

## Dicas



Autor: Sérgio Peixoto Mendes \*

Nos últimos dias priorizei os fatos do dia a dia como tema para minhas reflexões. Assim, falei do Pan-americano, das nossas revelações nestes jogos, da beleza dos atletas; falei do fatídico acidente aéreo com o Airbus A-320 da TAM; da Operação Navalha, enfim, das coisas que marcaram estes últimos meses na mídia. Hoje, entretanto, vou dar destaque para aqueles assuntos mais amenos e que, de uma certa forma, estão mais para conselhos do bom-senso do que para fatos incontestáveis. Talvez estas amenidades possam trazer outras lições, diferentes daquelas que a dura realidade nos impõem, com isso objetivo dar à vida uma leveza necessária para continuarmos a jornada.

É do bom senso termos consciência de que não somos do tamanho da nossa conta bancária, de que o bairro que moramos, a roupa que usamos ou o tipo de trabalho que temos, são importantes, mas não constroem plenamente nossa essência. Nós somos mais que isso, somos uma mistura extremamente complexa de habilidades e de limitações, entretanto, não costumamos valorizar esse tipo de coisa, priorizamos o ter ao invés do ser. Valorizar o que se tem é fundamental mas ter cada vez mais é extrema obstinação e, portanto, pode ser danoso para nossa saúde física e mental. É preciso que se entenda que é patológico viver lastimando aquilo que não se pode ter e esquecer de vez as nossas conquistas. Elas, por menores que sejam, podem nos levar a uma felicidade maior. É comum pensar que a vida pode ser perfeita. Ela, de fato, pode ser maravilhosa mas não é perfeita. Assim, altos e baixos, entusiasmo e decepção, alegria e tristeza fazem parte da existência. Alegre-se com suas conquistas diz o bom senso. O mau humor nada pode fazer por nós. Além disso, o que hoje parece-nos um grande problema amanhã se tornará objeto de riso numa mesa de bar.

O tempo realmente cura tudo e é sábio não sofrer por antecipação, o futuro é uma incógnita. Nossos tropeços são importantes e sérios, mas tudo passa e a vida nos leva à novas alternativas. É preciso dar tempo ao tempo. Também é do bom-senso reservar aos nossos dias um tempo para o ócio, para a diversão. Mas, é preciso estarmos atentos ao nosso processo de aprendizagem e de adaptação a um mundo em constante mudança. A vida se encarrega de apresentar seus diversos personagens, as vezes seus títeres, eles habitam um tempo conosco e logo vão embora deixando-nos suas lições. São assim também os fatos, as catástrofes que nos rodeiam, as dívidas, a violência, mas isso não pode nos amargurar. A amargura retira de nós a energia e nada nos dá em troca. Os ressentimentos, as lembranças ruins, só podem ser úteis se as utilizarmos para o nosso crescimento como indivíduos. Descanse se puder, não economize o sono noturno, entretanto, não fuja da balada.

\* Sérgio Peixoto Mendes, filósofo e escritor.

Contato:

[tell@piloterapia.com.br](mailto:tell@piloterapia.com.br)

Porto Alegre – RS.