

A astúcia em ser, conhecer e se transformar

É condenável o fato que vivemos em uma sociedade na qual demonstrar emoções ainda é tão difícil quanto era no século passado. Realmente, não somos projetados para valorizar a expressão dos sentimentos humanos. Ironicamente, sentir é tão normal quanto respirar e é parte da beleza de existir no mundo. Assim, aprender a exprimir o burburinho que há dentro de nós, especialmente em tempos de isolamento social, é, também, iniciar o caminho de uma jornada de autoconhecimento – que é, de modo geral, bastante conflituosa. Bom, se existe algum consolo nisso é lembrar de Sócrates que, após visitar o Oráculo de Delfos, anunciou para o mundo que se compreender é o caminho para o conhecimento de todo o Universo.

A princípio, a separação abrupta do meio e contexto que vivíamos trouxe, de brinde, um emaranhado de emoções – medo, tristeza, surpresa, raiva. Como nunca foi ensinado para ninguém a maneira de lidar com elas de uma forma saudável, criou-se mais um conflito: como canalizar os abalos diários nesse momento? Aqui está a parte “cômica” da história. Não se sabe como porque, até o momento, nunca tivemos tempo para cavar afundo dentro de nós, já que, cumprir toda a esgotante rotina proletária sempre ocupou todo e qualquer espaço de uma reflexão. Por consequência, a angústia em perceber esse infortúnio é acompanhada pelo peso da responsabilidade de assumir o sentir. Sendo assim, é inegável que saber demonstrar essas emoções é mais importante do que se preocupar com o que vão pensar da sua forma de fazê-lo - as redes sociais não precisam saber das nossas reflexões pessoais, afinal.

Nesse contexto, saber quem somos é primordial para conseguirmos, na prática, expressar o que sentimos. Isto é, a arte de exteriorizar as emoções compreende ser aquilo que você é – não o que a blogueira do Instagram diz que você deve ser. Dessa forma, pode ser necessário recorrer a pergunta de Lispector: “E se eu fosse eu?”. A resposta pode assustar. Entretanto, transformar. Quando se permite entender, sentir e extravasar os movimentos da nossa alma, o mundo pode ser encarado com mais facilidade. Ainda mais, aqui está mais um aprendizado que esse caos mundial trouxe: não se perde por ser autêntico porque, no final das contas, o que temos é, nada mais, do que nós mesmos (apesar disso ter soado piegas). Além disso, como diria Sartre, se você está sozinho quando está sozinho, você está em má companhia!

Portanto, tentar ficar inerte em meio a tudo que está acontecendo é dar um passo em falso consigo mesmo porquê a mente e coração não estão intactos à essa reconfiguração da realidade. Isto posto, assumir aquilo que há dentro de nós é o meio mais fácil de continuar acreditando na beleza da vida. Parece-me superestimado esse ideal de “pessoas insensíveis são superiores” porque, no fim das contas, a sensibilidade produziu livros, peças, filmes e músicas extraordinárias demais em toda a história da humanidade. Em vista disso, abrir-se para o nosso interior modifica nossa relação conosco, com o outro e com o mundo, sendo então, a forma mais pura, honesta e simples de externar a nossa essência.