
THE
OPEN
DOOR

PARTE II

LIMIAR 3

A Porta Aberta

Por muitos anos pensei que a força consistisse no controle.

Controlar as palavras.

Controlar as emoções.

Controlar as reações.

Controlar a dor.

Era uma ideia que eu absorvera lentamente, como acontece com todas as convicções profundas.

Ninguém me ensinara isso abertamente.

Ninguém me tinha dito:

“Um homem não deve chorar.”

E no entanto aquela mensagem estava em toda parte.

Nas conversas.

Nos comportamentos.

Nos exemplos.

Nos olhares.

Na própria cultura.

Assim aprendi cedo uma regra simples.

Resistir.

Sempre.

Acontecesse o que acontecesse.

Resistir.

Quando jovem acreditava que essa fosse uma virtude.

Hoje sei que era apenas uma estratégia.

Uma estratégia útil em alguns momentos.

Perigosa em muitos outros.

Porque tudo o que é retido por tempo demais, mais cedo ou mais tarde, procura uma saída.

A dor não desaparece.

O medo não desaparece.

A tristeza não desaparece.

Mudam de forma.

Escondem-se.

Esperam.

Depois, quando menos esperamos, batem à porta.

Lembro-me de uma temporada da minha vida em que parecia que tudo exigia força.

Trabalho.

Família.

Responsabilidade.

Doença.

Decisões.

Pessoas que contavam comigo.

Pessoas que precisavam de uma resposta.

Pessoas que procuravam uma direção.

Não podia me permitir parar.

Pelo menos assim acreditava.

A cada dia, eu acrescentava um novo peso.

A cada dia, empurrava mais adiante o momento em que escutaria a mim mesmo.

Mais adiante.

Cada vez mais adiante.

É surpreendente por quanto tempo um ser humano consegue ignorar o próprio mundo interior.

Mas não para sempre.

Ninguém pode fazê-lo para sempre.

Chega um momento em que o corpo começa a contar aquilo que a voz se recusa a dizer.

O cansaço aumenta.

O sono muda.

A mente se fatiga.

As emoções tornam-se mais frágeis.

E lentamente você entende que não está lutando contra o mundo.

Está lutando contra si mesmo.

A verdade chegou de modo simples.

Como fazem sempre as verdades autênticas.

Sem efeitos especiais.

Sem anúncios.

Sem espetáculo.

Um dia o peso tornou-se grande demais.

E as defesas pequenas demais.

Lembro-me do silêncio.

Lembro-me da solidão.

Lembro-me da sensação repentina de não ter de interpretar papel algum.

Pela primeira vez em muito tempo, não era um profissional.

Não era um pai.

Não era um marido.

Não era um executivo.

Não era um autor.

Era apenas um ser humano.

E chorei.

Não um choro elegante.

Não um choro controlado.

Um choro verdadeiro.

Daqueles que chegam de longe.

Daqueles que atravessam anos.

Daqueles que trazem consigo coisas que você nem lembrava ter guardado.

Enquanto acontecia, tive uma sensação inesperada.

Não de fraqueza.

De libertação.

Como se um quarto que ficara fechado por tempo demais tivesse finalmente aberto as janelas.

Como se o ar voltasse a circular.

Como se algo, finalmente, deixasse de ser retido.

Foi então que compreendi uma coisa fundamental.

As emoções não são inimigas.

São mensageiras.

Chegam para nos contar algo.

Ignorá-las não as elimina.

Apenas as torna mais barulhentas.

Por anos eu acreditara que a coragem consistisse em não ceder.

Naquele momento entendi que a coragem consiste também em deixar-se atravessar.

Pela dor.

Pelo medo.

Pela tristeza.

Pela verdade.

As pessoas muitas vezes imaginam a vulnerabilidade como uma rachadura.

Eu descobri que ela pode tornar-se uma porta.

Porque no momento em que você deixa de se defender de tudo, começa finalmente a se conhecer.

E conhecer a si mesmo é muito mais difícil do que vencer muitas batalhas externas.

A partir daquele dia algo mudou.

Não me tornei de repente mais sábio.

Não me tornei de repente mais forte.

Tornei-me mais autêntico.

O que é uma coisa diferente.

Comecei a falar de modo diferente.

A escutar de modo diferente.

A olhar os outros com maior compreensão.

Porque quem atravessou a própria dor reconhece mais facilmente a dos outros.

Não a julga.

Não a minimiza.

Não procura imediatamente uma solução.

Reconhece-a.

E esse reconhecimento já é uma forma de ajuda.

Com o passar do tempo comecei a ver a vulnerabilidade sob uma luz nova.

As pessoas que mais admirava não eram as aparentemente invencíveis.

Eram as autênticas.

Aquelas capazes de mostrar a própria humanidade sem transformá-la em espetáculo.

Aquelas que não tinham medo de dizer:

“Estou fazendo o meu melhor.”

Porque, no fim, é isto que todos nós fazemos.

O nosso melhor.

Alguns dias é muito.

Outros dias é pouco.

Mas é sempre o que possuímos.

Olhando para trás, não considero aquele momento uma derrota.

Considero-o um limiar.

Um dos mais importantes da minha vida.

Antes pensava que a força significasse não chorar.

Depois entendi que a força significa não ter medo das próprias lágrimas.

Porque existe uma forma de maturidade que chega somente quando deixamos de fingir.

Quando deixamos de aparentar.

Quando deixamos de representar.

E aceitamos finalmente a nossa natureza humana.

Frágil.

Imperfeita.

Maravilhosamente imperfeita.

Hoje não lembro o dia exato.

Não lembro a hora.

Não lembro sequer todas as circunstâncias.

Lembro apenas o que aprendi.

Que a dor partilhada pesa menos.

Que a verdade liberta mais do que o orgulho.

Que a vulnerabilidade não destrói a dignidade.

Completa-a.

E sobretudo lembro uma frase que então não saberia pronunciar.

Uma frase simples.

Uma frase que mudou muitas coisas.

Aprendi a chorar.

E a partir daquele dia comecei a me entender melhor.