

Não sei quantos somos nesta solidão que nos atravessa e afasta – Por Rosa Fonseca

written by Rosa Fonseca | 4 de Maio, 2025



Rosa Fonseca

A solidão entra-nos pela casa adentro através dos noticiários, dando conta, dos que dela sofrem – um flagelo cruel. Ela vive paredes meias com uma sociedade que nos desampara e subtrai os valores mais fundamentais para que o ser humano viva condignamente; quase sempre nos falam do abandono a que os nossos idosos estão sujeitos. Não nos preparámos para a última etapa desta passagem.

E com isto não quero dizer que a solidão só afeta esta fatia da população, nem pensar!

Em algum momento da nossa vida vamos ser confrontados com momentos de solidão; enfrentaremos os nossos medos e os nossos

fantasmas, a nossa angústia e desconexão com o que nos envolve.

Do meu conhecimento mais próximo, do bairro, das janelas encerradas, das parcas conversas, dos comportamentos, às vezes disruptivos, levam-me a refletir que a solidão pode ser um sintoma de problemas ou transtornos que carecem de avaliação profissional. É aqui que a comunidade deve estar atenta e celeremente ser chamada a agir.

Como também pode surgir do abandono, da melancolia, até mesmo quando rodeados do vizinho mais solícito ou de pessoas que encontra esporadicamente no supermercado. Não chega para aliviar o que se sente na alma; e quantas vezes ela está presente por nos sentirmos afastados de nós mesmos?...

A solidão reveste-se de muitas facetas, o que na maior parte das vezes nos deve deixar apreensivos.

Num mundo, cada vez mais controverso e desigual, há incontáveis razões para nos sentirmos sozinhos.

É então premente criar meios de ajuda que valorize e incentive: polos de interesse comuns e individuais, partilha de saberes, conversas, passeios, que permitam criar laços sedimentados no afeto e equilíbrio emocional.

Numa das últimas conversas sobre este tema, alguém dizia que é quase um devaneio pensarmos que a companhia dos que nos rodeiam, nos afaste da própria solidão.

A verdade é que continuo a pensar nisso...

Os amigos, a família, fazem a sua parte, colmatam esta falta que sentimos, estão nas horas amargas, nas alegrias – quase sempre, mas não substituem a totalidade do que precisamos para nos sentirmos inteiros. Aquele elixir para nos sentirmos vivos e aceites.

O corre-corre desenfreado em que vivemos, pode levar-nos a uma

ostracização do meio onde nos inserimos podendo desenvolver desconforto e constrangimentos; aos poucos distanciamos-nos do essencial e caímos num mundo inventado.