



GERALDO
PEÇANHA
DE ALMEIDA

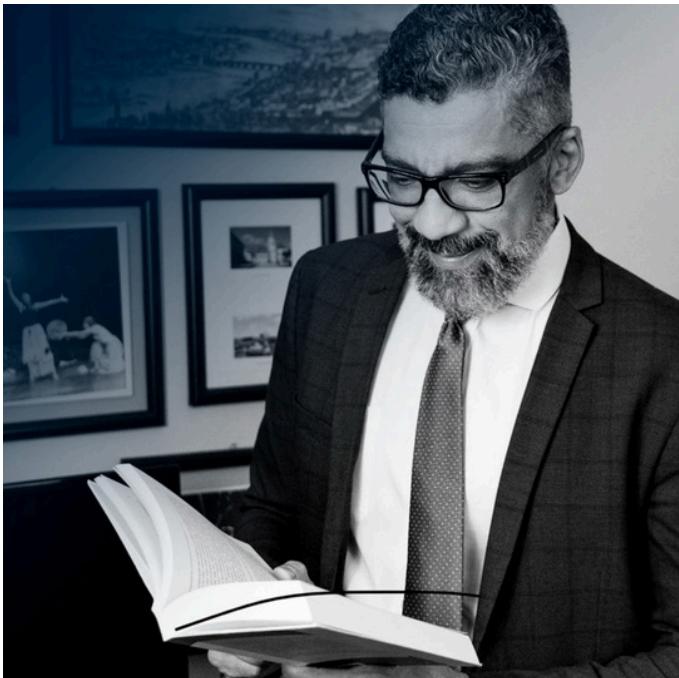


FRONTEIRAS

da emoção

GERALDO PEÇANHA DE ALMEIDA

FRONTEIRAS DA EMOÇÃO



Sobre o autor

Professor Doutor Geraldo Peçanha de Almeida é Psicanalista pela Sociedade Internacional de Psicanálise de São Paulo, Doutor em Crítica Literária pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Mestre em Teoria Literária pela Universidade Federal do Paraná (UFPR), Especialista em Educação Infantil e pós-graduado em Transtorno do Espectro Autista (TEA) pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR), Pedagogo pela Universidade Estadual Paulista (UNESP) e Biomédico em formação. Fez estudos de aperfeiçoamento em Educação Especial, em Cuba, e de imersão na Pedagogia Reggio Emilia, na Itália, em 2024.

Atuou como palestrante no Congresso Nacional Brasileiro em 2023, a convite da Comissão de Saúde e Políticas Públicas para o Autismo. Tem trabalhos internacionais com professores e crianças na Alemanha, na Áustria, na Bolívia, na Itália e no Japão. Implantou em Moçambique, na África, o Programa de Leitura e Escrita.

Com 31 anos de experiência em educação de crianças e jovens, faz palestras em todos os estados do Brasil. É responsável pela criação e implantação de Centros de Atendimento a Crianças e Jovens com Transtornos do Neurodesenvolvimento em diferentes municípios do Brasil.

Fundou o Projeto Pólen, centro de tratamento de enfermidades mentais, em Curitiba, no Paraná, do qual é diretor.

É autor de mais de 70 livros, entre infantis, para educadores, para pais e de autoconhecimento. E desde 2020 passou a integrar a Academia Internacional de Literatura Brasileira, com sede em Nova Iorque e que tem Paulo Freire como patrono.

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

Almeida, Geraldo Peçanha de
Fronteiras da emoção [livro eletrônico] /
Geraldo Peçanha de Almeida. -- Curitiba, PR :
Pró Infanti Editora, 2024.
PDF

ISBN 978-65-88591-04-8

1. Emoções 2. Emoções - Aspectos psicológicos
3. Emoções - Controle 4. Inteligência emocional
5. Sentimentos - Aspectos psicológicos I. Título.

24-211914

CDD-152.4

Índices para catálogo sistemático:

1. Emoções : Psicologia 152.4

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129



REVISÃO DE TEXTO: Vera Lucia Barbosa

COMERCIALIZAÇÃO: Pró-Infanti Editora

CAPA: IA

DIAGRAMAÇÃO: Equipe Pró-Infanti Editora

PRÓ-INFANTI EDITORA

Rua: Francisco de Paula Guimarães, 472

Bairro - Ahú

Curitiba - Paraná

CEP: 80540 - 040



Para

Jane Patrícia Haddad que me possibilitou abrir
essa conversa no Congresso da Escola de Pais
realizado em São Paulo em 2024

A natureza não se enganou quando nos criou. Ela foi intencional, pois nos criou na base da igualdade. E ela é nossa origem e nosso destino comum. Nascemos e morremos exatamente da mesma maneira – assim Graça Machel Mandela, viúva de Nelson Mandela, nos provoca.

Não é possível, mesmo com o maior dos esforços humanos, determinar com exatidão onde tudo começou. Tampouco é factível precisar quando e como as diferenciações humanas tiveram origem. Pode-se afirmar que, aqui ou acolá, homens, políticas, guerras ou outros acontecimentos humanos foram se aglutinando ao ponto de se chegar, hoje, onde estamos. Não há uma só nação do mundo capaz de se orgulhar de ter dado às mulheres as mesmas condições dadas aos homens. Somos sete bilhões de seres humanos no mundo. Divididos em continentes, países, estados e cidades, somos negros, asiáticos, brancos, indígenas. Mas, em qualquer espaço geográfico do mundo, com sistemas políticos que vão da monarquia à democracia, as mulheres são tidas como menos capazes somente pelo fato de serem mulheres. E a pergunta que fazemos é: – Quem criou essa diferença? Essa diferença não é natural. Essa diferença foi intencional. Foi proposital.

Essa dinâmica também é vista em relação aos negros. Da mesma forma, não é possível saber com exatidão quem fez com que a cor da pele fosse fator de menos igualdade, dignidade e potencialidade. Negros ainda são tidos como menos humanos e, portanto, sujeitos à

subordinação que vai dos trabalhos indignos à escravidão.

E, por mais que você talvez não pense nisso, o que mais choca nestes dois exemplos é o fato de muitos, e não poucos, acreditarem que isso é assim e assim sempre será porque está certo. Discursos de meritocracia explodem por toda parte, narrativas políticas e sociais são usadas para justificar e perpetuar as diferenças. Bases biológicas e até neurológicas completam esses esquemas perversos, para garantir a manutenção das diferenças.

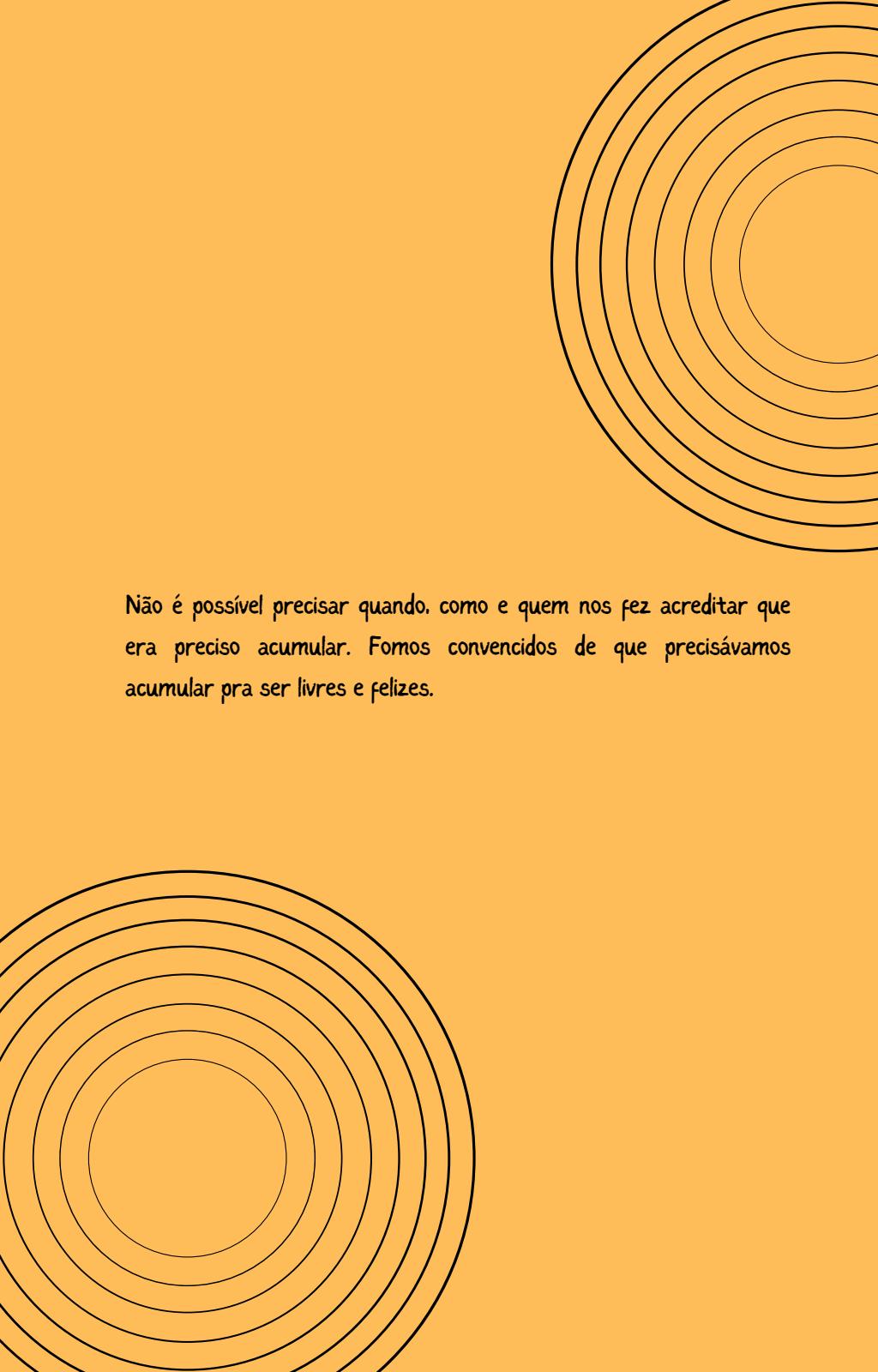
Somos iguais. Nascemos e morremos exatamente da mesma forma. Se mergulharmos em profundidade no corpo que habitamos, veremos que somos biologicamente iguais. O mesmo sangue corre em nossas veias. As mesmas ligações neurológicas nos dão as capacidades intelectuais, as mesmas células sustentam nossos ossos, os mesmos gametas dão, à nossa origem, o potencial de perpetuação. E embora tudo isso seja palpável e concreto, ainda assim temos que conviver com a desigualdade.

H₂O está por toda parte: no mar, nas folhas das árvores, nas nuvens, nas águas dos oceanos, no meu corpo e no seu corpo – isso é natural. Ou seja, somos muito mais parecidos do que diferentes em tudo. A química que sustenta a vida, em profundidade, é basicamente a igualdade e não a diferença. Mas, mesmo havendo tantas evidências das nossas semelhanças, somos tomados diariamente por incríveis ocorrências sobre as desigualdades humanas.

Ter o mínimo para nossa sobrevivência, era o suficiente. Tínhamos, pelo planeta, o respeito e a honra por ele nos dar tudo aquilo de que necessitávamos. Para nossa sede, havia a água cristalina. Para nossa fome, havia o pomar infinito das frutas. Para nossa sustentação, animais com os quais, numa cadeia natural, podíamos nos alimentar. O sol aquecia nossas manhãs e nossos corpos. A chuva regava nossas plantas e dava aos oceanos seu alimento. Da terra eram extraídos os frutos, os minerais e a edificação pra abrigar. Parecia que isso era suficiente e natural. Porém, a natureza humana começou a achar que isso não era suficiente.

Não é possível precisar quando, como e quem nos fez acreditar que era preciso acumular. Fomos convencidos de que precisávamos acumular pra ser livres e felizes. Que a acumulação poderia dar a sensação de bem-estar, de realização humana e de prestígio. Porém, para que a acumulação fosse possível, precisávamos tirar de uns para dar a outros, escravizar alguns para trabalhar para outros, negar uns para super valorizar outros.

Foi aí que legitimamos a pele branca como superior à pele preta, que passamos a considerar a mulher como inferior ao homem e definimos que uns nasceram com o direito de possuir mais que outros e que estes deveriam aceitar tais decisões. E o mais impressionante é pensar que muitos acreditaram e lutaram em guerras que, inclusive, até hoje não cessaram, justamente por crerem que isso realmente está certo.



Não é possível precisar quando, como e quem nos fez acreditar que era preciso acumular. Fomos convencidos de que precisávamos acumular pra ser livres e felizes.

Nações inteiras passaram a ser signatárias da crença nessas diferenças e, por elas, lutar e matar. Assim fizemos as diferenças do mundo. E assim seguimos com elas. Precisávamos acumular. Os excessos passaram a ser nossa missão. Mas, os excessos não são naturais. Matar um macaco pra comer, é natural. Criar dez mil macacos, com força trabalhadora de cem homens, e depois vender a estes, os macacos que eles mesmos criaram, já não é mais natural.

A dignidade humana existe para que todos sejam iguais. Mas, transformamos o que era natural em algo irreal e assim seguimos. Nossa cabelo crespo era só mais um tipo de cabelo. Mas nos fizeram acreditar que o cabelo crespo natural não era bonito. Então, pelo calor do fogo, alisamos. Ainda não estava bom. E nos fizeram acreditar que, além de liso, ele precisava ser claro. Pintamos de louro. E, depois disso tudo, achamos que estava bom, mas era só o começo. Há mulheres que estão há décadas alisando e pintando os seus cabelos e o de suas filhas, sem ao menos se perguntar o porquê. Seguimos ano a ano, repetindo a mesma negação de nossa identidade só porque nos fizeram crer que para cabelo há o certo, o bonito e o ideal – mas isso não é natural.

Comíamos ovos, leite, queijo, frutas, cereais e grãos de toda espécie. Eis que, de repente, o mesmo discurso apareceu e começou a dizer que a gema do ovo fazia mal. Disseram, ainda, que a gordura do leite não era benéfica, que o açúcar das frutas podia matar. E nós cremos neles. Passamos a odiar os alimentos – os naturais, e começamos a

consumir os que não eram. Pra nossa mesa começamos a levar o leite desnatado, o whey protein, a ausência de gordura e o zero açúcar – e isso não é natural. Pouco a pouco, sem que pudéssemos perceber as sutilezas, fomos mudando nosso cabelo, trocando nossos alimentos, deixando de ouvir uns aos outros pra ouvir os gurus que tudo sabem. Passamos a ler os “sábios” que pra tudo têm respostas, chegando, assim, ao esquecimento de quem realmente somos. Deixamos nossa ancestralidade escondida e não é mais possível localizar de onde viemos. Unificamos nossos sotaques, nossa roupa, nossa comida, nossa música, nossa cultura. Massificamos a vida. Excluímos nossas diferenças. Nos petrificamos.

Esse movimento todo, já nos cobra um preço. Há os que não se enquadram nesses padrões e por isso sofrem. Há os que não aguentam mais carregar esses padrões, como um malabarista com um prato na ponta da vara, e já apresentam sinais de cansaço. Os pratos estão a cair.

Há os que se assustam diante da obrigatoriedade de se adaptar a esses padrões e, sem ao menos tentar, desistem de si, do outro e da vida. E há aqueles que, bestamente, seguem sendo o que os outros querem que sejam.

Não é mais possível saber quem é feliz ou infeliz. Se aqueles que têm consciência sofrem por saber da *Via Crucis* pela qual estão passando ou se, estando cegos ao que o mundo lhes apresenta, sofrem mais ou sofrem menos. Fato é que explodem, diariamente, fatos que dão a dimensão do lugar onde chegamos. Filhos matam pais porque

os impediram de acessar o celular. Idosos de mais de oitenta anos são resgatados de situação análoga à escravidão, em casas de milionários onde chegaram na infância e lá estão há seis ou sete décadas. Mulheres são mortas por seus companheiros aos milhares todos os meses, crianças são abusadas por seus pais e parentes próximos, a população de rua se avoluma diariamente e, enquanto isso, a musa *fitness* alcança vinte milhões de seguidores que a admiram. E enquanto isso, o youtuber que faz escárnio do professor, do preto, da gorda e do gay chega os cinquenta milhões de seguidores e admiradores, todos aplaudindo suas chacotas como se elas fossem naturais. Perdemos o compasso? Diluímos os valores? Banalizamos a vida? Nos esquecemos do amanhã?

Por tantas vezes, ouvimos a condenação dessa juventude que aí está. Não falta aquele que aponte para essa geração e credite a ela o mal-estar da humanidade. Mas são pouquíssimos os que param e pensam: — Mas esses que aí estão são nossos filhos, nossos alunos, nossos frutos...

Nós, eu e você, não paramos para interrogar onde está a nossa falha. Não fazemos nossa *mea culpa*. Não somos capazes de olhar em nossa profundidade para perceber o que fizemos de errado. E se não fazemos isso, de geração em geração, seguimos sem nos passar a limpo. Tenho a impressão de que estamos em situação de rabisco. Somos um rascunho humano que não consegue se transformar em arte final. Não buscamos nos aperfeiçoar, justamente porque não somos capazes

de nos avaliar. Sempre apontamos ao outro o nosso dedo, mas nunca ou pouco ou dificilmente o apontamos pra nós mesmos. Em nós estão também a falha, a falta, o defeito e os buracos. Somos, também, isso tudo. E talvez essa seja a nossa qualidade mais natural. Artificial é acharmos que somos a perfeição. Mas, ter consciência desses buracos e buscar pelos remendos da vida não é humano. É sinônimo de fraqueza e onde chegamos não há espaço para ela.

O amigo do lado é meu concorrente – ensina a professora na preparação para o vestibular. O adolescente já é preparado ali para enfrentar o seu vizinho de aprendizagem como concorrente e não como companheiro de jornada. Sendo ele meu concorrente, preciso ser mais forte que ele. Eu preciso derrotá-lo para que, assim, meu triunfo seja total. E lá na empresa, quando eu chegar, alguém irá me dizer que eu sou o melhor entre todos aqueles que eu deixei pra trás. É nessa hora que a sociedade vai me coroar por tudo aquilo que fiz, deixando meus inimigos aniquilados. O problema é que agora a concorrência vai ganhando formas mais agressivas. É preciso bater as metas de venda, pra fazer parte do time da empresa. Novos inimigos me serão apresentados e seguirei numa luta invisível, mas concreta, até o fim da vida.

Mas a derrota pode ter ocorrido lá atrás. Então, nem posso acessar esse lugar por falta de mérito, segundo o discurso vigente. E não chegando nesse lugar, a vida não me é de direito. Precisarei amargar a derrota e para mim sobrarão poucos espaços.

Nem é preciso dizer quem são e quem serão estes. Qual a cor da sua pele, na maioria? De onde vêm? Quem são os pais desses fracassados? Onde os derrotados estudaram?

Responder essas perguntas tem sido dilacerante sob o ponto de vista da dignidade humana – por que sempre os mesmos?

Eu poderia refletir aqui sob diferentes aspectos das fronteiras, das diferenças e das separações entre os humanos. Escolhi o mais pertinente pra mim – a fronteira da minha casa. Não falo aqui daquelas fronteiras distantes de mim, como as divisões culturais ou geográficas entre países e culturas. Falo das fronteiras da minha casa, do meu território, do meu chão, da minha experiência de vida.

Falar de fronteiras é um desafio, sobretudo quando as redes sociais e a internet parecem sugerir que elas não existem mais. Falamos com todas as partes do mundo ao vivo, ou não, e isso nos dá a ilusão ou a simulação de que não existem mais fronteiras. Esse falso empoderamento nos habilitou à megalomania desenfreada. Podemos acessar uma biblioteca em Londres e, ao mesmo tempo, contemplar, ao vivo, um dos mares da Terra em câmeras instaladas pelo planeta. Essa ideia de que não há mais margens ou fronteiras está na minha mão e na sua. Em apenas pouco mais de vinte centímetros quadrados parece que temos o mundo.

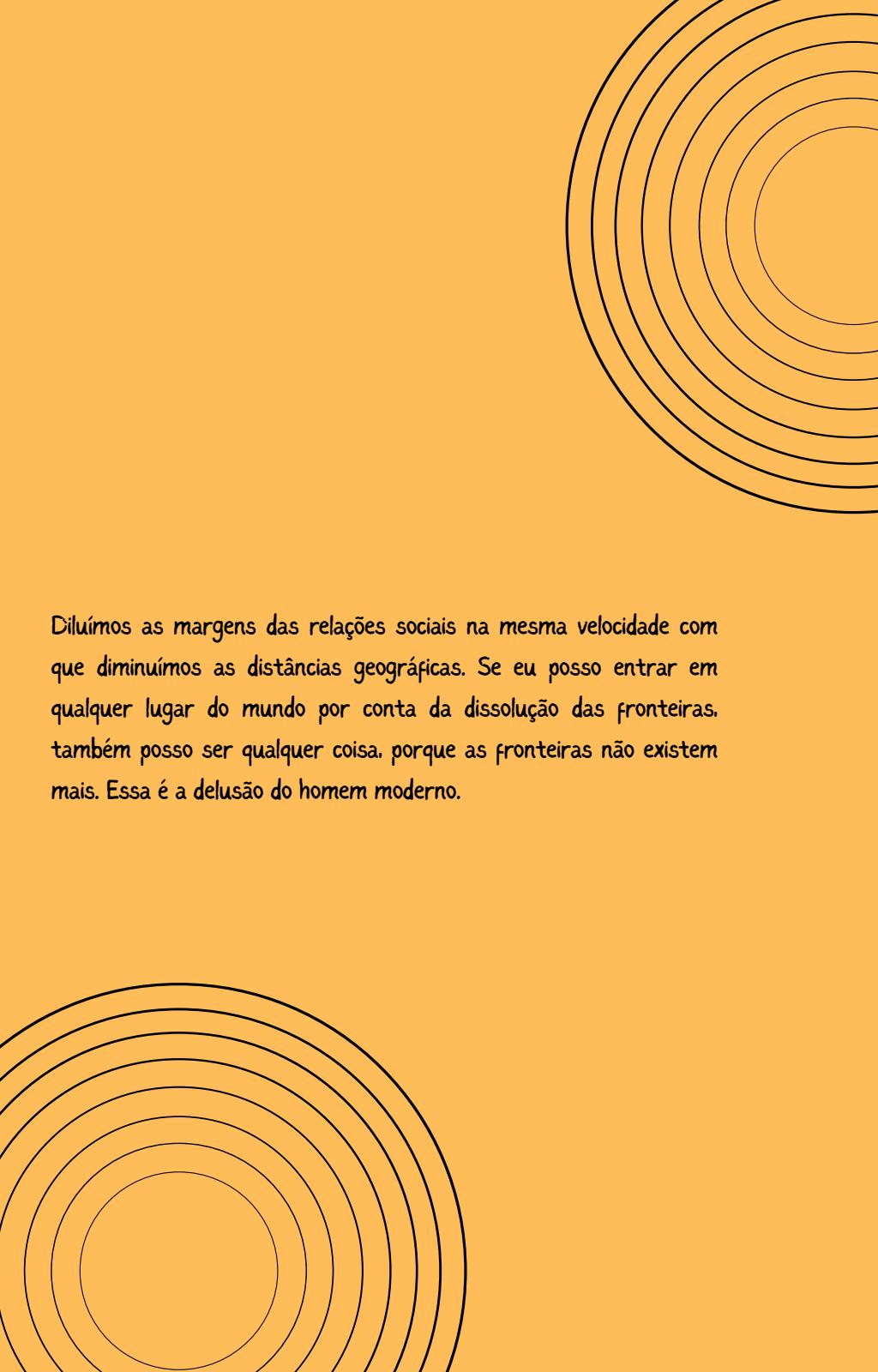
Visto assim, o mundo nos é apresentado de forma tão diminuta quanto o tamanho de um inseto. E

passamos a acreditar que ele, de fato, tornou-se pequeno. Mas, por mais que isso pareça um absurdo, seguimos crendo que o temos na palma de nossas mãos. E se assim é, por que se preocupar se tudo pode ser acessado com um dedo? Pra entender uma doença e encontrar a cura, um dedo. Pra achar um novo amor e espantar a solidão, um dedo. Pra escolher o que comer e ter a comida entregue na porta da sala, um dedo. Pra produzir dinheiro e receber, um dedo. E pra matar saudade e dizer que ama, um dedo. Diluímos as margens das relações sociais na mesma velocidade com que diminuímos as distâncias geográficas. Se eu posso entrar em qualquer lugar do mundo por conta da dissolução das fronteiras, também posso ser qualquer coisa, porque as fronteiras não existem mais. Essa é a delusão do homem moderno.

Para avançar um pouco nessa direção, trago uma leitura um tanto antiga, mas muito atual. “A poética do espaço” (*La Poétique de l’Espace*) é um livro de 1958, escrito pelo filósofo e poeta francês, Gaston Bachelard (1884-1962), que reflete sobre a importância e o impacto do espaço do habitar no ser humano.

O livro é simplesmente uma joia preciosa do século passado, e, apesar de ter sido escrito há tanto tempo, suas páginas parecem falar dos dias atuais

Bachelard sugere um modo para analisar algo (a imagem poética) que deve ser percebido na ausência de um método ou de um conhecimento. Ou seja, não é necessário saber, mas apenas sentir, para se dizer algo ou simplesmente para se



Diluímos as margens das relações sociais na mesma velocidade com que diminuímos as distâncias geográficas. Se eu posso entrar em qualquer lugar do mundo por conta da dissolução das fronteiras, também posso ser qualquer coisa, porque as fronteiras não existem mais. Essa é a delusão do homem moderno.

viver de algo, defendendo que “a imagem, em sua simplicidade, não precisa de um saber. Ela é dádiva de uma consciência. ingênua” (p. 195). Ainda na introdução, o autor faz uma breve explicação de cada capítulo (dez no total), e termina por revelar o seu objetivo: “No presente livro, o nosso campo de exame tem a vantagem de ser bem delimitado. Queremos examinar, com efeito, imagens bem simples, as imagens do espaço feliz” (p. 196).

Embora o autor fale de fronteiras ao mencionar que o livro é “bem delimitado”, o que ele propõe – examinar imagens de espaços felizes, não tem margem alguma. Um objetivo aparentemente simples, mas que encontra hoje uma dificuldade gigantesca.

E eu perguntaria a você: quais são os espaços que você habita ou frequenta que são ocupados por felicidade?

Vejamos alguns exemplos. Você já reparou, nas salas de espera dos aeroportos, o que as pessoas fazem? Usam o dedo pra se deslocar de um lugar para o outro e não chegar a lugar algum. Nas salas de espera, a palavra espera dá o tom. Todos com seus celulares, esperando suas pontes pra os levar a algum lugar, estão também à espera de algo sem forma, sem cheiro e sem sabor. Ali não é e não será nunca o espaço pra gente feliz. Assim sendo, sem gente feliz o espaço também não se torna feliz. Temos, de fato, um lugar onde não está autorizado o viver da felicidade, apenas da espera.

Você já observou, nos restaurantes, as famílias

chegando para o almoço? A primeira coisa que vemos é um adulto colocar uma tela de celular ou tablet, para que a criança possa se entreter. Os adultos não demoram nada pra que cada um, enquanto esperam pela comida, também se ocupem com a diluição das fronteiras e margens a que os celulares os levam. E, nessa experiência de vida, o ser humano tem colocado seu tempo, sua energia e sua territorialidade existencial. Nós não podemos mais ter em mente a imagem de lugares felizes porque eles simplesmente não são contemplados por nós. Nas nossas mentes, esses lugares vão sumindo pouco a pouco e tudo vai se tornando igual e sem vida. No aeroporto, estamos no não-lugar do celular. No almoço ou jantar, estamos no não-lugar do celular. E nos diferentes momentos do dia, estamos nos não-lugares onde os nossos celulares nos levam e lá nos deixam. Estamos naufragados em um mar de isolamento humano como nunca tivemos. O problema disso tudo não é o isolamento e a nossa falta de relações sociais. O problema é que sem os espaços felizes não temos memória. Memórias afetivas. Memórias restaurativas. Memórias perceptivas. E sem memória, não temos o passado como ar, não temos o presente como terra firme e não temos o futuro como caminho a ser percorrido.

O grande problema da ausência de fronteiras é que ela não nos dá um lugar pra habitar. E sem habitação, somos seres errantes, sem eira nem beira.

Todo homem precisa de um lugar para habitar. Até mesmo os animais necessitam de um. Mas, a

tecnologia rouba nossas possibilidades de habitar e de viver em nosso lugar. Sobre isso, Bachelard afirma que “a casa é o nosso canto no mundo. Ela é, como se diz frequentemente, o nosso primeiro universo. É um verdadeiro *cosmos*” (p. 200). Significa que todos os sonhos, lembranças, desejos, medos e solidões que sentimos estão conosco, na casa: “a casa é o lugar mais poderoso de integração para os pensamentos, as lembranças e os sonhos do homem. Nessa integração, o princípio que faz a ligação é o devaneio.” (p. 201). Com esta frase, Bachelard deixa-nos intuir que a casa é “um corpo de sonhos” (p. 207); um lugar que nos acolhe em nós mesmos, um lugar onde a solidão é constitutiva: “Feliz a criança que possui, realmente, as suas solidões!” (p. 207). Bachelard sugere que a casa é um lugar que permite o devaneio. E é nesse devaneio, de diferentes vivências do espaço íntimo da casa, onde somos capazes de conhecer o nosso verdadeiro eu.

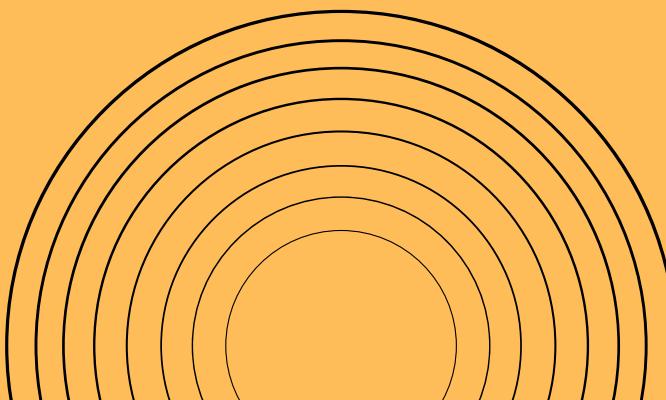
Aqui o autor traz a ideia mais cara pra humanidade hoje – viver a experiência da solidão. Não só aquela solidão de estar fisicamente sozinho, mas todas as formas de solidão. Quando não temos o que queremos, a frustração é uma experiência de solidão. Quando não podemos fazer o que desejamos, a não realização do desejo é outra experiência de solidão. Mas, de solidão em solidão, vamos descobrindo que o humano não terá tudo que quer ou que deseja e é justamente isso que nos permite habitar, mesmo sozinhos, um espaço no mundo. — No meu mundo falta isso ou aquilo. Mas no meu mundo ainda tenho isso e aquilo.

Somos múltiplos exatamente como é o universo. Eu tenho em mim moléculas de água exatamente como têm o mar, as plantas e os animais. Então eu, as plantas e os animais, estamos sempre unidos. Nenhum de nós está só. Isso é uma grande verdade a ser contemplada, mas pra isso acontecer é preciso a solidão do pensamento. A solidão da escuta. A solidão da angústia.

Mas, as gerações não querem estar neste espaço porque as telas permitem entrar e sair de diferentes espaços ininterruptamente. E assim, nesse corre-corre desenfreado, seguimos loucamente tentando achar um lugar no mundo para habitar. São os seres sem casa, apesar de estarem dentro delas em grandes condomínios cercados ou nos barracos dentro de lamaçais sem tamanho. A falta de habitar os espaços é nossa maior derrota diante da tecnologia. É essa nossa luta de resgate junto às crianças, aos jovens e a nós mesmos. Preciso voltar pra casa. Precisamos de nossas margens, nossas fronteiras e nossos contornos. Nos faz bem demais saber um pouco de nosso tamanho e de nossa dimensão. As nossas fronteiras internas nos definem e é justamente essa a nossa maior perda diante do que aí está.

A busca pela felicidade a qualquer preço tem sido uma meta inalcançável imposta pelo homem ao próprio homem. Vivemos tempos em que só basta ser feliz. Esta afirmação irresponsável e perversa faz com que nós tenhamos, todas as manhãs, a impressão de que “se eu não estou feliz, de que adianta estar vivendo?”

Mas, a verdade é que esta talvez seja a maior das mentiras a que nos afeiçoamos. É impossível ser feliz o tempo todo ou ser feliz ininterruptamente. Pelo menos àqueles que têm uma vida normal. Há dias com mais ou menos felicidades. Há dias com mais ou menos tristezas. Há dias em que parece quem nem a felicidade e nem a tristeza resolveram nos visitar. Há dias cheios. Há dias vazios. Há dias brilhantes. Há dias apagados. Há dias quentes. Há dias muito gelados. Há dias de nós todos. Há dias de mim apenas. Há dias de todas as formas e possibilidades. E aprender a ver e viver cada um desses dias, e de igual forma, é o grande desafio da condição humana. As crianças não podem viver a tristeza e a melancolia porque os pais querem entretê-las com telas. Os pais não podem viver as mesmas sensações e emoções porque seria, na visão deles, difícil pra seus filhos terem que lidar com pais tristes. E assim, todos precisam de uma simulação constante de felicidade. Aqui entra o guru da autoajuda dizendo que a felicidade e a alegria são e podem ser cultivadas com receitas. Mas se esquece de dizer que essa seria, também, uma simulação da vida não real. Os dias precisam ser vividos como eles se desenham. Daí, desse desenho natural dos dias, viriam os acontecimentos, as sensações e as emoções que desprendem deles. É desse repertório natural de acontecimentos que vem nossa forma de ver e de encarar o mundo. Se uma alegria surge e eu me encanto com ela, fico feliz. Mas, se um acontecimento triste me ocorre e eu o recebo, eu também posso ficar bem. Esse ficar bem é uma forma de entender nossa incapacidade finita diante das coisas infinitas da vida. Uma aceitação



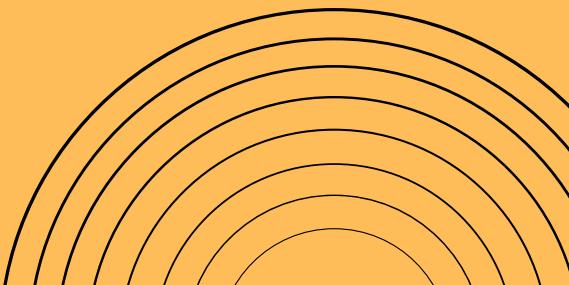
É impossível ser feliz o tempo todo ou ser feliz ininterruptamente. Pelo menos àqueles que têm uma vida normal. Há dias com mais ou menos felicidades. Há dias com mais ou menos tristezas. Há dias em que parece quem nem a felicidade e nem a tristeza resolveram nos visitar. Há dias cheios. Há dias vazios. Há dias brilhantes. Há dias apagados. Há dias quentes. Há dias muito gelados. Há dias de nós todos. Há dias de mim apenas. Há dias de todas as formas e possibilidades. E aprender a ver e viver cada um desses dias, e de igual forma, é o grande desafio da condição humana.

da pequenez e da limitação também nos faz suportar a frustração diária, muitas vezes intolerável para nós. Mudar tudo na vida é impossível. Seja lá o que for. Mas entender, aceitar e seguir aquilo que é humano é mister e traz contentamento. As fronteiras da emoção estão a todo tempo do nosso lado. A cada segundo somos chamados ou tragados para o naufrágio. A todo tempo, uma emoção nos joga de cá pra lá. Ao mesmo tempo em que estamos em meio a uma grande comemoração, somos ou podemos ser informados de um falecimento, de um acidente ou de algo que não gostaríamos de ver acontecendo.

E como nossa mente lida com isso? A mim parece que esse é o grande desafio deste momento da vida. Parece que precisamos repreender a ver o mundo como ele é. Não temos e jamais teremos algum controle sobre a vida e sobre os acontecimentos dela. Podemos ter uma ou outra precaução, podemos pressupor alguns cuidados, mas mesmo assim estaremos ininterruptamente sujeitos a tudo que pode acontecer. A natureza dá seu ritmo. O mundo e os acontecimentos estão, o tempo todo, independente da minha vontade e do meu esforço. Eu posso mudar alguma coisa, mas não posso mudar tudo. Eu posso entender e aceitar já, nesse instante, algumas coisas, mas não posso entender e aceitar tudo. E é justamente essa visão do nosso real tamanho que nos faz acalentar a alma e o coração. Somos limitados em tudo que podemos fazer. Mas não somos limitados em nossa capacidade de compreensão. A fronteira de cada emoção aparece em nossa mente a cada instante e precisamos perceber quando é que caímos no



A fronteira de cada emoção aparece em nossa mente a cada instante e precisamos perceber quando é que caímos no abismo



abismo por ingenuidade. A fronteira da emoção, de cada uma delas, pode ser sim visualizada, percebida e compreendida. Nossa mente sempre estará pronta pra nos jogar de um lado para o outro. Cabe a cada um se deixar levar ou não por pensamentos confusos, por ideias emaranhadas de poderes. A confusão mental surge quando, por algum momento, temos vontade de controlar aquilo que diante de nós se desenha. Dessa confusão mental surge um super-homem que pode acreditar nesse poder de mudar absolutamente tudo. Para que isso aconteça, a mesma mente começa a construir alucinações de super poderes de controle, e nós, por um instante, caímos nesse lugar. Às vezes podemos, sim, fazer algo. Mas, muitas vezes, só teríamos que entender que nada é possível fazer.

Mas o homem deste tempo não quer ver e nem entender suas limitações e talvez, por isso, nos frustramos e tanto sofremos. Há sim fronteiras para nossas emoções. Podemos tentar ultrapassá-las, quando temos forças e recursos necessários para tal. Mas há limites, também, em nossas emoções. Talvez seja a hora de todos nós percebermos o que não conseguimos e não podemos fazer. Isso seria saudável. Isso seria humano. Isso seria natural. Ter medo e se proteger com ele.



**GERALDO
PEÇANHA
DE ALMEIDA**

ISBN: 978-65-88591-04-8

LB



9 786588 591048

