

FABÍOLA SIMÕES

DEIXEI MEU  
CORACÃO  
EM MODO  
AVIÃO



EM UM RELACIONAMENTO SÉRIO COM A PAZ.

& ESCOLHER TORNAR A VIDA ALGO BOM.

FABÍOLA SIMÕES

DEIXEI MEU  
CORAÇÃO  
EM MODO  
AVIÃO



**COPYRIGHT © FARO EDITORIAL, 2020**

Todos os direitos reservados.  
Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida sob quaisquer meios existentes sem autorização por escrito do editor.

Diretor editorial **PEDRO ALMEIDA**

Coordenação editorial **CARLA SACRATO**

Preparação **TUCA FARIA**

Revisão **VALQUÍRIA DELLA POZZA**

Capa, projeto e diagramação **OSMANE GARCIA FILHO**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
Angélica Ilacqua CRB-8/7057

Simões, Fábíola

Deixei meu coração em modo avião / Fábíola Simões.  
— São Paulo : Faro Editorial, 2020.  
272 p.

ISBN 978-85-9581-101-0

1. Crônicas brasileiras I. Título

19-2616

CDD B869.8

Índice para catálogo sistemático:

1. Crônicas brasileiras B869.8



1ª edição brasileira: 2020

Direitos de edição em língua portuguesa, para o Brasil,  
adquiridos por FARO EDITORIAL

Avenida Andrômeda, 885 - Sala 310  
Alphaville – Barueri – SP – Brasil  
CEP: 06473-000 – Tel.: +55 11 4208-0868  
[www.faroeditorial.com.br](http://www.faroeditorial.com.br)

## Sumário

**DESLIGANDO O WI-FI** 11  
EM UM RELACIONAMENTO SÉRIO COM A MINHA PAZ

**ESPERANDO NOTIFICAÇÕES** 97  
*SERENDIPITY*

**ALTA CONECTIVIDADE** 173  
EU ESCOLHO TORNAR A MINHA VIDA ALGO BOM

**DESEJOS DE SIMPLICIDADE** 251  
SOU FILHA DE UM TEMPO SIMPLES

## Deixei meu coração em modo avião

**D**eixei meu coração em modo avião. Hoje não quero criar expectativas, controlar o que não posso, me culpar por aquilo que não depende só de mim.

Desisto de procurar sinais nas entrelinhas, esperar reciprocidade, exigir respostas. Quero a paz de não saber tudo, a tranquilidade de não controlar quase nada, a bonança de não sofrer por antecipação, a calma de não esperar nada de ninguém além de mim mesma.

Deixei meu coração em modo avião. Vou parar de cutucar minhas feridas, jogar fora os excessos de minhas gavetas, ocupar os lugares que guardei para quem não quis seguir viagem a meu lado. Tomarei chá de amnésia e sumiço, ensaboarei a alma com perfume de oceano e deixarei a água levar o que entristece e empobrece.

Vou tirar meus sapatos, deixar morrer algumas saudades, ficar confortável na minha solidão. Abandonarei meus julgamentos e deduções, fugirei das comparações, descomplicarei minha tristeza e firmarei pactos com a leveza. Vou exigir senha da melancolia e fugir da fila da nostalgia. Vou assumir um compromisso com a serenidade e aquietar o som da goteira da imaturidade.

Deixei meu coração em modo avião. Hoje quero me despedir das dores que de tão presentes viraram amigas, das mágoas que perderam o prazo de validade, dos pesos desnecessários que atrasaram minha marcha. Quero me vestir de perdão, absolver as causas dos meus tropeços, arejar meus ressentimentos, libertar minha culpa.

Quero tecer momentos de simplicidade, bordar autogentilezas, pescar coragens; ter a ousadia de me ouvir com zelo, ser generosa com meus anseios e cuidadosa com meus receios; ser surpreendida em momentos de pouca expectativa, e ser pega de surpresa pelo riso farto que estava guardado na minha barriga.

Quero borboletas no estômago, vagalumes no olhar e joaninhas embaraçando meu caminhar. Quero ser jardineira de harmonias e semear poesia de Manoel de Barros sob a luz do sol do meio-dia. Beber doçuras do silêncio, fotografar melodias da tranquilidade e construir abrigos de simplicidade.

Deixei meu coração em modo avião e descobri que prezo mais um teto feito de estrelas que um céu cheio de preocupações; uma companhia simples e verdadeira pra rachar uma pizza que um jantar sofisticado ao lado de gente ranzinza; um vestido de chita cheio de poesia que um longo Dior ofuscado de idolatria.

Ao manter por tanto tempo meu coração em modo avião, eu revi minhas prioridades. Já não funciono mais no compasso das esperas, mas aprendi a valorizar o que tem vocação de eternidade, o que apascenta minha alma e acalenta meu espírito. Tenho pressa de ser feliz e preguiça de sofrer por miudezas. Desejo bagagens leves, com rodinhas ultradeslizantes, e todos os dias escolho a mim mesma, sem máscaras, fingimentos, disfarces ou ilusões. Escolho a mim mesma com todas as dificuldades e imperfeições, com todas as certezas e divagações, com todas as coragens e aversões.

E então, recuperado o autorrespeito, tirei meu coração do modo avião. Hoje sei que não preciso me esconder para ser feliz, mas aprendi a reconhecer onde posso e devo me demorar. E resolvi me demorar no cheiro dos livros, na visão da roda-gigante iluminada que me lembra a própria vida, no som de uma conversa amiga, no gosto conhecido de uma receita antiga. Sem pressa, sem corridas, sem cobranças. Apenas pelo prazer de estar na vida que escolhi, uma vida vestida de sorrisos, buscadora de motivos que curem, deleitem e aquietem o coração.

## Depois de algum tempo, você só quer um relacionamento sério com a sua paz

**D**epois de algum tempo, você não faz mais questão de ter razão. Você já não quer mais convencer ninguém de nada, nem provar que seu ponto de vista ou suas escolhas são mais coerentes e sensatas. Depois de algum tempo você conquista uma grande certeza acerca de sua grandeza, e isso lhe dá paz, lhe dá segurança, lhe assegura que está no lugar certo, com pessoas especiais.

Depois de algum tempo, você aprende a se respeitar. A respeitar a imagem que vê refletida no espelho, a tolerar as imperfeições que começam a surgir, a transformar as singularidades de seu corpo em características charmosas. Você aprende a respeitar a necessidade de ficar sozinho, de não ser perfeito o tempo todo, de chutar o balde de vez em quando. Você descobre o que é da sua natureza, do seu feitio, do seu agrado. E consegue lidar bem com isso, sem a necessidade de se justificar por ser quem é.

Depois de algum tempo, você entende que precisa se agradar em primeiro lugar. Entende que só quem está bem consigo mesmo consegue dar o melhor de si, e por isso não se culpa quando impõe limites, quando não aceita aquele convite, quando diz “não” àquela solicitação.

E, então, você faz as malas com facilidade. Tem mais apego às vivências e memórias do que às roupas penduradas no armário, e entende que a felicidade não se planeja, vive. Você aprendeu que pode chover na praia ou fazer dias de calor intenso no inverno, e por isso

aceita a mudança de planos com jogo de cintura e bom humor, do mesmo modo que já não sofre mais quando algo não sai conforme o combinado. Sabe que a vida é feita de banhos de chuva e imprevistos, e que é sinal de sabedoria tolerar o que não dá para transformar.

Chega o momento em que você descobre o seu valor, e se dá conta de que por trás da sua maluquice, esquisitice e contradição há alguém que já não pode mais autorizar ser classificado pela fachada. Alguém que amadureceu e fez pactos com o amor-próprio, com a superação dos traumas e decepções, com a cura das mágoas e aflições.

Depois de algum tempo, tudo o que você quer é um relacionamento sério com a sua paz. Você já não se esforça tanto por amizades sem reciprocidade, e não sofre em demasia por aqueles que não querem seguir a estrada ao seu lado. Não força chaves em fechaduras erradas nem tenta calçar sapatos que não lhe servem mais. Aprende a se preservar, a não abrir seu coração para qualquer um, a não dar ouvidos a julgamentos superficiais. Tem convicção de tudo aquilo de que é capaz, e, principalmente, põe ponto-final em tudo o que tira a sua serenidade.



## Gente madura não tem frescura

**M**aturidade não é sinônimo de seriedade, e sim de responsabilidade. Chega muito cedo para uns poucos e nunca para outros. Nos resguarda dos mimimis e blá-blá-blás, e traz significado ao que importa de fato.

Gente madura não vive correndo atrás de aprovação ou explicação. Sabe bem para quem deve satisfação, e é pra esses que abre seu coração. Não vive de suposições nem ilusões. Não cria mundos a partir de pensamentos vagos nem alimenta expectativas em cima de sentimentos rasos.

Aqueles com maturidade sabem se absolver. Não se levam tão a sério, chutam o balde de vez em quando, desculpam suas incapacidades e aceitam suas precariedades. Não se cobram a perfeição nem exigem tanto de si e dos outros em nome de uma imagem imaculada e um semblante engessado. Ao contrário, aprenderam a rir dos tombos que levam e a fazer limonada dos limões que a vida lhes dá.

Gente madura não tem frescura com a própria vida, e por isso consegue se deixar em paz. Já caiu e levantou tantas vezes que aprendeu a não sofrer por pequenices e superficialidades. Perdoa o cabelo mal-humorado, a pele ressecada, a gordurinha fora do lugar. Não se tortura com fios puxados na blusa de lã, pregos fixados com diferença de altura, unha do mindinho descascada. Não se patrulha por repetir a sobremesa no almoço ou o vinho no jantar. Sabe que um dia compensa o outro, e que o saldo final é ser feliz.

Pessoas maduras sabem que é exaustivo tentar ser legal o tempo inteiro. Por isso impõem limites e cuidam bem de si. Zelam pelos que amam, mas entendem que não é possível agradar a todos o tempo todo.

Os que são assim não têm medo de errar nem de viver. Experimentam sabores novos, inovam na frente do espelho, recomeçam depois de uma fossa, assumem que estavam errados, pedem perdão, se reconciliam com sua história.

Gente madura não faz drama. Enfrentam os dissabores com bravura e vivem os dias comuns com gratidão e maravilhamento; e, com isso, aprendem a ser felizes, a não comparar a própria vida, a não querer chegar na frente, a não desejar subir no pódio da ilusão. Amam a própria realidade e não cobiçam o mundo alheio. Não se fazem de vítimas nem vivem ressentidos. Amam o que lhes cabe e não se fecham para a alegria. Aceitam bem as diferenças e convivem bem com as divergências. Ouvem, analisam e tiram suas conclusões sem impor seus conceitos como verdade absoluta.

Gente madura não faz alarde da tristeza nem da felicidade. Curte seus momentos com serenidade e não mede sua vida pela popularidade.

Gente madura tem um coração sossegado. Um coração que aprendeu a ser sereno e não se desgastar por bobagem. Já trilharam estradas de anseios, expectativas, constatações e frustrações. Sabem que não adianta dar murro em ponta de faca, procurar chifre em cabeça de cavalo ou botar o carro na frente dos bois. Entendem que com paciência e fé em Deus não é preciso fazer tempestade em copo d'água.

Maturidade é conquista, mas também disposição. Disposição em se cobrar menos e viver mais, aprendendo a dar menos importância ao que não acrescenta e valorizando o que é real e provido de sentido.

Que a gente possa amadurecer com o coração tranquilo, ciente de que fez tudo o que podia. Que haja riso, parceria e poesia. Que não faltem respeito às diferenças e fé diante das adversidades. E que, ao final de tudo isso, possamos olhar pra trás e perceber, admirados, que enfim crescemos.

## Hoje quero que o vento bagunce meu cabelo e me ensine a ser leve

**O**ntem fui à cabeleireira e retoquei as luzes que venho fazendo há algum tempo. Ao chegar em casa, ainda me adaptando à nova imagem refletida no espelho, comentei com meu marido sobre o significado dessa mudança. Muito mais do que disfarçar os fios brancos que aumentam ano a ano, a alteração na aparência reflete um processo interno pelo qual venho passando, e dá boas-vindas a um tempo de menos enganos e mais certezas; de menos inseguranças e mais amor-próprio; de menos mimimi e mais ha-ha-há.

Às vezes a gente se engana. Perde tempo e energia travando batalhas intermináveis com os traumas do passado, com as rejeições que sofremos, com as decepções que tivemos. E não percebemos que uma vida bem vivida é feita de peças que têm encaixe, ao lado de pessoas que nos querem bem, experimentando sensações que nos deixam em paz.

Se uma peça não está se encaixando, não devemos forçar a junção. Isso causa um desgaste enorme, diminui a fé que temos em nós mesmos, nos submete a uma situação embaraçosa e desnecessária. É como ser tamanho 40 e querer entrar num jeans 34. Você não precisa disso, esse não é o último jeans da face da Terra, e definitivamente é constrangedor demais desejar algo que não te serve. Quanto antes você entender isso, mais cedo vai perceber que às vezes a vida nos frustra de um modo inimaginável, mas, antes de insistir naquilo que não nos cabe, é importante que saibamos qual lugar queremos

ocupar. Geralmente, as pessoas mais felizes são as que ocupam os melhores lugares em sua própria vida.

Quando decidimos ocupar o melhor lugar em nossa própria vida, aprendemos a recusar qualquer situação que nos diminua, e já não dependemos mais da aprovação alheia para nos sentirmos em paz. As críticas são bem-vindas — desde que nos estimulem a crescer —, e as inseguranças do passado dão lugar a uma aceitação enorme de nossas incompletudes e um orgulho imenso de nossas conquistas. Aprendemos a nos respeitar e rejeitamos tudo aquilo que nos fere ou subestima.

Precisamos desistir de alguns sonhos, lugares e pessoas se quisermos o melhor para nós mesmos. A vida é feita de ciclos, e a melhor maneira de seguir em frente é com a bagagem leve, fácil de carregar. Preste atenção ao que você deseja daqui para a frente. Preste atenção às pessoas que você realmente quer ao seu lado. E, sem um pingão de culpa, livre-se de pesos desnecessários.

Hoje quero que o vento bagunce meu cabelo e me ensine a ser leve, a suportar o tempo finito de cada coisa e entender a partida de tudo o que não é eterno. Que o vento me ensine a deitar no colo do Pai e deixar que Ele tome conta de mim. Que eu tenha paz. Quero aprender a fechar os olhos e confiar. A deixar de querer controlar tudo. A esvaziar minha casa, meu guarda-roupa, minha agenda e meu espírito daquilo que é excessivo e desnecessário. E que, restaurada por repentina leveza, eu possa ignorar o que não acrescenta e valorizar o que realmente importa...

## Ela não desiste de ser feliz

**E**la acostumou-se a sonhar. Acostumou-se a buscar uma versão mais livre e mais coerente de si mesma nos devaneios. Descobriu que pode dar trégua a suas próprias batalhas, culpas e aflições quando adormece e mergulha em seus sonhos.

Não foi sempre assim. Seus sonhos já foram extensão de suas condenações, seus medos e inadequações. Mas hoje são um refúgio seguro, acolhida doce após um dia cansativo, descanso para a rigidez do espírito e gravidade da alma.

Todas as manhãs ela põe sua roupa de viver. Assume compromissos, resolve pendências, cumpre metas, encara desafios. Não se mete em confusões, é sensata nas postagens no Face e Instagram. Responde às mensagens do WhatsApp com emojis escolhidos a dedo, manda áudios interessantes e tem sempre uma novidade na ponta da língua. Mas à noite... ah, à noite... ela se despe. Toma uma taça de vinho e remove cada uma de suas máscaras de viver. Não se cobra tanto, se permite sentir saudade, reconhece aquilo que lhe faz falta e o que lhe aquece a alma. Dá uma trégua para sua mania de perfeição, para sua incapacidade de dizer “não”, para seu desejo de ser aceita a qualquer custo. À noite ela descobre que pode ser amada pelo que é de fato, e não pelas máscaras que carrega.

Aos poucos ela tem aprendido a não deixar os sonhos na cama. Tem aprendido a conciliar rigidez com leveza, razão com emoção, proteção com vulnerabilidade e eficácia com perdão. Tem contrariado

seus medos, dado uma rasteira em suas inseguranças, se despedido de sua mania de agradar a todos se desagradando. Sua roupa de viver já não pesa tanto, seu maior compromisso é consigo mesma.

Ela continua sendo mais livre nos sonhos, mas sabe que aos poucos vai assumir mais doçura que culpa e mais encantamento que amargura. Tem dado risada de seus tombos e não se culpa quando a mensagem do WhatsApp é visualizada e não respondida. Já não espera reciprocidade de todo mundo, e nem por isso se entristece. Tem mandado algumas pessoas “praquele lugar” e deletado alguns papéis que não quer mais representar.

Ela sabe de seu valor, de suas lutas e vitórias, e isso lhe assegura que não precisa provar nada pra ninguém. Quem tiver a chance de conhecê-la de verdade vai saber que ela tem suas dificuldades, seus estranhamentos e manias, mas que, acima de tudo, ela não desiste de ser feliz.

## Não dance uma dança que não é sua somente pelo desejo de agradar

**T**em dias em que a gente tem que se pegar no colo. Ouvir mais o que nosso interior quer dizer e respeitar os desejos genuínos de nosso coração.

É preciso muita maturidade para aprendermos a valorizar nossas escolhas. Para entendermos que a vida que nos cabe é a melhor possível. Para acreditarmos que temos a noção exata daquilo que é melhor para nós.

Durante muito tempo mostramos mais confiança no olhar de fora sobre nossa própria vida do que em nós mesmos. Aceitamos mais os conselhos alheios do que nossa própria intuição. E ficamos reféns dessa condução, desse direcionamento, dessa autorização. E pouco a pouco nos afastamos de quem somos, de quem gostaríamos de ser, do caminho que pretendíamos seguir. Desprezamos nossos anseios e modificamos nossa história para caber dentro das expectativas de alguém.

Crescer é aprender a seguir com os próprios pés, ouvindo a própria voz, dando sentido às próprias inquietações. É reconhecer-se apto a fazer boas escolhas, a se posicionar diante das situações difíceis ou constrangedoras, a não se culpar quando se decide enlouquecer de vez em quando.

Foi Clarice Lispector quem disse: “De agora em diante eu gostaria de me defender assim: é porque eu quero. E que isso bastasse”. E tenho que concordar com Clarice, pois ninguém consegue viver com

saúde por muito tempo só tentando impressionar os outros. Ninguém é feliz por inteiro se submetendo ao julgamento alheio. Não dá pra crescer completamente se não aprendemos a recusar aquele convite, a impor limites, a fugir do combinado e a negar um favor. Ninguém amadurece sem aprender a dizer “não” e dormir em paz com isso.

Há momentos em que temos saudade de nós mesmos. Sentimos falta de quem éramos antes de nos misturarmos a todo o mundo e de nos ausentarmos de nossa própria vida. Sentimos falta de nossa versão mais cheia de amor-próprio, que não se anulava tanto pra querer agradar. Talvez seja esse o preço a pagar por não sabermos nos posicionar. O gosto amargo que temos que engolir por nos distanciarmos de nossa essência, da necessidade de recolhimento, da vocação de seguirmos nosso coração.

O importante não é somente avançar, mas saber se resguardar. Aprender a sossegar, a ficar consigo mesmo, a silenciar. Descobrir o que lhe faz bem, o que é de seu feitio, o que o deixa em paz e é coerente com seu jeito único de ser. Só você sabe do que é capaz, só você sente os passos que pode dar. Portanto, não dance uma dança que não é sua só pelo desejo de agradar. Não corte as próprias asas só para se enquadrar.

De vez em quando a gente tem que pisar duro para sobreviver. Só dar satisfações a quem interessa e abandonar inseguranças desnecessárias. Não ter medo de voltar atrás, de desistir de um projeto, de arriscar uma versão autêntica — e talvez espantosa — de si mesmo. Ter coragem de dizer “não” a uma proposta, de se expor como é de fato. Descobrir, não sem uma ponta de satisfação, que a unanimidade é muito chatinha; e que bom mesmo é assumir o que se quer... e que isso baste.



## Tão juntos e tão sozinhos. Que tipo de solidão é essa?

O futuro chegou de repente, e temos vivido tempos de solidão compartilhada, nos quais não toleramos apenas nossa própria companhia, e nos sentimos ansiosos com a falta de respostas, já que a época das esperas se transformou na época das urgências; e, se não correremos nessa velocidade, temos a sensação permanente de insatisfação.

Esses dias assisti na Netflix ao interessantíssimo documentário brasileiro *Quanto tempo o tempo tem*, de Adriana L. Dutra e Walter Carvalho, que é repleto de convidados especiais, como o físico Marcelo Gleiser e a monja Coen. O documentário nos leva a refletir sobre a vida que levamos, sobre o uso das redes sociais e o aproveitamento de nosso tempo. E não pude deixar de me aprofundar no raciocínio de que não estamos sabendo lidar com as ausências. Não suportamos a ideia de que nosso tempo seja preenchido com o “nada”. Não toleramos as pausas, e o tão precioso “ócio criativo” está deixando de existir. Padecemos com a falta de conexão, com a falta de wi-fi, com o silêncio, com a ausência de sinais. Estamos desaprendendo a ser sós. Estamos desaprendendo a suportar nossa própria companhia, nossa solidude.

A solidão compartilhada afasta quem está perto e aproxima quem está longe, dando a falsa impressão de que estamos vivendo uma interação saudável, quando na realidade estamos nos desligando das verdadeiras conexões para assumir vínculos baseados na urgência, na aceleração do pensamento, na ansiedade. Numa mesma casa, cada um

em seu quarto, teclando sem parar, tornamo-nos seres solitários cercados de telas.

Se não curtimos 120 fotos e não respondemos a 150 mensagens por dia, somos classificados como mal-educados. E nessa ansiedade de dar conta de tudo acabamos não dando conta do essencial: usufruir nosso tempo ao lado daqueles que amamos.

E me lembrei do filme *Her*, ganhador do Oscar de melhor roteiro original em 2014, que retrata de forma brilhante a solidão na era da hiperconectividade. No filme, deparamos com o grande paradoxo de nosso tempo: imaginamos que estamos incluídos, hiperconectados, que todas as nossas relações cabem na tela de nosso celular, como uma extensão de nossos braços, e ao mesmo tempo nos sentimos cada vez mais infelizes e sozinhos. Isso acontece porque esse tipo de conexão tecnológica não é real.

No entanto, o individualismo retratado no filme está cada vez mais presente em nossa sociedade contemporânea. E esse individualismo, aliado à tecnologia, leva ao isolamento. As pessoas imaginam que se bastam, e acabam perdendo a capacidade de formar vínculos reais, humanos.

A solidão, quando bem aproveitada, é muito benéfica. Viver com intensidade, apreciando a vida, é algo muito precioso e cada vez mais raro. É necessário um grande esforço para que possamos apreciar a existência no tempo da contemplação, e não no tempo da conectividade. É preciso empenho para absorver a eternidade do momento presente, mesmo que o mundo continue acelerado.

“Não desligar nunca” não nos torna mais completos ou felizes. Ao contrário, subtrai de nós a capacidade de nos conectarmos verdadeiramente com nossa alma, de escutá-la, de reconhecer seus desejos e intenções. Somente quando nos desconectamos do mundo externo — meditando, orando, tomando um banho quente, ouvindo uma música tranquila — entramos em contato com nossa essência, com nossa sabedoria interior, com nossa verdade. E descobrimos, enfim, que “estar junto” não nos livra da solidão, e “estar sozinho” não nos condena a uma vida infeliz.

## Você vai ser feliz. Mas antes a vida vai te ensinar a ser forte

**N**a premiação do Oscar de 2019, Lady Gaga recebeu a estatueta pela melhor canção original com *Shallow*, do filme *Nasce uma estrela*, em que interpreta a protagonista Ally, uma garçoneite que é alçada à fama por um cantor decadente interpretado por Bradley Cooper. Além de atuar, Gaga cantou e compôs parte da trilha sonora.

Com seu discurso, a artista emocionou milhares de fãs ao dizer: *“Não se trata de ganhar, mas de não desistir. Não importa quantas vezes você foi rejeitado, caiu e teve que se levantar. O que faz a diferença é quantas vezes você fica em pé, ergue a cabeça e segue em frente”*.

Foi um discurso definitivo e certo, como tudo o que é dito com a certeza daqueles que não se identificam com o papel de vítimas, e sim com a resiliência de uma pessoa forte, moldada com os golpes que leva.

Passamos boa parte da existência buscando a felicidade, e imaginamos que a encontraremos num lugar livre de conflitos e dor. Mas não é assim. A felicidade não resulta da ausência de conflitos, e sim da capacidade de lidar com eles. Não vem da falta de dor, e sim da eficiência em não valorizar a dor como o centro das atenções. Não da escassez de problemas, inquietações e inadequações, e sim da habilidade adquirida de não se deixar abater por elas. Não da ausência de limites, e sim da coragem de ser quem você é, de ousar assumir o que deseja, independentemente do que os outros vão dizer. Não da aposta dos outros em você, e sim da sua confiança em si mesmo.

Para ser feliz, é preciso ser forte. E a vida nos lapida. De um jeito torto, difícil, repleto de perguntas e nenhuma resposta, você será desafiado a desistir um milhão de vezes; mas, se você resiste, se você levanta a cabeça e segue em frente... ah... a vida recompensa. E aí então, num dia qualquer, você acorda e percebe que já não é mais o mesmo. Que está feliz não pela ausência de contrariedades, e sim porque se tornou mais forte e aprendeu a lidar com as adversidades.

Gosto muito do pensamento que diz: *“O fundo do poço te ensina lições que o topo da montanha jamais conseguiria”*. Embora seja uma bênção estar no topo da montanha, só reconheceremos isso quando já tivermos conhecido o fundo do poço. Pois é no fundo do poço que desenvolvemos a criatividade, aprendemos a dizer o famoso foda-se para um milhão de coisas, desistimos de querer estar sempre certos, nos tornamos nossos melhores amigos, descobrimos quem realmente está do nosso lado, adquirimos força e resiliência, começamos a valorizar momentos, toleramos as imperfeições das coisas e das pessoas, paramos de carregar os probleminhas numa mala e aceitamos aquilo que não podemos mudar.

Quem entra em briga e discussões por qualquer coisa, sente-se perseguido por bobagens, neurotiza relações e maximiza picuinhas do dia a dia jamais se sentirá feliz por completo. Pare de problematizar, de buscar motivos que justifiquem sua inércia, de se achar vítima do mundo. O maior responsável por sua felicidade e bem-estar é você mesmo. É clichê? Sim. Mas também é real. Sacode a poeira e dá a volta por cima!

## Ela era poesia. Ele não sabia ler

Ela sabia que havia diferença entre os finais felizes e os finais necessários, mas ainda assim insistia em acreditar que, do seu jeito torto, devagar e cheio de ilusões era capaz de modificar a realidade e enxergar felicidade nas circunstâncias miúdas, muitas vezes esquecidas e despercebidas. Ela apostava mais na doçura que na amargura, e tinha uma fé inabalável de que, mesmo que seu caminho estivesse mais nublado que ensolarado, Deus sussurrava em seu ouvido: “Não desista, menina!”.

Ela não fingia ser assim. Tampouco se esforçava. Tinha nascido poesia, e se encantava com pequenos galanteios, letras de música falando de saudade, versos de Caio Fernando Abreu num livro antigo e cheiro de café numa livraria charmosa. Não sabia guardar rancor, se esforçava para se desapegar daqueles que a rejeitavam e rascunhava sonhos num caderno doado.

Acostumou-se a ser poesia, a enxergar poemas, a extrair delicadezas, a desejar gentilezas. E acabou calculando errado. Na sua mente tão congestionada, permitiu que ele, tão frio e errado, ali fizesse morada. Dentro de seu coração generoso não cabiam dúvidas e divagações. E por isso ela insistia em ver nele versos que ele nunca soube ler. Ela teimava em ouvir dele poemas que ele nunca quis recitar. Ela esperava dele danças para as quais ele jamais ousou convidá-la para dançar. Ela dançava sozinha, escutando em seu ouvido canções que jurava que ele compusera para os dois; mas era tudo

fruto de sua imaginação, de seu encanto pela vida, de sua alma colecionadora de ilusões.

Um dia ela acordou e percebeu que talvez a felicidade também tivesse a ver com pontos-finais. Que estava na hora de guardar seu amor por dentro e direcionar seu afeto para si mesma. Começou a entender que não era fácil desistir dele, porque, mais do que amá-lo, amava a sensação que amá-lo provocava nela. Devagar descobriu que poderia fazer poesia do vazio e das esperas. E que, em algum lugar, não muito longe dali, haveria um menino poema como ela, capaz de lembrá-la todos os dias que é preciso força e coragem para insistir na doçura num mundo cheio de amargura.

## A gente não desiste do que quer, a gente desiste do que dói

**H**á alguns anos, vivendo um namoro conturbado, cheio de altos e baixos e muito desgaste, desisti do que julgava ser um grande amor. É claro que sofri por algum tempo, mas descobri que de vez em quando é melhor cortar pela raiz do que carregar uma vida inteira de sofrimento.

Desistir — de alguém, de alguma situação, de algum sonho ou plano — é uma das decisões mais difíceis de tomar. Pois é pacto que a gente faz com a razão, com a necessidade de seguir em frente com menos dor e mais amor-próprio; mas nem sempre está de acordo com a emoção, com a parte de nós mesmos que ainda quer viver atada àquele lugar que já fez parte do que somos.

Desistir é uma escolha, mas nem por isso é algo simples, fácil. Porque impõe a quebra de contratos com aquilo que um dia amamos, com aquilo que um dia cuidamos para que não morresse, com aquilo que julgávamos parte de nossa identidade.

A gente desiste do que dói, dos lugares onde a gente não cabe mais, das histórias que a gente torcia para que dessem certo, mas não deram, dos amores que nos tornam pessoas piores do que realmente somos.

Muitas vezes, desistir de um amor é dizer “sim” a si mesmo. É reconhecer que nem sempre aquilo que julgamos “perfeito” é realmente ideal para nós. É entender que alguns amores permanecerão na memória, mas nunca sobreviverão no dia a dia. É dar chance para um caso de amor recíproco consigo mesmo.

Desista de um amor se ele deixou de ser servido em bandeja de prata e sobraram apenas restos que você insiste em aquecer em banho-maria; abra mão de um caminho se ele não te traz satisfação nem significado; de uma rotina se ela não te torna uma pessoa melhor e só levanta dúvidas a respeito de você mesmo; de uma culpa, se apenas você ainda não se perdoou; desista de uma mágoa perdoando quem te feriu e entregando seu coração a Deus.

A gente escuta muito que não se deve desistir dos sonhos, mas de vez em quando é necessária uma boa dose de humildade para admitir que não há mais o que ser buscado, que a antiga expectativa necessita de um basta, que o primitivo anseio foi por água abaixo. Se há tantos outros sonhos a serem vividos, por que insistir em habitar os mesmos velhos sonhos que não se concretizaram como a gente gostaria?

A gente não desiste do que quer, a gente desiste do que dói. Dos laços que machucam, da indiferença que maltrata, da inconstância que perturba.

E finalmente descobrimos que desistir pode ser parte da nossa força também, pois a construção de nossa felicidade depende daquilo que deixamos pra trás ou permitimos que se despedisse de nós.



## Às vezes, não ser correspondido por alguém é um tremendo livramento

**D**ia desses meu marido brincava com meu filho dizendo que se tivesse ficado com sua primeira paixão platônica, aos quinze anos, na cidade pequena onde moravam, certamente sua história teria sido outra. Muito provavelmente ele haveria se acomodado na vida tranquila do interior, não teria tido tanta garra para lutar pela faculdade de medicina, teria se casado muito jovem e, pasmem, poderia ser até avô! Depois dessa constatação surpreendente, meu filho disse: “É, pai, ainda bem que ela não te deu bola!”, e todos nós rimos dessa conclusão engraçada e muito acertada.

Há escolhas que não dependem de nós, que contrariam nossos desejos e nos entristecem por um tempo, mas depois, olhando para trás, percebemos que foram essas histórias encerradas — mesmo contra nossa vontade — as peças fundamentais para nossa felicidade. Pois a mão de Deus é poderosa, e, mesmo que não enxerguemos no momento, algumas coisas são um tremendo livramento.

Às vezes a gente fica tão focado naquilo que perdeu que acaba não dando chances para o que virá. Os livramentos acontecem silenciosamente, a todo instante, e, mesmo sem compreender, é preciso confiar. Acreditar que algumas perdas não são prejuízos, e sim bênçãos disfarçadas.

A vida é constituída de muitas histórias, e alguns capítulos serão escritos apenas quando outros forem encerrados. Em vez de apenas lastimar suas perdas, comece a ter fé de que elas foram o gatilho

necessário para uma felicidade mais palpável e duradoura. Assim como gavetas bagunçadas que precisam de espaço e faxina, a vida só vai adquirir ânimo novo se a gente permitir. Se a gente autorizar que nossas bagunças deem lugar a alegrias novas e coragens renovadas.

Preste atenção ao que você perdeu. Olhe com sensatez para aquele lugar vago, e por um instante de lucidez comece a discernir se realmente foi uma perda ou um ganho. Se o espaço antes ocupado por aquela pessoa, situação ou sentimento pode agora ser preenchido por coisa melhor. Tenha o bom senso de observar as lacunas que restaram, e perceba que finalmente está livre para uma história mais inteira e recíproca. Às vezes a gente imagina que é dono de um jardim, mas só é possuidor dos espinhos que existem lá. Precisamos parar de aceitar a dor como algo que nos completa e começar a desejar a beleza, o perfume e todo o bem que o jardim inteiro pode nos proporcionar.

Às vezes, não ser correspondido por alguém é um tremendo livramento. Dói ser rejeitado, dói ser preterido. Porém, um dia a compreensão chega. E respiramos aliviados por não termos sido a prioridade ou a escolha de alguém. Pois foi por esse alguém ter desistido de nós que nosso encontro com o melhor caminho que nos estava reservado foi impulsionado. O caminho que, cegos pela paixão, engano ou teimosia, não conseguíamos enxergar. E nesse ponto volto a concordar com a sabedoria juvenil de meu filho, quando, ouvindo as histórias de meu marido, anunciou com apurado bom humor: *“É, pai, ainda bem que ela não te deu bola!”*.