

PE. ADRIANO ZANDONÁ



*Construindo a*  
**Felicidade**



*Construindo a*  
**Felicidade**



Pe. Adriano Zandoná

*Construindo a*  
**Felicidade**  
Reflexões sobre questões cotidianas

10ª edição



Canção Nova

EDITORA

EDITORA: Cristiana Negrão  
COORDENADORA EDITORIAL: Jocelma Cruz  
ASSISTENTE EDITORIAL: Marcelo Luiz Bermejo do Amaral  
CAPA: Claudio Tito Braghini Junior  
PROJETO GRÁFICO: Tiago Muelas Filú  
PREPARAÇÃO: Patrícia de Fátima dos Santos  
REVISÃO: Simone Zac

---

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Zandoná, Adriano

Construindo a felicidade / Adriano Zandoná. -- São Paulo, SP:  
10ed. Editora Canção Nova, 2015.

ISBN 978-85-7677-325-2

1. Alegria 2. Fé 3. Felicidade  
4. Felicidade - Filosofia 5. Liberdade 6. Livre arbítrio e determinismo I. Título

12-07376

CDD-158

---

Índices para catálogo sistemático:

1. Felicidade : Psicologia aplicada 158

**EDITORA CANÇÃO NOVA**

Rua João Paulo II, s/n - Alto da Bela Vista  
12630-000 Cachoeira Paulista SP  
Telefone [55] (12) 3186-2600  
e-mail: editora@cancaonova.com  
vendas@cancaonova.com

Home page: <http://editora.cancaonova.com>  
Twitter: editoracn

*Todos os direitos reservados.*

ISBN: 978-85-7677-325-2

© EDITORA CANÇÃO NOVA, Cachoeira Paulista, SP, Brasil, 2012



**Dom Benedito Beni dos Santos  
BISPO DE LORENA**

**IMPRIMATUR**

**CONSTRUINDO A FELICIDADE**

**Pe. Adriano Zandoná**

**Editora Canção Nova**

*Lorena, 15 de junho de 2012*

*+ Benedito Beni dos Santos*

**+ Dom Benedito Beni dos Santos  
Bispo de Lorena**





# Sumário

Apresentação .....	9
Você quer ser feliz? .....	10
A realidade é realmente real .....	19
Dar valor ao que tem valor .....	29
Garimpeiro de si.....	37
Encontrar-se encontrando... ..	43
Amor: alicerce para a felicidade .....	51
Prazer x Alegria .....	59
Vertigem: como lidar com a dor? (Quando o sono se despede... ..	67
Nostalgia: perdas e despedidas .....	81
A força da fraqueza .....	87
O engano do óbvio (Posso perguntar?) .....	97
Família: espaço privilegiado de construção da felicidade .....	107
Ser feliz é... ..	119
Bibliografia.....	126



# Apresentação

É com imenso carinho que faço a apresentação deste livro profundo do nosso irmão Pe. Adriano Zandoná, o qual nos impulsiona a meditar sobre a felicidade e, pouco a pouco, faz com que tenhamos os necessários “materiais” para a construirmos em nossa vida.

Felicidade, como ele mesmo diz, é sairmos de nós mesmos e nos doarmos ao outro.

A felicidade é o *Ágape* vivido no nosso dia a dia.

Nos próximos capítulos você irá meditar profundamente sobre o tema felicidade. E quem não quer ser feliz?

Felicidade é o desejo de todos aqui na terra, mas para que isso aconteça de forma eficaz, é necessário realizar essa construção com os elementos certos (fé, amor e caridade).

Recomendo este livro como uma ferramenta de bênção para sua vida, e creio que ao lê-lo você irá meditar, questionar-se e, a partir daí, dar início a uma nova construção em sua vida, rumo à verdadeira felicidade.

Com minha bênção sacerdotal,

PADRE MARCELO ROSSI

## Você quer ser feliz?

 Confesso que, em minha trajetória pela vida, sempre fui um peregrino que constantemente buscou compreender o que de fato é a felicidade e onde ela realmente mora. Essa sempre foi a minha busca. Contudo, percebo que nem sempre eu a soube procurar em lugares acertados.

Muitas vezes minha razão e meus sentimentos teceram um intenso – e não muito pacífico – diálogo, no qual ambos se questionavam em uma intensa busca para encontrar e apreender a felicidade. Entretanto, razão e sentimentos sempre se perceberam confiados a algumas poucas respostas. Mesmo na ausência de respostas, exerceram sem medo o desafiante ofício de perguntar: *O que é mesmo a felicidade?* Perguntava minha razão, com o desejo de exatidão que lhe é próprio. “Acho que está ali...” responderam os meus sentimentos, ainda que meio desajeitados, mudando logo em seguida a sua opinião. E, na trama de me perguntar sobre o que é a felicidade e como encontrá-la, resolvi propor essa questão também a você que, com certeza,

da mesma forma a deseja encontrar.

Este é um livro para quem deseja compreender – ainda que intuitivamente – o que é a felicidade e qual a sua específica dinâmica, e que, na realidade dos dias, deseja empregar suas energias na busca do que é verdadeiramente essencial para construí-la na própria história.

Confesso que minha intenção com este modesto livro não é, de forma alguma, oferecer a você um “Tratado” teológico, filosófico ou, até mesmo, científico acerca da felicidade e de seus diversos matizes. Não tenho essa pretensão. E mais, este não é um livro para jovens, ou para adultos, ou para padres, ou médicos, ou advogados... Não. Ele foi escrito de modo a não se deixar aprisionar por nenhuma “definição”. *Este é um livro para “gente”, para pessoas, e se você se encaixa nessa descrição, este livro foi escrito para você.*

Também não tenho a pretensão de responder a todas as suas perguntas e inquietações acerca dessa temática. Ao contrário, quero somente perguntar a você e com você, para assim gerar uma contribuição acerca de como funciona este belo processo de construção da felicidade.

Se, ao longo destas páginas, o leitor conseguir refletir e assim fabricar algumas boas respostas para melhor administrar sua existência, com mais realização e felicidade, já me darei por – extremamente – satisfeito.

Honestamente, acredito que todo ser humano deseja ser feliz. Teci a pergunta que encabeça este capítulo apenas a título de – quem sabe – uma provocação... É difícil conceber alguém que na vida exerça conscientemente (e sem alguma demência) a tarefa de construir a infelicidade em sua própria história. Até mesmo os grandes infelizes de nosso tempo e aqueles que estão aprisionados a sérios erros, esses também estão, de alguma maneira, procurando a felicidade.

Todos, com alguma certeza, desejam a felicidade e a realização para sua existência. Mas por que nem todos a conseguem encontrar?

Minha intenção aqui é mais perguntar do que responder... Aprendi a confiar na força das perguntas, que de alguma forma nos libertam do comodismo e nos fazem pensar. Elas estimulam o pensamento dilatando nossa compreensão da vida, nos levando a entender que *a felicidade só pode ser concebida por meio de um gradativo processo de construção*, e que ela nunca poderá acontecer instantaneamente e em um repentino “passe de mágica”.

Expresso aqui também que prefiro a liberdade e o alcance das reticências à dura definição sentenciada pelos pontos finais. As reticências não fecham, abrem, podendo sempre inaugurar... Elas conseguem, de alguma forma, muito acrescentar à nossa percepção da realidade, assim possibilitando um maior alcance à compreensão e em tudo fomentando o pensamento (nos fazendo ir além do apenas aparente).

Confiando no alcance das reticências e na força das perguntas, com certeza, encontraremos algumas boas respostas.

Outras, talvez, nunca encontraremos... Entretanto, intuo que no instrumento da pergunta poderemos, concretamente, encontrar algumas outras respostas: *aquelas que nem mesmo nós sabíamos que procurávamos*<sup>1</sup>.

É preciso que, revestidos de paciência e perseverança, trilhe-mos com profundidade e empenho este caminho de construção da realização<sup>2</sup>. Não desistamos, persigamos esta meta e tenhamos a certeza: iremos nos *surpreender* ao longo deste percurso.

Finalizo retomando a pergunta que encabeça este capítulo – *Você quer ser feliz?* – intuindo, com alguma pretensão, a sua resposta. Eu quero, e acredito que você também, pois tendemos essencialmente a isso. Mas... *o que é mesmo a felicidade?*

Vamos juntos, conduzidos pela força de consistentes e sóbrias perguntas. Caminhemos empreendendo esta construção, tijolo por tijolo, em uma consciente escalada na busca de razões e de sentidos que possam investir nossa história com novas cores, assim fabricando uma nova e melhor compreensão das realidades (fatos e olfatos) que compõem a nossa vida e história.

Trilhemos este caminho, nos empenhemos nesta construção!

---

<sup>1</sup> Confesso que elegi, por intuição e por autenticidade, naquilo que percebo como meu estilo literário, uma linguagem um tanto quanto simbólica, em uma retórica proposital e peculiar à minha compreensão. Entendo nisso não um caminho fadado à prolixidade e à ausência de objetividade, mas um itinerário concreto de uma salutar provocação e construção do pensamento (para fomentar uma nova compreensão).

<sup>2</sup> Termo que, ao longo do livro, utilizarei como sinônimo para felicidade.

## Felicidade

Iniciemos, pois, nossa construção.

Neste início utilizarei uma descrição um tanto mais exigente e conceitual para expressar alguns aspectos da desejada felicidade, contudo, não desanime nem desista de ler. Prometo que, dentro de poucas páginas, tudo se tornará mais suave. Persevere e proponha a você mesmo este desafio: trilhar até o fim este caminho, colocando um por um os tijolos, neste lindo – e exigente – processo de construção da realização.

Então, coloquemos o próximo tijolo.

Busquemos, a partir deste ponto, elementos que nos possibilitem construir – de maneira real e encarnada – a tão sonhada felicidade. Por ora, façamos isso a partir da compreensão do que esta palavra tem a nos propor: a palavra felicidade vem do latim *felicitas* (*felicitatis*), que brota da palavra *felix*. No latim, a palavra *felix*<sup>3</sup> originalmente queria dizer “fértil”, “frutuoso”, que gera frutos, “fecundo”.

Isso se revela muito iluminador para compreendermos, a partir da etimologia da palavra, o que nos propõe este termo que se tornou para nós um conceito específico. A fertilidade e a fecundidade são atributos essenciais para que a felicidade possa verdadeiramente acontecer, ou seja, ela (a felicidade) é uma realidade que só pode se fazer real em solos que se tornam fecundos e férteis.

Ela só será presença concreta em corações que desco-

---

<sup>3</sup> Latim: genitivo - *felicitatis*.

briram que é necessário superar todo fechamento, para assim poder gerar vida, saindo de si e não se trancafiando nas cadeias dos próprios interesses (muitas vezes, extremamente egoístas).

Vivemos em uma época profundamente marcada pelo individualismo e pela preguiça de se ofertar – desinteressadamente. Somos ensinados, desde a mais tenra idade, a buscar somente aquilo que nos interessa: o meu trabalho, o meu futuro, as minhas razões, a minha dor, a minha vida... e, particularmente por isso, muitas vezes não alcançamos uma concreta felicidade. Assim, acabamos perdendo um de seus atributos mais essenciais: a *fecundidade* que faz com que geremos vida ao nosso redor, assim descobrindo novos motivos para construir a própria história além apenas das próprias expectativas e projeções egoísticas.

Sem uma real abertura aos demais não poderá haver uma verdadeira felicidade. Ela é êxodo. *É saída e não chegada*. É encontro com o tu e com o eu<sup>4</sup>. É um constante caminho, e jamais poderá ser encontrada no comodismo e na estaticidade.

Essa referida “saída de nós mesmos” em realidade nos faz mais gente, libertando-nos de apegos e desejos infantis que antes só serviam para nos inchar, escravizando-nos em uma compreensão irreal e alienada de nós mesmos, que somente os nossos olhos – muitas vezes, míopes... – eram capazes de enxergar.

*Felicidade equivale também* – de maneira específica e pre-

---

<sup>4</sup> Desenvolveremos tal reflexão nas seções posteriores.

cisa – à *maturidade*, a uma plenitude humana que liberta de ilusões pretensivas e nos coloca no verdadeiro lugar confiado a nós pela existência. A maturidade é capaz de revelar a verdade acerca de nós mesmos, possibilitando-nos uma peculiar *integração* de nossos múltiplos aspectos: todos os fatos, ganhos e perdas que na vida experienciamos e que não devemos negar nem desprezar, pois tudo isso nos constrói, nos colocando na rota da realização.

Sem dúvida alguma, realizando essa integração – impulsionada pela maturidade – de todos os fatos e etapas que compõem nossa vida, bons e ruins, poderemos ser mais inteiros e aptos a conquistar a felicidade, pois, nesta construção a que estamos nos empenhando, tudo o que vivemos tem o seu valor, tudo ajuda a nos construir e nada pode ser desprezado.

Seguindo ainda a trilha que nos possibilitará a compreensão da felicidade, trago agora a contribuição do filósofo Aristóteles, que nos enriquece significativamente com a sua percepção acerca desta realidade. Para ele a felicidade é conquistada/construída pelo exercício da *virtude* (realidade que possibilita a maturidade) e não da *posse*. Isso nos sinaliza claramente que apenas posses e bens (uma satisfação total dos próprios desejos e instintos) não serão capazes de preencher todas as nossas ausências, e que, se não forem bem geridos e direcionados, poderão até fabricar muitos outros conflitos e vazios.

Já a virtude, que é construída por um esforço contínuo e

responsável, é realidade bem diferente. Ela é amiga da maturidade e costuma com esta sempre se encontrar. A virtude se apresenta como uma luta consciente pela construção do bem e não como uma prática irrefletida que busca apenas a satisfação imediata dos próprios instintos (apenas o prazer pelo prazer).

*A virtude educa, liberta, gera a maturidade.* A posse – sem uma devida e anterior posse de si mesmo – pode tornar-se escravidão, fazendo com que a pessoa seja possuída pelo que tem e assim não o consiga gerir/possuir.

A tão ansiada felicidade que aqui buscamos compreender é realidade que precisa ser conquistada sob vários degraus, em um esforço de contínua *ascese* (subida) e busca pela virtude. Sem bons hábitos (virtudes) que gerem uma vida mais saudável em todos os aspectos (físico, psíquico, emocional e espiritual), a felicidade não encontrará o terreno necessário para poder verdadeiramente acontecer em nós.

É também extremamente necessária a compreensão de que a conquista da felicidade pela via da virtude precisa ser construída a partir de cada fragmento de nossa vida: em cada um dos pedaços que compõem o todo de nossa existência. *Afinal, é do pequeno que pode surgir o grande e é a partir dos pedaços que surgirá a específica tonalidade que envolverá a totalidade.* Se em cada fragmento a felicidade for realmente buscada e construída, com muito mais facilidade ela poderá revelar os belos traços de seu “rosto” em toda a nossa vida e história.

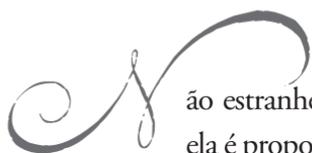
Fecundidade, virtude, intensidade nos fragmentos. Faces deste processo a ser vivenciado e construído a cada passo, um processo de intensa luta pela aquisição da referida maturidade, que por sua vez dará à luz a felicidade.

Este *tijolo* se encerra aqui. Deixo você com o sabor dessas provocações e manifesto o desejo de que, tanto eu como você, queiramos verdadeiramente construir e apreender a felicidade em cada esquina e detalhe que configura nossa história.

Creiamos, a felicidade é possível e foi feita exclusivamente para cada um de nós. Nunca devemos nos cansar de, como peregrinos sob os fardos do tempo, devotamente a procurarmos e perseguirmos, e isso em cada pedaço de nossa existência.

Perseveremos neste caminho!

# A realidade é realmente real



ão estranhe a redundância apresentada por este título, ela é proposital e será um tanto reveladora para nós. Baseados nessa afirmação subiremos mais um degrau, edificando mais um tijolo em nosso processo de construção.

Prossigamos, então.

Percebo que, contemporaneamente, uma das coisas que mais tem ausentado as pessoas da referida maturidade e, consequentemente, da tão sonhada felicidade, é uma sucinta ausência de sensibilidade para lidar com a *realidade* dos  *fatos*. Vivemos em um tempo no qual se idealiza demais e os padrões idealizados tornam-se cada vez mais elevados. Assim, não aprendemos a lidar com dores e derrotas que, com toda certeza, frustrarão muitas de nossas idealizações, mas que são realidades inerentes a todo processo humano de crescimento.

Desejamos demais, esperamos demais da vida e a luta para alcançar o que se espera, por vezes, se torna de menos... Impera em nossa época uma manifesta ditadura da preguiça, de uma letargia que faz com que se deseje demais e, não poucas vezes, se lute de menos pela concretização do que se anseia.

Dessa forma se inaugura no coração – em muitos aspectos – um intenso abismo entre o *ideal* e o *real*, dando assim à luz a um sucinto antagonismo entre o que se idealiza/espera e o que se é.

Nem sempre somos o que desejamos e idealizamos e, infelizmente, quase sempre será assim. Principalmente, no tocante aos atuais padrões de exigência que somos levados a ter de nós mesmos e da realidade. Essa inadequação provocada no ser pelo encontro entre *realidade* e *idealidade*, se não for bem gerida e digerida, poderá se tornar ferozmente traumática, fabricando em nós uma intensa insatisfação existencial.

E, diga-se de passagem, essa inconformidade/inadequação interior que impossibilita a reconciliação com o real está, em incontáveis situações, na gênese de um dos maiores males que atingem nosso século: as inúmeras doenças psicossomáticas, entre elas a depressão e as muitas síndromes geradas pela angústia (pânico etc.).

Quem não assume a verdade de sua história viverá sempre exigindo de si o que nunca será capaz de ofertar, asfixiando-se em uma teia de cobranças e exigências impossíveis que só o confundirá e o ausentará de si mesmo.

Não existe construção da maturidade sem reconciliação com a realidade, sem fundir-se no possível, assimilando assim a vida e as possibilidades como elas realmente se apresentam.

É penoso sim contemplarmos a morte, sem antes vislumbrarmos o desabrochar das flores de nossa idealizada primave-

ra; contudo, se a realidade não for assumida como critério e alicerce para a construção da realização, essa nunca fincará suas reais raízes no solo de nossos dias.

*A realidade é realmente real.* Ela muitas vezes não é agradável, mas, mesmo assim, precisa ser assumida e integrada ao todo do que nos compõe, pois só assim poderá ser transformada e redimida. Quem não assume e integra a realidade de sua vida – por mais dura que essa seja – gastará a existência toda na perseguição de um eu que nunca existiu e que sempre ocultará o seu rosto “ilusoriamente” feliz.

Alguém que não integra em si – como a um autêntico protagonista da vida – os episódios de sua própria história<sup>5</sup>, assumindo-os, correrá o sério risco de incorporar uma postura desencarnada e doente diante da vida, tecendo assim uma trama de fábulas na qual a cada instante se “representa” um diferenciado personagem, e com isso nunca descobrindo e assumindo a verdadeira identidade.

Percebo que essa reconciliação com a realidade é também tarefa confiada à faculdade humana da escolha<sup>6</sup>. Sim, a escolha... realidade próxima e possível a todos nós. Realidade que toca nossa vontade e liberdade e que então se insere nesta concreta lógica de construção da felicidade.

Muitos em nosso tempo preferem não pensar na dinâmica das escolhas e de uma construção responsável da própria história, pois, quando se excluem tais realidades, a existência torna-se muito mais “fácil” e descomprometida... Quando não se recorda

---

<sup>5</sup> Como já expresseo no capítulo anterior.

<sup>6</sup> Sobre esta faculdade (tarefa humana) discutiremos em muitas das seções deste livro.

das escolhas e da responsabilidade humana no processo de crescimento pessoal, corre-se o risco de fabricar inúmeros culpados e circunstâncias para sempre justificar os próprios erros e fragilidades (em um espiral vicioso e infinito).

Escolher assumir o real e integrá-lo a si? Seria este um caminho?

Eleger a verdade como a base (alicerce) para o início de qualquer percurso! Esta máxima já foi expressa em outro lugar – “... a verdade vos tornará livres”<sup>7</sup> – e propõe uma realidade que, concretamente, tornará a vida mais inteira e menos infeliz.

A Verdade, de fato, liberta, tornando a existência mais possível e menos pesada. As noites continuarão escuras, entretanto, tornar-se-ão cálidas e revestidas de uma sucinta esperança, sempre prontas para fomentar nos olhos a crença na proximidade do amanhecer.

*Tenho nostalgia de beleza, de alegria, e –  
quem sabe – de eternidade!*

*Muitas vezes queremos que a vida nos gere  
deuses, mas, o que ela nos oferece são filhos  
fracos e vestidos de finitude.*

*Ah! Como disse Fernando Pessoa: “Precisei  
mudar tanto para me tornar eu mesmo”.*

*Verdade?*

*Sim. Perdi-me para me encontrar e me re-*

---

<sup>7</sup> Cf. Jo 8,32.

*cordei de não me esquecer o que realmente me compõe.*

*Mitos. Histórias que se criam para falar do indizível. Entretanto, também trazem realidade...*

*Mas hoje, amigo, é diferente. Quero o fato, no olfato e com o tato, para no real construir-me.*

*Possuir-me. Entender-me?*

*Busco o inusitado... mas, que me acompanhe no comum.*

*Assim, creio, é mais seguro.*

*Quero n'Ele ser tudo, ser eu... e, assim quem sabe: No real... ser mais!*

(Pe. Adriano Zandoná)

## Realidade aplicada: O nascimento da tragédia

O fato de que para construir a almejada felicidade seja preciso assumir – sem rodeios – a concretude da realidade não pode se tornar para nós motivo de peso e frustração. De uma frustração improdutiva que insira o ser em um profundo desgosto diante da dureza de alguns fatos da vida, a ponto de estacioná-lo diante do aparentemente impossível e “(i)reconciliável”.

Existem várias formas de absorver a realidade. Existem vários elementos que nos possibilitam, mesmo diante de suas dores e reveses, saboreá-la sob óticas diferentes e mais aprofundadas. Gosto

de olhar os trens. Eles, de alguma maneira, me levam a algum lugar de mim que por hora desconheço. Com a sua ação específica me revelam que as distâncias não são intransponíveis e que a vida precisa, para de fato acontecer, ser um contínuo e ininterrupto movimento. Uma positiva insatisfação?

Retomo a frase do poeta Fernando Pessoa, citada no poema anterior: “Precisei mudar tanto para me tornar eu mesmo”. Sim, ela é forte, provocante e, quem sabe, reveladora. Porta o intuito de ousadamente revelar que a maturidade requer uma incansável busca e que é preciso, a partir da realidade assumida e integrada, perseguir-se... E isso em uma belíssima e positiva insatisfação – antídoto contra o comodismo atual –, que nos possibilitará o encontro com aquilo que verdadeiramente somos e com o que ainda precisamos ser.

É preciso não ter medo de mudar, de ousar. De descobrir-se, descobrindo a essência do real que compõe a própria vida.

Pior que a queda é o medo de caminhar. Pior que uma dura verdade vislumbrada é uma doce e alienante mentira assumida e, por hora, ocultada...

Gosto muito do jeito como os antigos gregos lidavam com certos aspectos da realidade, por vezes, dura e repleta de dores. Foi especificamente aí, em um esforço contínuo de reinventar-se diante da dureza dos fatos, que naquela civilização se deu “o nascimento da tragédia”.

Comumente para nós (modernos), a palavra “tragédia” tornou-se uma maneira comum de designarmos acontecimentos dolorosos e acompanhados de muitas vítimas. Para

os antigos gregos, entretanto, o trágico (*tragikós*) representava outra coisa. Para eles a tragédia definia, acima de tudo, uma forma artística e teatral, eleita como um veículo para a transmissão de conteúdos peculiares.

Na visão do já citado Aristóteles, a tragédia seria uma representação (através da arte) imitadora de uma ação real, que por meio da compaixão e do horror provocava nos espectadores o desencadeamento liberador de sentimentos reprimidos. Ou seja, através do espetáculo trágico os espectadores poderiam lidar com afetos e dores existentes em si (trancafiados em algum lugar), trazendo-os à tona e, assim, poderiam melhor trabalhá-los, conferindo a tais realidades uma nova roupagem e significação.

O pensador grego não se preocupou tanto em estabelecer uma teoria sobre a tragédia e sobre os aspectos técnicos deste espetáculo. Ele deteve sua observação apenas no comportamento e na reação do público. Aristóteles concluiu que o espetáculo trágico, para ser definido como verdadeira obra de arte, deveria gerar na plateia a catarse<sup>8</sup> (*Katarsis*), isto é, a interior “purificação” das emoções.

O centro deste espetáculo teatral girava em torno do destino infeliz de um herói, tema comum da maior parte das narrativas e das sagas antigas. Nelas o herói era apresentado como uma figura forte e excepcional, um vencedor que está no

---

<sup>8</sup> Segundo Aristóteles, a catarse seria uma espécie de purificação das almas por meio de uma descarga emocional provocada por um drama. É a purificação do espírito do espectador através da purgação de suas paixões, por meio dos sentimentos de terror ou de piedade vivenciados na contemplação do espetáculo trágico.

esplendor da vida, quando, repentinamente, vê-se vítima de uma alteração brusca do destino. Um acontecimento terrível o assola, sufocando suas alegrias e conduzindo-o a uma instantânea desgraça, assim arremessando-o no “mundo das sombras” e de uma intensa infelicidade.

Assistindo a essas terríveis dilacerações e sofrimentos do herói, sensibilizando-se com as suas angústias e sentindo uma profunda compaixão pelo dissabor que a vida lhe reservara, o público deveria passar por uma espécie de purificação coletiva dos sentimentos internalizados (que descansavam ocultos), e que não haviam sido bem trabalhados em si.

Os fatos passados (sofrimentos e dores) continuariam ali, dentro de cada um, todavia, o espetáculo artístico apresentava-se como um instrumento saudável para trabalhar, a partir da tragicidade, a sensibilidade e as dores adormecidas dentro de cada um, possibilitando dessa forma ao coração uma melhor gerência diante das mesmas (dores), sem permitir que elas o amarrem e sufoquem em suas teias.

De tal maneira, pelo poder da arte trágica, os fatos poderiam ser redespertados e melhor trabalhados (ressignificados) no interior de cada pessoa, que poderia unir suas tragédias pessoais à tragédia do herói teatral, e obter uma nova visão e direção.

Assim, a arte presente na tragicidade tornava-se como que um “remédio para a alma”, através do qual cada pessoa podia depurar com a própria história, em vez de constantemente fugir de si e das próprias feridas interiores. Por esta via, cada um poderia melhor lidar com a sua própria realidade e assim melhor integrar:

perdas, dores e, principalmente, a morte de seus heróis.

Todos trazemos no coração inúmeros heróis que, em alguns momentos, tendem a tornar-se verdadeiros ídolos dentro de nós. Uma pessoa, um relacionamento, um bem, uma imagem que criamos de nós mesmos e dos outros... Diversos são os heróis que em muitas situações povoam nosso território e que, pelos mais variados motivos, um dia encontrarão a sua finitude.

O herói é o símbolo do nosso eterno desejo de sermos belos, puros e valentes. Que todos nos vejam! Que os homens nos admirem! Morto o herói, apaga-se o sonho ilusório e entramos de novo no anonimato da multidão... (Rubem Alves)

De fato, com a finitude anunciada de nossos heróis emergirá a nossa verdade: uma realidade desafiante a ser assumida com muita humildade e esperança.

Atrevo-me ainda a manifestar esta provocação: como lidar com a morte de nossos heróis, com a nossa realidade atual aplicada e povoada, em muitas circunstâncias, por inúmeras dores e frustrações? Como integrar e trabalhar em nós estes conteúdos?

A arte, a literatura, a religião e principalmente a fé<sup>9</sup> nos apresentam elementos concretos que nos possibilitarão melhor contemplar a realidade, com todos os seus enredos e paragens, trabalhando em nós as dores e investindo-as com um novo significado, perenemente portador de vida e de ressurrei-

---

<sup>9</sup> Sobre esta realidade falaremos mais detalhadamente em tópicos posteriores.

ção. É preciso buscar esses elementos, investindo energia para em tudo encontrá-los...

Tais elementos não se tornarão, de forma alguma, paliativos alienantes e desencarnados para fugirmos das dores existentes em nós, mas eles se apresentarão como um eficaz auxílio para nosso olhar (o olhar do coração), fazendo-nos enxergar e compreender os fatos sob uma outra ótica: muito mais madura e pautada em sóbria esperança.

Como no espetáculo trágico, precisamos de elementos que nos ajudem a trabalhar e ressignificar o que está adormecido em nós, pois, do contrário, corremos o risco de viver como eternos fugitivos de nossos fantasmas interiores...

Com o auxílio de tais elementos poderemos, com certeza, tornar a vida mais bela e descomplicada!

Buscar uma nova – e mais bela – maneira de enxergar os fatos de nossa história não será de forma alguma uma fuga do real. Afinal, “a beleza não salvará o mundo?”<sup>10</sup>. Então por que não utilizá-la – sobretudo a beleza presente na arte e na fé – para nos ajudar a compreender e assimilar a dor e seus diversos matizes em nós?

Talvez assim a tão ansiada felicidade possa já começar a revelar – ainda que discretamente – os belos traços de seus olhos e, talvez com isso, já possamos degustar os incomparáveis encantos de sua presença.

Prossigamos: caminhemos em busca desta construção! Com toda a certeza, a felicidade espera ansiosamente por nós!

---

<sup>10</sup> Fiódor Dostoiévski, *Os irmãos Karamázov*.

# Dar valor ao que tem valor



diffiquemos o próximo tijolo. Para se construir a felicidade – consequência natural da maturidade –, além de reconciliar-se com o real integrando-o a si, faz-se estritamente necessário – como já evidenciamos anteriormente – uma correta e responsável utilização da faculdade humana da escolha.

Vivemos não em uma época de mudança, mas sim em “uma mudança de época” (DA 44)<sup>11</sup>, na qual cotidianamente recebemos um turbilhão de informações e impressões que, se não bem direcionadas, tendem a moldar nossa mentalidade e valores de maneira imprecisa, quando não, negativa.

Mas, afinal, quem está certo? O que realmente tem valor e precisa ser valorizado? Qual é a verdade que devemos seguir, em meio a tantas que nos são apresentadas todos os dias? Existe, de fato, uma Verdade?

Esse é o nosso quadro atual (o tal relativismo), que tende a nos inserir em um clima de insegurança e indefinição. Diante de tal realidade, torna-se cada vez mais desafiante bem exercer

---

<sup>11</sup> DA: Documento de Aparecida.

a faculdade da escolha, em um mundo onde muitos dos fundamentos do que constituía a verdade encontram-se confundidos e abalados. Todavia, é necessário ter em mente que a escolha – independentemente do contexto e das ambiguidades culturais – é realidade confiada de maneira particular a cada ser humano e que ninguém poderá decidir por nós. Cada ser em si deverá empreender a sua busca pelo melhor, para assim poder bem alicerçar a vida e o que a essencialmente compõe.

O homem torna-se aquilo que escolhe! Nós fazemos as escolhas e as escolhas nos fazem... Por isso, precisamos pautar nossas escolhas – em todas as situações do cotidiano – sobre valores que realmente valham e sobre critérios que acrescentem sentido e vida ao ser.

Enquanto, em outros períodos da história (...) era preciso dar as razões da própria esperança que era estabelecida como consequência de critérios firmemente aplicados (apresentados), em nossos dias, são os próprios critérios (valores) que vêm experimentando um abalo. Para não poucas pessoas a incerteza sobre como julgar a realidade e com ela interagir é muito grande. Por isso, estamos em uma mudança de época, pois ela já não atinge somente alguns aspectos concretos da existência. As mudanças de época atingem os próprios critérios de compreensão da vida e de tudo o que a ela diz respeito (DGAE 25)<sup>12</sup>.

---

<sup>12</sup> DGAE: Diretrizes Gerais da Ação Evangelizadora da Igreja no Brasil.

Em meio a esta manifesta “ditadura do relativismo que mortifica a razão” (Bento XVI) em que tudo parece se confundir, o coração precisa aprender a bem se gerir, desenvolvendo, gradativamente, a capacidade de em tudo decidir pelo “bem”. Mas como? E, o que é o bem? Onde ele está?

Muitos caminhos são propostos, muitas propostas são caminhos... Por isso, precisamos eleger com inteligência os caminhos que trilharemos e onde “procuraremos” os princípios que nos nortearão neste caminho.

Quem procura tais valores em “qualquer” lugar, em “qualquer” caminho, em “qualquer” livro, em “qualquer” crença e ideologia vai construir uma “vida qualquer”. É necessário eleger com critério e propriedade as fontes das quais nos alimentaremos (o que leremos, veremos, ouviremos etc.) em nossa trajetória pela vida, para dessas fontes haurirmos a força e a direção necessárias para bem realizarmos a essencialidade da escolha.

Não nos enganemos: nenhuma comunicação é despreziosa (arte, literatura, filmes etc.) e toda expressão de conteúdos acaba “vendendo o seu peixe” e transportando (às vezes até impondo sutilmente) a sua ideologia e pensamento.

Do que temos nos alimentado? Qual é a fonte (cultural, intelectual, espiritual, humana) que tem nos gerido e norteadado?

Para se construir a felicidade é preciso assumir as rédeas da própria vida e formação, tornando-se o(a) senhor(a) de sua própria consciência e compreensão, não permitindo que qualquer realidade as molde a seu bel prazer e domínio.

A vida é movimento e não estaticidade. Ela não para nem espera por ninguém. Por isso, para escolher bem é preciso ater-se ao que da vida é essencial, não se deixando levar pelo contínuo movimento do finito, mas “valorizando o que verdadeiramente tem valor”.

Mas o que verdadeiramente tem valor?

Pensou? Não tenhamos medo de fazê-lo<sup>13</sup>! Não nos furtemos a frases prontas e a pensamentos irrefletidos, fujamos da tão famosa “literatura de autoajuda” – tão aclamada em nosso tempo –, que nos obriga a sermos fracos e a criarmos uma profunda letargia (preguiça) no pensar.

Creio que a vida, para de fato ser Vida, em meio a tantas e cotidianas propostas, precisa acontecer “sob o sequestro do divino”<sup>14</sup>. Sim, precisa ser construída sob o signo da Eternidade, dos valores que realmente valem e que promovem em tudo a vida humana, tais como os princípios a nós apresentados pela Revelação<sup>15</sup>.

Se você me permite, quero lhe confidenciar algo que certa vez me ocorreu. Em um determinado dia recebi a seguinte observação acerca de um artigo que eu havia escrito: “Você não deu a resposta sobre como lidar com aquela situação apresentada no artigo...”. Eu gostei, mas confesso que – com todo o respeito – acabei rindo um pouco. Por quê? Deus me livre de querer impor o que o leitor tem que fazer! Não tenho esta pretensão. Quero apenas propor caminhos, sinais, para que cada um possa

---

<sup>13</sup> Contudo, pensemos não apenas com a mente, mas também com o coração.

<sup>14</sup> Soren A. Kierkegaard, *Temor e tremor*.

<sup>15</sup> Realidade que melhor abordaremos no decorrer do livro.

construir – a partir de uma Luz maior – a sua própria resposta. Cada um possui uma história, um dom, um temperamento e um jeito de ser... Deus me defenda de querer impor a “minha receita pronta para fazer o bolo que é seu...” Cada qual precisa, sem preguiça e com um sóbrio esforço, construir a sua resposta diante de cada pergunta que a vida lhe apresenta.

Voltando ao ponto anterior, para auxiliar na compreensão do que de fato tem valor essencial na existência, quero construir um pensamento a partir da proposta de Gabriel Marcel<sup>16</sup>, que sinalizou a terrível contradição entre o “ser” e o “ter” como dilema humano. Ele – um peregrino no tempo – buscou incansavelmente um sentido para a vida, que é sempre o sentido para a vida singular, a vida de cada pessoa. Para ele, recusar-se a esclarecer a finalidade da existência (o sentido da vida) é renunciar a própria identidade, é dissolver-se no ter, abandonando o ser.

Marcel afirmava que o ser tem a primazia sobre o ter – também o creio. O ter tem o seu lugar enquanto realidade que deve contribuir para o aprimoramento do ser, contudo, jamais poderá possuí-lo a ponto de coisificá-lo. A partir de tal enunciado, o coração começará a compreender que o que tem mais valor não são tanto as coisas exteriores, mas sim o ser, a pessoa e o que essencialmente a engloba.

O que vale mais do que a vida (ser)? O que vale mais do que a família que a Vida<sup>17</sup> nos confiou?

Pena que às vezes aconteça um erro de foco, onde as ener-

---

<sup>16</sup> Filósofo francês (existencialista cristão).

<sup>17</sup> O Autor da vida.

gias acabam sendo empregadas – desperdiçadas – com aquilo que não tem um valor essencial: há quem fique horas em bares, em baladas, na TV, no computador... Mas não consegue parar por 30 minutos para conversar com os familiares, com a esposa, com os filhos, desperdiçando assim o que de mais belo a vida lhe deu em troca de futilidades, que não deveriam possuir a primazia de seu tempo. *Amar é priorizar o essencial*, é empregar o tempo com o que de fato tem valor: as pessoas, não as coisas<sup>18</sup>.

Existem, na teia da vida, realidades que podem tornar-se muito perigosas. Aventuras que nos desviam do que verdadeiramente deveríamos valorizar, envolvendo-nos em uma contínua trama de significações infantis que nos anestesiaram, furtando a nossos olhos o que tem necessariamente valor.

O ter<sup>19</sup> (prazeres e posses) não pode anular o ser. Ele é um instrumento para a realização do ser e não pode se tornar a sua razão última de existir. Pena que ainda existam muitos pais que não compreenderam tal realidade e que acreditam que podem substituir o ser (a presença) com o ter (bens), terceirizando a sua responsabilidade na construção de um ser humano que lhes foi confiado – o(a) filho(a).

Mesmo que a demanda de trabalho e exigências seja grande, tanto o pai quanto a mãe precisam aprender a aproveitar o tempo – o tempo de que dispuserem, todavia, com qualidade – ao lado de seus filhos, demonstrando a eles o seu carinho

---

<sup>18</sup> Entre elas (coisas), o prazer instintivo egoístico.

<sup>19</sup> Refiro-me aqui também aos outros muitos subterfúgios a nós apresentados pela atual sociedade, que tendem a desviar nosso olhar do essencial.

e afeto. Os filhos precisam sentir isso de seus pais! Precisam sentir e ouvir que são amados e desejados enquanto filhos, ninguém poderá substituir os pais nisso. A babá, a escola ou um brinquedo nunca poderão substituir esta presença!

É preciso acostumar o olhar a não se prender no transitório, naquilo que não é essencial. *Ser sábio é ser inteiro naquilo que é essencial*: o Sagrado, a família, a vida, a saúde e os devidos cuidados exigidos a ela. *O verdadeiro sábio equilibra a distribuição de seu tempo e energias a partir de prioridades bem definidas*, e em uma escala detalhadamente valorativa.

Se não buscarmos concretamente essa sabedoria, correremos o risco de nos perder, tornando-nos joguetes na mão dos fatos, fadados a desperdiçar a existência inteira andando em círculos, sem nunca experienciar continuamente a tão esperada felicidade.

Faz-se necessário, em um esforço ritmado e consciente, trabalhar/organizar os próprios valores e mentalidade a partir de prioridades e essencialidades. Não nos enganemos: são nossos valores que nortearão as nossas atitudes e reações, e é a partir deles que todo combate (transformação) deve começar. Não adianta combater apenas os sintomas (as atitudes), é preciso ir à raiz combatendo no cerne a doença: transformando e trabalhando os próprios valores e mentalidade, porque é aí que tudo começa (de bom e de ruim).

Por isso, é preciso “transformar” e organizar o próprio jeito de pensar e de conceber a realidade, e isso a partir de fontes seguras, que realmente agreguem Vida ao ser. Assim completaremos nossos dias com a certeza de que não apenas pagamos os

## *Construindo a* Felicidade

favores do tempo, mas de que o vivemos com sentido e inteireza elegendo o que, de fato, tem valor. Desse modo poderemos, sem dúvida, descobrir no amor<sup>20</sup> a realidade que investe com vida e significado a cada luta e experiência humana.

---

<sup>20</sup> O autêntico amor, sobre o qual falaremos adiante.

## Garimpeiro de si

**S**ubamos mais um degrau. Lancemos, confiantemente, um novo tijolo em nossa construção.

Para se alcançar a maturidade (que dá à luz a felicidade) outra realidade que se faz essencialmente necessária é o *autoconhecimento*. Não um conhecimento de si motivado apenas pelo sabor de descobrir-se, mas uma descoberta de si capaz de provocar uma concreta mudança, no sentido de potencializar as virtudes e trabalhar as fraquezas, compreendendo-as em suas raízes e nuances.

O ser que não se conhece viverá eternamente refém de uma desencarnada ilusão acerca de si, passando os dias como um estrangeiro no próprio território. Quem se desconhece não pode possuir-se e, conseqüentemente, não pode ofertar-se.

Muitas vezes, não conseguimos crescer e superar nossas fragilidades em virtude de não nos conhecermos em profundidade, ignorando assim as raízes que motivam as ações e reações que nos fazem errar. Quem não conhece o próprio coração e as raízes de suas fragilidades poderá estar fadado a gastar tempo e

energias em vão, “como a um homem que muito se cansa em virtude de incontáveis golpes dados no ar<sup>21</sup>” (energia gasta em vão...).

Para crescer<sup>22</sup> é preciso aprender a conhecer (mapear) o próprio dinamismo intrapsíquico<sup>23</sup>, para assim entender como realmente as coisas acontecem dentro de nós. Dessa forma será mais fácil perceber como se organiza nosso sistema interno de valores e crenças, para assim melhor entender a gênese do que rege as nossas ações e reações particulares.

Afinal, o externo acaba sendo uma fiel repercussão dos símbolos que povoam nosso mundo interior, e quem não trabalha e ressignifica o que habita no interior do ser caminhará sempre fragmentado nas realidades e relacionamentos exteriores.

Parece-me que atualmente paira em muitos de nós uma “terrível miopia”, que faz com que nos concebamos como verdadeiros “super-homens”. Acreditamos que somos indivíduos totalmente maduros e resolvidos e que não temos nada a trabalhar em nosso interior e em nossa história pessoal de vida. Contudo, tal autossuficiência é imprecisa e manifesta-se como pura ilusão, pois quem não busca organizar o interior, procurando curá-lo (somos gente e todos temos realidades a serem trabalhadas/amadurecidas), torna-se escravo dos estímulos e feridas que aí se escondem (muitas vezes, de forma velada e inconsciente).

---

<sup>21</sup> Cf. 1Cor 9,26.

<sup>22</sup> Palavra que utilizarei como sinônimo para maturidade/amadurecimento.

<sup>23</sup> Contemplando e compreendendo como as coisas acontecem no interior: quais são os medos, traumas, frustrações que estão aí e que precisam ser trabalhados, quais as suas raízes etc.

É preciso ter a coragem de enfrentar os próprios fantasmas! Sem fabricar mentiras e sem permanecer em ilusões que nos impeçam de nos enfrentarmos no melhor e no pior de nós mesmos.

Neste processo de mapeamento interior, em que nos tornamos verdadeiros garimpeiros de nós – uma busca de auto-compreensão, consciente e ancorada na ascese<sup>24</sup> – cabe dispensar uma atenção especial ao domínio do inconsciente<sup>25</sup> e a seus específicos matizes.

Assim como a vogal descansa na consoante que a apoia, o consciente reproduz – das mais variadas maneiras – incontáveis conteúdos retidos nos enredos do inconsciente. Na especificidade de tal reflexão, vejamos o que disse alguém que, em minha concepção, completou e efetuiu com maestria o movimento do Infinito, o saudoso João Paulo II, então Cardeal K. Wojtyła:

(...) na verdade, parece-me que seria impossível entender e explicar o ser humano se baseássemos nossas considerações somente em nossas consciên-

---

<sup>24</sup> Tal realidade torna-se possível somente através da ascese espiritual, da oração, pois somente o Sagrado pode revelar, precisamente, a nós mesmos.

<sup>25</sup> Faz-se necessário dedicar uma atenção especial ao conhecimento do inconsciente. Contudo, não desejo nesta seção tecer uma aprofundada reflexão, no domínio da psicologia, acerca do inconsciente e de tudo que o compõe (principalmente na reflexão atual). Não é esta minha intenção aqui, visto que também não é esta minha especialidade acadêmica. Desejo apenas provocar uma reflexão sobre sua presença e influência em nosso processo humano, a fim de não o desprezarmos em nossa busca pessoal de autoconhecimento e construção. Para maior aprofundamento ler: Amedeo Cencini, *Por amor*.

cias. A esse respeito, parece que a potencialidade do subconsciente<sup>26</sup> (inconsciente) vem antes. Ela é primária (antecedente) e mais indispensável do que a consciência para a interpretação do agir consciente<sup>27</sup>.

Iluminador é este pensamento do saudoso personalista polonês, revelando-nos que necessitamos, sob uma Luz maior<sup>28</sup>, buscar trabalhar e compreender os conteúdos e traumas existentes na dimensão do inconsciente, para assim não nos tornarmos escravos de seus jugos e impulsos automáticos.

Muitas ações e, principalmente, reações que nos povoam são provocadas por conteúdos presentes no inconsciente. E nesse ponto nossa liberdade acaba tornando-se um tanto fragilizada, uma vez que o conteúdo presente no inconsciente (muitas vezes, de negatividade) determinou e prenunciou nossas atitudes de maneira irracional. Por isso, é tão necessário buscar curar tais feridas submetendo-as à lógica do Amor, que pode perpassar cada etapa de nossa história e todo o tempo que a compõe, assim desatando os nós e curando as feridas emocionais que ainda agem em nós e, muitas vezes, sob o sequestro do desconhecido.

Tal tarefa é exigente e muito desafiadora. Entretanto, é profundamente libertadora e agregadora de maturidade.

Descobrir-se é processo e luta constante, sem dúvida alguma. É um investimento consciente que demanda tempo e perseverança, sendo uma realidade que não se conquista com

---

<sup>26</sup> Do que existe na mente, mas não ao alcance imediato da consciência.

<sup>27</sup> Wojtyła, K. apud Cencini, A.

<sup>28</sup> Como já descrevi, sob o signo da Revelação...

imediatismo e afobamento.

Acima de tudo, descobrir-se é também contradição e decepção. Sim, isso mesmo. Não há como conhecer-se em profundidade sem decepcionar-se consigo (tocando nas próprias fragilidades). E, diga-se de passagem, isso é muito bom. Essa é uma salutar decepção, que nos liberta da pretensão de sermos deuses (totalmente perfeitos e puros) e provoca em nós uma belíssima reconciliação com nossa humanidade, finita e imperfeita.

Todavia, é preciso ater-se ao fato de que essa decepção muitas vezes não é nem tanto um sentimento de culpa por nossas fraquezas reais, mas uma decepção por percebermos que não nos enquadrámos à falsa imagem (ideal) que, muitas vezes, nutríamos a nosso próprio respeito. Sendo assim, quando nos descobrimos em nossa contradição e fragilidades, experienciamos o absurdo da decepção, que, porém, pode tornar-se uma realidade especificamente libertadora.

Acredito que um ser humano que nunca se decepcionou consigo, descobrindo e assimilando suas próprias fraquezas, se tornará alguém vaidosamente insuportável e muito difícil de se conviver. A experiência da consciência da própria imperfeição é satisfatória para uma madura integração na compreensão de si, e isso singularmente na história de qualquer pessoa. Decepcionar-se assim consigo, não parando no aspecto negativo da decepção, torna-se muito saudável e agregador de sabedoria.

Ao contrário de quem se assume nas próprias fragilidades, o orgulhoso – que não assume e nem trabalha as próprias fra-

quezas – será sempre ridículo, pois todos acabarão percebendo e enxergando seus inúmeros defeitos e fragilidades (decepcionando-se com este) e apenas ele seguirá a enganar a si mesmo, camuflando-se e negando-se incansavelmente. E o que é pior: acreditando que ninguém percebe suas fraquezas... Tal circunstância é, de fato, muito triste e, ao mesmo tempo, cômica.

Quando o ser dá à luz a tarefa de buscar se conhecer em profundidade – sem receios e máscaras, potencializando virtudes e trabalhando bem as fraquezas –, poderá adquirir um crescimento e leveza ímpares, metamorfoseando-se de beleza em beleza até alcançar o tamanho do sonho (o Infinito<sup>29</sup>...). Esse (sonho) nunca poderá concretizar-se se não tiver como alicerce o possível de cada ser: aquilo que o ser verdadeiramente carrega em si, tanto em suas belezas como também em suas fraquezas e imperfeições.

---

<sup>29</sup> Nascermos com uma semente do Infinito. Apenas o transitório não será capaz de verdadeiramente nos completar.

## Encontrar-se encontrando...

 Realizemos agora a edificação deste novo aspecto de nossa obra, concretizando a solidificação do próximo tijolo.

Iniciemos a partir da contribuição a nós oferecida pelo filósofo personalista Emmanuel Mounier, que muito nos iluminará no tocante à compreensão do verdadeiro lugar e valor das “pessoas” em nosso referido processo de construção.

Pela experiência a pessoa surge-nos como uma presença voltada para o mundo e para as outras pessoas, sem limites, misturada com elas numa perspectiva de universalidade. As outras pessoas não a limitam, fazem-na ser e crescer. Não existe se não para os outros, não se conhece se não pelos outros, não se encontra se não nos outros. A experiência primitiva da pessoa é a segunda pessoa. O *tu* e junto a ele o *nós* sempre precederá o *eu*, ou pelo menos sempre o acompanhará<sup>30</sup>.

---

<sup>30</sup> Emmanuel Mounier, *O personalismo*.

Em meio à lógica egocêntrica e individualista que perpassa o nosso tempo, em que muitos vivem apenas em função de sua própria pessoa e interesses, a descrição acima apresentada pelo pensador francês se estabelece como um elemento profundamente norteador. Em um momento histórico no qual o outro muitas vezes é concebido apenas como um concorrente, faz-se necessário voltar o olhar sobre a natureza humana e sobre o que essencialmente a compõe, descobrindo-a enquanto natureza profundamente relacional<sup>31</sup> e aberta aos demais.

O homem é, em seu âmago, um ser de relação. Como sinalizou o psicólogo americano Carl Rogers, *o homem se torna pessoa na medida em que se relaciona e constrói com o outro uma interação*, realidade essa que o caracterizará cada vez mais como humano.

O eu não pode firmar-se em sua integralidade e identidade, se não através do relacionamento com o tu. É no profundo encontro com o tu que o eu forma-se, fortalecendo a sua identidade.

Como acima ressaltou Emmanuel Mounier: “As outras pessoas não nos limitam, mas fazem-nos ser e crescer”, e o outro, definitivamente e por mais perigo que represente (no sentido de uma diferença que nos desafie), jamais poderá ser concebido como um inimigo. As outras pessoas nos trazem ao ser, à maturidade que personifica o nosso modo de existir e de compreender esta mesma existência.

---

<sup>31</sup> Como o termo já diz, a natureza humana é assim em sua essência verdadeiramente humana. Mesmo que, na prática, essa essência seja muitas vezes negada e contradita em virtude do autofechamento.

O outro jamais poderá ser compreendido como o inferno (como o descreveu o filósofo Jean-Paul Sartre<sup>32</sup>); se assim o vemos, é porque o inferno, de alguma forma, já começou dentro de nós.

O relacionamento com os outros e a consequente abertura a eles, por mais que nos desafie, gerará no coração um específico amadurecimento, conferindo a esse um senso cada vez maior da própria verdade e valores.

O outro se estabelece como um espelho que nos revela a nós mesmos. Quando a interação se desenvolve de maneira sadia (verdadeiramente humana), sempre surgirá a possibilidade de, gradativamente, se autodescobrir e assimilar, por meio dos sinais que o outro nos envia com relação às nossas próprias atitudes e modo de ser.

É no relacionamento e interação com o outro que nos tornamos quem verdadeiramente somos. Todavia, este relacionar-se precisa ser continuamente lapidado e bem direcionado, para que, de fato, possa tornar-se libertador e agregador de autonomia pessoal. Se essa relação e interação forem destemperadas (sufocantes e alienantes), poderão gerar no ser um jeito doentio de se ver e expressar como pessoa.

Mas, independentemente das circunstâncias, o que não pode haver é o isolamento. Com propriedade afirmou o monge trapista Thomas Merton, renomado escritor cristão, que “homem algum é uma ilha...”<sup>33</sup>, e ninguém, por mais dificuldades que tenha no relacionar-se com o outro, poderá ser essencialmente feliz se ficar fechado apenas em si, afogando-se

---

<sup>32</sup> Filósofo existencialista do séc. XX (Existencialismo ateu).

<sup>33</sup> Este é o título de um de seus livros.

continuamente no oceano das próprias razões e vontades.

Atualmente muitas famílias, relacionamentos, casamentos, amizades... têm encontrado a sua finitude em virtude de, na relação, ambas as partes ficarem continuamente trancafiadas nas ilhas do próprio egocentrismo. Muitos relacionamentos, antes ricos de beleza, têm tropeçado no orgulho de seus protagonistas, pois ninguém mais quer ceder individualmente para que o todo possa sair ganhando (a família, a amizade, o grupo...). Precisamos em nosso tempo, mais do que nunca, aprender a perder...

Muitos relacionamentos têm acabado porque nenhuma das partes soube perder. Todos quiseram, sempre e a todo custo, sair ganhando. Ambos buscaram sempre “estar por cima”, tendo em tudo a razão. No entanto, é preciso compreender que quem quer sempre ter razão contradiz um dos maiores e mais lógicos princípios da razão que diz: *Temos sempre algo a aprender!*

É necessário saber assimilar as derrotas, não tendo receio de perder nos momentos certos. É preciso saber ceder em determinadas situações, em virtude de motivos mais altos e nobres<sup>34</sup>, para assim realizar a construção de um bem maior! Isso se chama humildade, que também elejo como sinônimo de inteligência.

O que mais tem destruído as uniões atualmente não é tanto uma ausência de amor, mas o orgulho (ausência de humildade) e os ruídos na comunicação. Se o marido pensasse mais na esposa e no que a realiza enquanto pessoa, em vez de olhar apenas para o próprio umbigo, com grande probabili-

---

<sup>34</sup> O Sagrado, a família, a vida, o amor...

dade a interação seria mais possível e feliz. Se a esposa abrisse um pouco mão de seus sonhos e idealizações para tentar compreender o mundo sob a ótica do esposo, adentrando assim em seu universo de símbolos e significados, provavelmente a relação seria mais promissora.

Pena que inúmeras vezes fiquemos fechados demais em nossos próprios gostos e linguagem e quase nunca queiramos ceder e mudar nossa posição e opinião, para poder acompanhar com qualidade o outro.

Dessa forma, cada qual acaba preocupando-se apenas com a própria “felicidade” e satisfação, e tudo que supostamente ameaça essa irreal felicidade é terrivelmente lançado no abismo da indiferença.

É preciso aprender a esquecer um pouco de si... isso é uma autêntica e libertadora sabedoria.

Estamos em uma época na qual as pessoas se valorizam demais e querem que tudo seja detalhadamente do jeito que desejam e pensam.

Gastam-se fortunas na indústria da estética e dos cosméticos, e tudo – muitas vezes – apenas em função de uma exacerbada promoção do eu. Não sou avesso ao cuidado consigo e com o próprio corpo, ao contrário, creio que isso seja essencial para uma existência com qualidade. Contudo, vejo que até isso precisa ser equilibrado e dosado pela alteridade<sup>35</sup>, para que não corra o risco de se tornar apenas um “culto idolátrico” a si próprio.

É notória, atualmente, esta cultura de uma intensa cen-

---

<sup>35</sup> Capacidade de abertura ao outro, de preocupar-se com ele, sabendo o acolher e respeitar em suas específicas diferenças.

tralização do eu. Em muitas famílias, por exemplo, formam-se todos os dias muitos falsos reis e rainhas: crianças extremamente mimadas, na maioria das vezes estragadas pelos próprios pais que não lhes sabem dizer não, impondo limites, e que justamente por isso as transformam em seres extremamente “ensimesmados” e insuportáveis, que se concebem como o centro único e absoluto do universo.

Pessoas que não sabem ouvir, mas só querem falar: “*Eu* preciso falar! Porque o que *eu* estou vivendo é importante, o que *eu* quero é o melhor, porque este é o *meu* desejo, todos têm a religiosa obrigação de *me* escutar e de se curvar à *minha* vontade...”

Infeliz de quem se casar com um indivíduo assim, que não consegue enxergar nada além das próprias necessidades e vontades, pois estará continuamente submetido a um processo que o obrigará a anular-se em cada circunstância para pereneamente o agradar.

É necessário romper, definitivamente, com o egoísmo, aprendendo cada vez mais a valorizar as pessoas e o que elas são.

O orgulhoso/egoísta quer transformar tudo e todos em uma cópia fiel de si mesmo, pois não consegue conceber nada e ninguém que seja melhor do que aquilo que ele pensa e é: “Todos têm que se prostrar diante de *mim*, todos têm que pensar como *eu* e querer o que *eu* quero...” Infeliz do ser humano que vive assim! O seu destino será, mais cedo ou mais tarde, a solidão e a indiferença por parte daqueles que com ele constroem os dias.

Ninguém tem a obrigação de ser exatamente o que desejamos e pensamos. Ninguém nasceu, única e exclusivamente,

para satisfazer a todos os nossos desejos e projetos, que muitas vezes são desequilibrados e centrados apenas em nossa pobre ótica e percepção.

É preciso *encontrar-se encontrando* os outros, deixando e recebendo boas marcas, assim gerando no outro – e também recebendo deste – um relacionar-se que enalteça e afirme a própria identidade.

O outro nos torna mais quem realmente somos, porém, apenas na medida em que o respeitamos e acolhemos como a um outro, diferente daquilo que eu sou. Os pais, principalmente, precisam estar atentos para esta realidade, entendendo que seus filhos são “outras” pessoas e que eles não poderão existir apenas para realizar os projetos e idealizações dos próprios pais.

É preciso buscar entender o outro a partir de sua ótica e lugar, compreendendo a sua específica comunicação e o que ele diz – ainda que sem verbalizar – em cada realidade. É um esforço consciente de buscar assimilar o outro a partir de seus símbolos e linguagem, para que a interação possa acontecer e o relacionamento se perpetuar... Cada lado precisará decodificar a sua linguagem a fim de que ambos se compreendam e se encontrem na “mesma frequência”, construindo juntos a felicidade.

A felicidade não poderá fazer-se presente em um território infecundo e que vive aprisionado às cadeias do próprio eu. Ela só poderá acontecer onde o “eu” souber se tornar ponte para o “tu”. Dessa forma, o “nós” prevalecerá (em uma fecunda interação) como em uma belíssima ciranda de flores, que acenderão com sua beleza cada espaço presente na vida e no coração.

*Inclinei-me, sonhadoramente, sobre o mur-  
múrio do vento...*

*Olhei para trás e percebi os inúmeros excessos  
de mim mesmo,*

*espalhados pelos cantos da casa.*

*Até onde me acompanhou a minha sombra?*

*Por que dela não me esqueci?*

*Havia tempos nos quais o tempo me deixa-  
va sem tempo. Mas a prioridade sempre era  
eu... Tristeza! Verdade!*

*Não pude resistir ao poder da simplicidade,  
e vi naquela esquina a chuva cair... corri,  
incontido, e disse:*

*Não! Não sou eu a medida de todas as coisas.  
Preciso de você!*

*E ali o silêncio nasceu... e cresceu, encurtan-  
do as distâncias entre nós, meu amigo!*

*Amei aquela realidade com uma multidão  
de sentimentos e significados...*

*E quero continuar sempre assim.*

*Sendo eu, mas*

*sem medo de ceder, acompanhar*

*e, sobretudo,*

*de acontecer em ti!*

(Pe. Adriano Zandoná)

# Amor: alicerce para a felicidade



Chegamos a um momento no qual colocaremos um dos tijolos mais importantes e basilares para nossa construção: o amor e a sua correta execução.

O amor, para Agostinho, (...) é um elemento que unifica profundamente a pessoa, que a revela a si mesma e lhe revela o sentido das coisas ao seu redor. Elemento que a coloca em relação com a totalidade do ser em geral e de cada um particular (...). Coloca-a também em relação com a sua totalidade pessoal de ser (...).

O amor é o elemento que constitui a pessoa no ser, a pessoa “é” no momento e na medida em que recebe e dá amor<sup>36</sup>.

Belíssima é a descrição acima apresentada, e nos auxiliará muito na edificação desta parte da construção a que nos propomos. Tal descrição passeia pelas veredas do pensamen-

---

<sup>36</sup> Santo Agostinho apud Cencini A.

to de Santo Agostinho<sup>37</sup> acerca do amor. Para Agostinho o amor é percebido como um elemento que unifica a pessoa, ou seja, que a torna inteira na existência (libertando-a de fragmentações).

A partir de tal compreensão concluímos: ninguém pode ser inteiro se não o for através do ofício de amar e de ser amado. Sendo assim, o amor desfragmenta, dá consistência à liberdade “revelando a pessoa a si mesma (lhe confere segurança na posse de sua identidade) e lhe revelando o sentido (o específico lugar) das coisas ao seu redor”.

Confesso que tal realidade me encanta e, ao mesmo tempo, amedronta. Aprendi a viver sob o fardo da liberdade, onde me construo a partir do que escolho... Mistura de angústia e beleza, gênese do sonho: bendita gravidez do Infinito!

A citação de Santo Agostinho acima expressa, revela com tenacidade que o amor precisa ser, perenemente, eleito como uma prioridade essencial para esta preciosa construção a que nos empenhamos: a autêntica felicidade. Sem esse elemento, ela nunca poderá acontecer...

O amor revela-nos a nós mesmos, rompendo as cadeias do desconhecimento e da indigência e nos manifestando o sentido de tudo o que perpassa o espaço e o tempo. É realidade preciosíssima que nos traz ao ser (à vida), sendo que só podemos de fato dizer que somos e existimos na medida em que amamos e somos amados. A vida sem amar e ser amado perde todo o encanto e beleza!

Entretanto, o desconcertante é que: “O termo ‘amor’

---

<sup>37</sup> Filósofo cristão.

tornou-se hoje uma das palavras mais usadas e até mesmo abusadas, à qual associamos significados completamente diferentes”<sup>38</sup>. Constantemente, tal palavra é verdadeiramente proposta em significações muito deturpadas, sendo assim inserida em um plano muitas vezes oposto ao que aqui buscamos propor.

Aqui falamos do amor a partir do termo grego *ágape*<sup>39</sup>, conceito esse que desvela o amor como uma realidade especificamente oblativa (voluntária), capaz de doar-se buscando em tudo o bem daquilo/daquele(a) que se ama. É um amor de entrega e doação que busca em tudo promover o outro, tornando-o cada vez mais pessoa: livre/autônomo e inteiro na existência. É o avesso da significação muitas vezes proposta atualmente para este termo, que tem como força motriz uma lógica egoísta que busca apenas a satisfação dos próprios instintos à custa do outro.

O princípio agápico<sup>40</sup> do amor não se utiliza do outro como um “objeto” que pode me proporcionar o que – momentaneamente – eu desejo, saciando todas as minhas carências e vazios. Ao contrário, ele o procura enxergar como um ser humano – justamente por isso sagrado<sup>41</sup> – que também tem necessidades e que precisa ser amado e respeitado, mesmo quando não corresponde às expectativas e idealizações

---

<sup>38</sup> Deus Caritas Est. *Carta encíclica sobre o amor cristão*.

<sup>39</sup> Ágape (em grego “*ἀγάπη*”, transliterado para o latim “agape”) é uma das palavras gregas para o amor, utilizada para expressar o amor divino, incondicional, com autossacrifício ativo, pela vontade e pelo pensamento.

<sup>40</sup> Pautado na compreensão do ágape.

<sup>41</sup> Porque é imagem e semelhança do Eterno (cf. Gn 1,26a).

sobre ele depositadas.

Entenda-se bem, aqui não expresso nenhuma aversão ao conceito do amor enquanto “eros”<sup>42</sup>, contudo, se ele não estiver perpassado pela essência proposta pelo ágape (doação e busca do bem para o outro), tornar-se-á fadado a perenemente pagar a pena da frustração e da angústia.

*O amor precisa ser uma realidade que promove o outro e não que o aprisiona.* Precisa ser um concreto veículo promotor de vida e liberdade, e não pode jamais ser confundido com um infundado desejo de posse, imbuído do intuito de devorar ou anular a personalidade do outro, transformando-o em um “outro eu”. Se assim o for, o amor se transformará em um ilusório processo de manipulação, que acabará por ocultar toda sorte de egoísmos e carências infantis.

O amor, por sua própria definição, promove espaços de respeito e de autenticidade. Ele não manipula nem exige uma representação teatral, mas torna o outro cada vez mais livre, em um belo processo de acolhida das diferenças e especificidades que o compõem.

As pessoas são diferentes de nós, e assim precisam ser contempladas e respeitadas. É fato que por vezes a diferença nos assusta e desafia, entretanto, não podemos impedi-la de acontecer...

*Quem ama não teme, antes, acolhe.* Acolhe o diferente que,

---

<sup>42</sup> Termo comumente utilizado para expressar o amor puramente humano e instintivo, por ex.: entre homem e mulher, expresso, muitas vezes, pela união sexual.

muitas vezes, é até melhor do que nós mesmos... e que, exatamente por isso, acaba muitas vezes incomodando.

A existência sem esta realidade (amor) se tornaria um peso insuportável, em que os esforços não valeriam a pena e o ser acabaria como que retirado da existência concreta, pelo fato de não se permitir encontrar (e perpetuar) pelo amor.

Não raras vezes, tive a oportunidade de ouvir pessoas dizendo: “Eu trabalho tanto, sofro, luto tanto na vida... mas confesso, não sei verdadeiramente qual o sentido e o porquê de tudo isso. Batalho tanto para conquistar dinheiro e o reconhecimento diante dos outros, mas parece que nada disso me sacia e que nunca está bom... Será que a vida existe somente para isso? Parece que me falta alguma coisa, tudo se tornou confuso e sem valor para mim...”.

Essa é a descrição de muitos que ainda não encontraram o real sentido do que fazem e de quem são, pessoas que possivelmente não se encontraram no (autêntico) amor, e que por isso não foram capazes de conhecer o sentido que move a vida em direção da verdadeira realização.

É amando e sendo amados que nos realizamos e descobrimos o melhor da vida. Sem o amor – no real sentido que aqui propomos – tudo acabará destituído de significado e poesia, e a vida se desvelará com ares de “hora extra”.

O amor é o avesso do ócio... ele não nos deixa desistir de nós mesmos, dos outros e da vida, pois, “quando alguém ama, não se cansa, ou, quando se cansa, até esse cansaço é amado<sup>43</sup>” .

---

<sup>43</sup> Santo Agostinho.

E, nesta específica dinâmica do amar, faz-se necessário também desenvolver o devido tino para receber o amor... o que muitas vezes também não será fácil. Há quem tenha muito mais dificuldade em aceitar o amor do que em ofertá-lo, contudo, essas duas realidades são essencialmente importantes neste processo de tornar-se pessoa, construindo assim uma madura felicidade.

É preciso buscar o amor, buscando amar e ser amado e aceitando ambas as realidades. Só o amor poderá conferir sentido<sup>44</sup> às nossas lutas, e isso mesmo quando aquele(a) que amamos não for um real merecedor de tal empenho e doação.

Temos uma tendência – ousou aqui dizer, infeliz – ao belo e agradável, o que nos faz muitas vezes buscar amar somente aqueles que nos agradam e correspondem aos nossos estereótipos: os bonitos, os ricos, os agradáveis... Mas onde está o mérito de tal realidade? Pois os últimos se tornam amáveis somente pelo interesse de quem lhes dispensa esse cuidado, e isso apenas pelo fato de os mesmos terem algo a oferecer em troca deste “amor”... Será que isso é mesmo amor?

O amor que essencialmente nos realizará será, muitas vezes, aquele que mais nos custa, o que incomoda, o dispensado àqueles que não podem momentaneamente nos pagar, dando algo em troca e correspondendo às nossas expectativas... e isso principalmente no tocante àqueles que compõem mais de perto a nossa vida e história (familiares etc.).

---

<sup>44</sup> Um porquê, um motivo por que lutar.

Amar é acolher e também buscar compreender: o que, definitivamente, não é fácil... Dessa forma será possível permitir que o outro, neste universo de verdade e liberdade, se revele, expressando o amor como sabe, para assim poder aprender – a partir do amor/acolhida que recebeu – a melhor forma de amar e se ofertar.

O amor muitas vezes arrancará de nós “verdadeiros pedaços...”, principalmente enquanto compreendido como essa “capacidade de amar aquilo que por própria natureza não é amável”<sup>45</sup>. Todavia, somente ele nos possibilitará a aquisição das inúmeras vitórias de que necessitamos no dia a dia, assim nos inserindo na existência e em uma realização que não se resume ao “aqui do tempo”.

Amar e ser amado: será este um itinerário concreto para a edificação da felicidade?

---

<sup>45</sup> C. S. Lewis, *Os quatro amores*.



## Prazer x Alegria



hegamos ao nosso sétimo capítulo. Estamos prontos para colocar mais um importante tijolo na correspondente edificação que estamos realizando.

Esse tijolo se apresentará para nós como um “divisor de águas”, no sentido de nos fazer refletir acerca do verdadeiro lugar de duas realidades muito buscadas em nosso tempo: o prazer e a alegria.

Iniciemos este pensamento com o auxílio de uma bela descrição composta por Rubem Alves.

“Não, eu não quero prazer! Eu quero alegria” – era isso o que dizia a namorada de Tomás, o médico de *A insustentável leveza do ser*. E Tomás ficava perdido porque prazer ele sabia dar, é coisa de receita fácil, mora no corpo. Mas alegria é coisa mais sutil, mora na alma, no lugar das fantasias e da saudade<sup>46</sup>.

---

<sup>46</sup> Rubem Alves, *A maçã e outros sabores*.

Há inúmeras pessoas que, em meio às muitas propostas atualmente apresentadas pela vida, acabam – por vezes, até despercebidamente – confundindo a alegria com o prazer, assim elegendo uma insaciável busca de prazer sensível como o único critério para a aquisição da alegria (e, por consequência, da felicidade).

A alegria a que nos referimos aqui se estabelece como um caminho para a felicidade, que da mesma forma também reside na alma. Podemos compreendê-la, neste específico momento, como um caminho para felicidade.

Entre essas duas realidades (alegria e felicidade), quero agora estabelecer um paralelo em nossa reflexão. Percebo a felicidade como uma realidade ainda mais profunda, sendo a alegria como que apenas um componente seu.

Prossigamos então nossa reflexão acerca do prazer *versus* felicidade.

O prazer é um elemento humano muito importante, e como tal tem o seu lugar na vida de toda e qualquer pessoa. Não sou avesso a ele. Ao contrário, percebo o seu genuíno valor. Todavia, ele é um elemento que deve contribuir para a vida se tornar melhor, e nunca poderá ser buscado como um fim e como a única finalidade da existência. Se assim o for – em um concreto hedonismo<sup>47</sup> – ele nunca poderá saciar os verdadeiros anseios e vazios do coração.

O prazer existe para a vida, e não a vida para o prazer. Ele, quando fora de sua medida e equilíbrio, em vez de libertar, acorrenta ainda mais.

---

<sup>47</sup> Busca do prazer pelo prazer, sem amor e sentido.

Se buscarmos um prazer que não produz o bem para nós e para os outros, esse deixou de ser um instrumento positivo, tornando-se um empecilho, ou, até mesmo, um fatal inimigo de nossa real alegria/felicidade.

Trago mais uma vez, ainda que a título de analogia, outra citação de Rubem Alves para nos iluminar nesta reflexão:

Há um jeito fácil de saber se o que se sente é prazer ou alegria. Basta prestar atenção no corpo<sup>48</sup>. Se ele for ficando cada vez mais pesado, é prazer. Se for ficando cada vez mais leve é alegria.

Todo mundo já experimentou isso num churrasco ou numa feijoada: a comida é gostosa, agrada à boca e ao nariz, boca sempre cheia, dentes incansáveis (...) e, aos poucos, a gente vai ficando desanimado, estufado, incomodado, não aguenta mais.

(...) Com a alegria é diferente. O corpo vai ficando cada vez mais leve; quanto mais come, com mais fome fica...<sup>49</sup>

No prazer, buscado apenas em si mesmo, não reside a alegria. Ele, se não bem medido e usufruído, deixará o “corpo” (a vida) pesado e insatisfeito. Proporcionará uma satisfa-

---

<sup>48</sup> Não desejo, de forma alguma, com esta citação reduzir tudo à esfera somente biológico/corporal. Utilizo aqui (empréstimo da citação...) o termo “corpo” como uma expressão metafórica, como uma espécie de analogia que descreve: por um lado, o peso provocado pelo prazer mal utilizado e, por outro, a leveza proporcionada pela verdadeira alegria.

<sup>49</sup> Rubem Alves, op. cit.

ção momentânea; entretanto, se vislumbrado como o único valor e bem da existência, poderá torná-la povoada pelo tédio, transformando-se em um possível elemento de autodestruição.

Mais uma vez o digo: o prazer é para a vida – para promovê-la, tornando-a mais bela e leve – e não é a vida que tem que girar em torno do prazer. Uma vida que se torna só prazer está condenada a perder o seu sentido e tempero, onde tudo acabará ficando “sem graça”, e as vitórias acabarão afogadas no mar do esquecimento, juntamente com suas belíssimas liturgias e enredos.

A vida, para bem acontecer, precisa ser construída sob o signo da luta e do empenho. Não é a posse<sup>50</sup> que a dignifica, mas o desejo... o desejar, o sonhar construir uma realidade e por ela lutar incansavelmente, construindo este ideal.

O que empobrece a vida não são as dificuldades inerentes a ela, mas a ausência de um ideal por que lutar. Quando a vida se torna pronta e “fácil demais” (só de prazeres), o coração acaba se perdendo e enredando em meio às teias do desânimo e da “des-significação”<sup>51</sup>.

Por isso que aqui propomos um caminho de construção da felicidade e não de uma aquisição instantânea. Propomos a luta pela sua “construção”. Ela não está pronta, nem a podemos comprar na farmácia: lá não se vendem pílulas de felicidade! Mas estamos buscando – ainda que frágeis e marcados pela contradição da fraqueza – compreendê-la, para com uma

---

<sup>50</sup> Posse: o prazer de tudo ter e fazer no momento em que se quer, sem nenhuma luta para se conquistar. O só querer possuir prazeres, e isso perene e instantaneamente (sempre e a todo o momento).

<sup>51</sup> Ausência de sentido.

maior precisão poder construí-la.

O prazer não pode ser a medida de todas as coisas. Antes, ele deve contribuir para que a vida se torne em tudo a medida<sup>52</sup>. Se ele for almejado de forma imprecisa, contribuirá para tornar a vida ainda mais fragmentada: marcada pela transitoriedade e por um contínuo pesar.

Como vimos a partir da citação que inaugurou este capítulo, a alegria não reside apenas no corpo (sentidos), mas deve ser procurada em um outro lugar... Será apenas no transitório, naquilo que é finito, ou, quem sabe, em algum lugar de nós onde possa habitar Aquilo que não se acaba (eternidade)?

O já citado Santo Agostinho<sup>53</sup>, alguém que sentiu na pele o peso de “inúmeras feijoadas”<sup>54</sup> existenciais provocadas pelo prazer buscado como única finalidade da vida<sup>55</sup>, bem descreveu a sua descoberta quando percebeu que vislumbrava a gênese de uma outra e real alegria: “Tarde te amei Beleza antiga e tão nova, eis que procurava fora e aqui estavas dentro. Tarde te amei Beleza antiga e tão nova, eis que procurava fora e aqui estavas dentro de mim...”<sup>56</sup>.

*“Eis que procurava fora e aqui estavas dentro...”* Ele percebeu que havia um lugar dentro em seu ser (seu interior, sua alma) no qual se escondia uma Beleza antiga e sempre nova, ou seja, eterna! Agostinho vislumbrou, a partir do Tesouro que

---

<sup>52</sup> A vida precisa ser o imperativo (uma vida verdadeira, construída sob a guia do Eterno) e não o prazer buscado apenas em si mesmo.

<sup>53</sup> Alguém que, confesso, muito admiro e muito irei citar.

<sup>54</sup> Referência à citação de Rubem Alves, que utiliza a feijoada como uma figura de linguagem que expressa o peso provocado no corpo pelo excesso de prazer.

<sup>55</sup> Em um concreto hedonismo, como um fim em si mesmo.

<sup>56</sup> Santo Agostinho, *Confissões*.

descobriu em sua alma, a possibilidade de aquisição de uma perene e verdadeira alegria: uma realização constante e plenificadora, e não apenas momentânea.

De fato, para que essa construção da verdadeira alegria (caminho para a felicidade) possa mesmo acontecer, o movimento precisa começar de fora para dentro de si, e depois, de dentro para cima<sup>57</sup>...

Talvez a estejamos procurando longe demais (alegria/felicidade) e, quem sabe, em coisas muito rasteiras. Ela mora na montanha e escolhe sempre lugares altos para armar a sua tenda. Ela não pesa nem incomoda, mas nos faz mais “ nós mesmos”, revelando-nos o verdadeiro sentido da vida e das lutas inerentes a ela.

Para encontrar *dentro de nós* os caminhos para a construção da felicidade – que muitas vezes, como Agostinho, também buscamos fora – precisaremos, como ele, começar a definir quais vozes permitiremos adentrar em nosso universo de significados, para assim estabelecermos as pontes que nos unirão (ou não...) à Eternidade.

Se elegermos apenas as vozes de um mundo que se pauta somente no corporal e instintivo (desprezando a alma, morada da eternidade), estaremos fadados ao fracasso. Se cedermos a uma mentalidade pautada em chavões infantis, nunca subiremos à altura da felicidade. Tais chavões infantis e desencarnados se alimentam das seguintes afirmações: “O que importa é que eu sinto e preciso me sentir bem, preciso cumprir a sina

---

<sup>57</sup> Em busca do que é Eterno.

de todos os meus desejos e instintos<sup>58</sup> e curtir a vida... Tenho que fazer tudo que eu quiser, nem que para isso eu tenha que sacrificar a família, o casamento, a saúde etc.”

Infelizmente, essa é a mentalidade/ideologia que dirige grande parte de nossa sociedade, tornando-a escrava permanente do que é apenas sensitivo e instintivo.

Será mesmo que felicidade significa viver apenas o momento, fazendo tudo que se tem vontade e sem medir em nada as consequências? Será que somos apenas animais, destituídos de vontade/liberdade e racionalidade/espiritualidade, e estamos condenados a eternamente corresponder a nossos instintos – como seres irracionais – para sermos realmente felizes?

Será que ser feliz é perseguir o prazer, incansavelmente, tornando-se seu fantoche e, talvez, prisioneiro?

Geralmente, quem é escravo do prazer não gosta de pensar... Prefere viver de festa em festa, de balada em balada, entregando-se a um círculo infinito de imaturidade e aventuras, nunca encontrando tempo para parar e enfrentar a realidade da vida e as dores do coração.

Isso realmente é felicidade ou, talvez, um bem articulado processo de fuga?

É necessário ter a coragem de – como já foi dito antes – enfrentar os próprios fantasmas, encarando a realidade e os desafios da vida como eles realmente se apresentam. A vida, sem dúvida alguma, em algum momento nos obrigará a parar... e infeliz de quem só conseguir encarar a realidade de sua história, sem fugas e subterfúgios, quando estiver doente sobre uma cama ou, até mesmo, quando estiver diante da morte.

---

<sup>58</sup> Reduzido-se apenas a uma dimensão animal e não volitiva/racional.

Deve ser horrível, em momentos como esses, olhar pra trás e perceber que só se fez o que não devia: não valorizou o que/quem precisava ser valorizado, não amou o que precisava ser amado, se perdeu em uma insana busca de prazeres e, agora, é tarde demais.

*Quem seremos amanhã é fruto do que escolhemos hoje.* Portanto, é preciso, em cada fragmento da vida, escolher o que priorizaremos em nossa história: em que medida daremos prioridade ao prazer (como um fim em si mesmo) e em que medida construiremos a alegria, que torna leve e descomplicado o existir.

Essa resposta somente poderá ser dada por nós e por nós mesmos mais singulares atos.

A vida deve ser compreendida como um quadro a ser pintado por nossas mãos, no qual constantemente devemos “escolher” o que nele protagonizaremos. Para essa obra, precisamos estar com os ouvidos e o coração abertos a fim de que, a exemplo de Santo Agostinho, possamos ouvir as vozes que verdadeiramente nos nortearão neste caminho de construção da felicidade.

Ao agir assim, ouvindo a verdadeira Voz, com certeza poderemos, junto com o Santo de Hipona<sup>59</sup>, de coração também expressar: “Meu Deus tu me chamastes, teu grito rompeu minha surdez!<sup>60</sup>”. Gesto esse que será uma direta consequência do encontro com uma realidade que verdadeiramente nos saciará: um “*Amor que sempre arde e nunca te apaga mais de mim!*”<sup>61</sup>.

---

<sup>59</sup> Cidade no norte da África na qual Santo Agostinho viveu.

<sup>60</sup> Santo Agostinho, *Confissões*.

<sup>61</sup> *Ibidem*.

## Vertigem: como lidar com a dor? (Quando o sono se despede...)

Depois de refletirmos sobre as particularidades tanto do prazer mal interpretado como da alegria que plenifica a alma, quero iniciar com você a solidificação deste oitavo tijolo a ser por nós assentado. Ele se desvelará em meio à complexa reflexão acerca da dor e seus diversos matizes em nós.

Quando se pensa sobre o que é a felicidade e sobre quais são as realidades que realmente a compõem, uma das primeiras coisas que acaba – consciente ou inconscientemente – povoando nosso pensamento é a triste constatação da dureza presente na realidade e do o drama de milhares de pessoas que enfrentam cotidianamente inúmeros sofrimentos.

Como vislumbrar a essência da felicidade em meio a uma constante contemplação de infelicidades?

Verdadeiramente, o sofrimento é presença constante e real na história humana, isso tanto na esfera do plural (coletivo) quanto do singular (particular). O que reforça com ainda mais intensidade essa percepção é a vigente cultura que parece buscar se esforçar por comunicar, às vezes até de maneira

exagerada, um enfoque pautado apenas em dores e desgraças.

Cada vez mais o “sangue” e a violência têm roubado a cena em nossas TVs e telejornais. Eles têm sido, infelizmente, apresentados como os grandes protagonistas da realidade de nosso tempo...

É preciso noticiar a realidade e os fatos que a compõem, entretanto, será que o bem também não é real (é apenas fantasia?) e não existem coisas boas a serem noticiadas? A vida é composta somente por angústias e desgraças?

De fato, o mal e o sofrimento são realidades inerentes (próprias) a toda vida humana. Todos, em algum momento de sua história, terão que enfrentar tal realidade profundamente peculiar à nossa natureza. O CIC<sup>62</sup>, no seu parágrafo 385, atesta com veracidade essa constatação ao dizer que “ninguém escapa à experiência do sofrimento, dos males existentes na natureza – que parecem ligados às limitações das próprias criaturas (...)”.

“Limitações das próprias criaturas...”, ou seja, o sofrimento é uma consequência comum de nossa “criaturalidade” (finitude): somos criaturas e não criadores, somos finitos e não deuses onipotentes! Com tal realidade, precisaremos constantemente nos reconciliar.

Devemos – é verdade – fazer tudo para superar

---

<sup>62</sup> Catecismo da Igreja Católica.

o sofrimento, mas eliminá-lo completamente do mundo não entra em nossas possibilidades, simplesmente porque não podemos nos desfazer de nossa finitude e porque nenhum de nós é capaz de eliminar o poder do mal e da culpa, que é fonte contínua de sofrimento (*Spe Salvi*, 36)<sup>63</sup>.

Com alguma exatidão essa descrição apresentada nos conscientiza acerca da realidade do sofrimento, que se estabelece como um constante companheiro na jornada de nossos dias. *Será impossível o eliminar por completo da existência*. Enfim, com ele, precisaremos aprender a sempre bem conviver...

Refletindo ainda sobre nossa finitude e sobre o mistério da dor/mal que perpassa nossa existência, apresento agora um trecho de meu TCC<sup>64</sup> escrito ao término do curso de Teologia. Nele empreguei muitas de minhas energias na tentativa de dizer algo sobre o sofrimento, buscando assim propor uma ressignificação em sua compreensão:

O dizer “criatura perfeita” (infinita) equivale o mesmo que dizer: “círculo quadrado” (QUEIRUGA). Em ambas as afirmações existe uma incompatibilidade e uma contradição entre os termos, pois dizer “criatura perfeita” e “mundo sem mal”, é o mesmo que dizer “círculo quadrado”.

O mal e a corruptibilidade do ser (a morte) são diretas consequências da finitude do homem (sua

---

<sup>63</sup> Spe Salvi. *Carta encíclica sobre a esperança cristã*.

<sup>64</sup> Trabalho de Conclusão de Curso.

condição de criatura). O mal é uma manifestação necessária da limitação e da contradição interna do finito: pretender um mundo sem mal equivale a querer construir um mundo infinito, pois unicamente a infinitude, ao ser absoluta plenitude, exclui de si a realidade e a possibilidade do mal.

Um mundo finito necessariamente apresentará desajustes. No nível físico, por exemplo, em um planeta como a Terra que se vai construindo através de um longo e complicado processo geológico, são inevitáveis as catástrofes que tanto nos comovem. Elas têm sim uma causa que claramente as explica, embora isso não reduza em nada a imensa dor produzida em nós pelas referidas tragédias naturais<sup>65</sup>.

Todos em algum momento dessa vida frágil e finita seremos visitados pela dor... isso é um fato. E, quando isso acontecer, teremos que olhar nos olhos da dor para dela poder receber ensinamentos específicos. O sofrer não existe para nos destruir, mas – quem sabe? – para nos tornar pessoas melhores e mais fortes...

De fato: “Não é o evitar o sofrimento, a fuga diante da dor, que curará o homem, mas sim a sua capacidade de aceitar a tribulação e nela amadurecer, de encontrar o seu sentido (...)”

---

<sup>65</sup> Pe. Vilmar Adriano Zandoná, *O mistério da dor humana como apogeu epifânico do sagrado*. Trabalho de Conclusão do Curso de Teologia.

(*Spe Salvi*, 37)<sup>66</sup>.

Apesar de complexos e difíceis, os momentos de infelicidade também funcionam como espaços privilegiados de amadurecimento. Eles nos auxiliam a repensar nossas atitudes e projetos pessoais, conduzindo-nos a um novo começo para cada final que a vida nos apresentou.

Verdadeiramente: a maturidade humana se mede diante da capacidade que se tem ou não de experienciar o sofrimento e o transformar em uma coisa positiva.

Tudo dependerá de nosso olhar! Da específica maneira que elegemos para enxergar o sofrimento. Percebo que em inúmeras circunstâncias o problema não é ter problema, mas a falta de sabedoria para enxergar e lidar com ele... Problemas todos enfrentaremos, entretanto o diferencial estará na capacidade que conquistaremos ou não de aprender com eles, sem permitir que esses nos estacionem em suas paragens.

É claro, isso não se aprende da noite para o dia... faz-se necessário treinar o olhar para enxergar a dor como possibilidade e não destruição.

É preciso também compreender que crescer com a dor não significa não sofrer ou chorar. Ao contrário, quem não se permite chorar e sentir as próprias dores correrá o risco de acabar sufocando-as em algum lugar – por hora desconhecido – de si, armando assim o infeliz dispositivo de uma “bomba

---

<sup>66</sup> Op. cit.

relógio” interior, pronta a explodir em qualquer momento.

Precisamos sim nos permitir sentir o sofrer e o luto. Isso também é próprio de nossa condição. Contudo, o que não podemos permitir ao coração é que fique paralisado no dilema de sua dor. Ele precisará aprender a utilizar a dor como um maravilhoso combustível de crescimento e superação.

O mistério da dor carrega em si uma poderosa força de superação, a ponto de depois de atravessado o vale dos sofrimentos podermos olhar para trás e perceber o quanto nos tornamos mais fortes e maduros, e isso como fruto de nossa capacidade de superar aquela situação.

Ainda refletindo sobre o mistério do sofrer, dos problemas e dores que literalmente nos roubam o sono, não poderíamos deixar de elencar entre esses as tão crescentes (e atuais) formas de doenças psicossomáticas: a depressão, o estresse e as muitas síndromes marcadas pela angústia e ausência de sentido.

Refletindo sobre tais enfermidades, quero expressar um pensamento muito particular a esse universo de compreensão: percebo que, em muitas das situações, as raízes<sup>67</sup> dos sofrimentos que nos assolam não se encontram tanto no âmbito externo, mas começam em nosso interior, tornando-se um problema subjetivo (pessoal) e não tanto objetivo (sustentado pela realidade externa).

---

<sup>67</sup> Lembrando que devemos buscar curar a doença e não apenas os sintomas. Devemos ir à raiz do que nos perturba e faz sofrer, para assim, sem a utilização de paliativos inúteis, procurarmos curar as feridas existentes em nós.

É claro que as dores que a vida e as pessoas nos causaram nos marcam profundamente, contudo, aqui também entra a anteriormente referida atividade do “olhar”, que pode ressignificar essas realidades dando a elas uma nova roupagem e compreensão.

Diante dos sofrimentos que enfrentamos, o que muitas vezes nos falta é a maturidade para lidarmos bem com as situações. Acabamos nos perdendo em muitos sentimentos e decepções, assim nos enredando em uma crescente e complexa “bola de neve” emocional.

Percebo que existem alguns vilões interiores que ajudam a intensificar ainda mais este processo de interna confusão e ingerência, dentre os quais cito dois<sup>68</sup>: as projeções e a ansiedade.

Vejam sobre o primeiro: as projeções e expectativas que lançamos sobre a realidade.

Em muitas situações, o que mais nos faz sofrer em um relacionamento, por exemplo, não são tanto os defeitos que as pessoas possuem, mas a sua “não correspondência” ao que delas esperávamos. As projeções (expectativas) que depositamos sobre o outro são o que, em muitas ocasiões, mais nos frustra e nos insere na angústia e na dor.

Sofremos por tal circunstância ou pessoa não ser aquilo que gostaríamos que fosse, sofremos porque nosso ideal foi

---

<sup>68</sup> Poderia citar alguns outros vilões, contudo, preferi deter-me apenas a estes dois que atendem ao que busco expressar aqui e que, em minha opinião, sintetizam – com alguma precisão – o quadro atual.

rompido e mais uma vez nosso herói foi morto, ferindo mortalmente nossas projeções e nosso orgulho pessoal.

Nessas circunstâncias não é tanto a pessoa (a situação concreta) que está nos fazendo sofrer, mas somos nós mesmos e as nossas inúmeras projeções arremessadas sobre o real. A culpa nesse processo torna-se proporcionalmente nossa, em virtude dos inúmeros “heróis” que insistimos em continuamente fabricar.

Por isso o conhecimento – sem projeções irreais – é importantíssimo para evitarmos – no que depende de nós, é claro – o sofrimento. É preciso conhecer a pessoa (a situação real) deixando que ela, aos poucos, expresse quem é e como enxerga a vida. Conhecê-la (pessoa/circunstância) a partir do que realmente é, e não a partir daquilo que projetamos a seu respeito. Do contrário, o sofrimento poderá ser uma consequência certa nesta imatura interação.

O segundo “vilão” que apresentei, a *ansiedade*, tem se mostrado como um dos grandes promotores de angústia e agitação em nosso tempo.

Somos uma geração ansiosa (cada um ao seu modo e medida), e isso se verifica principalmente nos mais jovens. Acabamos sendo muito imediatistas, pois fomos formados – pela atual sociedade – para vivermos em uma contínua busca de prazeres e facilidades momentâneas e ininterruptas, o que nos faz buscar e exigir tudo “para ontem”.

O que também, em muitas circunstâncias, acaba tornando-se um agravante para essa ansiedade dentro de nós é o altíssimo padrão atual de consumismo, que nunca nos permite

o contentamento com o que temos. Estamos sempre agitados/ansiosos – insatisfeitos com nossas reais possibilidades – querendo sempre mais e mais: um carro mais novo, um computador mais sofisticado, um celular com cada vez mais tecnologia... entrando em um círculo vicioso e, conseqüentemente, escravizante (agregador de ansiedade).

Sofremos com os resultados de um mundo em constante transformação, com mudanças muito rápidas e exigentes, onde a concorrência desleal nos insere em um clima de constante insegurança e competição. Sentimo-nos, por vezes, medrosos e desencontrados, e isso acaba nos deixando preocupados (ansiosos) demais. A ansiedade e a agitação perseguem os nossos passos, e a exigência presente em tudo nunca deixa de nos ocupar.

Em meio a tantas informações e rapidez, criamos uma grande dificuldade para esperar o tempo natural de cada coisa acontecer; em decorrência disso, ficamos encerrados em um intenso sentimento de angústia e ansiedade. Muitos acabam cedendo a esse clima e a esse sentimento – até mesmo as crianças – e isso mesmo sem saber o porquê.

Mas o que é uma *pré+ocupação* (preocupação) se não uma ocupação precedente ao fato (adiantada): sofrimento e agitação vividos antes da hora por ansiedade. Diga-se de passagem que isso está mesmo na raiz de muitas das famosas doenças psicossomáticas já citadas, fazendo um enorme mal a nossa saúde e ao nosso coração<sup>69</sup>.

*A ansiedade escraviza as emoções, rouba a qualidade de vida*

---

<sup>69</sup> Coração no sentido bíblico do termo: a sede do ser.

*e instaura um processo de envelhecimento precoce.*

Infelizmente esse é o quadro atual. Vivemos em um mundo de intensas dores e ansiedades. Porém, não significa que devemos deixar tudo isso ditar as regras sobre nossa existência. Pelo contrário, precisamos reagir submetendo nossa vida a uma outra<sup>70</sup> lógica, que não nos permitirá sermos totalmente engolidos por essa enorme onda de agitação e ansiedade.

O ser humano é, no reino da vida, o único ser dotado de pensamento (razão). Ele é o único capaz de não se permitir determinar pelo meio em que vive e pelos seus instintos, podendo assim construir uma realidade nova e melhor, que mais eficazmente corresponda à sua autêntica realização.

O homem não é uma massa de manobra que será sempre escrava do tempo e de suas frágeis tendências. Não. Ele é muito mais... e foi criado para ir mais longe, pois possui a “dinâmica força<sup>71</sup> da vida” dentro de si.

Não será possível uma vida sem tensões e sofrimentos, sobre isso já falamos. Mas como gerir esses sofrimentos e tensões, tão comuns em nossa vida?

Aqui não me sinto autorizado a despejar sobre você receitas (ou frases) prontas. Ao contrário, desejo apenas propor caminhos que lhe possibilitem pensar e, posteriormente, encontrar ferramentas que lhe auxiliem neste processo...

Gosto de contemplar o jeito como as crianças percebem

---

<sup>70</sup> O Sagrado, os valores eternos: que nos tiram – em aspectos – do tempo e de suas agitações/preocupações.

<sup>71</sup> Cf. I Cor 3,16-17.

a vida e as dificuldades nela presentes. Para elas as coisas são simples<sup>72</sup> e descomplicadas, e quase sempre elas acabam encontrando soluções fáceis e bem humoradas para cada tensão que encontram. Elas não possuem a pretensão de querer reter instantaneamente a felicidade debaixo dos braços, mas a buscam experimentar em pequenas porções, a partir de cada pequena coisa que a existência lhes proporciona.

No universo delas, a felicidade está em pequenos gestos: em uma partida de futebol com os amigos, em uma brincadeira na rua, ou em uma refeição cheia de comidas gostosas etc. Enfim, elas conseguem viver bem cada momento, sendo inteiras (e felizes...) em cada fragmento.

Com elas podemos aprender algo?

Acredito que aprender a viver com simplicidade sem complicar os fatos<sup>73</sup>, lutando para separar cada coisa<sup>74</sup> e as experienciando uma de cada vez, é um concreto caminho para uma boa gerência de tensões (um caminho para a maturidade).

Percebo que uma boa e diária dose de *paciência revestida de otimismo* diante de nossa vida e de seus muitos desafios também nos possibilitará bem lidar com nossas frustrações, nos ensinando a não nos desesperarmos diante das momentâneas derrotas que o dia a dia nos apresentará.

*É preciso ter paciência, é preciso perseverar... as derrotas de*

---

<sup>72</sup> Simplicidade: lugar onde reside uma gênese de maturidade!

<sup>73</sup> Sem dramas e sem uma autopiedade excessiva.

<sup>74</sup> Sem permitir que o todo se confunda, como em uma “grande bola de neve”.

*hoje prepararão as vitórias de amanhã; é preciso sempre saber aprender e crescer com as primeiras (derrotas).*

Confesso que, em minha vida pessoal, diante dos contínuos embates apresentados pelo existir, resolvi – com muito gosto – eleger como um critério para construção da felicidade ater-me sempre: “à pureza da resposta das crianças: É a vida, é bonita e é bonita... Viver, e não ter a vergonha de ser feliz! Cantar e cantar e cantar a beleza de ser um eterno aprendiz...” (“O que é, o que é?”, Gonzaguinha).

As crianças sabem com facilidade lidar com a existência de maneira descomplicada, nos ensinando a simplificar os fatos para melhor administrar a vida, aprendendo um novo ensinamento diante de cada situação.

Isso tudo são modestas sugestões (provocações?) para inaugurarmos um processo reflexivo diante das dores e tensões que nos são apresentadas. Sinto que cada um de nós precisará descobrir, sob uma luz maior, caminhos e mais caminhos para uma feliz administração do empreendimento mais precioso que temos: nossa existência.

Deixo você com o sabor de um poema que certa vez escrevi, em um desses momentos de reflexão acerca da força da dor, acreditando que ele poderá oferecer também a você alguns pequenos fachos de luz.

**O amor é maior que o mal...**

*Que as lágrimas da dor não te roubem a  
esperança do amor.*

*Que o receio da partida não apague a inten-*

*sidade do encontro.*

*Que a decepção não te impeça de se dar a conhecer.*

*Que a força da amizade seja a vida que ilumina o coração.*

*O amor é maior que o mal!*

*A presença é mais que a saudade.*

*E a dor não é capaz de te destruir...*

*O sofrer é o espaço do crescer.*

*O que hoje te frustra pode te fazer vencer*

*Quando não se desiste de acreditar no bem.*

*Que o peso que há na culpa não te roube do teu imenso valor.*

*Que a beleza que há na arte te ensine a acreditar na vida.*

*Que a força do perdão deixe órfã toda mágoa e divisão.*

*Que a bondade que há no ser nos revele o amor do Criador.*

*O amor é maior que o mal!*

(Pe. Adriano Zandoná)



# Nostalgia: perdas e despedidas

 chegamos ao próximo tijolo. Nesta etapa, vamos juntos compreender a importância da sabedoria para bem lidarmos com as perdas, separações e com a saudade, sendo que tal sabedoria se manifesta também como condição essencial para a construção da felicidade.

Existem coisas e pessoas que passam por nossa história e que possuem o dinamismo de marcá-la profundamente, deixando eternos vestígios de sua lembrança e presença em nós.

Existem olhares e presenças que inauguram novas estações dentro de nós. Neles encontramos um pouco do que somos e almejamos na vida. Os mesmos encontram alento dentro de nós, revestindo o “nosso tempo” com uma específica beleza. Afinal, a beleza é o tempo sendo abraçado pela eternidade... e, quando determinadas belezas e esperanças são despertadas em nós pela força de presenças que nos acompanham, nosso coração passa a entender um pouco mais como funciona a eternidade (o que não pode passar).

Saudade! Presenças tão marcantes que passaram por nos-

sa história e que hoje, talvez, não possam mais nos acompanhar... Distância. Nostalgia? “Não tenho medo de nostalgir-me. Padeço de originalidade!”<sup>75</sup>.

Quando o telefone me acordou, naquele onze de abril, percebi que seu som soava diferente, um tanto nublado. De repente uma voz, trazendo em si os traços de um triste cansaço, falou: “Filho, infelizmente o trágico nos visitou”. Era minha mãe, com um mundo de nós povoando a sua garganta. Ela me disse: “Foi um acidente fatal e, nele, nem o caminhão saiu com vida...”

Meu tão querido primo – o único primo homem por parte da família de meu pai – havia sofrido um acidente fatal de caminhão. A vida com violência se havia despedido dele. Aconteceu perto de onde eu morava na época, sendo eu o único familiar que estava próximo da localidade, por isso fui eu quem prestou o auxílio necessário àquelas infelizes circunstâncias.

Fui comprar o caixão e as suas últimas roupas. Aquela compra foi diferente, ali o tempo parou e caiu sobre mim (com um peso insuportável) dentro daquela loja.

Aquela imagem continua nítida em mim... quando o vi pela última vez sobre aquela mesa, no IML<sup>76</sup>, imerso em um sono inatingível pela vida. Foi duro, porém real. Era preciso reagir àquilo e escolhi preservar em mim a imagem de seus olhos bem despertos e felizes, nadando na alegria que lhe era própria, e que tantas ve-

---

<sup>75</sup> João Guimarães Rosa, *Ave palavra*.

<sup>76</sup> Instituto Médico Legal.

zes me encontraram e sorriram para mim.

Meu primo era muito alegre, o mais alegre de todos! A sua energia era contagiante... Gostávamos muito de conversar e de ver, juntos, o tempo passar. Mas naquele dia era diferente e meus sentidos começaram a entender que não mais o veriam aqui. Fiz a opção de preservar em mim o que dele ficou de bom, além de não me ausentar do luto. Chorei muito por ele.

Ele não estará mais conosco aqui no tempo, foi morar em um outro lugar... ele passou e preciso mesmo deixar que passe. Contudo, suas marcas e sua alegria se perpetuarão em mim e em minha família, presentes em um espaço do coração que sempre preservará a sua presença.

Não podemos fugir do luto provocado pela perda, pois se dele nos escondermos ele sempre nos perseguirá, insistindo em nunca se afastar de nós. É preciso não ter medo de chorar, sentir a dor e, depois, “juntar os cacos” e recomeçar.

É duro sim perder alguém, ainda mais quando isso acontece de forma trágica e inesperada. Entretanto, a vida precisa continuar e o coração precisa buscar, com o auxílio de um Amor maior, a força para integrar suas ausências e continuar.

*Nesse processo de integração das ausências, a amizade com o tempo se faz essencial. É preciso ter paciência consigo mesmo, deixando que pouco a pouco o coração se recupere e tenha condições de se reinventar.*

Quando perdemos alguém que muito amamos, para

a eternidade ou em uma ausência no tempo (pelo abandono ou distância), parece que algo dentro de nós morre também... Morremos um pouco, com aqueles que perdemos, mas a partir da fé compreendemos que nem sempre a morte é um fim absoluto, que ela não possui a última palavra sobre a vida, mas que pode sempre representar um novo começo<sup>77</sup>: isso para quem parte e também para quem fica.

*O fim será sempre uma possibilidade para um novo começo, e a dor da perda sempre acabará realizando em nós o ofício de nos centrar no que da vida tem verdadeiramente valor.*

As perdas serão sempre difíceis, mas com elas podemos também aprender muito. Elas acabam retirando os nossos excessos, fixando-nos no essencial. Elas nos inserem em uma madura e concreta reflexão acerca de nossa natureza e finitude, fazendo-nos realmente optar pelo que da vida é imprescindível. Quando perdemos alguém, compreendemos que a existência não espera, que ela escapa com ligeira discrição e que o amor precisa ser exercitado no agora, enquanto podemos e experienciamos a existência.

Precisamos aprender a perder, a bem perder, deixando as coisas e as pessoas de fato passarem. Somos finitos e é certo, todos vamos passar. Saber bem passar e saber bem deixar que os outros passem é um sinal de maturidade e, também, uma concreta condição para a construção da almejada felicidade.

Como já dissemos: quando alguém amado morre, morremos um pouco com ele... mas, passado o luto, essa parte de nós

---

<sup>77</sup> I Cor 15,54-55.

pode – e tem o dever de – ressuscitar! Pois o contrário configuraria uma infeliz injustiça conosco mesmos e com aqueles que ficaram ao nosso lado e que precisam de nós e de nosso afeto para continuarem sua caminhada na vida.

Diante da experiência de uma perda, o olhar precisa descobrir a novidade inaugurada pelas ausências, pois na dinâmica da vida o novo nunca deixará de se revelar onde o antigo já realizou a sua missão de acontecer... Como dizia Alberto Caeiro: “O essencial é saber ver (...) ver com o pasmo essencial que tem uma criança, ao nascer. Sentir-se nascido a cada momento para a eterna novidade do mundo”<sup>78</sup>.

É extremamente necessário saber “ver” o surgimento do novo onde o antigo já passou, sabendo aprender com as separações, perdas e despedidas. A ausência é também pedagógica, ela nos leva a posteriormente sermos intensos em cada fragmento, nos revelando o imenso valor e beleza de cada presença que nos acompanha.

A ausência também nos leva a refletir acerca de nossa existencial incompletude, fazendo-nos entender que somente o tempo e o que “passa” não tem o poder de nos completar inteiramente, saciando a nossa natural sede de Eternidade. Fomos criados para a Eternidade!

A partir da experiência do vazio e da perda, será preciso aprender a dilatar os limites do coração para que ele receba a visita d’Aquilo que não passa e que não está encerrado pelos limites do transitório. Assim será despertada no ser a consci-

---

<sup>78</sup> Alberto Caeiro (heterônimo de Fernando Pessoa), *O guardador de rebanhos e outros poemas*.

ência de sua latente vocação ao Infinito!

No contato mais intenso com o aparente fim (morte) surge em nós a certeza de que a vida nasceu para ser mais do que aquilo que nossos olhos contemplam, principalmente, quando fazemos a experiência de contemplar o concreto acontecimento de uma finitude corporal<sup>79</sup>. Logo, precisamente, pode (e deve) nascer no coração a certeza de que a vida é muito mais do que apenas a matéria que se deteriora e que, de alguma forma, existimos para ser muito mais do que aquilo que diante dos nossos olhos se finda e encerra.

Não é só a dor e a progressiva dissolução do corpo (morte) que atormentam o homem, mas também, e ainda mais, o temor de que tudo acabe para sempre. Mas a intuição do próprio coração o faz acertar, quando o leva a aborrecer e a recusar a ruína total e o desaparecimento definitivo de sua pessoa. O germe de eternidade que nele existe, irredutível à pura matéria, insurge-se contra a morte (GS 18)<sup>80</sup>.

Quem consegue bem experienciar suas ausências, superando vazios e sabendo perder com dignidade, poderá realmente deixar para trás o que já não pode voltar, crescendo de maneira desmedida nesta construção em que estamos nos empenhando: a sonhada e perseguida felicidade.

---

<sup>79</sup> De uma morte.

<sup>80</sup> *Gaudium et Spes, Constituição pastoral sobre a Igreja no mundo de hoje.*

## A força da fraqueza

“Pois é na fraqueza que a força se realiza plenamente”  
(2Cor 12,9b).



com essa belíssima afirmação de São Paulo que inicio a edificação de mais este tijolo. Nesta fase, procuraremos compreender como, a partir de fraquezas e aparentes contradições, poderemos construir a felicidade.

Acredito que ninguém pode se tornar um concreto vencedor na vida sem antes passar por algumas experiências de derrotas, as quais devem sempre ser transcendidas e superadas. Sem um real encontro com as próprias fraquezas (derrotas), o coração não será capaz de bem desenvolver a sensibilidade necessária para *conservar* as conquistas que posteriormente a vida for lhe confiando.

Em nosso tempo, infelizmente, somos desde muito novos formados para somente ganhar: “Este é o meu filhão, ele vai ser médico... ele tem que tirar notas boas e vai logo passar no vestibular. Ele vai ser o orgulho da família...”.

Desde crianças somos incentivados a crer que precisamos ser bons em tudo, e que sempre teremos que ser em tudo vencedores. Isso, por um lado, é bom, pois nos estimula ao cresci-

mento e desenvolvimento de nossas potencialidades. Contudo, precisaríamos também aprender que, para chegar a todas essas “vitórias”, teremos, muitas vezes, que viver algumas experiências de perdas e derrotas.

Nossos filhos precisam sim lutar para ser bons em tudo, mas precisam também ter a certeza de que serão acolhidos pelos pais, mesmo quando não são capazes de acertar em tudo... Precisam estar seguros de que não os vemos como “super-homens” e que eles também têm o direito de errar, para aprender a posteriormente acertar. Ao contrário do que afirmava o filósofo F. Nietzsche, *não somos super-homens*. Somos frágeis e marcados por inúmeras carências e fraquezas. O simples fato de reconhecer isso já se torna em nós motivo de grande força. *O maior fraco é aquele que se convence de que não tem fraqueza e que, conseqüentemente, não trabalha as suas inúmeras fragilidades* (todos as temos).

Somos todos fracos e trazemos feridas interiores. Quando nos atentamos a isso, dando uma atenção especial às nossas fragilidades (buscando trabalhá-las e curá-las<sup>81</sup>), poderemos de fato transcender, fazendo de nossas maiores fraquezas a nossa maior força. Entretanto, a inconsciência de nossa vida interior (virtudes e debilidades) nos torna vulneráveis a toda e qualquer espécie de inimigos<sup>82</sup>, e isso em qualquer circunstância na qual

---

<sup>81</sup> Conhecendo-se e buscando uma experiência de cura interior, através da oração, ou, se for o caso, procurando também uma ajuda terapêutica.

<sup>82</sup> Inimigos internos: medos, vícios e más tendências que trazemos em nós, porém, na inconsciência, e que, especificamente por isso, encontram ainda mais força para nos

estivermos inseridos.

O enunciado proposto por Paulo<sup>83</sup> no início deste tópico nos remete também à compreensão de que, mesmo conscientes de nossa própria fraqueza e condição, em alguns momentos não seremos capazes de bem direcioná-las, tornando-nos reféns delas e de suas manifestações.

Sim, em algumas circunstâncias nos sentiremos completamente impotentes diante de nossas próprias fraquezas e más inclinações, sendo que essas nos aliciaram e acorrentaram. Nesses momentos precisaremos confiar naquela mesma Voz que irrompeu de dentro de Agostinho, levando-o a superar as inúmeras fraquezas pelas quais era escravizado.

Diante da compreensão da grandeza de nossa própria fragilidade, nos restará apenas uma alternativa: confiar em Alguém<sup>84</sup> infinitamente maior e mais forte que nós mesmos, com o poder de nos fazer superar e vencer nossas limitações. N'Ele e, através do encanto de seu olhar, nossa fraqueza poderá ser transmutada em força e superação, e a morte poderá continuamente ser transformada em vida e ressurreição.

Quero neste ponto, onde refletimos sobre as fraquezas, pedir licença para fazer – parafraseando Santo Agostinho em seu livro *Confissões* – uma “confissão”. Quero descrever um

---

acorrentar. Inimigos externos: os apelos à superficialidade e ao desamor presentes em nossa atual sociedade, que em tudo aprisionam aqueles que não constroem maturidade e que não trabalham suas feridas e inconsistências interiores.

<sup>83</sup> São Paulo Apóstolo.

<sup>84</sup> Deus, aquele que nos criou e nos sustenta na existência.

pouco como foi o meu itinerário de transformação da fraqueza em força, à luz desse Amor maior.

Um dia também precisei atentamente escutar a Voz que por muito tempo procurei fora de mim, mas que estava dentro em meu interior. Desde criança recebi bons valores e fui bem educado por minha família. Fui formado para ser alguém que respeitasse os demais e para construir, através do trabalho e estudo, um bom e alicerçado futuro.

Contudo, no período da adolescência, em virtude de algumas más companhias e de solidões mal gerenciadas, comecei a viver experiências muito negativas e que me marcariam pelo resto da vida.

Como disse acima, o que farei de agora em diante são minhas “confissões”, então, saiba que quero lhe confiar algo especial e muito particular, que pedirá de você acolhida e proximidade: a minha história pessoal de vida. Afinal, só dividimos algo que nos é importante com aqueles a quem consideramos, de alguma forma, importantes para nós. Portanto, saiba que o(a) considero importante e singular para mim.

Como é um tanto comum no período da adolescência, vivi um processo no qual me tornei facilmente influenciável pelas inúmeras ideologias existentes na época. Desde os meus dez anos, comecei a ouvir muito rock satânico<sup>85</sup>, e comecei a conviver com muitos outros jovens que também gostavam desse estilo e do que ele provocava. Sempre fui muito alto (sempre acima da média dos de minha idade) e isso muito me facilitava para conviver com pessoas mais velhas e para com elas estabele-

---

<sup>85</sup> Bandas como: Black Sabbath, Kiss, Iron Maiden, AC/DC.

cer um processo de amizade.

Com onze anos tive minha primeira experiência de – assim podemos dizer... – namoro (experiência, infelizmente, muito avançada) e nela já “desfiz as pazes” com a castidade. Eu era muito novo e estava vivendo as coisas de uma maneira muito precoce, realidade que depois me acarretaria consequências muito negativas.

Com onze anos também comecei a jogar handebol (joguei por cinco anos) e, além disso, comecei a beber e a fumar. No começo tudo muito escondido, é claro. Foi ainda no fim deste mesmo ano que usei drogas (maconha) pela primeira vez.

Desse período em diante, comecei a me afastar muito de meus familiares e fui, aos poucos, me tornando uma pessoa agressiva e não muito amável. As coisas estavam acontecendo cedo demais em minha história, e as transformações não paravam dentro e fora de mim.

Comecei a me tornar uma referência na “turma”: alguém alegre, engraçado, que tirava sarro de todo mundo e que “sempre estava bem...”, mas, por dentro, confesso que eu era sempre triste e trazia um enorme vazio.

Com o passar dos anos comecei a me “relacionar” com muitas outras meninas... e comecei, pouco a pouco, a usar outras drogas: cocaína, haxixe, benzina, éter, tiner. Fui gradativamente me viciando e entrando em um “buraco sem fundo”.

Eu era alguém respeitado em minha cidade e vinha de uma boa família, entretanto, aos poucos estava perdendo tudo de bom que eu tinha até então.

Quando cheguei aos meus quinze anos, depois de quatro

anos de drogadição e bagunças, eu já me encontrava profundamente perdido e viciado em drogas. Eu ia a muitos shows de rock satânico e gastava todas as minhas energias em prol das drogas, do sexo e do *rock'n'roll*... Fui me perdendo e me tornei uma pessoa amarga e muito infeliz.

Também aos quinze anos, quando fui jogar em um campeonato de handebol (conhecido como Brasileirinho) no sul de meu estado (PR), acabei sendo como que “pego usando drogas” e fui expulso do time no qual jogava desde os onze anos... Enfim, comecei a perder mesmo tudo que eu tinha na vida.

Depois que saí deste time acabei me afundando ainda mais na drogadição e nos vícios, já não conseguia mais levar nada e ninguém a sério. Fui expulso de uma escola e estava quase sendo expulso de outra... não tinha mais nenhum namoro ou relacionamento sério, enfim, minha vida acabou perdendo todo o sentido e direção, e eu havia me perdido de mim e daqueles que me amavam.

Com dezesseis anos cheguei a vender drogas e a ser, por isso, procurado pela polícia. Perdi alguns amigos, na época, mortos em virtude da droga e do que ela acarretava (acidentes, assassinatos etc.). Foi uma experiência muito triste e difícil, da qual trago marcas até hoje.

Meus familiares estavam sofrendo muito comigo e com a situação na qual eu me encontrava. Eles já não sabiam o que fazer para me ajudar e recuperar. Chegou um momento no qual eu percebi que não fazia mais diferença viver ou não... tornei-me alguém muito triste (depressivo) e revoltado com a

existência.

Até que um dia, no final desses mesmos dezesseis anos, o “divino grito rompeu a minha surdez”<sup>86</sup> e pude começar a viver uma vida nova! Em um retiro para jovens (em novembro de 1998) tive um forte encontro com Deus e, a partir daquele momento, encontrei forças para romper definitivamente com as drogas e os vícios, nunca mais retornando a eles. Eu havia encontrado um novo sentido no qual pautar os meus dias e comecei a, verdadeiramente, viver uma vida nova.

Não foi fácil. Precisei rezar muito (diariamente) e viver intensas renúncias<sup>87</sup>. Precisei escolher qual futuro eu queria “construir” para mim.

Troquei de amigos, mudei meus gostos, meu rumo... e voltei a gostar de mim e da vida. Passei a, com paixão e determinação, seguir a Voz que rompeu minha surdez e fui me deixando por Ela conduzir e transformar. Deixei para trás o que já não mais me pertencia e iniciei um novo tempo em minha história.

As coisas começaram a ter um novo e verdadeiro gosto e, pouco a pouco, fui me tornando alguém apaixonado pela existência e por tudo que a compõe.

Tive alguns namoros (novos) e fiz muitas belas e novas experiências de amizade. Comecei a trabalhar e a levar os estudos a sério (sempre gostei de estudar, contudo, durante a

---

<sup>86</sup> Assim como aconteceu com Santo Agostinho.

<sup>87</sup> Lembrando que, em muitas circunstâncias, as renúncias serão essenciais para a realização de um sério processo de construção da felicidade.

drogadição não me empenhei em meus estudos), e recebi muitas novas propostas: de fazer uma boa faculdade em minha cidade, de trabalhar como modelo em uma agência de moda, de voltar a jogar handebol, dentre algumas outras. Minha vida nunca mais seria a mesma e eu nunca mais retornaria à dependência e à escravidão dos vícios.

Enfim, minha fraqueza se tornou a minha maior força e, a partir do momento em que reconheci meus limites e busquei ajuda em Quem verdadeiramente poderia me ajudar, minha história se transformou e recebeu uma nova direção: entrei concretamente nesse caminho de construção da felicidade.

Fui caminhando, sem qualquer receio, e dando os passos aos quais a divina Voz me orientava. Confesso que hoje sou muito feliz e realizado! Ainda sou um peregrino no tempo e persigo também – com sede e incontido desejo – a felicidade... mas não posso negar que muito dela já experiencio no hoje de minha vida e vejo que ela já passeia nas sendas de minha história, em virtude das boas escolhas que empreendo neste tempo.

Entretanto, tenho consciência de que existe ainda muito a caminhar e uma longa trajetória a percorrer...

Sintetizo, a partir da confissão que fiz a você, aquilo em que aprendi a acreditar: independentemente de qual seja sua realidade, saiba que ela pode mudar (para melhor) e se transformar... só depende de você e de suas escolhas, depende apenas da sua decisão. Basta apenas escutar e seguir a verdadeira Voz.

Nossa fraqueza poderá sempre se tornar um lugar de su-

peração e de novidade. Todavia, para que isso aconteça, será preciso que dela tomemos consciência, integrando-a<sup>88</sup> ao todo que nos compõe (sem negá-la), e buscando transcendê-la (trabalhá-la) em nosso ser.

Somos uma contínua síntese de fraqueza e força, e não superaremos nossas fragilidades apenas pelo fato de negá-las...

A consciência das próprias fraquezas nos torna imunes ao grande mal que mais destruiu pessoas e impérios ao longo da história humana: o orgulho e a ausência de humildade.

A falta de compreensão de nossa própria fraqueza nos torna fracos e vulneráveis demais. Uma pessoa sem consciência das próprias fraquezas é uma pessoa fraca, pois não tem a devida humildade para “pedir ajuda” e crescer com o auxílio que os outros poderão sempre lhe acrescentar.

Sem esse processo de integração das fraquezas e potencialização das fragilidades em si, não poderá haver uma concreta construção da felicidade. Sem esses requisitos, o coração continuará empregando suas energias na direção errada.

A tão desejada realização (felicidade) só será realmente possível onde o orgulho não se fizer soberano e onde o existir souber crescer com cada fragmento da realidade, e principalmente, a partir daquilo que temos de pior.

Aprendamos essa arte e não desperdicemos nenhuma de nossas fraquezas, pois elas têm muito a nos ensinar e formar, e

---

<sup>88</sup> Aqui me refiro às fraquezas comportamentais e de temperamento (que tanto nos fazem sofrer) e não a vícios adquiridos (drogadição etc.). Esses últimos não devem ser incorporados a nós, mas curados a partir de suas raízes, ou seja, a partir das causas que nos levaram a eles.

## *Construindo a* Felicidade

podem tornar-se fonte de grande crescimento e superação em nossa história. Não neguemos nossas limitações, mas aprendamos a aprender com elas... para assim encontrarmos, por meio de nossas inúmeras fragilidades, a nossa maior fonte de força e superação!

## O engano do óbvio (Posso perguntar?)

 Estamos quase chegando ao fim de nossa trajetória rumo à construção da felicidade. Faltam agora poucos tijolos para findarmos nossa obra. Já estamos quase aptos a sintetizar nossa busca, expressando-a em algumas humildes respostas diante das perguntas que foram apresentadas.

Prossigamos então esta nossa edificação.

Acredito que a felicidade deixa de ser possibilidade onde não há profundidade, ou seja, onde não “cantamos a beleza de sermos eternos aprendizes” diante da vida. Ela tem sempre algo novo a nos ensinar e algo profundo a nos revelar, mesmo nas coisas mais simples e triviais do cotidiano.

Quem acha que já sabe e ouviu tudo terá muita dificuldade para descobrir (construir) a felicidade em seu caminho. Quem percebe com altivez a novidade da existência passará os dias como quem vive com ares de “hora extra”: alguém que já saiu da dinâmica da vida e apenas se esqueceu de desaparecer do tempo...

A vida é dinâmica e não estática, e para de fato acompanhar-

mos os seus largos passos precisaremos buscar a profundidade no que temos e somos, para assim de tudo apreendermos e, enfim, escutarmos o movimento do Infinito.

Mais uma vez o digo: precisamos de profundidade, pois sem ela a felicidade se transformará em uma utopia irrealizável. Precisamos de profundidade para interpretar os profundos “silêncios” que envolvem cada experiência.

Não podemos ser pessoas rasas e vazias (superficiais) que não conseguem ir além das aparências. Precisamos ir além do facilmente observável, escutando aquilo que não foi dito... para daí haurir o profundo ensinamento que cada situação tem a nos acrescentar.

Pensando sobre a profundidade, recordei-me da poesia e também da filosofia. Sempre me encontrei com poetas e filósofos, nos mais variados livros e também nas Sagradas Escrituras. Gosto de ambos, desde pequeno.

Desde a mais tenra idade percebi que eles conseguem ir mais longe... possuindo profundidade o bastante para ir além das palavras e interpretar os silêncios que as acompanham, pois esses últimos são os que mais falam. Através do ato de poetizar filosofando, eles escutam a música onde não há som e percebem a beleza onde, aparentemente, só existe abstração.

Desde os salmos bíblicos, com a sua rica poesia hebraica, até Martin Buber<sup>89</sup>, com sua belíssima antropologia filosófica, esses dois saberes sempre me despertaram e fizeram desejar a profundidade.

---

<sup>89</sup> Filósofo e escritor judeu de origem austríaca.

É muito bom envolver-se na poesia da vida e na filosofia do tempo! Melhor ainda é conviver com pessoas profundas!

Lembremo-nos: profundidade é diferente de esperteza, de beleza, de inteligência... profundidade é outra coisa, é adjetivo de uma outra cor. Do lado de alguém profundo a gente se sente sempre vivo e pronto a ir além do comum, interpretando e descrevendo a essência de cada experiência. Pena que esta raça (os profundos) esteja quase em extinção!

Precisamos urgentemente fazer uma campanha de preservação: salvem a profundidade! Salvem as almas profundas, aquelas para as quais não se precisa tudo explicar (detalhada e cientificamente), aquelas que escutam o movimento do infinito, ainda que em cada fragmento. Salvem essas almas que sabem que verdade é muito do que se pode provar e que entenderam que pensar com a “própria cabeça” faz um bem enorme. Salvem, por favor, salvem!

Deem a elas alimento profundo: nutram-nas sem demora com Palavra e silêncio, para que assim elas nunca deixem de existir... e continuem habitando o infinito!

De fato, o “homem é uma vontade, uma força e um conhecimento que tendem para o infinito”<sup>90</sup>, e profundidade e infinitude são, na significação que aqui propomos, sinônimos. Sendo assim, o homem tende – essencialmente – à profundidade (assim como à infinitude).

Ser profundo é uma maneira de já habitar o infinito, é ir além do que todo mundo vê para enxergar o inusitado que se

---

<sup>90</sup> Humberto Guido, *Giambattista Vico – A filosofia e a educação da humanidade*.

esconde em cada esquina da existência.

A verdade é muito mais do que o que é raso, e o Eterno é muito mais do que tudo aquilo que já se disse ou se pensou sobre Ele... às vezes caímos na rasa insanidade de querer encarcerar a eternidade em nossos conceitos e em nossa compreensão (nossa lógica), por vezes vaga e fraca demais.

Uma pessoa rasa é aquela para a qual tudo tem que ser explicado... aquela que não sabe conviver com o mistério e que não tem a paciência para lentamente o desvendar (para deixar que ele se desvele). O raso (não profundo) quer sempre tudo pronto e rápido e tem uma enorme preguiça de pensar... quer tudo mastigado e despreza – ferozmente – tudo que inicialmente não se encaixa em sua estagnada compreensão.

A profundidade, ao contrário, exige que saibamos conviver com o mistério, deixando que ele nos ensine e forme a seu modo e tempo.

Infelizmente, as pessoas de hoje estão muito apegadas ao óbvio, muito anestesiadas por suas frases prontas e por suas fórmulas de compreensão da realidade, sendo que tudo que acaba fugindo<sup>91</sup> do que elas estabeleceram em sua “magnífica” compreensão tem que ser excluído e imediatamente rechaçado.

Deus nos defenda da ausência de profundidade, que Ele nos livre de uma existência sem sentido e poesia, que quer tudo

---

<sup>91</sup> Tudo o que escape de sua posse e imediato controle.

pronto e que não sabe construir nada com desejo e paciência.

A profundidade vem do pensamento e, sobretudo, da contemplação. Ela mora na arte de ir além das palavras, descobrindo na ausência a presença que se esconde. Gosto muito das palavras de Rubem Alves no tocante a essa realidade:

Todas as palavras tomadas literalmente são falsas. A verdade mora no silêncio que existe em volta das palavras. Prestar atenção ao que não foi dito, ler as entrelinhas. A atenção flutua: toca as palavras sem ser por elas enfeitiçada. Cuidado com a sedução da clareza! Cuidado com o engano do óbvio!<sup>92</sup>

Quando encontrei pela primeira vez as palavras acima descritas, envoltas que estão em um silêncio profundamente comunicante, senti-me um pouco desajeitado e perdido. Confesso que gosto de, às vezes, sentir-me um pouco perdido... Faz bem de vez em quando. Assim a gente se exercita na contemplação, sem tudo ter que – instantaneamente – compreender.

Eu, tão singular, me vi no plural ao encontrar essas palavras... pois percebi quantos barulhos e mundos precisam constantemente ser silenciados dentro de mim. Mas, enfim, a felicidade é uma construção, não é? Sim... então, não preciso ter pressa e nem querer tudo entender agora, posso caminhar pacientemente (e isso me consola...).

Precisamos, de fato, nos libertar do *engano do óbvio*. Assim poderemos construir a profundidade que, por sua vez, dará à luz

---

<sup>92</sup> Rubem Alves, op. cit.

a felicidade dentro de nós. É preciso nisso se empenhar.

É necessário libertar-se de uma existência rasa e mesquinha (sem sonho e mistério), que passa os dias sem verdadeiramente “acontecer”. Faz-se necessário, mais do que nunca, exercitar-se na contemplação e no exercício da profundidade. Ir além das palavras, tocar sem medo o silêncio... deixar-se conduzir pelo mistério! Aprendamos essa arte, observemos os que já o fizeram e trilhemos com eles esse mesmo caminho.

A história sempre nos presenteou com inúmeras pessoas profundas e “povoadas” pelo Infinito, indivíduos que marcaram para sempre o solo do nosso tempo. Esses não passam, e, mesmo já não estando mais no “aqui” da existência terrena, continuam perenes em nossos hinos e corações.

Quero agora citar alguns que, sem dúvida alguma, continuam ainda hoje ecoando no tempo silêncios carregados de eternidade: Santo Agostinho, São Francisco de Assis, Santa Teresa D’Ávila, Madre Teresa de Calcutá, João Paulo II... e tantos outros. Temos, felizmente, muitos e ótimos exemplos a seguir!

Contudo, dentre os quais apresentei acima, confesso que – sem nenhuma demagogia – ninguém se iguala em profundidade (e Infinitude) a Jesus de Nazaré: Homem e Deus.

Quando O observamos – com profundidade – em seus diálogos e interações, podemos nesses, de fato, notar uma série de silêncios envolvendo profundamente cada palavra Sua. No diálogo com a Samaritana, por exemplo, quão grávido de comunicação foi aquele Seu simples pedido: “Vai chamar teu marido” (Jo 4,16), palavra essa que literalmente a “desmontou” e a abriu ao Mistério que Ele queria revelar. Essa palavra

revelou-a a ela mesma, inserindo-a em sua mais plena verdade e condição: adúltera e possuidora de uma existência sem significado, e por isso, necessitada de redenção.

E as Suas perguntas? Quem será capaz de absorver todo o silêncio que acompanha cada pergunta Sua?

Por isso que eu gosto bem mais das perguntas que das respostas... as primeiras nos levam além de nós mesmos, conferindo-nos uma específica profundidade; as últimas, ao contrário, tendem a nos deixar rasos e superficiais.

Referindo agora às perguntas de Jesus, quão profunda é a descrição de Sua pergunta feita àquela mulher adúltera, que foi entregue ao apedrejamento e que após ser salva da morte por uma sentença do Nazareno recebeu d'Ele a seguinte indagação: “Mulher, onde estão eles? Ninguém te condenou?” (Jo 8,10). Sem dúvida alguma, essas duas perguntas comunicaram muito mais do que as simples palavras nelas expressas, elas falaram e muito... e o silêncio que as envolve é forte e comunica a grandiosidade de uma intensa misericórdia (salvação) que acolhe e ama sem condições.

E a respeito da pergunta que Ele fez aos Apóstolos depois do tenso discurso sobre o pão da vida (Jo 6)? Observe como a questão aconteceu cheia de um silêncio carregado de sentido e como ela foi capaz de arrancar de Pedro – o príncipe dos Apóstolos – uma das mais belas profissões de fé de todos os tempos. Vejamos o desenvolvimento da narrativa: “Jesus disse aos Doze: Vós também quereis ir embora? Simão Pedro respondeu: A quem iremos, Senhor? Tu tens palavras de vida eterna”

(Jo 6,67-68).

E a emblemática pergunta acerca de sua identidade, que tanto fez e faz os discípulos de todos os tempos compreenderem melhor quem é Jesus e como ele funciona: “Jesus perguntou: E vós, que dizeis que eu sou?” (Lc 9,20). O questionar-se acerca desta identidade é também envolto por um silêncio profundo, que vai além das simples palavras expressas e nos leva a uma específica profundidade.

Finalizo com as suas perguntas acerca das preocupações exageradas e quero, juntamente com você, escutar este questionamento e descobrir o que ele comunica para além de suas palavras, e qual é o silêncio que ele pode inaugurar em nós: “Será que vós não valeis mais do que os pássaros? Quem dentre vós pode, com sua preocupação, acrescentar um só dia à duração de sua vida?” (Lc 12,24b-25). Confio a você esta reflexão (o que de minha parte também o farei) e desejo que o silêncio comunicante provocado por essas perguntas estabeleça dentro de nós um espaço de profundidade...

Pare, leia, reflita... Não tenha medo de fazê-lo! Lembre-se: é preciso exercitar-se na contemplação do mistério.

Jesus tem muito a nos ensinar no tocante à profundidade e às palavras. Para aprender com Ele é preciso, ao menos, desejar a profundidade e não ter medo das perguntas, principalmente daquelas que precisam ser feitas a nós mesmos.

Aprendamos com o Nazareno a arte de *contemplar o Mistério*, mesmo quando esse não nos der todas as respostas pron-

tas que, em muitos momentos, tendemos a desejar.

Contemplemos o mistério, não tenhamos medo dele. Permitamos que ele nos forme e ensine – mesmo sem muitas e claras indicações – a descobrir concretos e sóbrios caminhos para a construção da felicidade em nossos dias.

**Posso perguntar?**

*Onde o vento sopra?*

*A nuança da inconstância saberá?*

*Também eu?*

*Sigo, satisfeito, em não saber.*

*Aprendi: com as dobras das páginas e o  
passar dos dias,*

*a contentar-me com poucas respostas.*

*E confesso*

*mesmo assim insisto eu em perguntar.*

*Creio mais na força das perguntas que das  
respostas.*

*As últimas são traiçoeiras...*

*Por quê?*

*Sigo perguntando...*

*Nem tudo se responde. Mas não há ofensa  
em perguntar*

*principalmente para si.*

*Respostas demais empobrecem.*

*Perguntas fazem pensar...*

*Nem tudo terá resposta. Mas em tudo há um  
caminho*

*esperança, luz?*

*Sigo acreditando*

*perguntando?... navegando, me aventurando!*

(Pe. Adriano Zandoná)

## Família: espaço privilegiado de construção da felicidade



Estamos cada vez mais próximos do fim deste nosso itinerário de construção da felicidade. Lembrando que este caminho foi sempre manifesto em uma relação direta com algumas realidades específicas, as quais se tornaram para nós como que os “tijolos necessários” para a concretização desta obra.

De maneira simples e sintética, esses tijolos serão apresentados a você como uma harmônica sequência de passos requeridos à realização de nosso caminho de construção. São eles: lutar pela aquisição da maturidade, assumir a realidade, dar valor ao que tem valor, investir no conhecimento de si, abrir-se aos relacionamentos com os outros, amar e ser amado (do jeito certo), buscar a verdadeira alegria e não apenas o prazer, aprender a crescer com a dor, integrar em si as próprias perdas e derrotas transformando-as em superação, descobrir a força presente na fraqueza, procurar a força no lugar certo, buscar a profundidade diante da vida, não temer o pensamento e as perguntas – neste tópico, apresentarei uma última realidade

que percebo ser importantíssima para essa construção a que nos propomos: a família e o seu papel particular em nossa edificação enquanto pessoa.

A felicidade precisa de um ambiente favorável (isso a partir do real, como já dissemos...) para de fato poder desabrochar, e é na família – por mais imperfeita que seja – que esses elementos são oferecidos. É nela que o coração alcançará o amadurecimento necessário para poder conquistar, com mais propriedade, a felicidade.

Contudo, é preciso salientar que família perfeita não existe e que essa crença se estabelece como utopia desencarnada... é projeto irrealizável e alicerçado apenas na ilusão.

Sabe qual é a melhor família que existe? É a que a gente possui, por mais frágil e complicada que ela seja.

Sabe qual é o pior inimigo do real? Pensou? O pior inimigo do real – da família real, daquela que realmente temos – é o ideal... é aquela “ideia” (projeção?) que carregamos acerca de um modelo ao qual a realidade toda é “obrigada” a se adequar, mas que – definitivamente – não corresponde à nossa realidade.

Nem sempre – quase nunca... – a realidade corresponderá aos nossos ideais, e quase perenemente precisaremos, com leveza e maturidade, nos reconciliar com o real para podermos, a partir dele, construir uma encarnada felicidade. A felicidade só será possível a partir da verdade e da realidade que verdadei-

ramente nos compõem.

Como dizia o poeta: “Eu sei, que a vida devia ser bem melhor e será... mas isso não impede que eu repita: é bonita, é bonita e é bonita” (Gonzaguinha), e por mais que a vida nos apresente problemas e deformidades, ela sempre será um palco de belezas onde precisaremos protagonizar nossa história.

Nossos familiares são mesmo, inúmeras vezes, imperfeitos e muito difíceis de se conviver. Todavia, é no solo dessa verdade (de nossa verdade) que precisamos nos assumir e, com bravura e heroísmo, nos lançar na construção da felicidade e de suas específicas exigências.

Precisamos amar e valorizar a família que temos: o pai, a mãe, os irmãos que Deus nos deu... independentemente de como são. Sem dúvida, isso não é fácil e se revela como realidade muito desafiadora. Entretanto, ninguém poderá construir uma vida verdadeiramente feliz sem ter a consciência tranquila pelo fato de ter lutado pelos seus e de não os ter abandonado em virtude de suas fraquezas.

Percebo como muito sábio e real o ditado que diz: “Quer conhecer alguém? É só observar como ele trata seus pais...”, pois uma consciente e constante atitude de desamor com relação aos próprios pais revela uma séria e profunda deficiência no caráter e na forma de se relacionar.

Nossos familiares (os pais e os demais) manifestam nossas raízes e nossa identidade, sendo que negá-los seria negarmos a

nós mesmos.

Nossa família sempre oferecerá possibilidades, seja por meio de alegrias ou de dores, para nos tornarmos pessoas melhores. Nela poderemos viver a relação e a abertura aos demais (não sem conflitos, é claro), assim compreendendo que não somos o centro “absoluto” do mundo.

Na família aprendemos – por bem ou por mal... – a repartir o que temos e o que somos, com a possibilidade de constantemente frequentar a escola do perdão. Assim aprenderemos a oferecer, aos outros e a nós mesmos, uma nova chance diante de cada circunstância ou erro cometido.

Pela família aprendemos a compreender a imensa fragilidade humana que envolve a todos, percebendo-nos também como seres fracos e constantemente necessitados de ajuda e atenção.

Enfim, a família é uma escola de vida e de construção da felicidade, nela o ser tem espaço para, de fato, “ser” e acontecer.

Família é lugar de encontro conosco mesmos – no melhor e no pior – e com outros, é um espaço onde a paciência e a humildade podem se construir dentro de nós. Para nos tornarmos, de fato, pessoas, a experiência de família é realidade fundamental, pois pelo contato com as diferenças e fraquezas dos nossos poderemos melhor compreender o ser humano em todas as suas circunstâncias: imperfeitas ou não, manipuladas ou não pela dureza da realidade.

Diante das decepções familiares, a reconciliação com as dores do real e a luta para transcendê-las será sempre um requisito imprescindível, para que assim a felicidade possa verdadeiramente acontecer em nossas histórias.

É pena que, atualmente, a família (no sentido sério e real do termo) venha sendo tão atacada em sua essência e valores, o que acaba instaurando na compreensão de muitos uma aguda confusão acerca do verdadeiro valor dessa belíssima instituição.

A família nos tempos de hoje, tanto e talvez mais que outras instituições, tem sido posta em questão pelas amplas, profundas e rápidas transformações da sociedade e da cultura. Muitas famílias vivem esta situação na fidelidade àqueles valores que constituem o fundamento da essência familiar. Outras se tornaram incertas e perdidas frente a seus deveres, ou ainda mais, duvidosas e quase esquecidas do significado último e da verdade de sua vida conjugal e familiar (FC,1)<sup>93</sup>.

Como nos relata o Documento do Magistério acima citado, este é o clima de insegurança e muitas vezes incompreensão que paira em nossos ares acerca do papel desta realidade tão fundamental a todo e qualquer ser humano: a família.

Precisamos, mais do que nunca, lutar intensamente para resgatar o verdadeiro valor e lugar da família em nosso processo de

---

<sup>93</sup> Familiaris Consortio, *Exortação apostólica sobre a função da família cristã no mundo de hoje*.

construção enquanto pessoas. Ela é essencial para a sobriedade e perpetuação da vida e da sociedade.

Na Carta às Famílias, escrita em 1994, no Ano da Família, o saudoso João Paulo II afirmou:

Nos nossos dias, infelizmente, vários programas sustentados por meios muito poderosos parecem apostados na desagregação da família. Muitas vezes até parece que se procura, de todas as formas possíveis, apresentar como “regulares” e atraentes, conferindo-lhes externas aparências de fascínio, situações que, de fato, são “irregulares” (...). Fica obscurecida a consciência moral, aparece deformado o que é verdadeiro, bom e belo, e a liberdade acaba suplantada por uma verdadeira e própria escravidão (CF, 5)<sup>94</sup>.

Essa é uma realidade que desafia nosso tempo, afligindo nossa vida e nossa compreensão do todo e, exatamente por isso, muitas pessoas sentem-se internamente confusas e perdidas em relação à percepção do que, de fato, constitui uma “vida verdadeiramente feliz”.

Ainda citando João Paulo II, trago abaixo mais um trecho de sua “carta magna” sobre a Família (*Familiaris Consortio*), em que o pontífice apontou com maestria os graves perigos que

---

<sup>94</sup> Carta do papa João Paulo II às Famílias. *Ano da Família*.

ameaçam a família de hoje:

Não faltam sinais de degradação preocupante de alguns valores fundamentais: uma errada concepção teórica e prática da independência dos cônjuges entre si, as graves ambiguidades acerca da relação de autoridade entre pais e filhos (...). O número crescente dos divórcios, a praga do aborto, o recurso cada vez mais frequente à esterilização, a instauração de uma verdadeira e própria mentalidade contraceptiva (FC, 6)<sup>95</sup>.

Enfim, os desafios a uma sã existência da família são inúmeros, mas o pior deles é sem dúvida alguma a ausência do amor e de seus específicos predicados: perdão, paciência, compreensão... O amor (em seu autêntico sentido) dá consistência à família, fazendo-a superar os conflitos e dificuldades próprios de toda e qualquer interação.

A primeira exigência do amor é aceitar o outro como ele é, com todas as suas virtudes e fraquezas. Somente dessa forma se ajuda alguém a crescer, pois um ser humano só cresce – verdadeiramente – quando se percebe amado e aceito como é. O amor tem uma força impressionante e, quando se ama o outro com gratuidade, sem cobrar nada em troca, ele acaba sendo despertado e revelado a si mesmo, encontrando um novo ânimo e uma nova vida interior.

---

<sup>95</sup> *Familiaris Consortio*, op. cit.

A experiência familiar tem a propriedade de possibilitar um ambiente propício para que o amor possa, de fato, acontecer. Ela gera o amor e é o palco onde devemos protagonizá-lo todos os dias, por meio de um sincero esforço para nos tornarmos melhores.

A experiência familiar é fundamental para que nos transformemos em pessoas mais inteiras, indivíduos que aprendem – desde muito novos – a lidar com diferenças e tensões, aprendendo também a desenvolver uma profunda capacidade de transcender e superar as dificuldades.

Trago aqui uma pequena partilha acerca do que experienciei e aprendi, a partir de minha família e de suas circunstâncias. Percebo que sem o auxílio de minha família eu nunca teria superado os sofrimentos que enfrentei na vida e nunca teria conseguido – apenas por mim mesmo – iniciar o meu processo de construção da felicidade.

Minha família me ajudou, ensinou<sup>96</sup> e formou, a cada “sim” e a cada “não”, com seus defeitos e virtudes. Nela fui me tornando mais eu mesmo e fui compreendendo que a felicidade depende – e muito – de minhas próprias escolhas.

Recordo-me de minha mãe e dos inúmeros diálogos silenciosos que comigo ela teceu ao longo da vida. Suas palavras

---

<sup>96</sup> Ensinando-me a ser mais gente, muitas vezes, pelo fato de eu ter que contemplar os defeitos alheios e mesmo assim não desistir dos demais... Ao exercer a paciência e compreender a minha – igual ou maior – imperfeição.

eram sempre reais e traziam profundidade, e seus olhos... tinham o poder de realizar comigo uma indizível comunicação, revelando-me que – mesmo quando eu escolhia o mal – a vida havia nascido para ser feliz e dar certo, e que eu a poderia realizar de maneira melhor e mais feliz.

Percebo que minha mãe nunca desistiu de mim. Ela sempre acreditou... Mesmo quando eu já havia desistido, ela sempre redespertava em mim a vontade de sonhar e de fazer a vida acontecer de maneira diferente. E isso nem sempre com muitas palavras. Vejo que sem o seu amor e crença em minhas possibilidades eu nunca haveria superado as drogas e tudo que experienciei. Devo muito a ela e a força de sua fé.

Por mais que deparemos com nossas fraquezas e defeitos diante da existência, se tivermos alguém que realmente – ainda que de forma discreta – acredita em nós, encontraremos nisso um intenso combustível de superação que injetará em nós uma nova força e uma nova coragem para lutar. Isso encontrei nos olhos de minha mãe.

*O olhar que acredita em nós reacende-nos para a coragem de sonhar!*

Uma pessoa sem sonho é uma pessoa sem alma, sem horizonte... As metas e sonhos são essenciais e precisam ser alimentadas dentro de nós, mesmo diante dos aparentes fracassos. Isso também aprendi nos olhos de minha mãe...

Família é lugar de descobrir que a imperfeição não é o

fim, que sofrer faz parte da vida e que juntos sempre poderemos – com paciência e coragem – superar as diferenças e as más situações. Em família, todo aparente final pode se tornar um novo começo. É preciso apenas exercitar o perdão e a esperança, sem os quais a felicidade não poderá se fazer presença em nosso território.

Mais uma vez o digo: é preciso valorizar a família, a família que você tem! Ainda que seja constituída por pouquíssimas pessoas. Saiba que nela existe uma *graça* especial para você crescer como gente e, também, para que possa de fato lançar as inúmeras bases da construção a que estamos nos empenhando.

A felicidade não é um sonho irrealizável... ela é possível. Ela se deixa possuir por aqueles que dela não desistem e que com ela sonham em todas as estações do tempo. Lutemos por ela e permitamos que a mesma nos visite a partir daquilo que nos é mais singular: nossa história e laços familiares.

Partilho com você uma pequena homenagem que fiz a meus pais, dois simples poemas, que enfatizam a importância de ambos em minha construção de uma existência cada dia mais feliz.

### **Bárbara**

*Quando vi seus olhos encontrando os meus  
pensei: a felicidade tem essa cor...*

*Um jeito único. Fica sempre dentro de mim.*

*Quando o tempo se esquecia de me embarcar  
os seus braços me embalavam.*

*Vejo-a em mim. Admiração que me rouba e*

*traspassa.*

*Confesso: acho que nunca cresci...*

*Ainda quero seu colo!*

*O seu nome, quando o ouço, muitos mundos  
recomeçam em mim.*

*Sua voz tem um selo nostálgico, que reacende  
o que da vida é beleza.*

*Você sempre compreendeu... mesmo quando  
o silêncio se fez voz eloquente.*

*Quando o erro se estabeleceu como regra  
para mim, para você não foi assim.*

*Seu jeito de simples: forte para esperar e frá-  
gil para chorar,*

*revelou-me que a vida podia acontecer de  
forma diferente.*

*Na crença de seus olhos minha vida se rein-  
ventou... Então, renasci!*

*E agora? Acabaram as palavras...*

*Enfim:*

*Obrigado, Mãe!*

### **Roda de caminhão**

*Esta roda é pra mim um símbolo. Sinal sagrado.*

*O barulho que ela provoca sempre me fez  
dormir,*

*como que a ninar-me com leveza.*

*Seu caminhão é para mim um lugar de Encontro.*

*Nele aprendi a dirigir... diante do volante  
onde eu – menino –  
ouvia suas histórias.*

*Sempre senti sua falta! Sempre esperei o regresso  
de seu caminhão azul,  
a cruzar a linha do meu destino  
apontando na esquina de casa.*

*Sempre o admirei a ponto de me descobrir  
em você.*

*Nas tardes em que cantávamos, juntos na  
estrada,  
a poesia dos seus sonhos constantemente me  
refez...*

*Você sempre foi presença, mesmo na ausência.  
O amor tem dessas coisas, pai,  
tem a beleza de ser para sempre dentro de nós!  
E vai ser sempre assim,  
como a churrasqueira feita com a roda do  
caminhão.*

*Presença, saudade e sonho!*

*É sim, eternamente:  
o meu herói!*

## Ser feliz é...

 nfim, chegamos ao último tijolo da construção a que nos propomos ao longo dessas páginas. Início este último capítulo já lhe agradecendo e o(a) parabenizando por sua fidelidade e perseverança. Muito obrigado por sua paciência e por trilhar comigo todo este caminho de construção, seguindo até o fim este percurso! Unidos, completemos nosso trajeto.

Como disse no início do livro, minha intenção não foi a de oferecer a você um “Tratado” que respondesse a todas as suas perguntas e inquietações acerca da felicidade. Minha intenção aqui foi apenas a de propor caminhos, possíveis luzes para que você, a partir da inteligência e sensibilidade com as quais Deus lhe dotou, fabricasse suas próprias respostas: respostas essas que lhe possibilitassem encontrar uma verdadeira e encarnada felicidade.

Neste último capítulo não vou perguntar tanto. Após termos trilhado este caminho de perguntas e de reflexão, vejo que juntos poderemos arriscar algumas boas respostas. Então, sinto-me autorizado a oferecer a você, com muita alegria/felicidade e simplicidade, algumas sucintas respostas (a título de conclusão de nossa obra).

Neste ponto, expressarei com clareza as realidades que, assim percebemos, compõem o distinto universo da felicidade. Então, vamos por partes:

Ser feliz é...

Viver e não ter a vergonha de ser feliz e de lutar para construir a felicidade! Cantar e sempre cantar a beleza de ser um eterno aprendiz... É ter a consciência de que não se está pronto, que não sabemos tudo e temos sempre algo novo a aprender com a vida, com as suas dores e, também, com as suas alegrias.

É ser você mesmo... é assumir-se, respeitar-se, integrar-se! É descobrir as próprias e reais necessidades, sem colocar peso e cobranças demais sobre os ombros. É descobrir e estabelecer metas, o como e o quando alcançá-las... é saber reconhecer os próprios limites, respeitando-se e fazendo-se respeitar, sabendo diferenciar-se dos outros por uma posse madura da própria identidade.

Ser feliz é compreender que a felicidade é intensificada em um aprendizado cotidiano, no qual se aprende a aceitar e expressar – sem prender-se no medo e na timidez – os próprios desejos, sentimentos e opiniões, sem se anular, entretanto, realizando tudo isso de maneira pautada no verdadeiro amor.

Felicidade é conseguir enxergar o trágico sem amargura, permitindo à vida sempre renascer! É saber conviver com as frustrações sem permitir que elas determinem o rumo de nossa história. É saber sorrir! É não querer segurar o que não volta, é deixar passar o que já passou...

É saber emprestar-se na amizade, sem cobrar nada por isso. É descobrir o encanto da fidelidade e a sua específica discrição, afinal grandes relacionamentos constroem-se de quietas fidelidades.

É valorizar o que da vida é essencial, é acreditar... em si mesmo, na vida e, principalmente, em Deus, pois não exis-

te verdadeira felicidade sem Ele, sendo que este (felicidade) é também um de seus nomes. “És tu o meu Senhor, fora de ti não tenho bem algum” (Sl 15,2); “alegria plena à tua direita, para sempre” (Sl 15,11).

O CIC<sup>97</sup> em seu parágrafo 30 nos diz que “Deus não cessa de chamar todo homem a procurá-lo, para que viva e encontre a felicidade. Mas esta busca (felicidade) exigirá do homem todo esforço de sua inteligência e retidão de sua vontade”.

Como nos atesta o CIC, a felicidade reside em uma vida partilhada com Deus e, sem Ele, é impossível ser verdadeiramente feliz. Entretanto, como o parágrafo acima citado também ressalta, essa referida busca da felicidade (que equivale, consciente ou inconscientemente, a uma busca de Deus) exige do homem todo o seu esforço, tanto da inteligência como da vontade: ou seja, é – como temos afirmado – uma verdadeira e contínua construção!

Ser feliz é ser simples, é descomplicar os fatos enxergando uma coisa de cada vez. É não querer ser e fazer todas as coisas ao mesmo tempo.

Mário Quintana, dotado de uma sensibilidade ímpar, expressou com maestria seu pensamento acerca desta profunda conexão existente entre felicidade e simplicidade: “Faça o que for necessário para ser feliz. Mas não se esqueça de que a felicidade é um sentimento simples, você pode encontrá-la e deixá-la ir embora por não perceber a sua simplicidade...”

Felicidade é estar em paz com a própria consciência, é poder dormir em paz... É assumir o certo como certo e o errado

---

<sup>97</sup> Catecismo da Igreja Católica.

como errado, sem procurar “inventar” uma realidade (“verdade”) que justifique os próprios erros e vícios:

Ai dos que dizem que é bom aquilo que é mau,  
que dizem que é mau aquilo que é bom, que põem  
as trevas no lugar da luz e a luz no lugar das trevas,  
põem o doce no lugar do amargo e o amargo no  
lugar do doce! (Is 5,20)

Ser feliz é encontrar na oração (relacionamento e intimidade com o Sagrado) a força necessária para gerir os conflitos e tensões apresentados cotidianamente pela vida. É saber esperar o tempo de cada coisa: esperar o alvorecer das grandes vitórias que só podem ser conquistadas lentamente... aos poucos. Afinal, as flores não crescem se as puxarmos para cima, pois possuem o seu ciclo natural para poderem verdadeiramente florescer.

É reconciliar-se com a própria verdade e identidade, aceitando o próprio jeito e temperamento. É rir dos próprios defeitos e erros, principalmente daqueles que repetimos pela milésima vez... É acostumar-se a ver o lado bom das coisas. É entender que a vida é dividida em dias e que amanhã tudo poderá ser diferente.

É curtir a própria fraqueza e hipocrisia, sem exigir de si uma perfeição própria a um deus. É ter paciência consigo mesmo e com o próprio processo de crescimento e maturação. É curtir as variações no humor e nas percepções, pois nem sempre somos o que queremos e acabamos, constantemente, sendo visitados pela inconstância. Recordo-me aqui de um belo poema de Alberto Caeiro, no qual o poeta descreve a constatação de sua própria instabilidade e a sua posterior reconciliação com ela:

*Nem sempre sou igual no que digo e escrevo.  
Mudo, mas não mudo muito.  
A cor das flores não é a mesma ao sol,  
de que quando uma nuvem passa  
ou quando entra a noite  
e as flores são cor da sombra.  
Mas quem olha bem vê que são as mesmas  
flores.  
Por isso de vez em quando pareço não  
concordar comigo...  
Reparem bem em mim:  
Se estava virado para a direita,  
voltei-me agora para a esquerda,  
mas sou sempre eu, assente sobre os mesmos  
pés —  
O mesmo sempre, graças ao céu e à terra  
e aos meus olhos e ouvidos atentos  
E à minha clara simplicidade de alma...<sup>98</sup>*

Felicidade é saber que mesmo em momentos nos quais a alegria se ausenta é possível ser feliz.

A alegria (componente da felicidade) não é, afinal, uma posse permanente, porque não dá para estar de bom humor (alegre) o tempo todo... Isso não seria humano. Contudo a felicidade, por morar na alma, é realidade que permanece perenemente em nós, mesmo quando nosso ânimo e humor se

---

<sup>98</sup> Alberto Caeiro, op. cit.

alteram e entristecem.

A felicidade é algo que vem de dentro e que não pode ser destruído por realidades que venham de fora. As dores e o sofrimento não podem destruir uma autêntica felicidade, pois essa está aliçada sob o solo do amor e do bem. É uma “verdadeira alegria” nascida no coração daqueles que compreenderam que, mesmo sofrendo e enfrentando injustiças, é possível (e preciso) prosseguir fazendo o que é certo e em tudo optando pelo bem.

Ser feliz é a conquista emoldurada pela virtude (repetição de bons hábitos), realidade essa que nos liberta eficazmente de jugos e vícios.

É experienciar a reconciliação, vendo a mágoa e a revolta cederem diante da força do perdão... É cultivar o bom humor! Sair pra pescar, brincar com o filho(a), contar uma história... é valorizar cada pequeno momento proporcionado pela vida. É ser inteiro em cada parte, amando as pessoas com todas as partes de si. É não desistir dos próprios sonhos e por esses lutar. É perseguir ideais, fabricar ideias, aprender a pensar...

É buscar com paixão a Verdade (a que vem de Deus, e que por isso possui o “v” maiúsculo), porém, não apenas naquilo que se pode provar. É escutar o silêncio em torno das palavras. É descobrir poesia nas estações do ano, ouvindo o murmúrio do vento... é treinar a audição para o Infinito!

Ser feliz é buscar a liberdade interior, resolvendo todas as pendências existentes no coração. É, pela força da cura interior<sup>99</sup>, buscar desatar os nós ainda existentes no inconsciente e nas emoções.

---

<sup>99</sup> Oração de cura interior: momento em que oferecemos ao Espírito Santo as feridas existentes em nós, para que Ele as cure pela força do amor de Deus.

É enfrentar cada dia como se fosse a primeira vez... É confiar as angústias e problemas a Deus, acreditando que quem precisa ser adorado é Ele e não a ansiedade... É não ser refém do medo, tendo sempre a coragem de ousar e ir além de si e dos próprios limites.

É ter a consciência de que nascemos para voar mais alto, rumo à Eternidade, e não para ficarmos eternamente presos àquilo que é passageiro e que não tem verdadeiro valor.

*Enfim, ser feliz é...*

### **Felicidade**

*Muito além do que meus olhos podem ver foi o que Deus me deu*

*Muito além do que minhas mãos podem tocar foi o que Deus me deu*

*Muito além do que os homens podem notar foi o que Deus me deu*

*Mais que as aparências podem demonstrar Ele me concedeu Deus me deu a felicidade de dentro para fora um amor que não dá para explicar*

*Me deu um amor de verdade que não está sujeito às intempéries da vida*

*Me deu a felicidade de dentro para fora e que ninguém pode roubar*

*Me deu um amor de verdade que nem os fracassos nem as vitórias conseguem mudar*

(Eros Biondini)

*“Então, encontrarás tua felicidade no Senhor”*

(Is 58,14a)<sup>100</sup>.

---

<sup>100</sup> Tradução da Bíblia da Ave-Maria.

# Bibliografia

- AGOSTINHO, Santo. *Confissões*. São Paulo: Martin Claret, 2002.
- \_\_\_\_\_. *Diálogo sobre a Felicidade*. Lisboa: Edições 70, 2000.
- ALVES, Rubem. *A Maçã e outros Sabores*. Campinas: Papirus, 2005.
- \_\_\_\_\_. *O Infinito na Palma da sua Mão*. Campinas: Verus, 2007.
- ARISTÓTELES. *Ética a Nicômaco*. São Paulo: Martin Claret, 2000.
- BÍBLIA TEB (Tradução Ecumênica). 2. impr. São Paulo: Loyola, 1995.
- CAEIRO, Alberto. *O Guardador de Rebanhos e outros Poemas*. São Paulo: Landy, 2006.
- CARTA DO PAPA JOÃO PAULO II ÀS FAMÍLIAS. *Ano da Família*. Roma, 1994.
- CATECISMO DA IGREJA CATÓLICA. São Paulo: Loyola, 2000.
- CENCINI, Amedeo. *Por Amor*. São Paulo: Paulinas, 1997.
- DEUS CARITAS EST. *Carta Encíclica Sobre o Amor Cristão*. São Paulo: Paulinas, 2005.
- DIRETRIZES GERAIS DA AÇÃO EVANGELIZADORA DA IGREJA NO

BRASIL. CNBB - Documento 94. São Paulo: Paulinas, 2011.

DOCUMENTO DE APARECIDA. *Texto Conclusivo da V Conferência Geral do Episcopado Latino-Americano e do Caribe*. São Paulo: Paulinas, 2007.

DOSTOIÉVSKI, Fiódor. *Os Irmãos Karamázov*. São Paulo: Editora 34, 2008.

FAMILIARIS CONSORTIO. *Exortação Apostólica sobre a Função da Família Cristã no Mundo de Hoje*. Roma, 1981.

FORTE, BRUNO. *Jesus de Nazaré, História de Deus, Deus da História – Um ensaio de cristologia como história*. Tradução de Luiz João Gaio. São Paulo: Paulinas, 1985.

GAUDIUM ET SPES. *Constituição Pastoral sobre a Igreja no Mundo de Hoje*. São Paulo: Paulus, 2001.

GUIDO, Humberto. *Giambattista Vico - A filosofia e a educação da humanidade*. Petrópolis: Vozes, 2004.

IMODA, Franco. *Psicologia e Mistério: O desenvolvimento humano*. Tradução de Adalto Luiz Chitolina, Matthias J. A. Ham. São Paulo: Paulinas, 1996.

KIERKEGAARD, Soren A. *Temor e Tremor*. Lisboa: Guimarães Editores, 1990.

LEWIS, Clives S. *Os Quatro Amores*. São Paulo: Mundo Cristão, 1986.

MARCEL, Gabriel. *Aproximacion al misterio del ser: Posicion y aproximaciones concretas al misterio ontologico*. Madrid: Tapa Blanda, 1987.

MERTON, Thomas. *Homem Algum É uma Ilha*. Campinas: Verus, 2003.

MOUNIER, Emmanuel. *O Personalismo*. São Paulo: Centauro, 2004.

NIETZSCHE, Friedrich W. *Assim Falou Zaratustra*. São Paulo: Martin Claret, 1999.

QUEIRUGA, Andrés Torres. *Recuperar a Salvação* – Por uma interpretação libertadora da experiência cristã. Tradução de Afonso Maria Ligório Soares. São Paulo: Paulus, 1999.

QUINTANA, Mário. *Esconderijos do Tempo*. Rio de Janeiro: Globo, 2005.

RATZINGER, Joseph. *Introdução ao Cristianismo*. São Paulo: Loyola, 2005.

ROGERS, Carl. *Tornar-se Pessoa*. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

ROSA, João Guimarães. *Ave Palavra*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.

SALVIFICI DOLORIS. *Carta Apostólica sobre o Sentido Cristão do Sofrimento Humano*. Roma, 1984.

SARTRE, Jean P. *O Ser e o Nada* – Ensaio de ontologia fenomenológica. Petrópolis: Vozes, 2001.

SPE SALVI. *Carta Encíclica sobre a Esperança Cristã*. São Paulo: Canção Nova, 2007.

ZANDONÁ, Pe. Vilmar Adriano. *O Mistério da Dor Humana Como Apogeu Epifânico do Sagrado*. Trabalho de Conclusão do Curso de Teologia. Palmas: 2010.

ZENIT. *Da Ditadura do Racionalismo à Ditadura do Relativismo – Discurso de Bento XVI*. Disponível em: <<http://www.zenit.org/article-22337?l=portuguese>>. Acesso em: 19 set. 2011.