

# O Verdadeiro Grinch Vive Entre Nós

written by Miguel Gonçalves | 23 de Dezembro, 2025

**OCIDADÃO**  
Journalism Libre

**OPINIÃO**  
**Miguel Gonçalves**



*Ou quando confundimos solidariedade com hipocrisia, e esquecemos a família.*

Todos os anos, por esta altura, o mundo veste-se de bondade. Sorrisos ensaiados. Palavras bonitas. Gestos solidários com data marcada.

E, ainda assim, nunca vi tanta gente sozinha.

Criámos uma nova espécie de solidariedade: a que precisa de palco.

A que não suporta o anonimato.

A que só existe se houver uma câmara ligada, um texto inspirador e um aplauso no fim.

O Grinch moderno não odeia o Natal.

O Grinch moderno odeia o silêncio.

O silêncio de dar sem ser visto.

O silêncio de cuidar sem publicar.

Confundimos solidariedade com hipocrisia quando ajudamos o estranho, mas evitamos o familiar.

Quando abraçamos causas distantes, mas fugimos das feridas de casa.

Quando salvamos o mundo lá fora... para não termos de enfrentar o que está partido cá dentro.

A verdade que incomoda é esta:

a primeira instituição de solidariedade chama-se FAMÍLIA.

E é também a mais negligenciada.

É mais fácil doar um cabaz do que oferecer presença.

Mais confortável ajudar quem não nos confronta do que sentar à mesa com quem nos conhece de verdade.

Mais simples escrever "Feliz Natal" a centenas de pessoas do que pedir perdão a uma só.

O Natal não é um evento.

É um espelho.

Mostra-nos quem somos quando o barulho abranda.

Quando não há filtros.

Quando sobra apenas a mesa, o silêncio... e as pessoas que escolhemos não abandonar.

Talvez o verdadeiro Grinch não seja quem não dá.

Mas quem dá tudo aos outros e nada aos seus.

Talvez o maior gesto revolucionário desta época não seja fazer mais.

Mas fingir menos.

Desligar o telemóvel.

Ficar.

Ouvir.

Sustentar o desconforto.

E lembrar que não há solidariedade verdadeira num mundo onde as famílias estão emocionalmente falidas.

Porque o Natal não precisa de likes.

Precisa de presença.

E de gente inteira à mesa.

Antes de querermos salvar o mundo, talvez devêssemos aprender a cuidar da nossa casa.