

O que não se apaga

written by Raven Santos | 24 de Dezembro, 2025



Estamos em tempo de boas festas.

Dizemos uns aos outros que o amor é importante, que a paz faz falta, que devemos cuidar. Dizemo-lo com facilidade. Talvez porque sabemos que nem sempre o fazemos. Talvez porque esta altura do ano pede mais do que conseguimos sustentar.

É precisamente por isso que dou por mim a pensar no que não se apaga. O ódio não desaparece em dezembro. Não some porque acendemos luzes ou porque escolhemos palavras mais doces. Pode baixar de volume durante alguns dias, mas continua ali. À espera. Disponível.

Não escrevo isto de fora.

Não sinto ódio como vejo outras pessoas senti-lo. Não o reconheço como motor, não o entendo como solução. Mas já o senti aproximar-se. Já o vi instalar-se em olhares, em frases

ditas a rir, em silêncios carregados. Já o vi dirigido a mim.

E nesse momento não senti raiva.

Senti um aperto curto, quase infantil. Um segundo de vontade de responder, de me defender, de explicar quem sou. Não o fiz. Não por virtude. Por perceber, instintivamente, que qualquer palavra ali seria engolida. Não era diálogo. Era fechamento.

Quando isso acontece, deixamos de ser pessoas. Tornamo-nos ideias. Alvos. Algo fácil de reduzir.

O ódio nasce muitas vezes assim. Não nasce puro nem isolado. Vem misturado com medo, frustração, tristeza, vergonha, amor ferido. Não nasce do vazio. Nasce onde houve relação, expectativa, investimento. Não odiamos o que nos é indiferente.

Talvez por isso seja tão desconfortável admitir que amor e ódio não vivem sempre separados. Às vezes partilham a mesma história. O ódio não substitui o amor. Ocupa o espaço onde o amor deixou de conseguir existir da mesma forma.

O problema começa quando deixamos que ele decida por nós. Quando passa de emoção a identidade. Quando deixa de ser algo que sentimos e passa a ser algo que somos.

A partir daí tudo se estreita. O corpo vive em alerta. O pensamento endurece. A curiosidade desaparece. Reconhecer o outro como igual torna-se demasiado exigente. Exige aceitar complexidade, admitir falhas, suportar ambiguidade. O ódio não tolera isso. Precisa de simplificar.

É assim que se aprende a odiar sem nunca ter encontrado o alvo. Aprende-se por repetição. Por comentários soltos. Por frases feitas. Por rituais de pertença. Há ódios que não vêm da experiência direta. Vêm do grupo.

O humor tem aqui um papel central. O riso não é neutro. Produz prazer. E quando esse prazer é construído à custa de alguém,

algo se instala. O que é dito a rir parece menos grave, menos violento, menos responsável. “Era só uma piada” não apaga o efeito. Apenas protege quem a disse.

A piada testa limites. Mede reações. Ensina quem pode ser reduzido. O riso cria cumplicidade e, ao mesmo tempo, distribui lugares. Quase nenhum ódio coletivo começa agressivo. Começa leve. Começa engraçado. E não rir cobra um preço.

Quando o ódio entra na política, este mecanismo deixa de ser apenas social e passa a ser estratégico. Organiza-se. Repete-se. Rentabiliza-se. Há discursos que não oferecem projetos, apenas culpados. Não constroem futuro, constroem alvos.

O ódio é politicamente barato. Mobiliza rápido. Poupa pensamento. Num tempo de cansaço, medo e desorientação, isso é tentador.

Mas quando o ódio governa, algo essencial se perde. O adversário deixa de ser alguém com quem se discorda e passa a ser alguém a eliminar simbolicamente. O compromisso torna-se fraqueza. A escuta torna-se traição. O outro deixa de ser cidadão e passa a ser obstáculo.

Nada disto começa com violência explícita. Começa com palavras. Com riso. Com exclusões que parecem pequenas demais para justificar preocupação. Antes de se retirarem direitos, retira-se dignidade.

O impacto disso não é abstrato. Fica no corpo de quem é alvo. Fica na memória. Propaga-se. O preconceito nasce quando o ódio já não precisa sequer de ser sentido. Basta repetir. Nem todas as emoções crescem assim. O ódio é rápido e ruidoso. Há outras que crescem devagar e quase não se veem.

A curiosidade não resolve conflitos, mas impede a caricatura. A serenidade não elimina a dor, mas devolve clareza. A compaixão lúcida não desculpa tudo, mas recusa a

desumanização.

Vejo essas emoções em gestos pequenos. Em quem não ri da piada. Em quem muda de assunto. Em quem se afasta para não ferir. Em quem escolhe não devolver. Não são gestos heroicos. São escolhas repetidas.

O que faço com o ódio, quando ele aparece perto de mim, é isto. Não o nego. Reconheço-o. Mas não o passo adiante. Não o uso. Não o deixo decidir. Não agir a partir do ódio não é passividade. É interrupção. Cada gesto que não acontece conta. Cada violência que não se transmite altera o campo, mesmo que ninguém aplauda.

Talvez seja isso que este tempo de festas nos possa lembrar. Não apenas o que dizemos sentir, mas aquilo que escolhemos não amplificar, não normalizar, não passar adiante.

O amor não resolve tudo. Mas a contenção consciente impede que o ódio governe.

E a pergunta que fica não é se isso é suficiente. É quantas vezes, sem perceber, continuamos a passar adiante aquilo que dizemos querer que acabe.