



## Andamos a chorar à pressa

O que sucederá amanhã a quem não tem tempo para digerir as suas perdas hoje?

O mundo parece cada vez mais indiferente às angústias pessoais. Como se não fizessem parte da vida ou fossem um sinal de que não sabemos viver. Somos convidados a partilhar com os outros apenas os nossos sucessos, porque ninguém quer saber de desgraças, muito menos das alheias.

Não temos tempo para nada. Passamos o dia ocupados, mas, por mais que façamos, ainda sobra sempre muito por fazer. Trabalhamos muito, mas a verdade é que parece que não fazemos nada. Não somos máquinas, e quanto mais o tentamos ser, mais longe ficamos da perfeição.

Então, quando a solidão nos apanha, não nos resta senão fecharmos a porta e, aí, longe do mundo, murmurarmos a nós mesmos as verdades que calamos durante o resto do tempo.

Mas não tardam a aparecer as ideias das obrigações que nos faltam cumprir, que nos escravizam em troca de darem uma certa sensação de utilidade à nossa vida.

A perda deixa marcas permanentes, e não apenas no caso da morte de alguém próximo. O desemprego involuntário, a traição de alguém que julgávamos leal, a desilusão por uma promessa que fizemos e que não conseguimos cumprir, uma oportunidade que não aproveitámos ou as enormes quantidades de tempo que desperdiçamos sem nos darmos conta.

Todas as perdas deixam cicatrizes bem mais fundas do que julgamos, porque sem tempo para fazer o luto tentamos curar a ferida escondendo-a apenas. Criando condições para que nos destrua a partir de dentro.

Vale a pena assumirmos os nossos fracassos. Mesmo correndo o risco de o fazer diante das pessoas erradas. Afinal, o que mais importa é que sejamos capazes de ser verdadeiros connosco mesmos, senão passaremos a vida a mentir aos outros tal como o fazemos a nós próprios.

Quem perdeu precisa de fazer o luto. Necessita de falar e de ser escutado, sem condições, sem vontade nenhuma de ouvir... só precisa mesmo de partilhar e de se libertar da dor, assim haja quem se disponha a escutá-lo.

O silêncio é uma das mais sublimes formas de expressar o amor.

A presença é uma das mais belas obras do amor.

Escolha eu ser presente e oferecer o meu tempo a quem precisa de mim.

Nov 6, 2020 - 17:47

*José Luís Nunes Martins*