, fracasso, decepção, morte, injustiça. Há também beleza, encontro, música, amizade, amanhecer, riso, perdão, casa, trabalho digno, silêncio. A felicidade não elimina essa complexidade. Ela talvez seja a capacidade de atravessá-la sem perder completamente o centro.

Ser feliz não é viver em euforia. É não estar inteiramente separado da própria vida.

Essa separação é uma das grandes fontes de sofrimento. Trabalhamos contra nós mesmos. Desejamos aquilo que nos fere. Repetimos padrões que nos afastam da paz. Procuramos fora uma confirmação que talvez precise nascer de outro lugar. Vivemos como se estivéssemos sempre atrasados para a própria existência.

Em algum momento, a caminhada pede uma pausa.

Pede que olhemos para dentro e perguntemos de onde vem a desarmonia. Nem sempre a resposta será simples. Às vezes, haverá dor antiga. Às vezes, medo de não valer nada. Às vezes, culpa. Às vezes, uma ideia de sucesso que não nasceu verdadeiramente em nós. Às vezes, apenas cansaço de tentar corresponder a uma imagem.

O estado de felicidade começa quando paramos de confundir nossa vida com a vitrine da vida.



Ele não exige miséria voluntária, nem desprezo pelo mundo material. A vida concreta importa. O corpo importa. O prazer importa. O conforto importa. O trabalho importa. O problema não está nas coisas, mas no poder que damos a elas para dizer quem somos.

Quando o objeto passa a definir o ser, o caminhante se perde.

Há pessoas que têm muito e vivem em escassez. Há pessoas que têm pouco e irradiam presença. Não porque a falta material seja boa — ela não é —, mas porque felicidade e posse não obedecem à mesma lógica. O excesso pode esconder uma pobreza interior. A simplicidade pode abrigar uma abundância silenciosa.

A felicidade pede lucidez diante da própria medida.

Talvez não tenhamos vindo ao mundo para expressar pura satisfação de desejos. Se fosse apenas isso, bastaria obedecer aos impulsos. Mas o ser humano carrega algo mais difícil: consciência. E a consciência amplia o mundo. Ela permite ver o outro, perguntar, conter-se, oferecer, criar, cuidar, transformar a própria força em responsabilidade.

Amadurecer é harmonizar instinto e consciência.

Nosso lado instintivo não deve ser negado como inimigo. Ele é parte da vida. Mas, quando governa sozinho, pode nos reduzir à repetição de impulsos: ataque, fuga, posse, medo, domínio. A caminhada começa a se tornar mais humana quando essa força bruta encontra forma, palavra, escolha, beleza, ética.

A felicidade, então, deixa de ser prêmio e se torna frequência interior.

Não uma frequência mágica ou abstrata, mas uma disposição da alma. Um modo de estar no mundo com mais inteireza. Há dias em que essa frequência se perde. Acordamos confusos, irritados, tristes, menores do que gostaríamos. Isso também faz parte. O caminhante não é aquele que nunca perde a harmonia. É aquele que aprende a reencontrá-la.

E reencontrá-la exige humildade.



Às vezes, a felicidade volta quando deixamos de exigir tanto da vida. Quando diminuimos a arrogância da expectativa. Quando reconhecemos que a manhã comum também é dom. Quando aceitamos envelhecer sem transformar cada marca do tempo em derrota. Quando paramos de lutar contra tudo aquilo que simplesmente faz parte da condição humana.

Envelhecer pode ser harmonia.

Não porque seja fácil, mas porque revela a verdade do movimento. Tudo muda. O corpo muda. Os vínculos mudam. As certezas mudam. A beleza também muda de lugar. Quem só conhece a beleza como juventude sofre mais. Quem aprende a reconhecer beleza na transformação talvez atravesse o tempo com menos guerra interior.

Felicidade é também reconciliação com o tempo.

Não no sentido de resignação passiva, mas de aceitação ativa. Aceitar que a vida é movimento. Que alguns ciclos se encerram. Que certas perdas não voltam. Que algumas alegrias não podem ser repetidas. Que o presente, por mais incompleto, ainda é o único lugar onde a caminhada acontece.

Muitas infelicidades nascem de viver fora do tempo real.

Vivemos no passado, tentando corrigir cenas que já não podem ser modificadas. Vivemos no futuro, esperando uma vida perfeita que nunca chega. Vivemos no olhar dos outros, aguardando autorização para existir. Enquanto isso, o dia passa. A água ferve. A criança cresce. O corpo envelhece. A pessoa amada se cansa. A flor abre e fecha sem que a tenhamos visto.

A felicidade talvez comece no retorno ao presente.

Não um presente ingênuo, separado das responsabilidades, mas um presente habitado. Estar onde se está. Fazer com atenção aquilo que se faz. Escutar quando alguém fala. Cuidar do pequeno sem desprezar o grande. Saber que um gesto simples pode conter mais verdade do que muitas ambições.

Há trilhas de felicidade.



Elas não aparecem sempre como grandes avenidas. Às vezes são rastros discretos: uma conversa honesta, um pedido de perdão, uma decisão corajosa, uma música que devolve o ar, um livro que abre uma janela, um silêncio que cura, uma caminhada real pela rua, o rosto de alguém que amamos, a sensação de ter feito o que era justo.

Cada trilha ensina algo.

A ciência nos ensina a observar. A filosofia nos ensina a perguntar. A espiritualidade nos ensina a reverenciar. A arte nos ensina a sentir. A vida cotidiana nos ensina a integrar. Nenhuma dessas trilhas, sozinha, contém tudo. Mas cada uma pode ajudar o caminhante a não reduzir a existência a uma única explicação.

Nem tudo o que desconhecemos é mentira. Nem tudo o que conhecemos é verdade inteira.

Por isso, a razão é necessária. Ela impede que a imaginação se transforme em delírio. Mas a razão também precisa reconhecer seus limites. Há dimensões da vida que não cabem completamente em cálculo, evidência ou definição. O amor, a beleza, a morte, a fé, a dor, a esperança, a gratidão — tudo isso atravessa a experiência humana de modo mais amplo do que qualquer fórmula.

A caminhada não exige escolher entre ciência e mistério.

Exige humildade diante de ambos.

Somos parte de um processo vital imenso, antigo, improvável e ainda cheio de perguntas. A vida chegou até aqui por caminhos que excedem nossa compreensão imediata. Cada corpo, cada gesto, cada pensamento carrega uma longa história de matéria, tempo, adaptação, acaso, memória e desejo. Estar vivo já é participar de uma grande travessia.

Diante disso, talvez o direito mais fundamental seja caminhar.



Caminhar para expandir a consciência. Caminhar para aprender. Caminhar para errar melhor. Caminhar para ajustar o desejo. Caminhar para não tratar a felicidade como objeto de consumo, nem como promessa de consolação, mas como harmonia possível entre aquilo que somos, aquilo que fazemos e aquilo que oferecemos ao mundo.

Arquimedes dizia que, com um ponto de apoio, moveria a Terra. Talvez a felicidade também peça isso: não um domínio absoluto sobre a vida, mas um ponto de apoio interior. Um lugar mínimo de lucidez a partir do qual possamos mover, não o planeta inteiro, mas o nosso modo de estar nele.

A felicidade não está no fim da estrada como troféu.

Ela aparece, às vezes, no próprio modo de pisar.

No passo mais atento. Na palavra menos ferina. Na alegria sem posse. Na coragem de mudar. Na humildade de agradecer. Na lucidez de reconhecer que ainda falta muito. Na beleza de continuar, mesmo assim.

Por isso, não pergunte apenas onde está a felicidade.

Pergunte que tipo de caminhante você está se tornando.



PARTE II

II

O QUE NOS DESVIA DO CAMINHO



CAPÍTULO 6

6

A EXISTÊNCIA É COMPLEXA

“A vida não cabe em uma frase.”



Nessa altura da caminhada, talvez seja preciso dizer com simplicidade: a existência é complexa.

Não há uma única chave que abra todas as portas. Não há uma lei simples capaz de explicar, sozinha, o amor, o medo, a dor, a sociedade, a injustiça, a fé, a ciência, a alegria, a angústia e a busca humana por sentido. Para compreender a vida, é preciso aceitar múltiplas abordagens, flunar entre ideias, atravessar dissonâncias e reconhecer que a realidade não se deixa reduzir com facilidade.

A vida não cabe em uma frase.

A sociedade, de algum modo, é também espelho da nossa mente civilizatória. Suas injustiças, seus medos, seus espetáculos, suas formas de solidão e violência não surgem do nada. Elas expressam algo de nós: nossas escolhas, nossas omissões, nossas estruturas, nossas paixões, nossas vaidades, nossos sistemas de crença.

Como chegamos até aqui? Para onde caminhar se tudo parece tão caótico? Como encontrar harmonia se dentro de nós existem vulcões em erupção? Como transformar o mundo sem questionar o modo como vivemos? E como questionar sem correr o risco de ser visto como inconveniente, ingênuo, louco ou deslocado?

A manada sempre oferece algum conforto. Nela, a responsabilidade parece diluída. Pensamos como muitos pensam, desejamos como muitos desejam, reagimos como muitos reagem. Não precisamos sustentar sozinhos a pergunta. Mas a pergunta não desaparece. Ela apenas espera.

Estar em paz dentro do medo é difícil. Viver desconectado da vida é ainda mais árduo.

A caminhada consciente exige conhecer o mundo em suas coisas visíveis e invisíveis. Não posso me conhecer de verdade se ignoro completamente o chão onde piso. Não sou planta imóvel. Não sou objeto. Sou corpo, mente, memória, desejo, relação, história, espírito, linguagem, cultura. Estou no mundo e o mundo está em mim.



O caminho faz o caminhante.

Por isso, compreender a complexidade não é luxo intelectual. É parte da vida. Quem não compreende minimamente o ambiente em que vive torna-se mais vulnerável a ilusões, manipulações, medos e falsas promessas. Confunde ruído com verdade. Confunde repetição com sabedoria. Confunde opinião com realidade.

Mas antes de querer governar o mundo, somos chamados ao autogoverno.

Cada um, em alguma medida, está com o volante da própria vida nas mãos. Não controla a estrada inteira, nem o clima, nem todos os acidentes, nem a violência do mundo, nem as condições desiguais de partida. Mas ainda precisa cuidar da direção possível. É pouco? Talvez. Mas esse pouco é decisivo.

Sem autogoverno, a potência se dispersa.

A vida pode explodir na complexidade das coisas. Ficamos confusos, erráticos, perdidos nas transições. Alguns passam a acreditar apenas na sorte, no azar, no destino já escrito. Outros vivem presos a um ciclo em que a culpa é sempre do outro. Há quem diga que é preciso perder-se para reencontrar-se. Talvez seja verdade. Mas perder-se sem alguma disciplina pode ser apenas desperdício.

A potência, sem controle, torna-se risco.

Isso vale para o atleta, para o artista, para o líder, para o amante, para o pensador, para qualquer pessoa que carregue força interior. Uma arrancada brilhante só parece espontânea porque houve treino invisível. Um gesto belo só parece natural porque algo foi cultivado antes. A liberdade que não encontra forma pode virar impulso cego. A forma que sufoca a liberdade vira prisão. A caminhada pede a tensão entre as duas.

Força e direção. Vontade e discernimento. Desejo e consciência.



Não conseguimos ajudar a nós mesmos, emocional e espiritualmente, se vivemos em estado permanente de alienação, mágoa ou anestesia. Na dor, muitas vezes nos fechamos. Na anestesia, deixamos de sentir. Perdidos no passado, no futuro ou em mundos paralelos, abandonamos o presente precioso. E a vida, como já vimos, só pode ser vivida onde ela acontece.

No presente.

Há uma cena famosa em Matrix que permanece poderosa como metáfora. O personagem Neo precisa escolher entre continuar dentro de uma ilusão confortável ou atravessar a dor de conhecer uma verdade mais difícil. A cena ficou conhecida pela escolha entre duas pílulas: uma mantém a aparência; a outra inaugura a travessia.

Não é preciso repetir aqui o diálogo. A imagem basta.

Todos conhecemos essa escolha.

Podemos permanecer no cotidiano habitual, defendendo com fé inabalável as mesmas crenças, as mesmas distrações, os mesmos medos, as mesmas justificativas. Ou podemos aceitar que talvez exista algo por trás da superfície. Algo que pede coragem. Algo que abala a casa, mas também liberta.

A verdade nem sempre consola.

Às vezes, ela desinstala. Mostra que a prisão não estava apenas fora, mas também dentro. Estava na mente, no olhar, na linguagem, no modo como aceitamos certas mentiras porque elas tornam a vida mais confortável. A pílula vermelha, nesse sentido, não é uma aventura de ficção científica. É a decisão interior de não viver inteiramente anestesiado.

Nada de pílulas, talvez. Que se faça luz.

Um dos inimigos dessa luz é a precariedade.



Antes, a precariedade vinha muitas vezes da natureza: secas, pestes, tempestades, terremotos, escassez. A natureza dá e tira, abre e fecha, alimenta e ameaça. Mas, com inteligência, técnica e cooperação, aprendemos a prever, organizar, cuidar, prevenir e reconstruir. O drama é que hoje parte da precariedade é produzida pela própria sociedade.

Criamos abundância para alguns e escassez para outros. Produzimos tecnologia suficiente para aproximar pessoas e, ao mesmo tempo, solidão em escala. Fabricamos conforto, mas também humilhação. Falamos de liberdade, mas mantemos muitas vidas presas à sobrevivência nua. O problema não é apenas falta de recursos. É falta de justiça, falta de cuidado, falta de imaginação moral.

Outro inimigo da luz é a vaidade.

Vivemos em uma grande feira de vaidades. A vida, muitas vezes, parece organizada como vitrine. Aparecer se torna existir. Ser visto passa a valer mais do que amadurecer. A imagem ocupa o lugar da presença. A aprovação substitui o encontro. O espelho deixa de refletir e começa a comandar.

Em outros tempos, a tradição do memento mori lembrava que morreremos. A ideia da vanitas apontava a fragilidade dos prazeres, das posses e das glórias. Havia, nesse ensinamento, uma tentativa de conter a soberba humana: lembrar que tudo passa, que a vida é breve, que a matéria se desfaz, que a vaidade não salva.

Não é preciso aceitar todo o sistema religioso e político que sustentava essa visão para reconhecer sua intuição fundamental: a morte educa a medida.

Depois veio outro horizonte: a busca da felicidade aqui e agora. A vida, a liberdade e a procura da felicidade tornaram-se ideais modernos poderosos. Isso libertou muitos desejos humanos antes reprimidos. Mas também abriu uma nova armadilha: a crença de que felicidade poderia ser alcançada como conquista individual, competição, performance, mérito, consumo ou imagem pública.



Saímos de uma promessa de paraíso distante para uma obrigação de felicidade imediata.

E essa obrigação adoece.

Quando a felicidade vira dever de aparência, o sujeito se esgota tentando provar que está bem. Ele vive “como se”. Como se fosse livre. Como se fosse feliz. Como se tivesse controle. Como se soubesse exatamente quem é. Como se sua imagem fosse sua verdade. Mas, por trás dessa ficção, muitas vezes há cansaço, ansiedade, comparação, tristeza e fuga de si.

As redes sociais amplificaram essa Versailles virtual.

Todos querem alguma forma de consideração. Todos querem aparecer no salão. O espelho pergunta, a cada dia, quem é mais belo, mais bem-sucedido, mais admirado, mais desejado, mais feliz. E o sujeito, tentando responder, acaba garimpando sinais de valor em curtidas, comentários, métricas, aplausos e pequenas consagrações digitais.

A questão não é demonizar a tecnologia.

O problema está em entregar a própria identidade a um espelho instável. Quando dependo demais do olhar externo, perco contato com a minha medida interna. Passo a viver segundo modelos que talvez nem sejam meus. Interpreto um personagem até esquecer que era personagem. Repito uma vida que parece vida, mas talvez seja apenas encenação.

Há uma filosofia do “como se” atravessando o cotidiano.

Vivemos como se nossas construções fossem a própria realidade. Como se nossos modelos mentais fossem o mundo. Como se nossas crenças fossem evidências. Como se nossas bolhas fossem totalidade. Isso não significa que tudo seja mentira. Significa apenas que precisamos de humildade diante das mediações que nos formam.

Às vezes, a ficção é mais agradável que o real.



O problema é que sabemos, em alguma parte de nós, que ela é ficção. E essa distância entre imagem e verdade produz ansiedade. Tentamos sustentar aquilo que já não convence completamente. Tentamos acreditar, todos os dias, em uma versão de nós mesmos que se torna cada vez mais cansativa.

Em busca da felicidade, muitos se perdem.

Não porque desejam ser felizes, mas porque procuram a felicidade por caminhos que aumentam a separação interior. Distrai-se para não sentir. Compra-se para não perguntar. Expõe-se para não desaparecer. Compete-se para não encontrar o vazio. Trabalha-se demais para não escutar o silêncio.

Alguns escritores e filósofos já perceberam isso com clareza. Hermann Hesse escreveu, em sua obra, sobre o risco de o ser humano cercar-se de distrações para fugir de si mesmo. Bertrand Russell, ao pensar a felicidade, também apontou a importância de não levar a própria imagem trágica tão a sério. Ambos, por caminhos diferentes, sugerem algo precioso: a felicidade exige uma relação menos teatral consigo mesmo.

É preciso parar de representar todos os papéis ao mesmo tempo.

Não somos heróis de tragédia clássica o tempo inteiro. Também não precisamos nos transformar em palhaços permanentes da própria vida. Talvez a maturidade comece quando aceitamos a pluralidade de nossos retratos: há em nós força e ridículo, grandeza e fraqueza, lucidez e confusão. Encarar isso dói no início, mas liberta de uma fadiga maior: o esforço de fingir.

Ninguém nasce emancipado.

Antes de querer mudar o mundo, é preciso tirar a trave do próprio olho. Essa frase permanece porque nos confronta. É sempre mais fácil identificar a cegueira do outro, a vaidade do outro, a alienação do outro, o erro do outro. O olhar crítico, quando não passa por dentro, vira soberba.

A caminhada pede outro movimento.



Conhecer o mundo, sim. Questionar as estruturas, sim. Enfrentar injustiças, sim. Mas também olhar para dentro, reconhecer medo, apego, vaidade, ressentimento, desejo de poder, necessidade de aprovação. Não há transformação verdadeira quando o sujeito quer salvar o mundo para escapar de si mesmo.

Somos matéria, mente e espírito.

Cada palavra dessa tríade pode ser discutida, interpretada, ampliada. Mas, juntas, elas lembram que o ser humano não é apenas corpo, nem apenas pensamento, nem apenas alma abstrata. Somos atravessamentos. Somos fome e imaginação. Hormônio e memória. Razão e símbolo. Carne e pergunta. Limite e desejo de infinito.

Por isso, a existência é complexa.

E a complexidade não deve nos paralisar. Deve nos tornar mais humildes. Mais atentos. Mais cuidadosos com respostas fáceis. Mais abertos ao diálogo. Mais capazes de conviver com divergências sem tentar eliminar toda diferença. A arte do diálogo talvez seja justamente isso: buscar convergência sem negar a existência das polaridades humanas.

A caminhada consciente começa quando aceitamos que viver não é obedecer cegamente a uma ficção pronta.

É perguntar. É discernir. É cuidar da própria direção. É desconfiar da vaidade. É não transformar precariedade em destino. É escolher a verdade possível, mesmo quando ela desinstala. É conhecer melhor o mundo sem perder o trabalho interior.

Conhece-te a ti mesmo, diziam os antigos.

Mas ninguém se conhece fora da vida. E ninguém muda a vida sem, de algum modo, mudar também a si.



CAPÍTULO 7

7

ESPERANDO GODOT

*“Não somos deuses, não somos demônios, somos
caminhantes.”*



Quando ouço certas idealizações sobre o Homo sapiens, às vezes parece que falamos de outro ser.

Um ser coerente, iluminado, benevolente, emancipado, quase espelho de alguma divindade perfeita. Um ser que, graças à razão, à fé, à meditação, à cultura ou ao progresso, teria deixado para trás toda brutalidade, todo medo, toda pulsão destrutiva, toda sombra antiga.

Seria belo se fosse assim.

Mas a caminhada humana não se deixa simplificar por imagens tão confortáveis. Somos capazes de ternura, ciência, arte, compaixão, música, cuidado e sacrifício. Também somos capazes de violência, negação, domínio, covardia, indiferença e crueldade. Não há ser humano real sem essa tensão. Falar apenas de luz, quando a sombra ainda governa muitos gestos, é uma forma de alienação.

A emancipação começa quando beijamos a realidade como ela é.

Não como gostaríamos que fosse. Não como a ideologia promete. Não como o discurso espiritual simplificado tenta vender. A realidade como ela é: bela e dura, generosa e brutal, cheia de possibilidades e de armadilhas. A caminhada exige esse beijo difícil. Sem ele, ficamos parados em uma espera abstrata, como personagens que conversam para fazer o tempo passar enquanto aguardam alguém que talvez nunca venha.

Samuel Beckett nos ofereceu uma imagem poderosa dessa espera.

Em Esperando Godot, dois personagens errantes permanecem em um descampado, aguardando a chegada de alguém que não chega. Enquanto esperam, falam, brincam, repetem gestos, ocupam as horas, sustentam a esperança e o tédio. A ação parece mínima. Mas justamente por isso a peça toca uma ferida profunda: o tempo suspenso de quem adia a própria vida.

Godot pode ser muitas coisas.



Pode ser Deus. Pode ser um salvador. Pode ser uma oportunidade. Pode ser uma pessoa que virá resolver tudo. Pode ser o sucesso, o reconhecimento, o amor perfeito, a absolvição, a chance que nunca chega. Pode ser qualquer figura à qual delegamos a responsabilidade de sair do lugar.

A espera, em si, nem sempre é ruim. Há esperas necessárias. A semente espera. O corpo espera. A cura espera. Certas respostas precisam amadurecer. O problema começa quando a espera vira álibi. Quando, em nome daquilo que ainda não chegou, deixamos de fazer o que já poderia ser feito. Quando transformamos a vida em sala de espera.

Quantas vezes esperamos Godot?

Esperamos que alguém nos diga quem somos. Esperamos que o mundo reconheça nosso valor antes de agirmos com valor. Esperamos que a coragem venha pronta. Esperamos que o medo desapareça para então caminhar. Esperamos que Deus, o destino, o mercado, a família, a sociedade, o terapeuta, o mestre, o amor ou alguma força externa venha reorganizar aquilo que também nos cabe enfrentar.

Mesmo que Godot venha, nada garante que ele seja benevolente.

E, se vier um ser humano, virá com a complexidade de todo ser humano. Virá com desejos, medos, interesses, limites, história, luz e sombra. Por isso, esperar salvação sem discernimento é perigoso. A caminhada não nos pede cinismo, mas pede lucidez. Não devemos negar o divino, a esperança ou a ajuda. Devemos apenas evitar transformar a esperança em fuga da responsabilidade.

Somos Homo sapiens.

Esta afirmação, tão simples, já deveria nos tornar mais humildes. Somos animais dotados de consciência, linguagem, memória, imaginação e cultura. Mas continuamos animais. Carregamos corpo, metabolismo, instintos, reações, heranças biológicas, impulsos de defesa, busca de prazer, medo da morte, necessidade de pertencimento, desejo de reconhecimento.

Reconhecer isso não diminui o humano. Torna-o mais verdadeiro.



O perigo está em falar de alma sem conhecer minimamente o corpo. Falar de bondade sem reconhecer a agressividade. Falar de espiritualidade como se ela apagasse automaticamente a biologia, a história e o inconsciente. Falar de liberdade como se bastasse desejar para estar livre.

O ser humano não é pura tábula rasa, moldável de qualquer modo pelo ambiente. Também não é puro determinismo biológico, condenado a repetir para sempre seus impulsos mais antigos. Somos a tensão entre natureza e cultura, corpo e linguagem, herança e escolha, automatismo e consciência. Nossa margem de manobra existe, mas precisa ser trabalhada.

Por isso, árdua é a caminhada.

Não é fácil enfrentar a nós mesmos. Não é fácil reconhecer que parte da prisão não está apenas no mundo, mas também em nossos hábitos mentais, afetivos e corporais. Não é fácil admitir que, muitas vezes, usamos ideias nobres para esconder desejos pequenos. Que falamos de justiça, mas queremos vingança. Que falamos de amor, mas buscamos posse. Que falamos de liberdade, mas temos medo de abandonar a gaiola.

A mente humana é extraordinária.

Em algum momento da evolução, fomos capazes de olhar para dentro e perceber que havia ali um mundo. Passamos a imaginar, recordar, narrar, calcular, prever, criar, temer, rezar, perguntar. O cérebro humano contém vertigens parecidas com as do céu estrelado. Olhar para fora e olhar para dentro podem produzir o mesmo espanto.

Mas esse espanto não nos torna automaticamente bons.

As emoções dirigem a vida. Elas nos movem, impulsionam, defendem, inflamam, aproximam, afastam. O sentimento não é ornamento. É centelha. É força de ação. Antes de formular teorias, já sentimos. Antes de explicar racionalmente nossas escolhas, muitas vezes já fomos levados por medo, desejo, raiva, inveja, ternura, compaixão ou alegria.

Daí a necessidade de conhecer melhor o mundo das emoções.



Não para reprimi-las como se fossem inimigas, nem para obedecê-las como se fossem soberanas. Emoções precisam de escuta, forma e educação. Um corpo governado apenas por ansiedade adoece. Uma sociedade governada apenas por medo produz tristeza, violência e desconfiança. A mente desgovernada contamina o corpo; uma cultura desgovernada contamina seus vínculos.

O bom humor, nesse processo, é sagrado.

Não o humor cruel, que humilha. Não a ironia usada como arma. Mas a capacidade de rir de si, de suavizar a rigidez, de não transformar toda contradição em tragédia definitiva. O riso saudável abre uma janela. Ele não resolve tudo, mas impede que a seriedade vire prisão.

O problema é que, quando estamos desgovernados, buscamos compensações.

Alívio imediato, excesso, anestesia, repetição de prazeres que não alimentam, apenas distraem. Cada época cria suas substâncias, suas telas, seus vícios, seus rituais de fuga. Nem tudo é condenável. O descanso, o prazer e a distração fazem parte da vida. Mas, quando se tornam substitutos permanentes da presença, aprofundam a distância entre nós e a caminhada.

Não devemos cair no erro da ingenuidade.

Meditar pode acalmar. Educar pode transformar. A terapia pode ajudar alguém a fazer as pazes consigo mesmo. A arte pode abrir passagem. A religião pode dar sentido. A ciência pode iluminar. A comunidade pode sustentar. Mas nada disso funciona como passe de mágica. Nenhuma prática, sozinha, torna o ser humano automaticamente amoroso, livre ou consciente.

A violência humana continua sendo uma das grandes provas da nossa imaturidade.

Ela aparece na guerra, no abuso de poder, na humilhação cotidiana, na agressividade doméstica, na destruição gratuita, na incapacidade de reconhecer o outro como outro. Há uma pulsão destrutiva que atravessa a história e precisa ser contida, educada, sublimada, transformada. Não basta denunciá-la nos inimigos. É preciso reconhecê-la como possibilidade humana.



Isso não significa dizer que todos sejam iguais, nem que não haja responsabilidade individual, histórica e social. Significa apenas que a caminhada da civilização é mais difícil do que imaginam os discursos simplificadores.

Não somos apenas genética. Não somos apenas cultura. Não somos apenas espírito. Não somos apenas biografia.

Somos nó.

E, por sermos nó, precisamos de paciência, diálogo e método interior. A arte da dialógica é justamente essa: sustentar tensões sem reduzi-las depressa demais. Prevenção e perversão podem se confundir quando não há cuidado. Correção e violência podem se misturar quando falta ética. Educação e domesticação podem parecer a mesma coisa aos olhos de quem só deseja controle.

É delicado tocar a alma humana.

Por isso, toda caminhada de transformação precisa de humildade. Não se muda alguém pela força do discurso. Não se transforma uma sociedade apenas com boas intenções. Não se supera a violência negando sua existência. Não se alcança a bondade fingindo que a agressividade não existe. Não se encontra a liberdade delegando tudo a Godot.

O caminhante não espera passivamente.

Ele pode orar, estudar, meditar, trabalhar, amar, pedir ajuda, duvidar, descansar e recomeçar. Mas não transforma a espera em desculpa para não viver. Sabe que a esperança é necessária, desde que não se converta em anestesia. Sabe que a fé pode sustentar, desde que não elimine a responsabilidade. Sabe que a lucidez dói, mas a alienação cobra um preço maior.

Esperando Godot, os personagens permanecem presos ao tempo suspenso.

Nós, muitas vezes, também.



Mas há um instante em que algo precisa mudar. Talvez Godot não venha. Talvez venha tarde. Talvez venha e não seja aquilo que imaginávamos. Talvez a pergunta essencial não seja se ele chegará, mas o que fizemos de nós enquanto esperávamos.

A caminhada começa quando a espera deixa de ser morada.

Quando paramos de terceirizar inteiramente o sentido. Quando deixamos de falar apenas sobre a vida e aceitamos vivê-la com seus riscos. Quando reconhecemos a complexidade do Sapiens sem desistir de sua possível emancipação.

Não somos deuses. Não somos demônios. Somos caminhantes.

E isso já é difícil o bastante.



CAPÍTULO 8

8

O GENE EGOÍSTA APAIXONADO

“Entre o impulso e a resposta, ainda existe caminho.”



O leão não é, para outro leão, uma questão cultural

no sentido humano da palavra. É, antes de tudo, uma questão biológica.

Existem regras no reino animal, mas quem o guia, em grande parte, é o instinto. Há cooperação, equilíbrio, simbiose, alianças e sacrifícios. Há também competição, extermínio, domínio e brutalidade. A natureza não é bondosa no sentido humano da palavra. Ela é viva, dinâmica, inventiva, feroz, interdependente.

Quando idealizamos a natureza como pura harmonia, talvez estejamos apenas projetando nela um desejo humano de paz.

A natureza tem harmonia, mas não a harmonia sentimental que às vezes imaginamos. Do ponto de vista de uma floresta, a morte de uma árvore pode ser alimento, abertura, ciclo. Do ponto de vista da árvore, é queda. Do ponto de vista de um predador, a caça é sobrevivência. Do ponto de vista da presa, é fim. A vida, em sua base biológica, não pede licença às nossas categorias morais.

Isso deveria nos tornar mais humildes.

A leitura darwiniana da vida nos ajudou a compreender que os seres vivos são atravessados por adaptação, variação, seleção, mudança e luta pela continuidade.

Essa compreensão ainda incomoda porque desfaz a fantasia de estabilidade absoluta.

Tudo o que vive precisa lidar com mudança.

Mas quando passamos da natureza para a vida humana, algo novo aparece. Não somos apenas instinto. Somos também linguagem, cultura, memória, regra, símbolo, educação, vergonha, promessa, lei, afeto, imaginação. A biologia nos atravessa, mas não esgota aquilo que somos.

Talvez a grande pergunta seja esta: até que ponto a cultura consegue educar o instinto sem negá-lo?



Richard Dawkins, ao falar do gene egoísta, provocou uma imagem forte. Os organismos seriam, de certo modo, veículos de sobrevivência dos genes. A expressão é desconfortável, mas útil. Ela nos lembra que há forças profundas operando antes das nossas justificativas morais. O corpo quer sobreviver. A linhagem quer continuar. O medo quer proteger. O desejo quer alcançar. O impulso quer agir.

No entanto, reconhecer essa base não significa aceitar um destino fechado.

O próprio avanço cultural mostra que podemos criar mediações. Leis, ritos, instituições, formas de educação, arte, ética, religião, ciência, terapia, família, amizade, comunidade — tudo isso são tentativas de dar forma humana às forças que nos atravessam. A cultura não elimina a biologia. Mas pode refreá-la, sublimá-la, orientá-la, ampliá-la.

O problema da bondade entra exatamente aí.

Existe altruísmo verdadeiro? Ou toda generosidade esconde alguma forma de interesse? A pergunta é antiga e incômoda. Em muitos casos, cooperamos porque esperamos retorno. Ajudamos porque pertencemos ao grupo. Oferecemos porque um dia poderemos precisar. Protegemos porque reconhecemos algo nosso no outro. Há reciprocidade, cálculo, memória, reputação, vínculo.

Nem por isso a cooperação perde valor.

A vida humana se tornou possível porque aprendemos a cooperar para além do círculo imediato. Famílias, aldeias, cidades, empresas, escolas, religiões, nações e redes dependem dessa capacidade de coordenar ações com pessoas que não conhecemos intimamente. O *Sapiens* se tornou especial, entre outras coisas, porque aprendeu a criar histórias compartilhadas e a colaborar com estranhos.

A colaboração é uma invenção extraordinária.



Ela não nasce apenas da pureza moral. Nasce também da necessidade. Sozinhos, somos frágeis. Juntos, construímos abrigo, memória, técnica, linguagem, agricultura, ciência, música, cuidado. Juntos, também podemos destruir em escala maior. A cooperação, como toda potência humana, não é automaticamente boa. Ela depende da direção que recebe.

Por isso, a cultura precisou criar regras.

A chamada regra de ouro aparece, de formas distintas, em muitas tradições éticas e religiosas: tratar o outro como gostaríamos de ser tratados; não fazer ao outro aquilo que não gostaríamos que fizessem conosco. A formulação varia, mas o núcleo permanece: reconhecer no outro uma dignidade que limita o meu impulso.

Esse é um salto civilizatório imenso.

Talvez pareça simples demais. Ensina-se isso a crianças. Mas justamente por isso sua dificuldade aparece. Se fosse simples praticar a reciprocidade, a história humana seria menos violenta. O princípio é claro; a vida concreta o desafia todos os dias. Quando sentimos medo, inveja, raiva, desejo de vingança ou vontade de domínio, a regra de ouro deixa de ser frase bonita e se torna prova interior.

A ética começa quando o outro deixa de ser apenas obstáculo.

Quando o outro também aparece como alguém. Alguém que sente. Alguém que teme. Alguém que deseja. Alguém que sofre. Alguém que, de algum modo, também caminha.

Sem algum tipo de reciprocidade, a sociedade não se sustenta. Mas reciprocidade não é apenas troca comercial, nem simples cálculo de vantagens. A frase “uma mão lava a outra” pode expressar cooperação, mas também pode virar cumplicidade estreita, pacto fechado, interesse mesquinho. A reciprocidade mais elevada não se resume à contabilidade do favor.

Ela pede reconhecimento.



Reconhecer o outro como outro é uma das conquistas mais difíceis da caminhada. Não apenas como membro do meu grupo, da minha família, da minha fé, da minha ideologia, do meu país, da minha classe, da minha bolha. Mas como presença humana antes de qualquer rótulo. A cultura, quando amadurece, amplia essa fronteira.

Ao longo da história, a humanidade tentou domesticar seus impulsos mais destrutivos por meio de dogmas, leis, tabus, ritos, tribunais, educação, narrativas e punições. Nem sempre conseguiu. Muitas vezes, esses próprios instrumentos se tornaram formas de opressão. Mas a intenção de fundo revela algo importante: sabíamos, de algum modo, que o instinto sozinho não bastava.

Autoconhecimento é também conviver com o lado hostil que nos habita.

Não adianta projetar toda violência nos outros. Há em cada ser humano alguma forma de agressividade, defesa, egoísmo, medo, desejo de posse, vontade de prevalecer. A caminhada não exige negar isso, mas reconhecer. O que não é reconhecido governa por trás. O que é visto pode, aos poucos, ser trabalhado.

Entre o gene egoísta e o amor consciente, existe uma longa travessia.

Talvez sejamos mesmo carregados por impulsos antigos. Talvez nossas melhores virtudes tenham nascido, em parte, de necessidades práticas de sobrevivência coletiva. Talvez muitos gestos generosos estejam misturados com desejo de reconhecimento, medo da solidão ou esperança de retorno. E, mesmo assim, algo novo pode nascer quando a consciência entra em cena.

O amor humano é estranho justamente por isso.

Ele nasce no corpo, mas pode atravessar o corpo. Nasce no desejo, mas pode amadurecer em cuidado. Nasce na falta, mas pode se tornar oferta. Nasce, às vezes, da necessidade de ser amado, mas pode aprender a amar sem exigir posse absoluta.



Somos genes, mas também somos promessas. Somos instinto, mas também palavra. Somos sobrevivência, mas também gesto gratuito. Somos medo, mas também coragem.

A cultura humana, em seus melhores momentos, tenta ampliar nossa perspectiva. Ajuda-nos a ver além da reação imediata. Ensina que nem todo impulso precisa virar ato. Que nem toda raiva precisa virar ferida. Que nem todo desejo precisa virar apropriação. Que nem toda vantagem merece ser tomada. Que nem toda força deve ser exercida.

É aí que a liberdade começa.

Não na ausência de impulsos, mas na possibilidade de responder a eles de outro modo.

Uma pessoa verdadeiramente livre não é aquela que faz tudo o que deseja. É aquela que aprende a desejar melhor, escolher melhor, amar melhor, conter-se quando necessário e agir quando a vida exige. A liberdade sem consciência pode ser apenas instinto com discurso bonito.

Por isso, a caminhada não despreza a biologia. Ela a escuta.

O corpo fala. O medo informa. O desejo move. A agressividade protege. A fome lembra o limite. O prazer celebra a vida. Nada disso precisa ser demonizado. Mas tudo isso precisa ser integrado, para que o ser humano não se torne escravo de forças que ele nem reconhece.

A pergunta decisiva não é se somos egoístas ou altruístas.

Somos ambos, em proporções móveis. Somos capazes de cálculo e de entrega, de interesse e de cuidado, de brutalidade e de compaixão. A questão é que tipo de cultura, educação, comunidade e disciplina interior queremos cultivar para favorecer uma direção em vez da outra.

Bem-estar, longa vida, felicidade e beleza continuam nos movendo.

Mas, se tudo isso parece tão desejável, por que temos tanto medo de viver?



Talvez porque viver de verdade nos obrigue a abandonar explicações simples. Talvez porque reconhecer o instinto nos assuste. Talvez porque amar sem controlar seja difícil. Talvez porque a reciprocidade nos peça mais do que conveniência. Talvez porque o outro, quando aparece como outro, interrompa nosso pequeno império.

E talvez porque, no fundo, saibamos que a caminhada não começa quando vencemos a natureza.

Começa quando deixamos de fingir que ela não existe em nós.



CAPÍTULO 9

9

O MEDO DA VIDA

“O caminhante sente medo, mas não faz do medo a casa.”



Falar de autoconhecimento é também falar da cultura do medo.

O medo não é um inimigo em si. Estamos vivos, em parte, porque nossos ancestrais souberam temer. Fugiram de predadores, reconheceram ameaças, evitaram riscos, protegeram o grupo, aprenderam com perigos reais. O cérebro humano evoluiu para perceber sinais de ameaça com rapidez. O medo, quando está a serviço da vida, é uma forma de inteligência.

O problema começa quando ele deixa de proteger e passa a governar.

A ansiedade talvez seja uma das formas mais conhecidas desse governo. Ela é medo antecipado: medo de algo que ainda não aconteceu, que talvez nunca aconteça, mas que já ocupa o corpo como se fosse real. O coração acelera, a respiração muda, o pensamento se estreita, a imaginação fabrica cenários. A pessoa não está diante do perigo, mas vive como se estivesse.

Há nisso um paradoxo do nosso tempo.

Em muitos aspectos, a vida se tornou mais segura do que foi para nossos antepassados. Mas os estímulos de medo se multiplicaram. Notícias, telas, alertas, crises, comparações, ameaças reais e imaginadas atravessam o dia sem descanso. Somos convocados a reagir o tempo todo. A mente antiga, feita para reconhecer perigos concretos, encontra um ambiente simbólico que a estimula sem trégua.

O cérebro não distingue tudo com a clareza que gostaríamos.

Há uma parte mais rápida, intuitiva, automática, emocional, capaz de reagir antes mesmo que o pensamento consciente organize a cena. Há também uma parte mais lenta, reflexiva, racional, capaz de avaliar, comparar, reconsiderar. Daniel Kahneman tornou conhecida essa diferença ao falar de dois modos de funcionamento mental: um rápido e automático; outro mais lento e deliberado.

Ambos são necessários.



O sistema rápido nos salva quando precisamos reagir depressa. Se um carro avança sobre a faixa enquanto atravessamos a rua, não há tempo para elaborar uma tese. O corpo age. O problema é que esse mesmo sistema pode exagerar ameaças, confundir lembrança com probabilidade, reagir a imagens como se fossem presença física, absorver o medo alheio como se fosse evidência.

Medo é contagioso.

Uma notícia repetida muitas vezes parece mais próxima. Uma imagem forte ocupa a mente com mais poder do que uma estatística. Um perigo raro, mas espetacular, pode assustar mais do que um risco cotidiano e silencioso. Depois de grandes tragédias, muitas pessoas mudam comportamentos movidas pela intensidade emocional do evento, nem sempre pela avaliação real do perigo.

O medo nos induz ao erro.

Não porque sejamos incapazes de pensar, mas porque o medo estreita o pensamento. Ele diminui a paisagem. Faz o mundo parecer menor, mais hostil, mais urgente. Sob sua pressão, buscamos saídas rápidas, culpados fáceis, proteções imediatas. Às vezes, pulamos da frigideira para o fogo sem perceber.

Foi assim em muitas crises coletivas. Em momentos de pandemia, violência ou instabilidade, o medo se espalha em ondas. Pessoas correm, estocam, acusam, propagam boatos, procuram salvadores, atacam inimigos imaginários. Parte disso é compreensível. Somos vulneráveis. Mas compreender não significa entregar a vida ao pânico.

Quando o medo vira ambiente, a caminhada vira inferno.

Vivemos em uma cultura que aprendeu a explorar muito bem essa sensibilidade. A mídia precisa informar, mas também disputa atenção. E aquilo que assusta captura a atenção com força. Programas, manchetes, alertas e narrativas de catástrofe ocupam a mente coletiva. Aos poucos, o mundo parece mais perigoso do que é em todas as direções, mesmo quando o perigo real está concentrado em alguns lugares, contextos ou situações.

As redes sociais intensificam esse estado.



Nelas, o medo não aparece apenas como notícia. Aparece como comparação, exclusão, cancelamento, vigilância, ansiedade de pertencimento. Uma postagem pode virar termômetro de valor pessoal. Uma ausência de resposta pode parecer rejeição. Uma imagem de sucesso alheio pode despertar sensação de fracasso. Um comentário agressivo pode atravessar o dia inteiro.

Não estamos apenas informados. Estamos excitados.

O marketing também aprendeu a falar com nossos medos. Medo de envelhecer. Medo de não pertencer. Medo de parecer inadequado. Medo de não ser desejado. Medo de decepcionar os filhos. Medo de ficar para trás. Medo de não ter o corpo, a casa, a roupa, o carro, a experiência ou a imagem que supostamente confirmariam nosso valor.

Muitas vezes, consumimos menos por desejo livre do que por medo de exclusão.

A moda joga com pertencimento. A estética joga com insegurança. A publicidade joga com projeção social. O mercado oferece alívio, mas frequentemente alimenta a ferida que promete curar. A sociedade se torna, assim, uma feira de vaidades movida por receios muito antigos: não ser aceito, não ser visto, não ser amado, não ser suficiente.

O medo da solidão talvez esteja entre os mais profundos.

Tememos o exílio do grupo. Tememos a rejeição. Tememos não fazer parte da conversa, da tribo, da festa, da vida que parece acontecer em outro lugar. Esse medo não é superficial. Durante muito tempo, estar fora do grupo podia significar morte. A cultura mudou, mas o corpo ainda carrega memórias antigas. Por isso, a exclusão simbólica também dói.

Conhece-te a ti mesmo, e boa parte dos pesadelos começa a perder força.



Não desaparece tudo. Seria ingenuidade. Mas aquilo que é compreendido deixa de operar nas sombras com a mesma força. Quando reconheço que uma compra nasce do medo, posso escolher melhor. Quando percebo que minha ansiedade vem da comparação, posso respirar antes de reagir. Quando entendo que uma notícia me capturou pela emoção, posso buscar mais contexto. Quando noto que minha raiva esconde medo, posso não ferir.

O autoconhecimento não elimina o medo.

Ele muda a relação com o medo.

Essa mudança exige paciência. Podemos aprender a trabalhar pensamentos que alimentam ansiedade. A forma como interpretamos a realidade influencia o modo como sentimos. Às vezes, não é possível mudar imediatamente uma situação, mas é possível investigar a narrativa que construímos sobre ela. Há pensamentos que protegem. Há pensamentos que envenenam.

A terapia pode ajudar nesse processo.

Não como fórmula mágica, nem como remédio instantâneo. O bom trabalho terapêutico não se limita a apagar sintomas; procura compreender causas, padrões, repetições, vínculos, feridas, modos de defesa. Uma pessoa pode tentar apenas calar a ansiedade, mas, se nunca perguntar o que está tirando seu sono, continuará refém de algo que retorna por outras portas.

Educação também é necessária.

Não falo apenas de escola formal, embora ela importe. Falo de uma educação do olhar, do desejo, da atenção, do consumo, da convivência, da palavra, do corpo. Precisamos sair do estado excitado do humano consumidor e nos aproximar do estado lúcido do humano cidadão. Uma sociedade menos manipulável nasce de pessoas menos governadas pelo medo.

Isso não se faz com atalhos.



Há uma sedução permanente por soluções rápidas: cursos relâmpago de iluminação, receitas prontas, práticas mágicas, fórmulas de prateleira, promessas de transformação sem travessia. Mas o medo não costuma se dissolver por decreto. Ele pede trabalho lento. Pede boa educação. Pede vínculo. Pede análise. Pede experiência. Pede coragem de olhar para onde não gostaríamos.

Para tocar violão, criam-se calos nas pontas dos dedos.

No início, dói. Depois, a dor vira passagem para a música. Talvez algo parecido aconteça com o autoconhecimento. Há calos necessários. Há desconfortos que educam. Há perguntas que ferem um pouco antes de abrir espaço. Há verdades que, ao primeiro contato, parecem duras, mas depois libertam energia antes presa à defesa.

Conviver bem com o medo não significa viver sem medo.

Significa não permitir que ele conduza sozinho a vida. O medo pode sentar-se à mesa, mas não precisa ser o único a decidir. Pode informar, mas não governar. Pode alertar, mas não paralisar. Pode lembrar o risco, mas não apagar o desejo de viver.

A coragem não é o contrário do medo.

Coragem é uma relação mais madura com ele. É reconhecer o tremor e ainda assim dar um passo. É saber que o corpo hesita, que a mente exagera, que o mundo assusta, mas que a vida não pode ser reduzida à defesa. Quem vive apenas para se proteger talvez sobreviva mais tempo, mas pode esquecer o sentido de estar vivo.

O medo, quando absoluto, empobrece o amor.

Faz desconfiar antes de escutar. Faz atacar antes de compreender. Faz controlar antes de confiar. Faz escolher a prisão conhecida em vez da liberdade incerta. Faz confundir prudência com covardia, e covardia com sabedoria. Aos poucos, a pessoa deixa de caminhar. Passa apenas a evitar.

Não fomos chamados apenas a evitar a vida.



Fomos chamados a atravessá-la.

Por isso, o enfrentamento do medo leva inevitavelmente ao enfrentamento do orgulho, dos preconceitos e da ignorância. O medo precisa de sombras para crescer. Onde há mais consciência, ele não desaparece, mas perde parte do trono. Onde há mais diálogo, menos fantasia governa. Onde há mais educação, menos manipulação prospera. Onde há mais autoconhecimento, menos o mundo interno é entregue a qualquer voz externa.

Essa é uma jornada.

E, como toda jornada, exige sacrifício. Não o sacrifício como culto à dor, mas como disposição de abandonar algo: uma defesa antiga, uma desculpa confortável, uma certeza rígida, uma máscara social, uma forma de viver em alerta permanente.

Talvez não exista liberdade sem essa renúncia.

Temos medo da vida porque viver nos expõe. Amar nos expõe. Escolher nos expõe. Mudar nos expõe. Ser visto de verdade nos expõe. Mas a alternativa é dura demais: permanecer escondido dentro de si, observando a vida passar pela janela da própria proteção.

O caminhante sente medo.

Mas não faz do medo a sua casa.



CAPÍTULO 10

10

PRECONCEITOS, MUROS E PERCEPÇÃO

“Olhar outra vez já é começar a atravessar o muro.”



Não vemos a realidade apenas como ela é.

Vemos também a partir daquilo que aprendemos a ver.

Essa diferença parece pequena, mas muda tudo. Entre o mundo e nossa compreensão do mundo existe um campo inteiro de filtros: memórias, conceitos, medos, desejos, crenças, traumas, afetos, símbolos, linguagens, imagens, histórias recebidas e repetidas. A realidade nos toca, mas nunca chega completamente nua. Chega interpretada.

Conceito é uma forma de organizar o mundo.

A mente cria unidades de sentido para não se perder no excesso da experiência. Nomeamos, agrupamos, classificamos, aproximamos, distinguimos. Sem conceitos, talvez tudo fosse confusão. Eles nos ajudam a reconhecer uma árvore, uma casa, uma ameaça, uma amizade, uma injustiça, um gesto de cuidado. Conceitos são ferramentas.

Mas toda ferramenta pode virar prisão.

Quando um conceito endurece antes da experiência, nasce o preconceito. O mundo deixa de ser observado e passa a ser apenas confirmado. O outro deixa de ser encontrado e passa a ser enquadrado. A vida deixa de surpreender, porque já decidimos antes o que ela significa.

O preconceito é uma forma apressada de percepção.

Às vezes nasce da ignorância. Às vezes, do medo. Às vezes, de uma dor antiga. Às vezes, de uma tradição nunca examinada. Às vezes, de uma linguagem herdada. Em muitos casos, ele aparece disfarçado de certeza, bom senso, prudência ou moralidade. Mas sua raiz costuma ser a mesma: a incapacidade de olhar novamente.

A percepção não é simples espelho.



Ela envolve corpo, memória, atenção, emoção e interpretação. Aquilo que percebemos depende também daquilo que estamos preparados para perceber. Um mesmo fato pode ser vivido de modos muito diferentes por pessoas distintas. A realidade existe, mas a relação de cada pessoa com ela passa por sua história.

Por isso, brigamos tanto.

Não apenas porque discordamos dos fatos, mas porque muitas vezes habitamos mundos perceptivos diferentes. Cada pessoa organiza a experiência a partir do que considera relevante, ameaçador, belo, justo ou intolerável. O que para uma pessoa é detalhe, para outra é ferida. O que para uma é liberdade, para outra é ameaça. O que para uma é tradição, para outra é opressão.

A comunicação se torna, então, uma arte difícil.

Nunca comunicamos com tanta velocidade. Talvez nunca tenhamos escutado com tanta desatenção. Falamos muito, reagimos rápido, encaminhamos mensagens, repetimos memes, compartilhamos indignações, aderimos a frases prontas. A velocidade aumenta, mas a compreensão nem sempre acompanha.

Talvez devêssemos comunicar menos para comunicar melhor.

A percepção começa pela atenção. E a atenção é seletiva. Vemos algumas coisas em detrimento de outras. Escutamos certas palavras e ignoramos outras. Reparamos em sinais que confirmam nossas expectativas e deixamos escapar aquilo que poderia desestabilizá-las. Nossa mente busca coerência, mesmo quando a coerência é construída sobre enganos.

Ninguém gosta de viver em dissonância.

Quando uma informação ameaça aquilo que acreditamos ser, sentimos desconforto. Tentamos justificar, reinterpretar, atacar, ridicularizar ou esquecer. Criamos histórias para continuar dormindo melhor. Isso é humano. Mas, quando passa a governar a vida inteira, torna-se perigoso. O erro deixa de ser oportunidade de aprendizado e vira identidade defendida a qualquer custo.



A humildade começa quando reconhecemos essa possibilidade.

O caminhante humilde não abaixa a cabeça porque se considera fraco. Também não se julga superior às pequenezas do mundo — até isso pode esconder vaidade. Ele é humilde porque é prudente. Sabe que pode estar equivocado. Sabe que aquilo que sua emoção traduziu em razão talvez seja apenas defesa, hábito, medo, orgulho ou ilusão.

Por isso, antes de agir sobre a trave do outro, tenta lembrar da própria.

Essa não é uma tarefa fácil. É sempre mais confortável enxergar a cegueira alheia. O preconceito do outro. A ideologia do outro. O dogma do outro. A hipocrisia do outro. Mas a caminhada perde força quando a crítica nunca passa por dentro. A lucidez que não visita a própria sombra se transforma rapidamente em arrogância.

Toda percepção pede higiene mental.

Higiene mental não é purificação moral. É atenção. É perguntar de onde vem certa certeza. É desconfiar da primeira reação. É distinguir evidência de ressentimento. É perceber quando uma lembrança antiga está contaminando uma cena nova. É reconhecer que o medo pode se vestir de prudência, e que o orgulho pode se vestir de princípio.

Muitos fatores externos moldam nossa percepção.

A família, a escola, a religião, a mídia, a arte, o ambiente social, as redes digitais, os discursos políticos, as imagens do corpo, os modelos de sucesso, os símbolos de prestígio, as narrativas de ameaça. Ninguém nasce olhando o mundo de lugar nenhum. Aprendemos a ver dentro de uma cultura.

A arte mostra isso de modo extraordinário.



Cada época criou suas formas de representar o mundo. A arte medieval, com sua perspectiva simbólica e vertical, expressava uma maneira de ordenar a realidade. O Renascimento abriu outra forma de olhar, com o corpo humano, a profundidade, a perspectiva, o estudo da luz, da geometria e da natureza. Séculos depois, cubistas, futuristas e abstratos romperam novamente o olhar, multiplicando pontos de vista, deslocando certezas, mostrando que a realidade podia ser percebida de muitos modos.

As imagens educam o olhar.

Uma pintura, uma fotografia, um filme, uma arquitetura, um design, uma tela de celular, tudo isso influencia o modo como habitamos a realidade. Não apenas vemos imagens; aprendemos com elas o que merece ser visto. A cultura visual de uma época cria desejos, hierarquias, medos e aspirações. Não por acaso, todo poder tenta controlar a arte, a linguagem e a imaginação.

Mas nenhuma censura controla completamente as ideias.

Elas atravessam frestas. Mudam de corpo. Escondem-se em metáforas. Retornam como canções, quadros, filmes, histórias, gestos. A percepção humana muda porque a cultura muda. E a cultura muda mais rapidamente do que a biologia. Somos animais antigos vivendo dentro de mundos simbólicos cada vez mais velozes.

Essa velocidade nos desafia.

A tecnologia ampliou nossa percepção, mas também a fragmentou. Vemos mais imagens, mais opiniões, mais recortes de realidade. O mundo chega em fluxo contínuo. Ao mesmo tempo, podemos nos tornar mais impacientes, mais reativos, mais presos a bolhas de confirmação. O excesso de informação não garante compreensão. Muitas vezes, apenas multiplica os ruídos.

O mundo ainda é movido por impulsos, paixões e percepções parciais.



Por isso, certos preconceitos resistem mesmo depois de tantas conquistas. Mudam as linguagens, as tecnologias e as roupas, mas alguns medos continuam. Preconceitos contra mulheres, pobres, estrangeiros, pessoas diferentes, corpos diferentes, afetos diferentes, modos diferentes de existir. Melhoramos em algumas coisas, pioramos em outras. A história avança em curvas, não em linha reta.

Há idas e vindas.

Por isso, não basta celebrar o progresso como se ele eliminasse automaticamente a ignorância. Tampouco adianta afirmar que nada muda. Muda, sim. A cultura se move. As percepções se alargam. Feridas antigas são nomeadas. Injustiças antes naturalizadas tornam-se visíveis. Mas, junto com cada avanço, aparecem resistências, reações, medos e novos disfarces para velhas violências.

Os preconceitos têm raízes fundas.

Muitas vezes somos vítimas e propagadores ao mesmo tempo. Sofremos com certas formas de julgamento e reproduzimos outras sem perceber. Encaminhamos uma mensagem, repetimos uma piada, aderimos a uma fofoca, desqualificamos alguém, alimentamos uma suspeita, julgamos uma vida inteira por um sinal superficial. O preconceito se espalha também nos gestos pequenos.

Não é preciso ser cruel para causar dano.

Às vezes basta ser desatento. Basta repetir sem pensar. Basta transformar uma impressão em sentença. Basta confundir uma pessoa com o grupo ao qual ela foi reduzida. Basta usar a vaidade, a inveja ou o medo como combustível de crítica destruidora.

Esse é o lado escuro da percepção.



Quando não trabalhada, ela produz ódio, raiva, mentira, inveja, desamor. Produz a necessidade de diminuir o outro para confirmar a própria posição. Produz a pressa de julgar antes de compreender. Produz muros internos que depois aparecem como muros sociais.

A vacina contra o preconceito talvez seja a união entre educação e compaixão.

Educação para ampliar o olhar. Compaixão para lembrar que o outro não é apenas objeto de análise, erro ambulante ou ameaça. Educação sem compaixão pode virar arrogância. Compaixão sem educação pode virar ingenuidade. Juntas, elas ajudam a formar um olhar mais justo.

Escuta ativa é trabalho.

Não é concordar com tudo. Não é aceitar qualquer violência em nome da abertura. Não é abandonar critérios. Escutar é tentar compreender antes de reagir. É perguntar se aquilo que ouvi corresponde de fato ao que o outro quis dizer. É reconhecer que há histórias invisíveis por trás de muitos comportamentos. É sustentar a diferença sem transformá-la imediatamente em guerra.

A convivência pacífica não nasce de ausência de conflito.

Nasce da capacidade de atravessar conflitos sem destruir a dignidade do outro. Isso exige linguagem, limite, humor, coragem, paciência. Exige também a disposição de revisar conceitos. Alguns nos serviram por um tempo, mas envelheceram. Outros foram herdados como verdades e talvez nunca tenham sido examinados. Outros ainda precisam ser defendidos porque protegem a vida.

Nem todo conceito é preconceito.



Há princípios que merecem permanecer. Há valores que sustentam a dignidade humana. Há limites que impedem a brutalidade. A crítica ao preconceito não deve virar relativismo preguiçoso, como se tudo fosse apenas ponto de vista. A realidade existe. O sofrimento existe. A violência existe. A injustiça existe. O desafio é não permitir que nossa percepção parcial se apresente como totalidade absoluta.

Chaplin compreendeu isso com delicadeza.

Seu Carlitos atravessa o mundo como andarilho frágil, cômico e digno. Sapatos gastos, bengala, chapéu-coco, roupa estreita ou larga demais, gestos de cavalheiro em meio à pobreza e ao absurdo social. Ele não é apenas figura engraçada. É espelho. Mostra a vaidade do mundo, a brutalidade das máquinas, a dureza da pobreza, a ternura possível em meio à humilhação.

Em Luzes da Cidade, Chaplin nos oferece uma pequena aula de percepção. Uma jovem cega acredita que o vagabundo é um milionário. Ele, por sua vez, tenta ajudá-la como pode. A ilusão inicial parece engano, mas revela algo mais profundo: quem vê nem sempre enxerga; quem não vê pode, às vezes, perceber melhor. No fim, quando ela finalmente reconhece aquele homem pobre como seu benfeitor, a cena nos obriga a perguntar o que realmente vemos quando olhamos para alguém.

É possível que a aparência esconda a beleza.

É possível que a pobreza esconda grandeza. É possível que o ridículo esconda dignidade. É possível que o riso esconda compaixão. É possível que o outro seja mais do que a imagem que fizemos dele.

Chaplin nos ensina isso sem sermão. Ele faz rir e, depois, deixa um nó na garganta. Talvez porque o riso verdadeiro quebre defesas. Quando rimos de Carlitos, rimos também de nossa seriedade excessiva, de nossa obsessão por status, de nossa necessidade de parecer importantes. O humor, quando não humilha, pode ser uma forma elevada de autoconhecimento.

Bom humor é também higiene da percepção.



Ele impede que o ego vire tribunal permanente. Ajuda a atravessar o absurdo sem desistir da ternura. Desarma certezas rígidas. Aproxima as pessoas. Lembra que todos somos, em alguma medida, desajeitados diante da vida.

Talvez precisemos de mais Carlitos e menos vaidade.

Mais escuta e menos tribunal. Mais educação e menos repetição automática. Mais compaixão e menos pressa de condenar. Mais beleza e menos brutalidade. Mais coragem de rever o que aprendemos a ver.

O preconceito molda a percepção. Mas a percepção também pode ser educada.

Podemos aprender a olhar de novo. Podemos tornar visível parte do invisível. Podemos domar alguns dragões internos. Podemos reconhecer que nossas certezas também têm história. Podemos comunicar beleza, em vez de apenas propagar ruído.

A caminhada, neste ponto, pede um gesto simples e difícil: suspender por um instante o olhar acostumado.

Olhar o outro outra vez. Olhar o mundo outra vez. Olhar a si mesmo outra vez.

Talvez toda transformação comece assim: quando aquilo que parecia óbvio deixa de ser muro e volta a ser pergunta.



PARTE III

III

TORNAR-SE VIATOR



CAPÍTULO 11

11

A POTÊNCIA É NADA SEM O CONTROLE

“Potência sem direção também pode se perder.”



Sem conhecimento, disciplina e algum método interior, a existência pode explodir na complexidade das coisas.

A pessoa se torna confusa, errática, perdida nas transições. Acredita apenas na sorte, no azar, no horóscopo, na bola de cristal, ou em um determinismo no qual tudo já estaria dado. Outras vezes, vive em repetição: a culpa é sempre do outro, do sistema, da família, do passado, da crise, da caminhada.

Há um modo bonito de dizer que é preciso perder-se para reencontrar-se.

Talvez seja verdade. Mas perder-se sem disciplina pode não levar a lugar algum. Pode ser apenas dispersão, fuga, anestesia, vaidade ou romantização do caos. Nem toda desordem é travessia. Nem todo abismo ensina. Nem todo movimento amadurece.

A potência, sem controle, pode se perder.

A antiga campanha publicitária da Pirelli, com Ronaldo, dizia isso de modo simples e inesquecível: potência é nada sem controle. A frase permaneceu porque toca algo que ultrapassa o esporte. Não basta ter força, talento, intensidade, desejo, imaginação ou impulso. Tudo isso pode existir em abundância e, ainda assim, não se transformar em vida bem conduzida.

O atleta que acelera, dribla, freia, muda de direção e atravessa o campo parece espontâneo. Mas aquela espontaneidade é resultado de muito treino invisível. O gesto parece natural porque foi preparado por repetição, esforço, corpo, memória, erro, correção, disciplina. O fenômeno não é apenas potência bruta. É potência que encontrou forma.

Ronaldo, Garrincha, Pelé e tantos outros grandes jogadores pareciam tocar algo que escapava às explicações comuns. Quem os via em movimento percebia uma força que não era só muscular, nem apenas técnica. Havia imaginação, leitura do espaço, tempo, improviso, instinto, método, ritmo. Um furacão sob controle.

É isso que fascina.



Quando alguém faz muito bem aquilo que nasceu para fazer, parece simples. O músico toca e o gesto parece inevitável. O pintor encontra a linha. O escritor encontra a frase. O dançarino atravessa o espaço. O artesão ajusta a matéria. O atleta decide em frações de segundo. Quem observa tenta explicar, mas algo escapa.

Há sempre uma parte invisível na excelência.

Não invisível no sentido mágico, mas no sentido profundo. Há camadas de treino, memória, corpo, atenção e presença que não aparecem no resultado final. Há um trabalho silencioso por trás do gesto luminoso. Há anos dentro de segundos. Há disciplina dentro do improviso. Há humildade dentro da liberdade.

A caminhada interior também pede isso.

Não basta sentir muito. Não basta desejar muito. Não basta pensar muito. Não basta ter boas intenções. Não basta acreditar que há algo maior.

Tudo isso pode ser matéria preciosa, mas precisa de forma. Sem forma, a emoção governa sem escuta. O desejo se espalha sem direção. A imaginação vira devaneio. A espiritualidade se torna fuga. A inteligência vira soberba. A força vira agressividade. A sensibilidade vira descontrole.

O controle, aqui, não é repressão.

Não é matar o desejo, secar a alma, vigiar cada gesto ou transformar a vida em disciplina rígida. Controle é cuidado com a própria força. É saber que há em nós energia suficiente para criar e para destruir. É reconhecer que aquilo que nos move precisa ser educado para não nos arrastar.

O caminhante não precisa virar máquina.

Precisa tornar-se mais inteiro.



A potência humana é imensa. Somos capazes de pensamento, linguagem, amor, arte, ciência, memória, imaginação, trabalho, compaixão, sacrifício e invenção. Também somos capazes de destruição, ilusão, fanatismo, vaidade e violência. Toda potência carrega ambiguidade. Por isso, nenhuma força deveria ser celebrada sem pergunta sobre sua direção.

Para onde estou indo? O que em mim está conduzindo esse passo? Essa decisão nasce de coragem ou de medo? De amor ou de posse? De lucidez ou de vaidade? De liberdade ou de reação?

Essas perguntas são formas de controle.

Elas não eliminam o mistério da vida. Apenas impedem que a pessoa seja levada cegamente por aquilo que não compreende. Uma existência sem perguntas se torna presa fácil de impulsos, discursos, crenças rígidas e entusiasmos passageiros. A pessoa acredita estar escolhendo, mas apenas obedece a forças que não examinou.

Nem tudo que é invisível deixa de existir.

Há coisas que não compreendemos de imediato e, ainda assim, atuam sobre nós: medos antigos, memórias do corpo, padrões familiares, crenças herdadas, desejos não nomeados, traumas, intuições, sonhos, símbolos, afetos. O erro é negar tudo o que não conseguimos explicar. O erro oposto é aceitar qualquer coisa sem discernimento.

O caminhante precisa de humildade diante do invisível.

Humildade para não zombar daquilo que ainda não entende. Humildade para não transformar mistério em superstição. Humildade para não confundir ignorância com profundidade. Humildade para não chamar de verdade tudo aquilo que apenas o consola.

Há quem acredite compreender o iceberg porque viu sua ponta.



Esse é um dos grandes riscos da insensatez. A pessoa vê um fragmento da realidade e o transforma em totalidade. Escuta uma opinião e a confunde com mundo. Lê uma frase e a transforma em doutrina. Vive uma experiência intensa e passa a considerar que ela explica tudo. Quanto mais limitado o olhar, maior pode ser a soberba da conclusão.

Melhor humilde que soberbo.

A humildade não paralisa. Ao contrário, ela abre espaço para aprender. Quem já sabe tudo não caminha. Quem transformou a própria opinião em trono deixa de escutar. Quem acredita ter decifrado o mundo inteiro a partir de sua pequena janela dificilmente perceberá as paisagens que ficaram fora do enquadramento.

A marcha da insensatez começa muitas vezes assim: ambição desmedida, ignorância, poder sem amor, ação sem lucidez.

A história humana está cheia de episódios em que comunidades inteiras caminharam para desastres porque confundiram força com sabedoria, certeza com verdade, velocidade com direção. A inteligência técnica não basta. Podemos construir máquinas magníficas e continuar moralmente desorientados. Podemos conhecer muito e, ainda assim, agir com cegueira.

Somos passageiros desta viagem.

Um entre tantos habitantes deste ecossistema, e mesmo assim frequentemente nos imaginamos reis da Terra. A vida nos atravessa, mas nem sempre a respeitamos. A terra nos sustenta, mas a tratamos como simples depósito. O outro nos constitui, mas o reduzimos a obstáculo. A morte nos espera, mas vivemos como se fôssemos exceção.

A potência sem controle aparece também aí.

No poder que não reconhece limite. Na ambição que perde a medida. Na inteligência que despreza a ética. Na opinião que dispensa estudo. Na pressa que atropela a escuta. Na técnica que esquece o cuidado.

O insensato não gosta do esforço.



Prefere a superfície. Acredita no que vê imediatamente. Opina sobre tudo. Repete sem verificar. Reage sem respirar. Pode até ter boas intenções, mas boas intenções não bastam quando falta lucidez. Um Pinóquio ainda seduzido pela raposa e pelo gato pode acreditar que está escolhendo, quando apenas está sendo conduzido.

Por isso, conte até dez.

A frase parece simples, quase infantil, mas contém uma sabedoria prática. Entre o estímulo e a resposta, existe um pequeno espaço. Nesse espaço, algo pode mudar. Uma palavra pode deixar de ferir. Uma decisão pode ser reconsiderada. Um impulso pode ser compreendido. Uma certeza pode perder a arrogância. Uma raiva pode não virar destruição.

O controle começa nesse intervalo.

Não controla tudo. Não salva de todos os erros. Não elimina o medo, nem a paixão, nem o acaso. Mas cria uma fresta. E, muitas vezes, a liberdade começa como fresta.

Vivemos cercados por notícias falsas, pós-verdades, falácias, certezas apressadas, novas descobertas, negações da realidade, debates entre mundos que já não conseguem sequer reconhecer os mesmos fatos. Em meio a esse ruído, a potência da inteligência pode tanto iluminar quanto confundir. Depende do controle. Depende da disciplina do olhar. Depende da honestidade diante daquilo que não sabemos.

Fellini perguntaria: mas quem sabe o que acontece?

Talvez ninguém saiba tudo. Talvez por isso seja preciso fazer a crônica da vida com mais cuidado. Observar antes de concluir. Escutar antes de condenar. Estudar antes de repetir. Sentir antes de endurecer. Pensar antes de agir. E, quando agir, lembrar que todo gesto participa da caminhada.

As águas profundas do autoconhecimento são escuras.

É preciso luz, mas também coragem para descer.



Entrar nelas exige coragem. Não a coragem espalhafatosa de quem se proclama desperto, mas a coragem silenciosa de quem aceita olhar para si sem garantia de conforto. Há monstros nessas águas. Há beleza também. Há memórias, desejos, dores, vaidades, vergonhas, talentos, sementes. Sem algum controle, afundamos. Com controle demais, nunca mergulhamos.

O viator precisa aprender essa medida.

Mergulhar sem se afogar. Controlar sem endurecer. Sentir sem ser arrastado. Pensar sem congelar. Amar sem possuir. Caminhar sem transformar o caminho em prisão.

A potência é necessária.

Sem ela, não há criação, coragem, desejo, travessia ou mudança. Mas a potência precisa encontrar forma para se tornar vida. Caso contrário, permanece como força dispersa, promessa não cumprida, incêndio sem direção.

Tornar-se viator é começar a educar a própria força.

Não para apagá-la.

Para que ela possa, enfim, servir à caminhada.



CAPÍTULO 12

12

UM PASSO NO ESCURO

“O autoconhecimento começa nas águas escuras.”



Tirar a trave do próprio olho talvez resolvesse boa parte dos conflitos humanos.

A imagem é antiga e permanece viva porque nos atinge sem rodeios. É sempre mais fácil enxergar o argueiro no olho do outro. O erro do outro. A cegueira do outro. A vaidade do outro. A incoerência do outro. A trave própria, porém, exige outro tipo de coragem. Ela está perto demais. Misturou-se ao nosso modo de olhar.

Autoconhecimento começa nesse incômodo.

Não como exercício elegante, nem como palavra de moda. Autoconhecimento é um passo no escuro. Uma descida. Uma travessia para dentro de zonas onde preferimos não entrar: medo, orgulho, ressentimento, apego, desejo de poder, vergonha, solidão, carência, ambição, tristeza, fantasia de controle.

Muitas vezes tentamos mudar o mundo antes de enfrentar aquilo que nos governa.

Essa tentativa pode nascer de generosidade, mas também pode esconder fuga. Queremos corrigir tudo fora porque dentro dói demais. Queremos denunciar a cegueira alheia porque olhar para a nossa exige silêncio, humildade e trabalho. Queremos que a vida se transforme sem que algo em nós precise ser tocado.

Mas a caminhada não permite essa separação por muito tempo.

Estar bem consigo mesmo não significa viver sem conflito. Significa desenvolver alguma lucidez diante dos próprios movimentos. No plano material, mental e espiritual, todos carregamos mistérios. Estamos lançados à vida sem manual definitivo, e por isso precisamos aprender a olhar com mais honestidade para o modo como pensamos, sentimos e escolhemos.

Sem isso, qualquer discurso sobre amor, justiça, fé, liberdade ou felicidade corre o risco de virar hipocrisia.



Espinosa compreendeu algo profundo sobre essa prisão. Para ele, a mente humana não é uma ilha soberana, livre de causas. Somos atravessados por afetos, hábitos, costumes, impressões da infância, crenças recebidas, encadeamentos que nos antecedem. A liberdade não começa negando essas determinações, mas compreendendo-as melhor.

Livrar-se das máximas herdadas é difícil.

Não porque toda herança seja falsa, mas porque muitas crenças se tornam invisíveis. Crescemos dentro delas como quem cresce dentro de uma casa e, depois de muitos anos, já não percebe sua arquitetura. Achamos natural aquilo que nos foi ensinado. Chamamos de verdade o que talvez seja apenas costume. Chamamos de destino o que talvez seja repetição.

Espinosa pagou caro por pensar assim.

Foi acusado, expulso, amaldiçoado, afastado de sua comunidade. Seus escritos foram temidos. Sua presença tornou-se perigosa para aqueles que não suportavam a liberdade radical de suas perguntas. É sempre perturbador quando alguém toca a trave coletiva de seu tempo. A comunidade que o condenou acreditava defender Deus; talvez defendesse, em parte, o próprio medo.

A boa notícia é que o pensamento resistiu.

O nome que quiseram apagar continuou atravessando os séculos. A violência da exclusão passou; a força da obra permaneceu. Isso não deve nos levar à soberba de julgar o passado com facilidade. Toda época tem suas cegueiras. Também nós temos as nossas. Somos pequeninos sobre ombros largos, e parte da prudência consiste em reconhecer que a história humana avança entre erros, acertos e revisões dolorosas.

O homem vive para aprender.



E, se aprende, talvez seja porque essa é uma de suas vocações mais profundas. Não se compra conhecimento verdadeiro. Pode-se comprar acesso, livros, cursos, viagens, conforto, tempo, serviços essenciais. Tudo isso importa. Uma sociedade justa deveria garantir condições dignas para que mais pessoas pudessem exercer o direito da caminhada. Mas sabedoria não se adquire como mercadoria.

Ela nasce da experiência assimilada.

Há muitas trilhas de conhecimento. Algumas passam pela ciência. Outras pela arte, pela religião, pela filosofia, pelo trabalho, pela terapia, pela dor, pelo amor, pela maternidade, pela amizade, pela perda, pelo silêncio. Nenhuma delas pertence inteiramente a uma pessoa. Nenhuma deveria virar monopólio.

Mas todo caminho tem armadilhas.

O medo paralisa. A cegueira endurece. O poder seduz. O cansaço convida à desistência. A sensação de velhice interior pode tornar a pessoa débil antes do tempo. A caminhada é longa, cheia de bifurcações, e não raro nos sentimos sozinhos. Em alguns momentos, a ansiedade cresce como se estivéssemos condenados a enfrentar tudo sem auxílio.

Nessas horas, o mundo interno acelera.

Pensamentos passam em velocidade alta. O corpo se desorganiza. A amígdala, essa sentinela antiga, dispara alarmes. A pessoa tenta fugir, mas não sabe para onde. Tenta decidir, mas a mente se fragmenta. Tenta pedir ajuda, mas sente vergonha. A solidão parece total.

E, no entanto, a caminhada nunca é feita apenas de solidão.

Há aliados no arco do caminho. Às vezes aparecem como amigos. Às vezes como mestres, terapeutas, irmãos, amores, colegas, desconhecidos gentis. Às vezes surgem como livros, músicas, memórias, sonhos, plantas, animais, paisagens, palavras recebidas no momento certo. A vida tem muitos modos de estender a mão.

Nem sempre percebemos.



Quando caminhamos sem propósito, ficamos como sonâmbulos. Vemos coisas sem nexos. Fazemos tolices. Giramos como biruta ao vento. Sem intenção, qualquer direção parece servir. Sem coração, qualquer trilha pode nos capturar.

Por isso, uma pergunta precisa ser feita: este caminho tem coração?

Não se trata de sentimentalismo. Um caminho com coração não é necessariamente fácil, doce ou confortável. Pode exigir esforço, disciplina, renúncia. Pode doer. Mas não nos destrói por dentro. Não nos escraviza. Não nos obriga a trair nossa alma para obter aprovação. Não nos tortura para que finjamos gostar dele.

Um caminho sem coração é muito triste.

O problema é que, muitas vezes, não fazemos a pergunta a tempo. Seguimos porque o caminho é previsível. Porque dá segurança. Porque confirma uma imagem. Porque agrada aos outros. Porque parece prometer sucesso. Quando percebemos, estamos como o sapo na água que ferve aos poucos: adaptados ao próprio empobrecimento.

Não tome o caminho do outro como se fosse seu.

Essa talvez seja uma das grandes tentações. Cantar a canção alheia sem saber o que ela diz. Repetir histórias que não nasceram da nossa experiência. Vestir a espiritualidade do outro, a ideologia do outro, o sucesso do outro, a dor do outro, a forma de amor do outro. Fazemos isso nem sempre por maldade. Às vezes por medo de não ter voz própria.

Ao escrever este livro, esse também foi um dos meus medos.

O medo de me tornar mais um enganador. Mais um flautista mágico. Mais alguém oferecendo frases de caminho quando, na verdade, cada pessoa precisa aprender a escutar a própria travessia. Se em algum momento estas páginas soarem como regra absoluta, desconfie delas. Não as siga se não as sentir verdadeiras em você.

Há muitos caminhos.



A armadilha da ideologia é fazer acreditar que um deles é o único. A armadilha da vaidade espiritual é achar que a própria experiência deve servir de medida universal. A armadilha do conhecimento é lisonjear o caminhante, dando-lhe a sensação de força ilimitada. O saber que vira poder pode destruir aquilo que deveria libertar.

Não fique cego pela caminhada do conhecimento.

Ela também captura. Também alimenta vaidades. Também cria hierarquias, títulos, disputas, pequenas tiranias. A busca por sabedoria pode se transformar em ambição disfarçada. O homem que se imagina Deus já se afastou do conhecimento verdadeiro.

Onde há coração pacífico, há força.

Penso em Frodo, em O Senhor dos Anéis. Não é o mais forte, o mais grandioso, o mais poderoso. Mas carrega uma constância humilde diante de uma tarefa imensa. Penso também em outras narrativas em que o herói só avança porque aprende a distinguir coragem de vaidade, poder de serviço, medo de prudência. As histórias retornam porque falam de nós.

A jornada interior é esse barco.

Não navegamos águas claras o tempo todo. Há neblina, correntes, noites, monstros imaginários e reais. Há dias em que remar parece inútil. Há dias em que o barco gira em círculos. Há dias em que uma mão amiga segura o leme por alguns instantes, apenas para que não desistamos.

Italo Calvino escreveu, em uma de suas imagens mais fortes, que há duas maneiras de enfrentar o inferno dos vivos: adaptar-se a ele até deixar de percebê-lo, ou aprender a reconhecer, dentro dele, aquilo que inferno não é — e abrir espaço para isso.

Essa imagem sempre me acompanhou.



A jornada interior talvez seja exatamente isso: saber distinguir, no meio da confusão, aquilo que ainda deve ser preservado. Uma amizade verdadeira. Uma criança que ri. Uma planta de trigo oferecida em sonho. Um gesto de cuidado. Uma palavra que consola. Um livro que abre janela. Um pedaço de céu. Um silêncio sem ameaça. Um amor que não exige posse.

Penso muito no meu anjo da guarda.

Não preciso provar sua existência. Também não desejo transformá-lo em doutrina. Ele é uma imagem íntima da presença que me acompanha, da luz que orienta quando consigo observá-la. Às vezes, aparece como lembrança da infância. Às vezes, como proteção materna. Às vezes, como a mão inesperada de alguém que surge quando eu achava estar sozinho.

Em um dia difícil, ele me entregou uma planta de trigo.

O trigo, para mim, tornou-se sinal de esperança. Alimento. Sol de um novo dia. Gesto de fé na oportunidade do amanhã. Não era uma explicação. Era um símbolo. E há símbolos que chegam antes da compreensão. Tocam primeiro. Só depois, talvez, revelam o que queriam dizer.

A jornada interior não elimina a razão.

Ao contrário, precisa dela. Sem discernimento, qualquer símbolo vira delírio. Sem sabedoria, ficamos presos ao instinto de sobrevivência, como chumbo pesado, em guerra conosco e com os outros. A razão ajuda a separar o joio do trigo. Ajuda a não vender o ouro da alma por moedas de apego, poder ou medo.

Mas a razão sozinha não basta.

Há experiências que pedem reverência. Há perguntas que não se resolvem em fórmula. Há uma dimensão da vida que nos convida a pensar a eternidade, não como fuga do aqui e agora, mas como ampliação da perspectiva. Talvez nossa identidade terrena passe. Talvez um dia sejamos apenas palavras, memória, vestígio. Ainda assim, a vida que pulsa agora merece dignidade.



Pensar na alma, no eterno, na transformação da energia, no mistério que nos antecede e nos ultrapassa, não deveria diminuir a existência concreta. Pelo contrário. Deveria torná-la mais preciosa. Se a vida é breve, cada gesto importa. Se há algo eterno, cada gesto também importa. Em qualquer hipótese, desperdiçar a caminhada parece pobre demais.

Poder não compra paz.

Compra conforto, influência, prazer, proteção, às vezes silêncio ao redor. Mas não compra estado de paz. O poder sem lucidez pesa. O prazer sem medida cansa. O medo sem enfrentamento aprisiona. O apego sem amor envenena. Por isso, a jornada interior pergunta outra coisa: que parte de mim ainda vive como chumbo, quando poderia transformar-se em ouro?

A alquimia verdadeira talvez seja essa.

Não transformar metais em riqueza externa, mas transformar medo em consciência, apego em amor, vaidade em humildade, sofrimento em aprendizado, solidão em presença, instinto em cuidado, potência em serviço.

Árdua a caminhada. Bela a caminhada.

Cada experiência oferece uma chave, mas ninguém pode dizer inteiramente o que ela significa para você. Outro pode contar sua história. Pode indicar uma trilha. Pode oferecer companhia. Mas não pode viver sua travessia em seu lugar. As histórias com alma nascem da caminhada de cada um. As outras são apenas cópias.

Por isso, amigo, venha comigo apenas se este caminho também tocar algo em você.

Não como regra. Não como imposição. Não como mapa absoluto.

Apenas como convite.

Vamos remar juntos por algum tempo.



O barco já está na água. O escuro não desapareceu. Mas talvez, no meio dele, seja possível reconhecer aquilo que ainda não é inferno, preservá-lo, abrir espaço e dar mais um passo.



CAPÍTULO 13

13

O CAMINHO É SER VIATOR

“O caminho não é fuga. É forma humilde de atravessar.”



Somos o resultado de muitos que vieram antes.

Carregamos histórias que não começamos, palavras que herdamos, medos antigos, gestos aprendidos, memórias familiares, marcas de povos, culturas, afetos, perdas e esperanças. Ninguém nasce sozinho no mundo. Chegamos depois de muitas travessias. Mesmo quando acreditamos começar algo inteiramente novo, caminhamos sobre estradas abertas por outros.

E, ainda assim, cada pessoa é única.

O modo como cada um encontrará sua transformação será diferente. Não há duas caminhadas iguais. Podemos compartilhar símbolos, mestres, religiões, livros, canções, dores, cidades, famílias, línguas e circunstâncias. Podemos até caminhar lado a lado por algum tempo. Mas a maneira como cada um compreende a própria existência pertence a uma intimidade que ninguém pode ocupar por completo.

Ser viator é reconhecer essa condição.

Viator é aquele que atravessa. Não apenas quem viaja de um lugar a outro, mas quem aceita a vida como passagem, travessia, aprendizado. O viator sabe que não está pronto. Sabe que não possui a estrada. Sabe que veio de muitos e caminhará com muitos, mas não pode terceirizar a própria alma.

A jornada interior tem algo de solitário, mas nunca é isolada.

Ela acontece no convívio. Aprende-se a amar amando, a perdoar enfrentando a mágoa, a ser generoso oferecendo, a ser humilde caindo, a ser livre atravessando a própria prisão. O ser humano é comunicante. Comunicar é colocar em comum. Colocamos em comum palavras, gestos, feridas, talentos, perguntas, crenças, alimentos, ideias, medos e esperanças.

Cada pessoa participa da vida comum com aquilo que é.



E talvez uma sociedade mais sensata fosse justamente aquela que ajudasse cada pessoa a exercer o direito da própria caminhada. Do primeiro ao último dia. Não apenas sobreviver, produzir ou obedecer, mas descobrir, amadurecer, colocar em comum o próprio dom. A beleza do esporte, da arte, da educação e da convivência está muitas vezes nisso: permitir que alguém revele uma potência que, sem oportunidade, permaneceria escondida.

A caminhada é um direito.

Mas também é um fardo. E todo fardo pode ser recusado, ainda que essa recusa cobre seu preço. Pinóquio tentou recusar o caminho. Preferiu ouvir a malandragem, a promessa de dinheiro fácil, o convite à diversão sem responsabilidade. Queria chegar sem estudar, colher sem plantar, viver sem amadurecer. Não é apenas uma história infantil. É uma imagem da tentação humana de fugir da própria formação.

Não caminhar também é uma escolha.

Mas essa escolha nos mantém madeira. Pode parecer confortável no início, porque evita exposição, erro, esforço e dor. Porém, com o tempo, aquilo que parecia liberdade revela sua pobreza. A pessoa permanece na superficialidade, queima a própria energia em distrações, adia a vida adulta do espírito, torna-se frágil diante dos enfrentamentos. Quando chega a crise, falta repertório. Falta forma. Falta coração treinado.

Ser viator é aceitar que viver pede transformação.

E transformação exige desapego.

Não o desapego frio de quem nada ama. Ao contrário. Só se desapega verdadeiramente quem aprendeu a amar sem possuir. Exercitamos isso no cotidiano quando aceitamos a partida dos filhos adultos, a morte dos pais cansados, o fim de uma união cujo propósito se encerrou, uma migração necessária, uma mudança de trabalho, de casa, de corpo, de idade, de perspectiva. A vida inteira nos treina para soltar.

Partir nem sempre é fugir.



Há partidas que são rancorosas, impulsivas, covardes. Mas há partidas que nascem da maturidade. A lagarta não trai a lagarta quando se torna borboleta. Apenas cumpre uma transformação que já estava em sua potência. O problema é cortar as próprias asas quando elas começam a nascer, por medo de perder a forma antiga.

Muitos permanecem chumbo quando poderiam transmutar-se em ouro.

A imagem alquímica é bela porque fala de uma obra interior. Não se trata de abandonar o mundo material, nem de negar a carne, a casa, o trabalho, os vínculos, a história. Trata-se de lapidar o excesso. Tirar o mármore desnecessário, como diria o escultor, para que a forma apareça. Descarregar pesos, apegos, máscaras, vaidades e medos que nos tornam densos demais para seguir.

A caminhada é uma arte de tornar-se mais leve.

Essa leveza não é irresponsabilidade. Não é flutuar acima da vida. O viator pisa no chão. Conhece pedras, calos, tempestades, estradas ruins, sapatos apertados, desigualdades, injustiças, feridas reais. Caminhar não é privilégio distribuído igualmente. Há quem caminhe com tênis confortável e quem caminhe sobre estilhaços. Há quem tenha remédio para os calos e quem siga sangrando.

Seria cruel ignorar isso.

Mas, mesmo reconhecendo a tragédia humana e a desigualdade entre os caminhantes, permanece uma verdade delicada: toda pessoa deveria ter o direito de participar da própria travessia. O direito de aprender, amar, criar, cuidar, expressar seu dom, buscar algum sentido, não ser reduzida apenas à sobrevivência.

A grande nau social deveria orientar-se para isso.



Usar conhecimento, técnica, riqueza, educação, saúde, cultura e política para que mais pessoas possam exercer sua caminhada com dignidade. Uma sociedade que impede muitos de caminhar desperdiça humanidade. Uma sociedade que transforma poucos em donos da estrada trai a beleza do caminho comum.

Para os privilegiados que podem caminhar, não percam tempo.

Não é preciso escalar o Everest, atravessar oceanos ou fazer grandes viagens para ser viator. O mundo exterior pode ajudar, mas a travessia essencial não depende de malas. Há pessoas que cruzam continentes sem sair do lugar interior. E há quem, sentado em silêncio, atravesse abismos. A jornada principal é desvendar o que permanece invisível aos olhos.

O invisível não é ausência.

Afetos não obedecem completamente à distância física. Estamos, de certo modo, onde nosso coração está. Pessoas distantes podem permanecer presentes. Mortos amados continuam nos habitando. Uma palavra dita anos antes pode nos acompanhar como bússola. Uma lembrança pode abrir ou fechar o peito. Uma mágoa invisível pode pesar mais do que uma pedra real. Um perdão silencioso pode libertar um corpo inteiro.

Há forças que não vemos e, mesmo assim, sentimos.

Não é preciso transformar isso em explicação grandiosa. Basta reconhecer que o real é maior do que aquilo que medimos de imediato. A vida humana não se resume ao visível. Pensamentos, emoções, vínculos, esperanças, símbolos, orações, sonhos, intuições, medos e lembranças participam da caminhada. Negá-los seria empobrecer a experiência. Obedecer cegamente a eles também.

O viator aprende discernimento.



Sabe que o perdão pode libertar, mas não deve ser confundido com submissão. Sabe que a mágoa limita, mas também indica uma ferida que precisa ser compreendida. Sabe que a compaixão amplia o olhar, mas não elimina a necessidade de limite. Sabe que controlar tudo é impossível, mas abandonar toda responsabilidade também é fuga.

Controle ou fluidez? Passividade ou criação? Medo ou presença? Apego ou amor?

Essas perguntas retornam porque a vida não se resolve de uma vez. Ela é descontínua, feita de sincronicidades e acasos, encontros e desencontros, calmarias e turbilhões. O oceano da experiência traz golfinhos e tubarões, marolas e grandes ondas, profundidades e superfícies brilhantes. Nadar nele exige atenção, coragem e humildade.

A esperança é amor à vida como ela é.

Não amor à vida idealizada, perfeita, obediente aos nossos planos. Amor à vida com suas perdas, ruídos, dores, ambiguidades e possibilidades. Amar a vida acima de tudo, como em Dostoiévski, talvez seja metade da travessia. A outra metade é buscar o significado dessa vida que se ama.

Esse significado não chega pronto.

Alguns o encontram na fé. Outros na arte. Outros no trabalho, na família, no cuidado, na ciência, na educação, na natureza, na justiça, na beleza, no serviço ao outro. Há caminhos diversos. O erro está em transformar o próprio caminho em medida absoluta para todos. O viator não precisa converter a vida alheia à sua forma. Precisa viver a sua com mais verdade.

Amar a vida não significa entender tudo.



Significa aceitar que a caminhada talvez seja o próprio modo pelo qual o sentido se revela. Não como frase final, mas como prática. O caminho, em muitas tradições, não é apenas estrada externa; é modo de conduzir a vida. No budismo, fala-se de caminho como prática de libertação. Em outras tradições, fala-se de paz, totalidade, reconciliação, coração unido. As linguagens variam. A pergunta permanece: como viver de modo menos separado da verdade?

O viator não busca uma medalha espiritual.

Nirvana, paz, iluminação, felicidade, sabedoria — palavras altas demais podem enganar quando viram troféu. Não se trata de chegar a uma arena com aplausos depois de uma maratona heroica. A travessia é mais silenciosa. Está no exercício cotidiano de compreender, errar, reparar, amar, conter-se, agradecer, estudar, cuidar, rir, voltar a tentar.

Deus, para quem crê, não é prêmio de conquista.

Não é propriedade dos eleitos, nem consolo dos fracos. É mistério, presença, fonte, vibração, ser. Cada tradição o nomeia de um modo. Alguns não o nomeiam. Outros o buscam sem saber. O importante, aqui, não é vencer uma disputa sobre palavras sagradas. É perguntar se a caminhada nos torna mais lúcidos, mais amorosos, mais íntegros, menos possessivos, menos cruéis.

O caminho do coração não se compra.

Pode-se pagar por escolas, livros, viagens, terapias, retiros, cursos e experiências. Tudo isso pode ajudar. Mas não se compra paz. Não se compra sabedoria. Não se compra amor verdadeiro. Ninguém transfere ao outro, por contrato, a experiência que só a vida ensina. As cicatrizes, como tatuagens do tempo, registram no corpo e na alma aquilo que nenhuma teoria substitui.

Confúcio dizia que há sabedoria pela reflexão, pela imitação e pela experiência.



A reflexão é nobre. A imitação é fácil. A experiência é amarga. Talvez por isso seja tão eficaz. Ela abre rachaduras por onde entra alguma compreensão. A experiência do outro pode iluminar parte do caminho já percorrido, mas não substitui a sua travessia. O outro pode emprestar lanterna; não pode andar por você.

Aliados são sempre bem-vindos.

Não chegamos a lugar algum sozinhos. Pais, filhos, amigos, mestres, amores, livros, terapeutas, desconhecidos e até adversários podem nos ensinar. Mas cabe a cada um cuidar do próprio coração. Também cabe a cada um não se apropriar da caminhada do outro. Pais não devem transformar filhos em cópias. Mestres não devem transformar discípulos em espelhos. Amantes não devem transformar amor em posse.

Cada nascimento é uma nova caminhada.

Mesmo que a humanidade acumule conhecimento, riquezas, técnicas, máquinas, computadores, inteligências artificiais, escolas e bibliotecas, cada coração humano precisa aprender novamente o amor. Não há tecnologia que ensine, por si só, a estar em paz. Ela pode liberar tempo, ampliar capacidades, organizar informações. Mas o que faremos com esse tempo? Continuaremos brincando com o poder ou aprenderemos a peregrinar?

Esse é o ponto.

Ser viator é ser transitório. É saber que estamos de passagem e, por isso mesmo, temos responsabilidade sobre o modo como passamos. Não somos donos da Terra. Não somos donos dos filhos. Não somos donos dos amores. Não somos donos da verdade. Recebemos vida, tempo, corpo, vínculos, inteligência e algum dom. O que faremos com isso?

A sabedoria talvez esteja em reconciliar mente e coração.



A razão protege. Epicteto lembrava a importância de cuidar da faculdade racional, porque por meio dela podemos compreender melhor as leis da existência e evitar feridas desnecessárias. A razão separa o joio do trigo. Ajuda-nos a discernir em meio a flautistas mágicos, ilusões, crenças herdadas, manipulações e fantasias.

Mas a razão precisa de coração.

A mente sem coração pode tornar-se lâmina. O coração sem mente pode tornar-se nau perdida. O viator tenta harmonizar os dois. Saber quando agir e quando silenciar. Quando ser intensidade e quando ser calma. Quando insistir e quando soltar. Quando falar e quando escutar. Quando proteger e quando confiar.

Essa ponderação é arte.

Não existe receita médica, fórmula química ou manual definitivo capaz de resolver isso por nós. Em alguns momentos, a felicidade aparece como clareza. Não euforia, nem excitação, nem anestesia. Clareza. Uma experiência de satisfação profunda, de bondade, de vontade genuína de compartilhar vida. Nesses momentos, não desejamos destruir ninguém. Ao contrário: gostaríamos que todos pudessem participar daquela paz.

Talvez aí toquemos, por instantes, algo do amor ágape.

Não como posse, nem paixão, nem recompensa. Como estado de compreensão mais amplo. Algo que nos faz perceber a vida sem necessidade imediata de conquista. Nesses instantes, sabemos sem muitas palavras. A felicidade não se explica inteira. Ela é saboreada.

E logo a turbulência pode voltar.

Por isso, o viator não se ilude. Não acredita que compreendeu tudo porque viveu um instante de harmonia. Sabe que a travessia continua. Sabe que os velhos medos retornam. Que as vaidades se reorganizam. Que o cansaço reaparece. Que a vida testará novamente aquilo que parecia aprendido.

Mas agora há uma diferença.



Ele já sabe que caminhar é possível.

Talvez sejamos seres luminosos não porque brilhemos o tempo todo, mas porque ainda somos capazes de orientar alguma luz no escuro: uma palavra, um gesto, uma escolha, uma travessia feita com mais consciência.

Ser viator é aceitar a vida como jangada, sem se oprimir apenas com a chegada. É rir, dançar, chorar, estudar, trabalhar, amar, perder, despedir-se e recomeçar. É compreender que o significado talvez não esteja em um ponto final, mas no modo como conduzimos a travessia.

O caminho não é fuga. Não é método. Não é promessa.

É a forma humilde de atravessar a existência sem perder o amor, a beleza e o sentido.

Ser viator é isso: seguir em frente, com os pés no chão e alguma luz dentro, sabendo que a caminhada é árdua, bela, incompleta e necessária.

Porque, enquanto houver vida, ainda há travessia.



CAPÍTULO 14

14

É PERMITIDO RIR

“Sem alegria, ninguém atravessa a ponte.”



A jornada pede bom humor.

Não como fuga, nem como superficialidade. Não como sarcasmo destrutivo, nem como máscara para esconder a dor. O bom humor de que falo é outra coisa: uma disposição de leveza diante do peso da existência. Uma forma de respirar. Uma pequena abertura pela qual o espírito se recorda de que ainda está vivo.

Ao ser humano resta viver e aprender a rir.

Rir de si, antes de tudo. Rir da própria solenidade excessiva, da própria vaidade, das tragédias imaginárias, dos medos que crescem no escuro da mente, dos personagens que vestimos para parecer maiores do que somos. Rir não para negar a dor, mas para não permitir que a dor ocupe a casa inteira.

Em *O nome da rosa*, Umberto Eco constrói uma trama em torno de uma imagem poderosa: o riso proibido. No romance, o riso aparece como ameaça, porque liberta. Ele quebra o medo reverencial, desmonta a rigidez do dogma, devolve ao corpo e à inteligência uma alegria que nenhum poder controla plenamente.

Rir, nesse sentido, é perigoso.

Não porque seja moralmente errado, mas porque desloca. O riso verdadeiro cria uma fenda no edifício da autoridade absoluta. Aquilo que parecia intocável de repente mostra sua face humana, frágil, ridícula, contraditória. O poder que depende do medo não gosta disso. Prefere a prostração, o silêncio, a culpa, a dor, a obediência. Prefere que as pessoas se mantenham sérias demais para perguntar.

O riso pergunta com o corpo.



Talvez por isso Aristóteles tenha sido lembrado, tantas vezes, como aquele que viu no riso algo próprio do ser humano. No romance de Eco, o suposto livro perdido da Poética sobre a comédia se torna quase um objeto sagrado e perigoso. A comédia poderia revelar que o homem não se aproxima da verdade apenas pela tragédia, pelo temor e pela reverência, mas também pela alegria, pela ironia, pela inteligência que percebe o absurdo.

Há uma dualidade no riso.

Existe o riso que nasce do corpo em estado de graça: espontâneo, limpo, quase infantil. O riso de quem escuta pela primeira vez um som antes inacessível. O riso de uma criança tomada por espanto. O riso de quem reencontra alguém amado. O riso que escapa antes da explicação. Esse riso não humilha ninguém. Apenas celebra a vida.

E existe outro riso.

O riso fabricado, cínico, cruel, usado como instrumento de domínio. O riso que diminui o outro. O riso que transforma dor alheia em espetáculo. O riso que mascara ressentimento. O riso que surge não da liberdade, mas da deformação interior. Nem toda gargalhada é libertadora. Algumas são grades.

A caminhada precisa distinguir esses risos.

O riso saudável aproxima. O riso cruel separa. O riso saudável devolve proporção. O riso cruel cria superioridade. O riso saudável cura a rigidez. O riso cruel aprofunda a ferida. O riso saudável nasce da vida que respira. O riso cruel nasce, muitas vezes, de uma vida que não encontrou outro modo de dizer sua dor.

Por isso, a figura do Coringa aparece como imagem tão forte do riso adoecido.

Ali o riso não é leveza. É sintoma. É máscara. É grito deformado pela dor, pela exclusão, pela humilhação, pela impossibilidade de pertencimento. Não é o riso que liberta o espírito; é o riso que mostra uma sociedade doente. Um riso que assusta porque revela algo que preferíamos não ver.



A comédia pode ser arte elevada. A farsa pode ser alienação. O riso pode ser cura. O riso pode ser ferida.

Tudo depende da fonte.

Quando o riso nasce do amor à vida, ele amplia. Quando nasce do desprezo pelo outro, empobrece. Quando nasce da alegria, ilumina. Quando nasce da crueldade, endurece. A questão, portanto, não é apenas rir ou não rir. É perguntar o que ri em nós quando rimos.

O poder, historicamente, sempre desconfiou da alegria indisciplinada.

O palhaço era tolerado porque parecia inofensivo, feio, marginal, louco. Podia rir do rei porque sua posição já estava rebaixada. Mas, justamente por isso, carregava uma liberdade que os sérios não possuíam. Ele podia dizer verdades sob a proteção do ridículo. Podia revelar, por meio da brincadeira, aquilo que a solenidade escondia.

Nas empresas, nas escolas, nas famílias e nas instituições, ainda há resquícios desse medo.

A felicidade incomoda quando não serve à ordem estabelecida. Um sujeito alegre demais pode parecer suspeito. Uma pessoa que ri com liberdade pode ser vista como pouco séria. A criatividade é celebrada em discursos, mas frequentemente punida quando ameaça hierarquias. O bom humor é aceito quando diverte sem questionar; torna-se incômodo quando revela o absurdo de certas práticas.

Rir é perigoso porque não é totalmente controlável.

Ele interrompe a máquina. Suspende, por um instante, a produtividade, o medo, o protocolo, o papel social. Quem ri de verdade perde um pouco a pose. E perder a pose talvez seja uma das condições para reencontrar humanidade.

A carruagem mecânica do status quo não gosta disso.



Ela corre rápido, iluminada por holofotes, puxada por ansiedade, produtividade, metas, vaidades e obediências. Nela, não há muito tempo para pensar, brincar, contemplar ou simplesmente existir. A velocidade triunfa. O cansaço se torna virtude. A seriedade vira moeda de competência. A alegria só é aceita se puder ser vendida, medida ou transformada em performance.

Mas há uma alegria que não se vende.

Ela aparece no corpo que dança sem plateia. Na criança que inventa um mundo com objetos simples. No amigo que faz rir em um dia difícil. No teatro, no circo, no cinema, no esporte, na arte, no jogo, na conversa leve, na psicanálise que permite sorrir da própria tragédia repetida. A criatividade humana tem muitas formas de aliviar o peso sem negar sua existência.

Tudo que nos faz rir, chorar e manifestar sentimentos pode purificar algo da violência que carregamos.

Não no sentido de apagar a sombra. Mas de transformá-la. A arte, o humor e a brincadeira oferecem caminhos para que certas forças não se convertam em destruição. A criança que brinca organiza o mundo. O adulto que perdeu toda capacidade de brincar talvez tenha se tornado prisioneiro de uma seriedade perigosa.

É permitido rir.

Inclusive no caminho espiritual.

Talvez principalmente nele. Porque a espiritualidade sem humor corre o risco de virar orgulho. A pessoa passa a se considerar elevada demais para tropeçar, sábia demais para rir de si, profunda demais para aceitar a própria contradição. Quando isso acontece, a luz vira pose. A busca vira teatro. O caminho vira trono.

O riso devolve chão.



Lembra que somos corpo. Que tropeçamos. Que falamos besteiras. Que fazemos planos grandiosos e depois escorregamos na primeira casca de banana existencial. Que prometemos serenidade eterna e nos irritamos com a fila, o trânsito, a mensagem não respondida, a toalha fora do lugar, a opinião que nos contraria.

Há graça nisso, se houver humildade.

Não uma graça que despreza a dor. Uma graça que nos impede de transformar cada imperfeição em catástrofe. O bom humor permite conviver melhor com nossa condição efêmera. Estamos aqui por um instante, sobre uma rocha em movimento, cheios de perguntas, medos, desejos e contradições. Como não rir um pouco dessa cena?

O Espantalho de O Mágico de Oz queria um cérebro.

A imagem é bela porque mostra uma falta aparente que talvez já contivesse alguma sabedoria. Ele acreditava não poder pensar, mas participava da conversa, da jornada, das descobertas. Sua fragilidade revelava algo que muitos cérebros orgulhosos escondem: inteligência sem humildade pode ser apenas palha inflamada.

Há gente que fala muito sem pensar.

E há gente simples que, sem grandes teorias, percebe melhor a vida. O riso, quando encontra essa desproporção, não precisa ser cruel. Pode ser pedagógico. Pode nos lembrar que o mundo está cheio de solenidades ocas, discursos inflados, certezas sem cérebro e inteligências que perderam ternura.

Nietzsche compreendeu, a seu modo, a proximidade entre o poeta, o louco e o buscador da verdade.

O poeta parece suspeito porque usa máscaras, imagens, pontes de palavras, cores e desvios. Não fala como o cientista, nem como o juiz, nem como o sacerdote. Toca a verdade de modo oblíquo, às vezes confuso, às vezes excessivo, às vezes luminoso. O poeta não cabe bem nas burocracias do pensamento.



Talvez por isso pareça louco.

Mas há uma loucura necessária à vida humana. Hegel viu que a loucura não é simplesmente ausência de razão; pode ser uma contradição interna da própria razão. Algo que pertence ao sujeito, à sua lógica, à sua tensão. A humanidade não é feita apenas de cálculo organizado. Há desarranjos, sonhos, impulsos, fissuras, imaginações, abismos e formas inesperadas de sentido.

Sem alguma loucura, não há criação.

Não falo da dor mental romantizada, nem da doença transformada em espetáculo. Isso seria injusto. Falo da capacidade de deslocar a razão estreita, de imaginar o impossível, de questionar o que todos aceitam, de brincar com o mundo para que ele não se torne apenas prisão. A criança, o artista, o poeta, o palhaço e o caminhante sabem algo disso.

A liberdade talvez comece quando já não temos tanta vergonha de ser quem somos.

Não no sentido de justificar tudo, nem de transformar toda vontade em direito absoluto. Mas no sentido de abandonar a máscara mais pesada: a de parecer o tempo inteiro adequado, correto, invulnerável, sério, admirável, consciente, belo, bem-sucedido, espiritualizado. Essa máscara cansa. E, depois de certo ponto, mata o riso.

Ter uma vida bonita não é ter uma vida impecável.

É poder atravessar a existência com alguma leveza, mesmo carregando responsabilidades. É saber que nem todo dia será luminoso, mas que um dia bonito não deve ser desperdiçado. É olhar o mundo em verde e azul, como canta a canção, sem precisar reproduzir sua letra para entender o convite: há beleza acontecendo enquanto estamos distraídos pela ansiedade.

Não deixe escapar o dia bonito.



Às vezes, ele não virá como grande revelação. Virá como um café quente. Uma gargalhada inesperada. Um cachorro correndo. Uma criança inventando palavras. Um amigo que chega sem cerimônia. Uma cena ridícula que dissolve a tensão. Uma música antiga. Um erro que já não dói tanto. Um céu aberto depois da chuva.

O riso nos reconcilia com o pequeno.

E isso é decisivo, porque a caminhada não é feita apenas de grandes epifanias. Ela é feita de momentos comuns em que alguma coisa se alivia. Uma pessoa tensa que, de repente, solta o corpo. Um conflito que perde agressividade porque alguém encontrou uma frase leve. Uma tristeza que não desaparece, mas respira melhor depois de uma lembrança engraçada.

Bom humor não é ausência de profundidade.

É uma das formas da profundidade não se transformar em peso insuportável. Há quem confunda densidade com gravidade permanente. Como se o pensamento só fosse sério quando a testa está franzida. Mas a vida não é assim. Algumas verdades só aparecem quando a rigidez baixa guarda. O riso abre portas que o argumento não abriria.

O caminhante precisa rir.

Rir para não virar juiz de tudo. Rir para não se levar tão tragicamente a sério. Rir para não confundir espiritualidade com sisudez. Rir para não transformar dor em identidade rígida. Rir para reencontrar o corpo. Rir para lembrar que a liberdade também dança.

Há uma leveza que não trai a dor.

Ela caminha ao lado dela. Não diz “está tudo bem” quando não está. Não exige alegria de quem sofre. Não transforma sofrimento em espetáculo de superação. Apenas lembra, com delicadeza, que a vida ainda pode abrir uma janela. E que, às vezes, por essa janela entra uma risada.

O riso é uma pequena rebelião contra a prisão interior.



Ele não substitui a ética, a coragem, o autoconhecimento, o amor ou a beleza. Mas prepara o terreno para tudo isso. Uma alma incapaz de rir talvez esteja rígida demais para amar bem. Um mundo que proíbe o riso talvez tema a liberdade mais do que afirma defender a verdade.

Por isso, nesta caminhada, é permitido rir.

Rir com o outro, não do outro. Rir da própria vaidade. Rir das máscaras. Rir dos medos que diminuem quando vistos à luz do dia. Rir da seriedade excessiva dos falsos poderosos. Rir como quem respira depois de atravessar um trecho difícil.

A jornada pede bom humor porque a vida é grande demais para ser enfrentada apenas com solenidade.

E talvez seja isso que o riso nos ensine: somos frágeis, sim; somos contraditórios, sim; somos passageiros, sim. Mas ainda podemos brincar, criar, cantar, dançar, abraçar, contar histórias, tropeçar, levantar e seguir.

O viator ri.

Não porque ignora o abismo.

Mas porque sabe que, sem alguma alegria, ninguém atravessa a ponte.



CAPÍTULO 15

15

A BELEZA SALVARÁ O MUNDO

“A beleza que salva é a que reúne sem esmagar.”



A beleza salvará o mundo.

A frase é grande demais para ser dita sem cuidado. Pode parecer ingênua, estética demais, espiritual demais, vaga demais. Salvar de quê? Qual beleza? A beleza de um rosto, de uma paisagem, de uma pintura, de uma música, de uma flor, de um gesto? A beleza como enfeite? Como luxo? Como consolo? Como fuga?

Não.

A beleza de que falo não é ornamento. Não é maquiagem sobre a realidade. Não é decoração para esconder a dor do mundo. A beleza capaz de salvar alguma coisa é mais profunda: é a força que reconecta aquilo que foi separado. É a harmonia que permite aos diferentes permanecerem diferentes sem destruírem uns aos outros. É a forma viva de uma totalidade que não elimina suas partes.

A beleza, nesse sentido, é ética.

Ela nos ensina proporção, limite, relação, cuidado, escuta. Ensina que uma parte só encontra plenitude quando se reconhece integrada a algo maior. Ensina que uma nota isolada pode ser bela, mas só se torna música quando entra em relação. Ensina que uma cor pode existir sozinha, mas ganha profundidade no encontro com outras. Ensina que a vida não é soma de fragmentos, mas composição.

Somos pequeninos sobre ombros largos de gigantes.

Cada vez que buscamos alguma clareza para a jornada, caminhamos com os que vieram antes: artistas, sábios, poetas, cientistas, artesãos, mães, pais, avós, mestres, santos, loucos, andarilhos, músicos, crianças, jardineiros, pessoas simples que souberam viver com uma beleza que nenhum tratado explica. A beleza não nasceu conosco. Ela nos precede. Estava no canto dos pássaros antes da nossa música. Estava na flor antes da pintura. Estava nas proporções da natureza antes da geometria.



Nossa caminhada acontece nessa fronteira: ciência, arte, filosofia, religião, experiência cotidiana. Não precisamos transformar tudo em sistema. Basta reconhecer que a vida humana sempre tentou compreender a beleza por múltiplas vias. Um cientista observa padrões. Um artista revela formas. Um filósofo pergunta pelo sentido. Uma tradição espiritual contempla o mistério. Uma criança simplesmente olha uma flor e sorri.

Talvez a criança esteja mais perto do essencial.

O que é essa beleza escondida nas coisas?

Ela aparece nos elementos simples e nos padrões complexos. Aparece nas formas geométricas intuídas pelos antigos, nas proporções estudadas pelos renascentistas, na simetria de algumas estruturas naturais, na irregularidade coerente de uma árvore, no voo dos pássaros, no movimento das águas, nos turbilhões pintados por Van Gogh, nos labirintos de Pollock, nas pinceladas impressionistas que, de perto, parecem manchas, mas de longe revelam atmosfera, luz e sentido.

A beleza muitas vezes nasce dessa passagem: do fragmento à composição.

De perto, a vida pode parecer caos. Um dia difícil, uma perda, uma decisão errada, uma palavra que feriu, uma crise, uma incerteza, uma porta fechada. Vistos isoladamente, esses fragmentos podem parecer apenas ruído. Mas, às vezes, com distância, percebemos relações, aprendizados, transformações, formas que antes não apareciam. A beleza não apaga a dor; pode dar a ela uma integração que impede o desespero de ser a última palavra.

A natureza faz isso com uma sabedoria que nos ultrapassa.

Nela, cada espécie desenvolve sua singularidade e, ao mesmo tempo, participa de uma trama maior. Uma árvore não precisa virar pássaro para cumprir seu lugar. Uma flor não precisa ser rio. Uma abelha não precisa ser montanha. Cada forma carrega sua diferença e, ainda assim, a vida depende de relações. Onde tudo se separa por completo, a vida empobrece. Onde tudo se torna massa indiferenciada, a vida também empobrece.



A beleza está na unidade que acolhe diferenças.

Luca Pacioli, ao pensar a proporção divina, tocou essa intuição: as partes buscam integrar-se a um todo sem perder sua forma. Leonardo, ao desenhar o corpo humano inscrito em relações proporcionais, também parecia buscar essa correspondência entre corpo, medida e mundo. Vitruvius, Pacioli, Leonardo: todos, de modos diferentes, procuraram uma linguagem da harmonia.

Não porque a vida fosse matemática fria.

Mas porque a forma, quando bem arranjada, comunica uma paz. Há algo em certas proporções que o corpo reconhece antes mesmo de explicar. Uma fachada, uma melodia, um rosto, um vaso, uma dança, uma praça, uma frase: quando as partes se organizam de modo justo, sentimos que nada sobra, nada falta, nada agride. Essa é uma das experiências da beleza.

Leon Battista Alberti dizia, em essência, que a beleza nasce quando as partes estão tão bem harmonizadas que nada poderia ser acrescentado, retirado ou alterado sem perda.

A definição é preciosa porque não fala de excesso. Fala de medida.

Talvez esse seja um dos grandes ensinamentos da beleza para a nossa época: medida. Vivemos cercados por excesso. Excesso de imagens, opiniões, ruídos, desejos, promessas, disputas, urgências, vaidades. O excesso não é abundância verdadeira; muitas vezes é desordem. A beleza, ao contrário, pede seleção, proporção, ritmo, silêncio. Uma obra bela sabe o que deve aparecer e o que deve recuar.

A vida também.

Um caminhante precisa aprender a compor a própria existência. Nem tudo pode ocupar o centro. Nem todo desejo merece governo. Nem toda dor deve virar identidade. Nem toda ideia precisa ser proclamada. Nem toda lembrança deve comandar o presente. A beleza interior talvez comece quando a vida encontra alguma ordem sem perder sua liberdade.

Harmonia não é uniformidade.



Esse ponto é decisivo. Quando falamos em harmonia, não falamos de apagar contrastes, sufocar pluralidades ou obrigar todos a cantar a mesma nota. Um coral só é belo porque vozes diferentes se encontram em relação. Uma sinfonia não elimina tensões; trabalha com elas. Uma pintura não vive de uma única cor. A harmonia verdadeira integra diferenças. A falsa harmonia silencia o que incomoda.

Por isso, beleza e justiça se aproximam.

Onde há desigualdade extrema, humilhação, abandono e violência, algo se torna feio no tecido da vida comum. Não falo de feiura estética, mas de desarmonia moral. Uma cidade pode ter edifícios magníficos e, ainda assim, ser feia se despreza seus habitantes. Uma instituição pode ter discursos belos e ser feia se reproduz medo. Uma sociedade pode celebrar a arte e tratar pessoas como descartáveis.

A beleza que salva não é vitrine. É forma de convivência.

Se o coletivo não aprende a integrar diferenças, a vida social se torna conflito permanente. Se o indivíduo se fecha em si mesmo, a vida interior se empobrece. A beleza convida a outra inteligência: não eliminar o diferente, mas descobrir que relação justa pode existir entre os diferentes. Isso vale para a arte, para a natureza, para a política, para a amizade, para o amor.

Pitágoras, segundo a tradição, teria percebido relações musicais ao escutar martelos em uma ferraria. Não importa aqui discutir o detalhe histórico. A imagem é bela: do ruído do metal nasce a intuição da proporção. Cordas em diferentes medidas produzem intervalos, acordes, ressonâncias. Sons distintos podem ferir ou encantar, dependendo da relação entre eles.

A música ensina isso imediatamente.

Uma canção dos Beatles, uma sinfonia de Beethoven, um canto popular, um coral, um batuque, uma ária, um silêncio antes da nota: todos nos lembram que a vida tem ritmo. O corpo sabe disso. O coração pulsa. A respiração alterna entrada e saída. O sono vem em ciclos. A fala tem cadência. O passo tem compasso. Quando perdemos todo ritmo, algo em nós adoece.



A beleza devolve ritmo à existência.

Não apenas a beleza da arte consagrada, mas também a beleza cotidiana: uma mesa posta com cuidado, uma roupa limpa, uma palavra bem dita, uma casa simples arrumada, uma flor no copo, uma criança dormindo, uma mão que segura outra, um velho caminhando devagar, uma praça onde pessoas diferentes podem conviver sem medo.

A graça nasce muitas vezes do pequeno.

Simone Weil escreveu sobre gravidade e graça, lembrando que uma pequena coisa, em certas condições, pode agir decisivamente. A imagem é quase física e espiritual ao mesmo tempo. Um corpo encontra seu centro de gravidade. Uma bailarina sustenta o peso com leveza porque aprendeu a organizar força, eixo, disciplina e entrega. O que parece sem esforço é, muitas vezes, o resultado de um centro encontrado.

A graça visível aponta para uma graça invisível.

No balé, o corpo parece vencer a gravidade sem negá-la. Ele não deixa de ter peso; aprende a mover-se com ele. Talvez isso também seja uma lição para a vida. A beleza não elimina nossa gravidade — dores, perdas, responsabilidades, corpo, envelhecimento, limites. Mas pode nos ensinar a carregar tudo isso com mais centro.

Há um ponto sacro em nós.

Não apenas no sentido anatômico, mas também simbólico. Um centro de sustentação. Quando esse centro se perde, a vida desaba em fragmentos. Quando ele se reorganiza, podemos atravessar a gravidade com um pouco mais de graça. Não porque tudo fique leve, mas porque encontramos outro modo de sustentar o peso.

A beleza é esse convite à graça.



Não uma graça decorativa. Uma graça que nasce do alinhamento entre corpo, mente, gesto e sentido. Por isso, pessoas verdadeiramente belas nem sempre correspondem aos padrões visíveis da beleza. Há pessoas que se tornam belas porque atravessaram sofrimento sem perder ternura. Porque conheceram derrota e não se tornaram cruéis. Porque passaram pela perda e conservaram capacidade de cuidar.

Elisabeth Kübler-Ross dizia, em essência, que as pessoas mais belas são aquelas que conheceram sofrimento, perda e luta, mas encontraram um caminho para sair das profundezas com compaixão e sensibilidade.

Essa beleza não surge ao acaso.

Ela é fruto de travessia. De dor trabalhada. De queda elaborada. De ego ferido e não transformado em ódio. De vida assimilada. Por isso, há jovens de idade avançada e velhos de alma luminosa. A beleza do ser não depende apenas de pele, simetria ou juventude. Depende do que a pessoa fez com aquilo que a vida lhe entregou.

Há também beleza no silêncio.

Buda, segundo uma tradição, teria feito um sermão sem palavras, apenas mostrando uma flor. A história importa menos que a imagem. Às vezes, a flor diz aquilo que o discurso estragaria. Mostra uma ordem simples, uma presença, uma forma de vida que não precisa explicar-se. O olhar que compreende a flor talvez compreenda algo da caminhada.

Nem toda verdade precisa gritar.

Vivemos em um mundo de palavras demais. A beleza, muitas vezes, fala baixo. Uma flor. Uma sombra. Um gesto de cuidado. Um rosto cansado que ainda sorri. Uma montanha. Um pedaço de pão dividido. Uma música que não exige tradução. Uma pintura diante da qual ficamos em silêncio. Há experiências que nos organizam sem nos oferecer uma tese.

Talvez por isso a sabedoria se expresse tantas vezes em imagens, símbolos, paradoxos e enigmas.



O conhecimento separa para compreender. A sabedoria integra para viver. Ambos são necessários. O conhecimento analisa, mede, diferencia, descreve. Sem ele, ficamos reféns de superstições e confusões. Mas a sabedoria junta, relaciona, dá medida, percebe o todo. Sem ela, acumulamos informações e perdemos o sentido.

O mundo moderno conhece muito.

Mas nem sempre sabe viver melhor.

Talvez estejamos justamente nesse ponto da caminhada: precisamos unir conhecimento e sabedoria. Separar quando for necessário, para ver melhor. Integrar quando for necessário, para viver melhor. A ciência vê detalhes que os olhos comuns não alcançam. A arte devolve ao todo aquilo que o excesso de análise fragmenta. A espiritualidade lembra que há reverência. A filosofia impede que esqueçamos as perguntas.

A beleza atravessa todas essas trilhas.

Ela aparece quando algo encontra coerência. Uma teoria elegante. Uma ponte bem construída. Uma oração sincera. Uma cidade humana. Uma música bem composta. Uma organização justa. Uma família que cuida sem aprisionar. Uma amizade que permite liberdade. Um corpo que envelhece sem ódio de si. Uma sociedade que não pisa no pé da Terra durante a dança.

A imagem da dança é importante.

Parece que o planeta nos convidou para dançar. Mas muitas vezes pisamos em seus pés: exploramos, acumulamos, rasgamos, queimamos, descartamos, aceleramos. A Terra sustenta a dança há bilhões de anos. Nossa civilização, tão recente, ainda se comporta como criança fascinada pelo próprio brinquedo técnico. Conhecemos muito. Mas ainda precisamos aprender sabedoria.

A natureza é sábia porque aprendeu ciclos.



Nasce, cresce, decai, transforma, recompõe. Nada nela é infinito em sua forma. Tudo muda e participa de algo maior. Já nós, seduzidos pelo poder da invenção e da conquista, às vezes esquecemos a visão do todo. Confundimos conhecimento com sabedoria. Confundimos domínio com maturidade. Confundimos velocidade com dança.

A beleza pode nos devolver o todo.

Não como ideia abstrata, mas como experiência. Quando duas pedras caem próximas na água, formam círculos que se encontram. As ondas se tocam, interferem, se transformam. Cada centro continua existindo, mas já não está isolado. Talvez o amor compartilhado seja assim: duas presenças que, ao se aproximarem, criam padrões maiores do que cada uma separadamente.

A vida comum também poderia aprender essa imagem.

Quando compartilhamos limitações, quando oferecemos aquilo que falta ao outro e recebemos aquilo que nos falta, criamos algo parecido com um coral. Ninguém precisa cantar todas as notas. Ninguém precisa ser tudo. A beleza da convivência está justamente em reconhecer que a incompletude de um pode encontrar diálogo com a incompletude de outro.

Essa é a reciprocidade viva.

Não a reciprocidade mesquinha da troca calculada, mas a consciência de que somos parte de uma rede de relações. A beleza do mundo não depende de cada parte ser perfeita. Depende de relações mais justas entre partes imperfeitas. A arte coral da vida nasce quando diferentes vozes deixam de competir por domínio absoluto e começam a compor.

Pode parecer utopia.

Mas a alternativa é pobre demais: fragmentos em guerra, indivíduos isolados, sociedades desarmônicas, natureza ferida, conhecimento sem sabedoria, técnica sem beleza, poder sem amor. A feiura do mundo nasce muitas vezes dessa separação. A beleza que salva é a que reúne sem esmagar.

Somos seres fracionados vivendo em um mundo fracionado.



Muitas tradições espirituais já disseram isso de modos diferentes: a tarefa humana seria devolver unidade ao que se dispersou, reunir fragmentos, restaurar vínculos, reconhecer a proximidade entre aquilo que parecia separado. Não precisamos aceitar literalmente cada linguagem. Basta acolher a intuição: a vida pede reconexão.

A caminhada interior também é isso.

Reunir fragmentos de nós mesmos. O corpo esquecido. A criança ferida. O adulto cansado. O velho que um dia seremos. O desejo não ouvido. A culpa antiga. A alegria simples. O medo escondido. A fé possível. A razão necessária. O amor que ainda não sabemos viver. O viator se torna mais inteiro quando para de expulsar partes de si para parecer coerente.

A beleza é essa integração.

Não ausência de fissuras, mas composição mais verdadeira. Uma cerâmica restaurada pode carregar marcas e continuar bela. Um rosto com rugas pode revelar mais vida que uma superfície intocada. Uma história marcada por perdas pode irradiar uma ternura que jamais nasceria em uma vida sem travessia.

Por isso, a beleza prepara o amor.

Antes de falar do amor ágape, era necessário falar da harmonia que o torna possível. O amor sem beleza pode virar posse. A beleza sem amor pode virar vaidade. Mas, quando beleza e amor se encontram, nasce uma forma mais alta de respeito pela vida. Respeito por si, pelo outro, pela natureza, pelo mistério, pelo tempo.

Ágape começa a aparecer aqui.

Ainda como aurora. Como promessa. Como intuição. Como a percepção de que a vida não pode ser reduzida a competição, consumo, domínio ou sobrevivência. Ágape é respeito pela vida acima de tudo. É amor que não precisa possuir para reconhecer valor. É a possibilidade de o indivíduo e o coletivo aprenderem uma forma mais madura de coexistência.



A beleza salvará o mundo se nos conduzir a isso.

Se nos tornar menos brutos. Menos fragmentados. Menos indiferentes. Menos fascinados pelo poder. Mais capazes de relação. Mais capazes de proporção. Mais capazes de reconhecer a dignidade do diferente. Mais capazes de dançar sem pisar sempre no pé da vida.

Talvez a beleza não salve o mundo de uma vez.

Talvez ela salve primeiro um olhar. Depois uma palavra. Depois uma relação. Depois uma casa. Depois uma criança. Depois uma cidade. Depois uma forma de viver.

Talvez seja assim que toda salvação comece: não como espetáculo, mas como reintegração paciente do que foi separado.

A Parte III termina aqui porque o viator já compreendeu algo essencial: não basta conhecer a si mesmo, controlar a própria força, rir da própria rigidez e buscar a beleza. Tudo isso prepara uma pergunta maior.

Que forma de amor pode sustentar a caminhada?

A beleza responde em silêncio.

E nos conduz ao ágape.



PARTE IV

IV

ÁGAPE, RETORNO E DESPEDIDA



CAPÍTULO 16

16

PRINCÍPIO E FIM: O AMOR ÁGAPE

“Ágape é relação sem captura.”



No princípio, talvez houvesse apenas amor.

Não o amor como sentimento passageiro, nem como posse, nem como paixão que deseja capturar o outro para acalmar a própria falta. Amor em sentido mais profundo: força de ligação, cuidado, origem, abertura, dom. Algo que reúne o que estava separado, sustenta o que ainda é frágil, permite à vida continuar.

Talvez o amor seja o princípio porque tudo que vive depende de alguma forma de relação.

Nada nasce sozinho. Nada permanece sozinho. Um corpo precisa de outro corpo para existir. Uma criança precisa de cuidado. Uma semente precisa de terra, água, luz, tempo. Uma palavra precisa de escuta. Uma comunidade precisa de confiança. Uma alma precisa, em algum momento, sentir que não está inteiramente abandonada.

No fim, talvez também haja amor.

Não como recompensa garantida, nem como consolo fácil diante da morte. Mas como aquilo que permanece quando as vaidades perdem sentido. No fim, quando muita coisa cai, talvez reste a pergunta mais simples e mais difícil: amei? Fui capaz de cuidar? Dei algo de mim sem transformar tudo em troca? Deixei o mundo, uma pessoa, uma casa, um gesto, uma memória um pouco menos árida?

A caminhada inteira parece conduzir a essa pergunta.

Depois de falar de medo, felicidade, percepção, autoconhecimento, disciplina, riso e beleza, chegamos ao amor ágape. Não porque ele seja uma decoração espiritual no final do caminho, mas porque talvez seja a forma mais alta de integração daquilo que a caminhada foi preparando. A lucidez sem amor pode endurecer. A beleza sem amor pode virar vaidade. A disciplina sem amor pode virar controle. O riso sem amor pode ferir. O conhecimento sem amor pode dominar.

Ágape é outra coisa.



É amor que não exige posse para reconhecer valor. Amor que não transforma o outro em instrumento. Amor que cuida sem aprisionar. Amor que oferece sem contabilizar cada retorno. Amor que não se confunde com desejo de controle. Amor que vê a vida como digna de reverência antes mesmo de qualquer utilidade.

Não é fácil falar disso.

A palavra amor foi usada demais, vendida demais, desgastada demais. Chamamos de amor muitas coisas diferentes: desejo, paixão, apego, carência, medo de perder, hábito, dependência, admiração, compaixão, amizade, cuidado, erotismo, promessa, memória, nostalgia, fantasia. Algumas dessas experiências são belas. Outras são ambíguas. Outras ainda machucam justamente porque foram chamadas de amor quando eram posse, medo ou vaidade.

Por isso, é preciso discernir.

Nem todo amor que diz “eu te amo” ama de fato. Às vezes, quer possuir. Às vezes, quer ser confirmado. Às vezes, quer dominar. Às vezes, quer salvar o outro para fugir de si mesmo. Às vezes, quer manter alguém perto não por cuidado, mas por pavor da solidão.

O amor ágape não elimina todos os outros amores.

Não despreza o amor erótico, o amor de amizade, o amor familiar, o amor romântico, o amor pela obra, pela cidade, pela natureza, pela pátria íntima da infância, pela música, pelo filho, pela mãe, pelo mestre, pelo companheiro de estrada. A vida humana é feita de muitos amores. Mas ágape parece ser a dimensão em que todos eles são chamados a amadurecer.

O amor erótico, sem ágape, pode virar posse. A amizade, sem ágape, pode virar conveniência. A família, sem ágape, pode virar controle. A fé, sem ágape, pode virar tribunal. A inteligência, sem ágape, pode virar soberba. A política, sem ágape, pode virar máquina de poder. A generosidade, sem ágape, pode virar teatro.



Ágape purifica sem apagar.

Não torna o ser humano menos humano. Não elimina desejo, corpo, ciúme, medo, limite, conflito. Seria falso dizer isso. O amor humano permanece atravessado por fragilidades. Mas ágape introduz uma direção: amar não para consumir o outro, mas para reconhecê-lo. Amar não para vencer a solidão a qualquer preço, mas para participar da vida com mais cuidado.

Esse amor não é sentimentalismo.

Talvez seja justamente o contrário. O sentimentalismo às vezes chora muito e transforma pouco. Ágape pode ser silencioso, firme, discreto. Pode aparecer em uma decisão difícil, em um limite justo, em um perdão que não humilha, em uma renúncia necessária, em uma presença que não cobra espetáculo, em uma mão que sustenta sem exigir aplauso.

O amor ágape não é fraqueza.

Há uma força imensa em amar sem dominar. Exige mais coragem do que vencer uma discussão. Mais maturidade do que impor uma vontade. Mais liberdade interior do que exigir que tudo gire ao redor da própria carência. Amar com ágape é aceitar que o outro não é propriedade, que a vida não é propriedade, que nem mesmo os filhos, as obras, os amigos, os amores e as memórias nos pertencem como objetos.

Recebemos presenças. Não possuímos almas.

Talvez por isso o desapego verdadeiro não seja contrário ao amor. Ao contrário: é uma de suas provas. Só quem ama de modo mais livre consegue permitir que o outro exista em sua alteridade. Permitir que cresça. Que mude. Que parta, se for necessário. Que não corresponda exatamente à imagem que projetamos. Que tenha sua própria caminhada.

O amor que sufoca chama sua prisão de cuidado.

Ágape não sufoca.



Ele acompanha. Orienta quando pode. Protege quando deve. Espera quando precisa. Solta quando chega a hora. Não se retira por indiferença, mas por respeito à vida que não pode ser vivida no lugar do outro. O amor ágape sabe que até o cuidado pode se tornar violência quando não reconhece limite.

Esse talvez seja um dos aprendizados mais difíceis da caminhada.

Pais precisam aprender isso com filhos. Amantes, com seus amores. Mestres, com discípulos. Líderes, com comunidades. Amigos, com amigos. Quem ama quer proteger. Mas proteger demais pode impedir a maturidade. Quem ama quer ajudar. Mas ajudar demais pode roubar a travessia. Quem ama quer permanecer. Mas permanecer de qualquer modo pode destruir aquilo que um dia foi belo.

Ágape pede liberdade.

E liberdade pede confiança.

Não confiança ingênua, sem critério. Mas confiança no movimento da vida, na capacidade do outro de aprender, no mistério que ultrapassa nosso controle. Há momentos em que amar é agir. Há momentos em que amar é silenciar. Há momentos em que amar é ficar. Há momentos em que amar é partir sem ódio. A medida não é simples. Por isso, o amor também precisa de sabedoria.

No caminho do ágape, a pergunta muda.

Deixo de perguntar apenas: o que recebo? Começo a perguntar: o que posso oferecer sem me destruir? O que posso cuidar sem aprisionar? O que posso amar sem possuir? O que posso proteger sem controlar? O que posso dar sem transformar a dádiva em cobrança?

A generosidade nasce desse lugar.

Não da obrigação social de parecer bom. Não do cálculo de reputação. Não da troca disfarçada. Não da culpa. Não da vaidade de quem deseja ser visto como nobre. A generosidade que nasce do ágape é mais simples e mais difícil: oferece porque reconhece a vida no outro.

Dar, nesse sentido, não é apenas entregar coisas.



Pode ser tempo, escuta, paciência, presença, cuidado, atenção, conhecimento, silêncio, alimento, trabalho, perdão, limite, coragem, palavra, abrigo. Às vezes, o gesto generoso é muito concreto: dividir pão, pagar uma conta, acompanhar alguém ao médico, limpar uma casa, responder uma mensagem, estar presente em uma despedida. Outras vezes, é invisível: não humilhar, não revidar, não destruir alguém quando se teria poder para isso.

Há generosidades que ninguém verá.

Talvez sejam as mais puras.

A generosidade verdadeira não precisa anunciar-se o tempo inteiro. Não exige recibo espiritual. Não transforma o outro em devedor moral. Quem dá para prender não deu; investiu. Quem ajuda para humilhar não ajudou; subordinou. Quem oferece para ser admirado talvez esteja apenas alimentando a própria imagem.

Ágape não faz contabilidade do amor.

Isso não significa aceitar abuso, exploração ou ingratidão crônica. Generosidade sem critério pode virar autodestruição. Amar o outro não exige abandonar a si mesmo como se a própria vida não tivesse valor. Ágape não é servidão. Não é anulação. Não é permitir que qualquer pessoa use nossa bondade como ferramenta.

O amor maduro une entrega e limite.

Talvez essa seja uma das coisas mais difíceis de aprender. Há quem confunda amor com fusão total. Há quem confunda liberdade com indiferença. Há quem confunda generosidade com falta de fronteiras. Há quem confunda limite com egoísmo. A caminhada ensina, aos poucos, que uma alma saudável precisa saber abrir portas e também fechá-las.

O amor ágape não elimina o “não”.



Às vezes, dizer não é o gesto mais amoroso possível. Não à manipulação. Não à violência. Não à mentira. Não ao vício de ser necessário para todos. Não à tentação de salvar quem não quer ser salvo. Não ao papel de mártir quando a entrega deixou de ser amor e virou destruição de si.

O ágape não é uma doçura sem espinha.

Ele tem ternura e coluna. Tem compaixão e critério. Tem abertura e discernimento. É mais próximo da maturidade do que da emoção momentânea. Pode chorar, mas não se dissolve em cada lágrima. Pode acolher, mas não perde completamente sua forma. Pode entregar, mas não esquece que também recebeu a própria vida como responsabilidade.

Talvez por isso seja tão raro.

Somos educados para competir, acumular, provar valor, defender território, vencer argumentos, proteger imagem, ampliar controle. O amor ágape parece quase um escândalo diante dessa lógica. Ele diz: não és maior porque dominas. És maior quando consegues cuidar sem possuir. Não és mais livre porque podes comprar tudo. És mais livre quando não precisas transformar tudo em propriedade.

O poder mede. O amor reconhece.

O poder pergunta: quanto vale? O amor pergunta: o que vive aqui? O poder quer garantia. O amor aceita mistério. O poder teme perder. O amor aprende a oferecer.

Isso não significa que toda forma de poder seja má. Há poder necessário: poder de agir, proteger, construir, decidir, educar, organizar, curar, impedir injustiças. O problema é quando o poder se separa do amor e passa a desejar apenas sua própria expansão. Nesse momento, ele consome tudo: pessoas, terras, relações, ideias, até mesmo Deus.

Onde o amor desaparece, a vida vira instrumento.



O outro passa a ser usado. A natureza passa a ser recurso. A fé passa a ser arma. A inteligência passa a ser vantagem. A beleza passa a ser vitrine. A generosidade passa a ser marketing. A própria caminhada vira performance.

Ágape devolve finalidade.

Lembra que não estamos aqui apenas para vencer. Estamos aqui para amadurecer. Para cuidar. Para deixar marcas menos brutas. Para transformar a potência em serviço. Para participar da vida comum sem reduzir tudo a cálculo.

Penso nisso quando vejo Elvis em seu último grande grito de amor.

Não me interessa aqui o mito pop, a celebridade, a indústria, o brilho do espetáculo. Interessa-me aquele instante em que uma voz parece atravessar a própria encenação e pedir um mundo mais justo, mais fraterno, menos ferido. Uma canção pode ser apenas produto. Mas, às vezes, uma canção se torna oração pública. Um corpo diante da câmera, uma voz no limite, um gesto que parece dizer: ainda podemos sonhar com algo melhor.

Não é preciso reproduzir a letra.

O que importa é a imagem: um artista cercado por luzes, público, indústria, expectativa e mito, mas, naquele instante, quase nu diante de uma pergunta humana elementar. Podemos viver juntos de outro modo? Podemos desejar algo além da violência, da separação, do medo? Podemos sonhar sem que o sonho seja apenas fuga?

Elvis, ali, parece menos ídolo e mais caminhante.

Um homem com sua história, suas contradições, suas grandezas e abismos, oferecendo voz a uma esperança. Talvez por isso certas interpretações sobrevivam ao tempo. Não porque sejam perfeitas, mas porque carregam uma verdade emocional que ultrapassa o entretenimento. A arte, quando toca o ágape, deixa de ser mera exibição. Torna-se ponte.

A música tem esse poder.



Ela entra antes da defesa racional. Faz o corpo compreender aquilo que a mente ainda não organizou. Uma voz pode abrir uma fenda. Um acorde pode despertar memória. Uma melodia pode devolver humanidade a quem estava endurecido. Não é salvação automática, mas pode ser sinal. Um último grito de amor, em certos momentos, vale mais que muitos discursos.

Ágape fala assim: não pela posse, mas pela abertura.

Quando amamos desse modo, mesmo que por instantes, deixamos de querer transformar tudo em espelho de nós mesmos. O outro pode ser outro. O mundo pode existir sem pedir nossa autorização. A beleza pode ser contemplada sem ser consumida. A vida pode ser reverenciada sem ser reduzida a utilidade.

Talvez essa seja a grande virada da caminhada.

No início, caminhamos para compreender a nós mesmos. Depois, para enfrentar medos. Depois, para educar desejo, percepção, força e consciência. Em certo ponto, porém, a caminhada deixa de girar apenas em torno do próprio aperfeiçoamento. Ela se abre. O caminante compreende que amadurecer não é tornar-se um monumento de si, mas tornar-se mais capaz de relação.

Ágape é relação sem captura.

É o amor que olha a flor sem arrancá-la necessariamente. Que ama a criança sem decidir sua vida inteira. Que cuida da pessoa amada sem transformá-la em extensão de si. Que honra os mortos sem prender-se à morte. Que agradece os mestres sem idolatrá-los. Que aprende com a tradição sem fechar a pergunta.

A maturidade espiritual talvez seja isso: amar sem precisar possuir a fonte do amor.



Quando o coração toca o ágape, mesmo por pouco tempo, algo nele se pacifica. Não porque tudo esteja resolvido. Não porque a vida se torne fácil. Mas porque o centro muda. A pessoa deixa de perguntar o tempo todo como será vista, recompensada, protegida, reconhecida. Começa a experimentar a alegria estranha de participar do bem sem precisar ser seu dono.

A generosidade sem compromisso nasce daí.

Sem compromisso não significa sem responsabilidade. Significa sem contrato oculto. Sem dívida imposta. Sem expectativa de retorno proporcional. Sem a pequena contabilidade que transforma todo gesto em moeda afetiva. A dádiva verdadeira abre espaço para a liberdade do outro. Ela oferece e deixa respirar.

Essa generosidade é uma forma de abundância.

Não necessariamente abundância material. Pode-se ser rico e incapaz de dar. Pode-se ter pouco e oferecer muito. Abundância, aqui, é estado interior de quem não vive inteiramente governado pela escassez. Quem sente que tudo lhe falta não consegue oferecer sem medo. Quem vive apenas em defesa transforma o outro em ameaça. Ágape não elimina necessidades, mas enfraquece a tirania da falta.

Dar é também confiar que a vida circula.

O que fica parado apodrece. Água parada perde vigor. Palavra guardada demais vira nó. Afeto nunca oferecido transforma-se em peso. Conhecimento retido por vaidade esteriliza. O dom não partilhado encolhe. A generosidade permite circulação: do tempo, da atenção, da inteligência, do cuidado, do pão, da beleza.

A vida é circulação.

Respiramos recebendo e devolvendo. Comemos aquilo que a terra, a água, o sol e o trabalho humano tornaram possível. Aprendemos com palavras que não criamos sozinhos. Somos sustentados por redes visíveis e invisíveis. A autossuficiência absoluta é fantasia. A caminhada só existe porque algo nos foi dado antes.



Ágape reconhece essa dívida originária.

Não como culpa, mas como gratidão. Ninguém se fez sozinho. O corpo veio de outros corpos. A língua veio de outros falantes. A casa foi construída por mãos muitas vezes desconhecidas. A comida passa por muitos trabalhos. A música que nos salva nasceu do esforço de alguém. A rua, o livro, o remédio, a escola, a ideia, o abraço: tudo vem de alguma rede de dádivas.

Viver com gratidão não é romantizar o mundo.

Há injustiça, exploração, desigualdade, abandono. Há redes de dádiva e redes de violência. A gratidão não deve cegar a crítica. Mas a crítica sem gratidão pode virar amargura total. Ágape permite sustentar as duas coisas: reconhecer o mal que precisa ser enfrentado e, ao mesmo tempo, não perder a reverência pelo bem que ainda circula.

O amor ágape não é fuga da história.

Ele é compromisso com a vida dentro da história. Por isso, sua generosidade não é apenas íntima. Pode tornar-se social, política, ecológica, educacional, comunitária. Pode inspirar instituições mais cuidadosas, trabalhos mais dignos, cidades mais humanas, escolas mais sensíveis, empresas menos predatórias, relações menos brutalizadas.

Mas começa pequeno.

Começa no modo como falamos com quem está perto. No modo como tratamos quem não pode nos oferecer vantagem. No modo como reagimos quando temos poder sobre alguém. No modo como lidamos com a fragilidade de quem depende de nós. No modo como respeitamos a natureza quando ninguém observa. No modo como devolvemos ao mundo parte daquilo que recebemos.

Ágape vive nos detalhes.



Em não esmagar. Em não ridicularizar. Em não manipular. Em não transformar toda diferença em ameaça. Em não usar a dor alheia como degrau. Em oferecer presença quando seria mais fácil desaparecer. Em agradecer sem teatralidade. Em servir sem servilismo. Em amar sem captura.

No fundo, a caminhada sempre esteve vindo para cá.

Dando os primeiros passos, ainda falávamos de incômodo, gratidão, recomeço. Depois reconhecemos desvios: medo, vaidade, preconceitos, percepção deformada, espera, alienação. Depois entramos na formação do viator: disciplina, autoconhecimento, riso, beleza. Agora, a pergunta já não é apenas como atravessar a vida com mais consciência. É como atravessá-la com mais amor.

Consciência sem amor observa. Amor sem consciência se perde. Ágape tenta reunir os dois.

Por isso, princípio e fim se tocam.

No princípio, fomos recebidos. Antes de qualquer mérito, alguém ou alguma coisa nos sustentou. No fim, seremos chamados a devolver. Tudo que acumulamos ficará. Tudo que controlamos escapará. Tudo que usamos para parecer maior perderá importância. Talvez permaneçam as marcas de amor: o que cuidamos, o que libertamos, o que oferecemos, o que não destruimos quando poderíamos destruir.

A pergunta final talvez seja simples.

Não quanto poder tivemos. Não quantas vitórias acumulamos. Não quantas pessoas nos aplaudiram. Não quantas certezas defendemos.

Mas quanto amor conseguimos fazer passar por nossa vida sem aprisioná-lo no ego.

Ágape é essa passagem.

Vem de antes de nós. Atravessa-nos por um tempo. E pede para continuar depois.



O caminhante não o possui. Apenas aprende, aos poucos, a não impedir sua circulação.

Se a beleza preparou o olhar, o amor ágape prepara a entrega.

E, quando a entrega deixa de ser cálculo, a generosidade já começou.



CAPÍTULO 17

17

MÃE, MÃE, OLHA O QUE EU FIZ!

*“Mãe, olha o que eu fiz. Agora me ensina a cuidar
melhor.”*



Diferentemente de tantas outras espécies deste ecossistema, o *Sapiens* desenvolveu uma capacidade extraordinária de imaginar.

Com ela vieram a razão, a linguagem, o planejamento, a arte, a técnica, a ciência, a religião, a memória coletiva, a ficção. O ser humano passou a olhar para o céu e perguntar. Passou a contar histórias ao redor do fogo. Passou a desenhar animais nas paredes. Passou a criar deuses, mitos, ritos, instrumentos, cidades, máquinas, poemas, sinfonias, telescópios, bombas, remédios, foguetes, jardins e telas luminosas.

A imaginação é uma das nossas grandezas.

Mas também uma das nossas armadilhas.

Porque, em algum momento, começamos a esquecer que muitas de nossas invenções eram invenções. Criamos narrativas para suportar o medo, e depois passamos a obedecer a elas como se fossem a própria realidade. Criamos símbolos para tocar o mistério, e depois brigamos para possuir o símbolo. Criamos deuses, doutrinas, bandeiras, fronteiras, instituições, tecnologias e mercados. Alguns desses instrumentos ampliaram a vida. Outros passaram a devorá-la.

Diante do grande silêncio, o ser humano sentiu medo.

A noite era vasta. As estrelas brilhavam sem explicar-se. A morte chegava sem negociar. A tempestade descia sobre as casas. O corpo adoecia. A criança nascia. A colheita falhava. O animal atacava. A pessoa amada partia. A vida oferecia beleza e terror, alimento e perda, abundância e ameaça.

Então começamos a falar com o invisível.

Talvez essa tenha sido uma das primeiras formas de oração. Uma tentativa de responder ao silêncio com linguagem. Uma criança diante da mãe, gritando para ser vista: “mãe, mãe, olha o que eu fiz!”. Há algo de profundamente humano nessa imagem. O *Sapiens* ergue templos, canta, pinta, escreve, inventa máquinas, descobre partículas, lança satélites, compõe canções, e, no fundo, talvez ainda peça reconhecimento à grande mãe que o sustenta.



Mãe natureza, olha o que eu fiz.

Mas a mãe natureza não responde como gostaríamos. Não usa nossa gramática. Não nos aplaude do modo que esperamos. Ela responde por ciclos, limites, consequências, estações, secas, chuvas, frutos, extinções, mutações, ventos, oceanos, doenças, nascimentos e decomposição. Ela fala, mas não necessariamente em nossa língua.

E não há pior surdo do que aquele que não quer ouvir.

O resultado dessa incompreensão entre o Sapiens e a natureza é muitas vezes angústia. O ser humano se sente provocado pelo silêncio. Como criança frustrada, grita mais alto. Quer demonstrar superioridade. Quer dominar aquilo que o assusta. Quer provar que não está abandonado. Quer controlar a mãe, vencer a morte, extrair respostas, transformar mistério em posse.

Quando esquece o ágape, passa a ser movido apenas por paixões.

Paixão, aqui, não como intensidade amorosa necessariamente bela, mas como força que captura, perturba, empurra, desequilibra. O poder, então, deixa de ser capacidade de agir e torna-se desarmonia. Como em um show em que o microfone entra em microfonia, as ondas se chocam e agriem os ouvidos. O Sapiens está no palco com seu instrumento magnífico — a razão —, mas nem sempre sabe ajustar o som.

O ruído cresce.

Ficções alimentam ficções. Medos realimentam medos. Ideias criadas para organizar o mundo tornam-se prisões. O ser humano, sentindo-se filho predileto da criação, passa a acreditar que recebeu autorização para prevaricar. A Terra vira cenário. Os animais viram recursos. As florestas viram estoque. O outro vira instrumento. A própria divindade, às vezes, vira argumento a serviço do desejo humano.

Nem todos vivem assim, é claro.



Muitas pessoas encontram em Deus, na espiritualidade, na ciência, na arte ou na própria natureza uma forma sincera de reverência. Encontram sentido, consolo, responsabilidade, coragem. Mas há momentos em que também nas crenças procuramos menos transformação do que recompensa. Menos humildade do que vantagem. Menos amor do que poder.

Talvez a resposta espiritual mais profunda esteja justamente na emancipação dessas ilusões.

Não em abandonar todo mito com arrogância racional, como se o ser humano pudesse viver sem símbolos. Também não em obedecer cegamente a qualquer narrativa que ofereça conforto. A questão é outra: atravessar o mito até encontrar lucidez. Atravessar o medo até encontrar responsabilidade. Atravessar a paixão até alcançar uma forma mais madura de amor.

A natureza não precisa de nossa vaidade.

Ela não precisa que nos imaginemos reis para continuar sendo mãe. Não precisa que neguemos a morte para continuar produzindo vida. Não precisa de nossos discursos para fazer germinar uma semente. Ela apenas opera, em sua sabedoria impessoal, misturando nascimento, decomposição, transformação e continuidade.

O Sapiens, porém, sofre porque deseja ser exceção.

Quer a outra metade da maçã. Quer a doce metade. Quer a comunhão final que encerraria toda falta. Quer ser amado sem enfrentar a própria carência. Quer que o outro traga de volta o amor perdido. Quer que Deus confirme sua importância. Quer que a natureza responda como mãe ideal, sempre disponível, sempre acolhedora, sempre protetora.

Mas a mãe natureza também impõe limites.



Ela alimenta e recolhe. Ela oferece e retira. Ela permite e corrige. Ela não odeia, não se vinga, não negocia como personagem humano. Mas suas leis existem. A morte talvez seja a mais justa delas, não porque seja desejável, mas porque não reconhece prestígios. Tudo que vive participa da mudança. Tudo que nasce entra no fluxo da transformação.

Há algo de humilde nisso.

Aceitar a transitoriedade talvez seja uma das grandes tarefas humanas. O ser vaidoso, mal-amado, ainda engatinha quando se trata de felicidade. Quer viver mais, acumular mais, dominar mais, prolongar a forma material como se a duração, sozinha, pudesse resolver o sentido. Mas o problema não é desejar vida longa. O problema é não saber o que fazer com o tempo que a vida oferece.

A ciência é bem-vinda.

Ela cura, alivia, amplia, previne, conecta, revela. Não há nobreza em desprezar o conhecimento humano. Se fomos dotados de inteligência, é natural aplicá-la na busca de uma vida mais saudável, bela e longa. A ciência pode ser uma forma elevada de amor à vida quando nasce do cuidado, da curiosidade e do desejo de diminuir sofrimento.

O risco está em transformar ciência em soberba.

Quando a busca pela saúde vira obsessão pela perfeição, algo se rompe. Quando a técnica pretende higienizar inteiramente o humano e o mundo, destruindo toda dissonância, toda diferença, toda fragilidade, toda imprevisibilidade, ela ameaça a própria beleza da vida. A compaixão não exige perfeição. Talvez só exista porque somos imperfeitos.

Higienizar totalmente o mundo seria destruir o mundo.

A natureza não é lisa. A vida não é lisa. O ser humano não é liso. Há rugas, falhas, ruídos, diferenças, ambiguidades, limites, feridas, desejos contraditórios. A beleza da existência não está em apagar tudo isso, mas em encontrar uma forma mais compassiva de conviver com isso.



Ágape é compaixão, não perfeição.

É essa compaixão que pode transformar ciência em cuidado, poder em serviço, inteligência em sabedoria. Sem compaixão, a razão pode tornar-se lâmina. Com compaixão, ela se aproxima da cura. Sem compaixão, a técnica conquista. Com compaixão, repara. Sem compaixão, a humanidade olha para a natureza como coisa. Com compaixão, volta a reconhecê-la como mãe.

A mãe natureza não é metáfora decorativa.

É a realidade concreta que nos sustenta. O ar que respiramos, a água que bebemos, a terra que produz alimento, os ciclos que regulam a vida, os microrganismos invisíveis, as árvores, os rios, os oceanos, os animais, a luz do sol, a decomposição que torna possível o renascimento. Tudo isso nos antecede, nos atravessa e continuará depois de nós.

Não somos donos dessa casa.

Somos hóspedes recentes. Hóspedes inteligentes, criativos, perigosos, maravilhosos e imaturos. Fizemos coisas extraordinárias. Também quebramos muitos móveis, sujamos muitos cômodos, abrimos buracos nas paredes e depois corremos para mostrar a obra como se fosse sempre progresso. Há algo de criança nisso: orgulho genuíno, capacidade de invenção, mas pouca noção das consequências.

“Mãe, mãe, olha o que eu fiz!”

A frase pode ser linda.

Pode expressar alegria criadora. Uma criança que mostra um desenho à mãe não está necessariamente tomada de vaidade. Ela quer compartilhar. Quer ser vista. Quer colocar algo de si no mundo. Há inocência nisso. Há vida. A humanidade também precisa dessa alegria: criar, descobrir, cantar, construir, imaginar.

O problema começa quando o filho quer provar que não precisa mais da mãe.



Quando olha para a natureza com desdém. Quando acredita que pode substituir todos os ciclos por máquinas. Quando trata o planeta como matéria morta. Quando confunde conhecimento com licença para devastar. Quando transforma criação em prevaricação.

Talvez a maturidade humana comece quando conseguimos dizer outra frase:

“Mãe, olha o que eu fiz. E me ajuda agora a cuidar.”

Essa mudança é imensa.

Não se trata de renunciar à técnica, à ciência ou à imaginação. Trata-se de recolocá-las dentro de uma ética da vida. Uma civilização madura não é aquela que apenas domina mais processos, extrai mais recursos, acelera mais transações e prolonga mais corpos. É aquela que aprende a usar sua potência sem destruir a casa que a tornou possível.

A segunda lei da termodinâmica talvez nos lembre, com outra linguagem, que tudo tende à transformação, à dispersão, à perda de forma. A vida, por sua vez, cria ordem local, organiza, compõe, resiste por algum tempo ao caos. Mas essa resistência não é infinita. Toda forma exige energia. Toda casa exige cuidado. Todo corpo exige manutenção. Toda relação exige atenção. Todo planeta habitável exige respeito.

O livre-arbítrio não suspende as leis da vida.

Escolher melhor não garante controle absoluto. A fé não impede todas as perdas. A virtude não elimina o acaso. A verdade não assegura recompensa material. A mentira, às vezes, vence por algum tempo. A generosidade pode ser ferida. A maldade pode prosperar. O mundo não se organiza segundo nossas expectativas morais imediatas.

Mas isso não torna a escolha irrelevante.



Pelo contrário. Escolher é participar da direção da própria vida dentro dos limites do real. Escolhemos sementes, ainda que não controlemos todas as estações. Escolhemos alimento para o corpo, para a mente e para a alma. Escolhemos palavras, ambientes, companhias, narrativas, hábitos, gestos. Escolhemos, sempre que possível, que frequência alimentar em nós.

Ódio é um alimento. Mentira é um alimento. Vaidade é um alimento. Medo é um alimento. Beleza também. Gratidão também. Ágape também.

Do que você se alimenta, algo em você passa a vibrar.

Essa frase pode soar abstrata, mas é bastante concreta. Quem se alimenta de ruído adoece a atenção. Quem se alimenta de humilhação tende a reproduzi-la ou a viver sob sua sombra. Quem se alimenta de cinismo perde a capacidade de reverência. Quem se alimenta de beleza talvez não se torne puro, mas ganha outra medida para a vida.

O mesmo vale para o corpo.

Água, sal, açúcar, excesso, falta, pressa, cuidado. O corpo responde. A mente também responde aos alimentos que recebe: livros, telas, músicas, conversas, notícias, pensamentos repetidos, ambientes de medo ou confiança. A alma, se quisermos usar essa palavra, também se alimenta: de silêncio, oração, arte, natureza, compaixão, presença, sentido.

A caminhada é feita dessas escolhas.

Elas não garantem sucesso, fama, dinheiro, beleza física, status ou imunidade diante da dor. Mas definem algo mais profundo: o tipo de pessoa que vamos nos tornando enquanto atravessamos o mundo. Não escolhemos tudo que nos acontece. Mas algumas escolhas definem o modo como responderemos ao que acontece.

Conviver com as próprias escolhas nos torna responsáveis.



A trilha escolhida não elimina pessoas diferentes, conflitos, perdas e turbulências. O destino, se existe, não nos poupará de encontros difíceis. Com muitos teremos de conviver. De outros precisaremos nos afastar. Alguns se tornarão aliados. Outros serão mestres involuntários. A diferença não é inimiga por si. Pode ser convite, espelho, limite, aprendizado.

O mal e o bem talvez sejam, em parte, palavras humanas para traduzir frequências em atos.

Quando a vida se expressa como vício, agressão, mentira, crueldade, desrespeito, sentimos trevas. Quando se expressa como virtude, cuidado, verdade, compaixão, respeito, sentimos luz. As palavras podem variar. A experiência permanece. Há gestos que ampliam a vida. Há gestos que a reduzem.

A tradição cristã condensou isso de modo poderoso ao dizer que amar a Deus e amar o próximo são mandamentos inseparáveis.

O essencial não está em disputar Deus como propriedade. Está em viver, tanto quanto possível, na frequência do amor fraterno e universal. Se uma religião gera desamor em nome do amor, alguma coisa se perdeu. Se a crença se transforma em alibi para castrar, punir, humilhar ou perseguir, ela se afastou do ágape. Quem usa Deus contra a vida talvez esteja defendendo mais o próprio medo do que o divino.

A obsessão por provar Deus pode nos distrair daquilo que Deus, para quem crê, deveria inspirar.

Amor. Justiça. Compaixão. Humildade. Cuidado. Grandeza de alma. Respeito pela vida. Pérsio dizia, em essência, que é preciso aprender o que a divindade quis que fôssemos e qual é nosso lugar no mundo humano. A pergunta é bela porque desloca a soberba: qual é o meu lugar? Não como dono absoluto, mas como participante.

Espinosa lembrava que confundimos facilmente a natureza divina com a humana, atribuindo a Deus afetos que talvez sejam nossos.



A frase permanece atual. Projetamos no céu nossos medos, raivas, desejos de vingança, necessidades de controle. Depois obedecemos a essas projeções como se fossem mandatos do alto. Talvez parte da emancipação espiritual consista em devolver ao humano aquilo que é humano, e reservar ao divino — ou ao mistério — uma grandeza que não caiba em nossas paixões.

A mãe natureza nos ajuda nessa humildade.

Ela não bajula. Não negocia com vaidade. Não aceita eternamente abusos sem consequências. Não se curva a discursos. A flor não floresce porque fomos importantes. O rio não corre porque merecemos. O sol não nasce em nossa homenagem. E, ainda assim, tudo isso nos sustenta.

Essa gratuidade deveria nos educar.

Bertrand Russell escreveu sobre a grandeza da alma como abertura ampla da mente. A pessoa que toca, ainda que por instantes, essa grandeza, dificilmente se contenta em ser mesquinha, egoísta e assombrada apenas por males triviais. Ela começa a ver a si, a vida e o mundo com mais amplitude. Percebe a brevidade da existência e, justamente por isso, sente alegria em libertar-se de certos medos.

Grandeza de alma não é grandiosidade do ego.

É o contrário.

É abrir janelas. Permitir que ventos de muitas partes entrem. Reconhecer que somos frágeis e, ainda assim, portadores de algo valioso: a possibilidade de refletir o mundo dentro de uma mente individual. O ser humano, quando não se fecha em mesquinharia, pode espelhar uma parte do universo conhecido. Pode ser pequeno e vasto ao mesmo tempo.

Talvez seja isso que a mãe natureza espera de seu filho inquieto.

Não obediência cega. Não infantilidade eterna. Não destruição orgulhosa. Não perfeição higienizada. Não medo travestido de religião. Não técnica sem compaixão.

Ela talvez espere maturidade.



Que o Sapiens aprenda a mostrar suas criações sem destruir o colo que as tornou possíveis. Que use a ciência para curar, não apenas dominar. Que use a imaginação para reunir, não apenas dividir. Que use a palavra para cuidar, não apenas vencer. Que use a liberdade para escolher melhor seus alimentos do corpo, da mente e da alma.

Escolha a sua jornada.

Faça a sua trilha.

Mas lembre-se: nenhuma trilha é verdadeiramente bela se esquece a casa viva onde foi aberta.

O amor ágape, quando se volta à natureza, torna-se respeito. Quando se volta à ciência, torna-se cuidado. Quando se volta ao outro, torna-se compaixão. Quando se volta a si mesmo, torna-se humildade. Quando se volta ao tempo, torna-se gratidão.

Talvez a humanidade ainda esteja aprendendo a dizer:

“Mãe, olha o que eu fiz.”

E, depois de uma pausa mais madura:

“Agora me ensina a cuidar melhor.”



CAPÍTULO 18

18

O GRANDE REENCONTRO

“A fonte da vida não estava perdida.”



Talvez toda caminhada seja, no fundo, uma tentativa de reencontro.

Não apenas reencontro com alguém que perdemos, com uma casa que deixamos, com uma infância distante, com uma paisagem antiga, com uma fé abandonada ou com uma versão esquecida de nós mesmos. Tudo isso importa. Mas há um reencontro mais profundo: o retorno à fonte da vida.

A fonte não está em um lugar distante.

Não é um ponto geográfico, uma cidade sagrada, uma montanha inacessível, um templo perfeito, uma resposta guardada por poucos. A fonte da vida talvez esteja mais perto e, por isso mesmo, mais difícil de reconhecer. Está naquilo que pulsa antes das máscaras. Na respiração que nos sustenta antes da opinião. No amor que ainda pode nascer depois do medo. Na presença que sobrevive às ficções que criamos sobre nós.

Muitas vezes, porém, vivemos desconectados dessa fonte.

Afastamo-nos dela aos poucos. Primeiro por necessidade, depois por hábito, depois por esquecimento. Aprendemos a agradar, competir, defender, parecer, provar, conquistar, responder, acumular, justificar. Criamos personagens para sobreviver. Alguns foram necessários. Outros, com o tempo, tornaram-se prisões. Um dia percebemos que já não sabemos exatamente onde termina a vida e onde começa a representação.

A desconexão raramente acontece de uma vez.

Ela se instala como poeira. Uma escolha pequena contra a própria verdade. Uma palavra engolida. Um desejo negado por medo. Uma alegria ridicularizada. Uma dor nunca acolhida. Um amor transformado em controle. Uma vocação esquecida. Uma beleza desprezada. Uma fé congelada. Uma culpa repetida. Um hábito que parecia inocente e foi ocupando a casa inteira.

Quando percebemos, estamos longe.



Continuamos funcionando. Trabalhamos, falamos, compramos, opinamos, sorrimos, respondemos mensagens, cumprimos papéis. Por fora, a vida pode parecer organizada. Por dentro, algo se perdeu. Não se trata necessariamente de tragédia visível. Às vezes é apenas uma sensação persistente de desalinhamento, como se a música continuasse tocando, mas já não estivéssemos no compasso.

O reencontro começa quando essa distância se torna insuportável.

Há quem chame isso de crise. Há quem chame de despertar. Há quem chame de cansaço. Há quem chame de graça. O nome importa menos do que o movimento: algo em nós já não aceita viver apenas na superfície. A vida pede retorno. Não retorno ao passado, porque o passado não existe mais como casa habitável. Retorno à fonte que o passado, às vezes, apenas encobriu.

Retornar não é voltar a ser quem fomos.

É reencontrar aquilo que nunca deveria ter sido abandonado.

A criança que fomos talvez ainda guarde uma chave. Não a criança idealizada, sem dor, sem medo, sem contradição. Mas a criança que sabia olhar antes de julgar tanto. Que se espantava. Que perguntava. Que ria. Que inventava mundos. Que desejava ser vista não por performance, mas por existência. Que dizia: “olha o que eu fiz” e esperava não uma avaliação técnica, mas um olhar de amor.

Essa criança não desapareceu.

Foi coberta por camadas. Algumas necessárias, outras duras demais. Crescer exige aprender limites, suportar frustrações, adiar desejos, trabalhar, cuidar, responder pela própria vida. Mas crescer não deveria significar matar a fonte. Quando o adulto perde toda capacidade de espanto, quando transforma o coração em planilha, quando só conhece defesa, cálculo e cansaço, algo da criança vital foi exilado.

O reencontro passa por chamá-la de volta.



Não para infantilizar a vida, mas para devolver-lhe alma. Um adulto sem criança interior pode tornar-se eficiente, mas muitas vezes empobrece. Um adulto governado apenas pela criança interior também se perde, porque recusa responsabilidade. A maturidade talvez seja outro arranjo: a criança oferece espanto; o adulto oferece forma. A criança oferece imaginação; o adulto oferece cuidado. A criança oferece alegria; o adulto oferece direção.

Fonte da vida é essa integração.

O que se dispersou precisa conversar. Corpo e alma. Razão e afeto. Memória e futuro. Desejo e limite. Riso e disciplina. Beleza e responsabilidade. Amar-se não é aprovar tudo em si. É reunir as partes expulsas e perguntar o que cada uma veio ensinar.

Há uma parte de nós que quer voltar para casa.

Mas casa, aqui, não é necessariamente a casa da infância. Às vezes aquela casa já não existe. Às vezes nunca foi abrigo suficiente. Às vezes foi também lugar de medo. A casa do reencontro é outra: uma morada interior menos hostil, menos colonizada por vozes alheias, menos tomada pelo barulho do mundo.

Muitos passam a vida buscando essa casa fora.

Em relações, conquistas, religiões, viagens, objetos, trabalhos, títulos, prazeres, comunidades, cidades. Algumas dessas buscas são legítimas. Precisamos de vínculos, lugares, pertencimento, experiências. O erro está em exigir que algo externo resolva sozinho a cisão interior. Nenhum lugar nos acolherá completamente se não houver alguma hospitalidade dentro de nós.

O reencontro pede hospitalidade consigo mesmo.

Receber a própria história sem transformar tudo em acusação. Receber as quedas sem fazer delas identidade eterna. Receber a dor sem usá-la como arma permanente. Receber os dons sem vaidade. Receber a fragilidade sem desprezo. Receber o desejo de amar sem vergonha. Receber a finitude sem fugir de sua lição.

Talvez a fonte da vida fale baixo.



Não grita como a vaidade. Não seduz como o poder. Não promete como o consumo. Não exige palco. Ela murmura em certos instantes: quando a respiração se acalma; quando uma música antiga abre uma porta; quando uma pessoa amada olha sem cobrar; quando a natureza nos devolve proporção; quando uma oração não pede nada, apenas agradece; quando o silêncio deixa de ser vazio e se torna presença.

Muitas canções parecem tocar esse lugar.

Não porque tragam respostas definitivas, mas porque acordam em nós algo anterior às defesas. Uma voz pode nos devolver a uma memória que não sabíamos viva. Um refrão pode trazer de volta alguém que partiu. Uma melodia pode nos lembrar que o amor foi real, mesmo quando a forma acabou. A música tem esse poder de reencontro: ela atravessa o tempo sem pedir licença.

Por isso, algumas canções falam de retorno, de chamado, de promessa, de alguém que espera, de alguém que parte, de alguém que deseja voltar.

Mas o que importa não é repetir suas letras.

O que importa é reconhecer o movimento: existe em nós uma saudade de unidade. Uma saudade de casa. Uma saudade de um amor que não precise provar-se o tempo todo. Uma saudade de pertencer à vida sem estar permanentemente em guerra contra ela.

Essa saudade pode ser perigosa se virar fuga.

Há pessoas que confundem fonte com nostalgia. Querem retornar a uma idade, a uma relação, a uma certeza, a um tempo em que imaginam ter sido inteiras. Mas nenhum passado deve ser transformado em paraíso perdido. O reencontro verdadeiro não é regressão. É integração. O passado entra, mas não governa. A memória ilumina, mas não aprisiona.

A fonte não está atrás.

Está abaixo, dentro, antes e adiante.



Está abaixo porque sustenta. Está dentro porque pulsa. Está antes porque nos antecede. Está adiante porque nos chama a uma forma mais inteira de viver. Por isso, reencontrar a fonte não significa parar a caminhada. Significa caminhar com outra qualidade de presença.

Há uma diferença entre viver empurrado e viver chamado.

Quem vive empurrado se move apenas por medo, obrigação, culpa, comparação ou sobrevivência. Quem vive chamado também enfrenta tudo isso, mas sente alguma direção. Não uma direção rígida, nem uma missão grandiosa necessariamente. Pode ser simples: cuidar melhor, amar melhor, criar algo verdadeiro, ensinar, aprender, cultivar uma casa, reparar um erro, servir, escrever, plantar, acompanhar alguém.

O chamado devolve sentido ao passo.

Sem ele, até a liberdade pode parecer vazia. Com ele, até tarefas humildes ganham dignidade. Nem tudo precisa ser espetacular. A fonte da vida muitas vezes se manifesta justamente no que é simples e fiel: preparar o alimento, ouvir alguém, fechar um ciclo com respeito, cuidar de uma planta, terminar um trabalho com honestidade, pedir perdão, caminhar ao sol, não endurecer depois de uma ferida.

O grande reencontro não é necessariamente dramático.

Às vezes, acontece em silêncio. Uma manhã em que a pessoa percebe que não quer mais viver contra si. Uma tarde em que decide não alimentar uma velha mágoa. Uma noite em que entende que um amor acabou, mas não precisa virar ódio. Um dia em que aceita envelhecer sem declarar guerra ao próprio corpo. Um instante em que olha para o céu e sente gratidão sem saber explicar.

Também pode acontecer na dor.

A dor arranca fantasias. Nem sempre nos torna melhores. Seria injusto afirmar isso. Mas pode abrir uma brecha. Pode mostrar o que realmente importa. Pode revelar quem permanece. Pode mostrar que certas ambições eram pequenas demais. Pode obrigar a pessoa a perguntar: de que fonte estou vivendo?



Essa pergunta é decisiva.

Vivo da fonte do medo? Da fonte da vaidade? Da fonte da culpa? Da fonte da comparação? Da fonte do ressentimento? Da fonte do amor? Da fonte da beleza? Da fonte da gratidão? Da fonte da vida?

O que nos alimenta nos forma.

Quando bebemos da fonte errada por muito tempo, o corpo inteiro sente. A palavra endurece. O olhar perde confiança. A alegria diminui. O mundo parece ameaça. Os outros se tornam concorrentes, juízes, obstáculos ou instrumentos. A vida vira defesa. A fonte contaminada produz uma existência contaminada.

Mas há outras águas.

Águas de silêncio. De presença. De amizade. De verdade. De oração. De arte. De natureza. De cuidado. De reconciliação. De limite justo. De estudo. De trabalho honesto. De amor sem captura. De riso compartilhado. De beleza humilde.

Beber dessas águas não nos torna invulneráveis.

Apenas nos devolve alguma vitalidade. E vitalidade é diferente de euforia. A euforia sobe e cai. A vitalidade sustenta. Ela permite que o caminhante continue mesmo quando não está feliz, mesmo quando sente medo, mesmo quando a estrada exige paciência. Vitalidade é fonte em movimento.

O grande reencontro talvez seja, então, uma reconciliação com a vida como ela é.

Não com a vida idealizada. Não com a vida sem morte, sem perda, sem limite, sem conflito. Reencontro com esta vida: breve, imensa, contraditória, feita de matéria e mistério, de casas e estrelas, de pão e despedida, de infância e velhice, de amor e impossibilidade.

A fonte da vida não nos promete permanência.

Promete apenas participação.



Participamos por algum tempo. Recebemos corpo, nome, língua, vínculos, paisagens, oportunidades, feridas, talentos, perguntas. Atravessamos. Oferecemos algo ou desperdiçamos muito. Aprendemos pouco, talvez. Amamos como conseguimos. Depois devolvemos. E a vida continua, com ou sem nossas explicações.

Essa percepção pode entristecer.

Mas também pode libertar.

Se tudo passa, não preciso possuir tudo. Se tudo muda, não preciso transformar cada mudança em ofensa. Se tudo é passagem, posso cuidar melhor do instante. Se o outro também passa, posso amá-lo com menos soberba. Se eu também passo, posso parar de adiar indefinidamente a vida.

O reencontro com a fonte é também reencontro com a finitude.

A morte não aparece aqui como terror paralisante, mas como medida. Ela recoloca as coisas em proporção. Muitas vaidades perdem sentido diante dela. Muitas disputas revelam sua pobreza. Muitas palavras não ditas tornam-se urgentes. Muitos abraços adiados denunciam sua fragilidade.

A vida, quando lembrada como finita, pede presença.

Talvez por isso o grande reencontro tenha algo de retorno e de despedida ao mesmo tempo. Retornamos à fonte, mas não para permanecer imóveis diante dela. Retornamos para seguir melhor. Para partir melhor. Para amar melhor. Para morrer, um dia, menos ausentes da própria vida.

Avanti, caminhante.

Não como grito de pressa. Como chamado de continuidade. Avanti porque a estrada ainda chama. Avanti porque reencontrar a fonte não encerra a jornada. Avanti porque a vida não nos pede pureza absoluta, mas presença mais honesta. Avanti porque ainda há relações a cuidar, palavras a dizer, gestos a reparar, beleza a reconhecer, generosidade a praticar.

O grande reencontro não é chegada triunfal.



É voltar a beber da água certa.

É reconhecer que a fonte da vida não estava perdida. Nós é que, por medo, ruído, dor, orgulho ou distração, havíamos nos afastado demais para escutá-la.

Ela continuava ali.

No corpo que respira. Na terra que sustenta. No amor que não possui. Na beleza que reúne. No riso que liberta. Na criança que espera ser acolhida. No silêncio que não acusa. Na gratidão que retorna.

E, quando o caminhante se aproxima dessa fonte, talvez não precise dizer muito.

Basta ajoelhar-se por dentro, lavar o rosto e continuar andando.



CAPÍTULO 19

19

ATÉ 2061!

“O intervalo é a nossa vida.”



Em 28 de julho de 2061, se os cálculos se confirmarem, o cometa Halley voltará a se aproximar da Terra.

Ele já passou muitas vezes antes de nós. Passará de novo depois de muitos de nós. Em sua longa órbita, atravessou impérios, guerras, nascimentos, descobertas, incêndios, poemas, fomes, revoluções, amores, despedidas, cidades erguidas e cidades desaparecidas. Viu a humanidade mudar de roupa, de língua, de técnica, de crença, de medo. E continuou sua rota silenciosa.

Talvez por isso sua imagem nos comova.

O cometa volta. Nós, talvez, não.

Essa constatação não precisa ser mórbida. Pode ser apenas lúcida. Há uma humildade profunda em pensar que algo retornará ao céu quando muitos dos nossos projetos, urgências, disputas e vaidades já tiverem perdido forma. O Halley nos obriga a olhar para a vida em outra escala. Não a escala do e-mail, da agenda, do trânsito, da irritação cotidiana, da pequena vitória ou da ofensa guardada. A escala do tempo longo.

Diante dela, somos breves.

Mas brevidade não significa insignificância. Uma flor é breve. Uma canção é breve. Um abraço é breve. Uma infância é breve. Um entardecer é breve. Nem por isso deixam de importar. Talvez importem justamente porque passam. A duração não é o único critério de valor. Há instantes que atravessam uma vida inteira. Há palavras que permanecem depois de quem as disse. Há gestos pequenos que mudam o destino de alguém.

O problema não é passar.

Tudo passa.

O problema é passar sem presença. Passar sem amor. Passar como quem apenas ocupa espaço, consome tempo, reage a estímulos, acumula pequenas defesas e chega ao fim sem ter realmente habitado a própria existência. A finitude não nos acusa. Ela apenas pergunta, silenciosamente: o que você fará com o tempo que recebeu?



Até 2061, muita coisa acontecerá.

Crianças de hoje serão adultas. Adultos de hoje serão idosos. Muitos que agora planejam, trabalham, amam, brigam, sonham e sofrem talvez já não estejam aqui. Algumas casas mudarão de moradores. Algumas empresas desaparecerão. Algumas cidades crescerão. Outras se transformarão de modo imprevisível. Novas tecnologias surgirão. Novas dores também. Novas formas de beleza talvez apareçam.

E o cometa seguirá sua órbita.

Há algo de consolador nessa indiferença cósmica. Ela nos devolve proporção. Nem tudo gira ao nosso redor. Nem tudo depende da nossa ansiedade. Nem todo drama particular merece o tamanho que lhe damos. A vida é imensa demais para caber nas nossas urgências. Ao mesmo tempo, essa imensidão não diminui a responsabilidade do gesto pequeno. Pelo contrário: torna-o mais precioso.

Se somos breves, cada gesto conta mais.

Não porque seremos lembrados para sempre. Talvez não sejamos. A maior parte dos seres humanos será esquecida como nome. Não haverá estátuas, livros, ruas, retratos, biografias. Mas isso não significa que sua passagem tenha sido vazia. Uma mãe que cuidou de um filho. Um amigo que sustentou outro em silêncio. Um professor que abriu uma janela. Uma pessoa que evitou uma crueldade. Uma árvore plantada. Uma palavra de amor dita a tempo. Tudo isso participa da continuidade da vida.

Nem todo legado tem monumento.

Alguns legados são invisíveis. Permanecem no modo como alguém aprendeu a amar porque foi amado. No medo que diminuiu porque alguém ofereceu presença. Na coragem que nasceu de uma palavra. No cuidado que uma criança recebeu e depois ofereceu a outros. Na dignidade de um trabalho bem feito. Na lembrança de uma casa onde havia pão, humor e alguma ternura.

A caminhada não precisa provar grandeza ao universo.



O universo talvez não peça nossas justificativas. A vida, porém, pede nossa participação. Não nos cabe controlar o céu, mas podemos cuidar da forma como atravessamos a terra. Não sabemos se veremos o Halley voltar. Mas sabemos que hoje alguém pode precisar de nós. Hoje uma palavra pode ferir ou reparar. Hoje uma escolha pode nos aproximar ou afastar da fonte. Hoje ainda podemos caminhar.

Há muita arrogância em viver como se a vida fosse interminável.

Não arrogância consciente, talvez. Mais uma distração. Agimos como se sempre houvesse tempo. Tempo para pedir perdão. Tempo para visitar. Tempo para cuidar do corpo. Tempo para dizer amor. Tempo para mudar de rota. Tempo para escrever, plantar, agradecer, reconciliar, encerrar com respeito, começar de novo. Mas o tempo não nos pertence dessa maneira.

Ele nos atravessa.

Quando somos jovens, o tempo parece amplo. Depois, aos poucos, vai mostrando sua textura. Algumas pessoas partem cedo demais. Algumas oportunidades não retornam. Alguns vínculos, quando negligenciados por muito tempo, perdem o caminho de volta. Algumas palavras não ditas ficam suspensas. Algumas cartas nunca são enviadas. Algumas viagens nunca acontecem. Algumas versões de nós deixam de existir antes que percebamos.

Ainda assim, não devemos viver em desespero.

A consciência da finitude não precisa produzir pânico. Deve produzir presença. Uma presença mais sóbria, mais agradecida, menos arrogante. Saber que a vida acaba não significa correr sem parar. Significa escolher melhor o passo. Às vezes, justamente por saber que o tempo é finito, precisamos desacelerar. Olhar. Escutar. Respirar. Estar com quem amamos sem transformar tudo em preparação para outro momento.

A finitude devolve valor ao agora.



Não a um agora superficial, ansioso por prazer imediato. Mas a um agora habitado. Este café. Esta conversa. Esta tarde. Esta pessoa. Este livro. Esta dor que precisa ser atravessada. Este corpo que pede cuidado. Esta paisagem. Esta chance de não repetir uma velha violência. Este instante em que ainda é possível agir com mais amor.

Talvez o Halley nos ensine justamente isso.

Ele volta porque cumpre sua órbita. Nós não voltamos da mesma forma. Nossa órbita é outra. Somos feitos de infância, juventude, maturidade, velhice, lembrança e desaparecimento. Mas também somos feitos de transmissão. Algo nosso passa adiante: genes, palavras, gestos, obras, afetos, traumas, curas, exemplos, erros, sementes.

A pergunta é o que desejamos transmitir.

Medo ou coragem? Ressentimento ou reconciliação? Cinismo ou beleza? Controle ou cuidado? Ruído ou palavra justa? Destruição ou generosidade? Desamor ou ágape?

Não transmitimos apenas aquilo que ensinamos. Transmitimos também o modo como vivemos. Uma criança aprende com discursos, mas aprende ainda mais com atmosferas. Um aluno aprende com conteúdos, mas também com a presença do mestre. Uma comunidade aprende com regras, mas também com os gestos repetidos de quem a compõe. Cada vida cria frequência ao redor de si.

Por isso, continuar andando é também cuidar daquilo que irradiamos.

Não se trata de pureza. Ninguém atravessa a vida sem contradição. Haverá dias de irritação, medo, egoísmo, tristeza, cansaço, impaciência. A questão não é tornar-se criatura perfeita antes do cometa voltar. A questão é não abandonar o trabalho de amadurecer. Não permitir que a própria sombra governe tudo. Não desistir de aprender a amar melhor.

Até 2061, talvez eu esteja aqui.

Talvez não.



A frase tem uma simplicidade que desarma. Quem sabe? O futuro não nos prometeu presença. Posso imaginar o céu daquele ano, pessoas olhando para cima, crianças perguntando, velhos lembrando que ouviram falar do cometa quando eram pequenos. Posso imaginar alguém em uma cidade qualquer, talvez lendo estas palavras já antigas, talvez sorrindo da esperança de quem escreveu antes.

Se eu ainda estiver aqui, olharei para o céu com gratidão.

Se não estiver, espero ter caminhado o bastante para deixar alguma forma de amor, alguma beleza, alguma palavra útil, alguma lembrança que não pese. Espero ter errado menos do que poderia. Espero ter pedido perdão quando necessário. Espero ter amado sem capturar tanto. Espero ter aprendido a rir de mim. Espero ter cuidado melhor da terra que pisei e das pessoas que encontrei.

Não se trata de desejar uma biografia impecável.

Isso seria vaidade. Trata-se de desejar uma vida mais verdadeira. Uma vida em que a luz recebida tenha voltado a circular. Uma vida em que a dor não tenha sido apenas dor, mas também aprendizado. Uma vida em que o medo não tenha sido casa definitiva. Uma vida em que a beleza não tenha sido ignorada por pressa.

O cometa Halley será, para muitos, apenas um fenômeno astronômico.

E isso já é belo. Uma rocha gelada, poeira, órbita, gravidade, cálculo, história celeste. A ciência basta para torná-lo extraordinário. Mas, para o caminhante, ele também pode ser símbolo. Um lembrete de que pertencemos a uma história maior do que nossa biografia. Um chamado à humildade. Uma pergunta brilhando no céu: como você atravessou o intervalo entre uma passagem e outra?

O intervalo é a nossa vida.



Entre dois retornos do cometa, cabem gerações inteiras. Cabem amores, guerras, invenções, músicas, livros, crianças, funerais, reconciliações, jardins, doenças, curas, cidades, despedidas. Cabe também a nossa breve oportunidade de participar da caminhada.

Talvez não precisemos fazer algo grandioso.

Talvez precisemos fazer algo verdadeiro.

Olhar o mundo com mais reverência. Amar sem transformar tudo em posse. Oferecer sem exigir sempre retorno. Cuidar da mãe natureza. Rir quando a alma endurece. Buscar beleza onde o ruído quer vencer. Dizer a palavra necessária. Deixar partir o que já cumpriu seu ciclo. Continuar andando.

Quando o Halley voltar, alguém estará vivo para vê-lo.

Talvez essa pessoa carregue um pouco de nós, mesmo sem saber. Um gesto nosso pode ter passado adiante. Uma ideia. Uma gentileza. Uma coragem. Um amor. Uma ferida também, se não tivermos cuidado. Somos sempre ancestrais de algum futuro, mesmo quando não temos filhos. Cada vida deixa rastros no campo comum.

É por isso que a finitude não é apenas limite.

É responsabilidade.

Ser passageiro não nos absolve. Ao contrário: exige que passemos melhor. Quem sabe que não ficará para sempre deveria pisar com mais cuidado, amar com mais delicadeza, criar com mais honestidade, agradecer com mais frequência, despedir-se com menos orgulho.

Até 2061!

A frase soa quase como promessa e brincadeira. Como quem marca um encontro com o céu. Mas, por trás dela, há uma verdade silenciosa: talvez não nos vejamos lá. Talvez a caminhada de muitos termine antes. Talvez outros cheguem. Talvez o mundo esteja diferente demais. Talvez, ainda assim, alguma criança olhe para cima e sinta o mesmo espanto antigo.



Que ela encontre um mundo menos bruto.

Que encontre rios mais limpos. Cidades mais humanas. Adultos menos governados pelo medo. Memórias menos pesadas. Tecnologias mais cuidadosas. Religiões menos violentas. Escolas mais sensíveis. Famílias menos prisioneiras do controle. Pessoas mais capazes de ágape.

Não sei se esse mundo virá.

Mas sei que cada caminhada participa, de algum modo, da sua possibilidade.

O cometa seguirá sua rota. Nós seguimos a nossa. E, enquanto houver tempo, ainda podemos escolher a qualidade do passo.

Porque um dia a luz volta a ser luz.

E nós, que por um instante a recebemos em forma de vida, talvez sejamos chamados apenas a devolvê-la um pouco mais limpa.



CAPÍTULO 20

20

CONTINUE ANDANDO, CAMINHANTE

“Avanti, caminhante. Continue andando.”



Um dia, todos seremos estrela cadente.

Passaremos pelo céu de alguém por um instante. Talvez deixemos brilho. Talvez sejamos lembrados por um gesto, uma palavra, uma casa, um livro, uma música, um cuidado, um erro reparado, uma ternura oferecida no momento certo. Talvez quase ninguém perceba nossa passagem. Ainda assim, teremos atravessado a noite.

A vida é breve.

Mesmo quando dura muitos anos, é breve. Breve diante das montanhas. Breve diante dos rios. Breve diante das estrelas. Breve diante do tempo profundo da Terra. Mas essa brevidade não nos diminui. Ela apenas nos devolve medida. Não estamos aqui para possuir tudo, entender tudo, vencer tudo, controlar tudo. Estamos aqui para participar.

Participar da vida já é imenso.

Respirar. Amar. Errar. Aprender. Cuidar. Rir. Chorar. Construir. Perder. Recomeçar. Atravessar. Olhar para trás, às vezes, sem ficar preso. Olhar para frente, às vezes, sem transformar o futuro em fuga. Habitar o presente como quem sabe que ele não ficará para sempre.

A caminhada não termina porque entendemos algo.

Entender é apenas um passo. A vida continuará nos testando. O medo voltará em outras formas. A vaidade encontrará novos disfarces. A tristeza baterá novamente à porta. A beleza, às vezes, parecerá distante. O amor, em alguns dias, será difícil. A paciência falhará. O corpo mudará. Pessoas partirão. Certas perguntas permanecerão sem resposta.

Mesmo assim, continue andando.

Não como quem corre para chegar logo. Não como quem foge de si. Não como quem transforma a vida em competição. Continue andando como quem honra o fato de estar vivo. Um passo mais atento. Uma palavra menos dura. Um gesto mais generoso. Um silêncio mais justo. Uma despedida mais limpa. Uma alegria pequena acolhida sem vergonha.



A caminhada não exige perfeição.

Exige presença.

Presença diante do amor que chega. Presença diante do amor que parte. Presença diante da criança que pede olhar. Presença diante do velho que pede paciência. Presença diante do corpo que pede cuidado. Presença diante da natureza que pede respeito. Presença diante da morte que, ao lembrar seu limite, devolve valor ao dia.

Talvez toda sabedoria caiba em aprender a não desperdiçar completamente o presente.

Não desperdiçar a manhã comum. Não desperdiçar o amigo fiel. Não desperdiçar o pão sobre a mesa. Não desperdiçar a casa possível. Não desperdiçar a chance de pedir perdão. Não desperdiçar a beleza que passa. Não desperdiçar a vida tentando parecer maior do que se é.

A grandeza humana talvez comece quando aceitamos nossa pequenez sem amargura.

Somos pequenos, sim. Mas podemos amar. Somos frágeis, sim. Mas podemos cuidar. Somos passageiros, sim. Mas podemos deixar rastros de beleza. Somos contraditórios, sim. Mas podemos aprender a ferir menos. Somos incompletos, sim. Mas podemos colocar em comum aquilo que recebemos.

Nada disso é pouco.

Às vezes, a vida parecerá pesada demais. Nesses dias, não tente carregar o universo inteiro. Carregue apenas o próximo passo. Beba água. Respire. Olhe o céu. Peça ajuda. Sente-se um pouco. Volte quando puder. A caminhada também inclui pausas. Há descansos que não são desistência. Há silêncios que preparam novas palavras. Há noites que protegem sementes.

Não transforme todo cansaço em fracasso.



O caminhante também se cansa. Também se confunde. Também perde a direção. O importante é não fazer da queda uma identidade definitiva. Cair é humano. Permanecer caído por orgulho pode ser desnecessário. Levantar-se, quando chegar a hora, é uma forma humilde de fé.

Fé não apenas em Deus, para quem crê.

Fé na vida. Fé na possibilidade de aprender. Fé na existência de uma beleza que retorna. Fé na força de um gesto de amor. Fé na palavra que repara. Fé na ponte que ainda pode ser atravessada.

Ao longo deste livro, caminhamos por muitas imagens: a rocha vagante, o trem da noite, Pinóquio, Beethoven, Godot, o gene egoísta, a trave no olho, o barco no escuro, o viator, o riso, a beleza, o ágape, a mãe natureza, a fonte da vida, o cometa Halley.

Todas essas imagens apontam para uma mesma intuição: viver é atravessar.

Atravessar sem possuir a estrada. Atravessar sem endurecer o coração. Atravessar sem confundir medo com destino. Atravessar sem esquecer a beleza. Atravessar sem transformar amor em poder. Atravessar sem deixar de agradecer.

Se este livro acompanhou você até aqui, talvez já tenha cumprido sua função.

Não precisa concordar com tudo. Não precisa guardar todas as frases. Não precisa transformar estas páginas em doutrina. Seria uma traição ao próprio espírito da caminhada. Leve apenas aquilo que tiver coração. Deixe o resto seguir. Cada caminhante saberá, no tempo certo, que palavra lhe pertence.

A vida continuará depois da última página.

É aí que o livro realmente começa.

Na conversa que você terá. No abraço que não vai adiar. Na decisão que precisa tomar. Na casa que precisa cuidar. Na pessoa que precisa escutar. Na ferida que talvez precise parar de alimentar. Na beleza que você poderá reconhecer ao atravessar uma rua comum em um dia qualquer.



Não espere uma grande revelação.

Às vezes, a revelação vem pequena. Uma luz na janela. Uma criança chamando. Um velho sorrindo. Uma planta que voltou a crescer. Um cachorro dormindo ao sol. Uma música que atravessa a tarde. Uma memória que já não machuca do mesmo modo. Um perdão que ainda não está pronto, mas começa a respirar.

A vida fala assim.

Não apenas em trovões. Também em murmúrios.

Se um dia você se sentir perdido, volte ao simples. Volte ao corpo. Volte à respiração. Volte à água. Volte à terra. Volte ao que não precisa de espetáculo para ser verdadeiro. Pergunte de novo: que tipo de caminhante estou me tornando?

Essa pergunta basta por muito tempo.

Não porque resolva tudo, mas porque recoloca a vida em movimento. Quem pergunta assim já não está completamente entregue ao automatismo. Já começou a olhar. E quem olha com honestidade talvez encontre, no meio da poeira, um pequeno rastro de sentido.

Continue andando, caminhante.

Não porque a estrada seja fácil. Não porque tudo esteja explicado. Não porque a dor tenha acabado. Não porque o medo tenha desaparecido. Não porque você tenha se tornado perfeito.

Continue andando porque a vida ainda respira em você.

Porque alguém talvez precise da sua presença. Porque há beleza que você ainda não viu. Porque há amor que você ainda pode oferecer. Porque há palavras que ainda podem curar. Porque há erros que ainda podem ser reparados. Porque há sementes que ainda podem nascer.

E, quando chegar o dia de partir, que seja com menos peso inútil.



Que o último trem leve ressentimentos já cansados. Que a última estrela cadente deixe algum brilho manso. Que a vida recebida tenha circulado um pouco mais adiante. Que o amor não tenha ficado todo represado. Que a beleza não tenha passado completamente despercebida.

No fim, talvez não sejamos donos de quase nada.

Mas podemos ter sido passagem.

E ser passagem para o amor, para a beleza e para o sentido talvez já seja uma forma suficiente de eternidade.

Avanti, caminhante.

Continue andando.



AGRADECIMENTOS



Agradeço, antes de tudo, aos aliados que me acompanharam nesta caminhada.

Somos, em grande parte, resultado daqueles que admiramos, daqueles com quem andamos e daqueles que, de algum modo, nos atravessam. Nossos pais, familiares, companheiros de vida, amigos, mentores, professores, autores, artistas, narradores, mestres visíveis e invisíveis: todos deixam sinais no caminho.

Agradeço aos que encontrei em livros, salas de aula, concertos, teatros, cinemas, conversas, cafés, redes sociais, desabaços e silêncios. Agradeço também aos heróis conhecidos e desconhecidos, do passado e do presente, que abriram trilhas antes de nós. Como dizia Isaac Newton, se vi mais longe, foi por estar sobre ombros de gigantes.

Agradeço aos seres de luz, de todas as dimensões, que nos guiam, inspiram e protegem quando sabemos escutar.

Agradeço aos seres humanos que nos provocam, desafiam e orientam na construção da nossa caminhada. Somos um projeto em permanente elaboração. Um projeto beta, sempre incompleto, sempre em travessia.

Agradeço aos leitores pacientes e generosos que dedicaram sua atenção a estas páginas. Com muitos deles venho dialogando desde 2016 por meio da página A Caminhada, nas redes sociais. Ali nasceu parte importante deste livro, e ali desejo continuar em conexão com tantos companheiros de estrada.

Por fim, agradeço aos parceiros que apoiaram com carinho a criação desta obra, revisando, orientando, encorajando e oferecendo presença. Sem esse apoio, este livro talvez não tivesse encontrado forma.

A caminhada continua.



REFERÊNCIAS E OBRAS DE CAMINHO



Esta não é uma bibliografia acadêmica exaustiva. As obras abaixo foram citadas, mencionadas ou serviram de apoio direto às imagens, perguntas e intuições presentes nesta edição de A Caminhada. Permanecem aqui apenas as referências essenciais à travessia do livro.

TEXTOS ESPIRITUAIS, FILOSÓFICOS E SAPIENCIAIS

BÍBLIA SAGRADA. Edição Pastoral. São Paulo: Paulus, 1991.

CONFÚCIO. Os Analectos.

EPICTETO. A arte de viver: uma nova interpretação de Sharon Lebell. Rio de Janeiro: Sextante, 2018.

NIETZSCHE, Friedrich. Assim falou Zarathustra.

NIETZSCHE, Friedrich. A gaia ciência. São Paulo: Companhia de Bolso, 2012.

SÊNECA. Sobre a brevidade da vida. Porto Alegre: L&PM Pocket, 2011.

SPINOZA, Benedictus de. Ética. Belo Horizonte: Autêntica, 2016.

WEIL, Simone. A gravidade e a graça.

LITERATURA, POESIA E NARRATIVAS SIMBÓLICAS

BECKETT, Samuel. Esperando Godot. São Paulo: Companhia das Letras, 2017.

CALVINO, Italo. Seis propostas para o próximo milênio: lições americanas. São Paulo: Companhia das Letras, 1990.

COLLODI, Carlo. As aventuras de Pinóquio. São Paulo: Cosac Naify, 2012.

DOSTOIÉVSKI, Fiódor. Os irmãos Karamázov. São Paulo: Editora 34, 2012.

DOSTOIÉVSKI, Fiódor. O idiota.

ECO, Umberto. O nome da rosa.

HEINE, Heinrich. Almensor.

HESSE, Hermann. O lobo da estepe. Rio de Janeiro: Record, 2011.

MACHADO, Antonio. Campos de Castilla.

TOLKIEN, J. R. R. O Senhor dos Anéis.

CIÊNCIA, MENTE E COMPORTAMENTO

ASCHERSON, N. Beethoven's deafness and saga of the stapes. Trans Hunterian Soc., 1965-1966; 24:7-34.

DARWIN, Charles. A origem das espécies.

DAWKINS, Richard. O gene egoísta. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

KAHNEMAN, Daniel. Rápido e devagar: duas formas de pensar. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. Death: The Final Stage of Growth.



PINKER, Steven. Tabula rasa: a negação contemporânea da natureza humana. São Paulo: Companhia das Letras, 2004.

RUSSELL, Bertrand. A conquista da felicidade. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2017.

BELEZA, ARTE, PROPORÇÃO E FORMA

ALBERTI, Leon Battista. Da arte de construir.

DOCZI, György. O poder dos limites: harmonias e proporções da natureza, arte e arquitetura. São Paulo: Publicações Mercuryo Novo Tempo, 2012.

PACIOLI, Luca. A divina proporção.

VITRÚVIO. Da arquitetura.

FILMES, MÚSICA E OBRAS AUDIOVISUAIS CITADAS

CHAPLIN, Charles. Luzes da Cidade. Filme, 1931.

FLEMING, Victor. O mágico de Oz. Filme, 1939.

PRESLEY, Elvis. “If I Can Dream”. Canção, 1968.

WACHOWSKI, Lana; WACHOWSKI, Lilly. Matrix. Filme, 1999.

