

Talvez a solidão não seja apenas estar só

written by Rosa Fonseca | 14 de Março, 2026

OCIDADÃO
Jornalismo Livre

CRÓNICA
Rosa Fonseca



O silêncio das cidades não é ausência de som, mas antes, o excesso de afastamento; as pessoas recolhem-se em passos apressados, olhar vago no amanhecer que não tarda. Depois das dez, quando os cafés fecham as portas e as conversas sentam-se à mesa da cozinha, ficam as janelas acesas como vigílias contra a noite.

Estas janelas são tantas vezes de solidão; mas cada janela circunscreve um mundo único. E, dentro de cada mundo, há alguém que talvez não consiga dormir.

Há a mulher que dobra a roupa devagar, só para adiar o momento de se deitar num lado demasiado largo da cama. Passa a ferro uma camisa que ninguém verá com atenção, como se alisasse também as rugas do pensamento. Há o idoso que adormece na

cadeira, com a televisão ligada para fazer companhia ao silêncio, não porque lhe interesse o programa, mas porque precisa de ouvir uma voz que lhe confirme que a vida ainda existe. Há o estudante que estuda, mas sobretudo espera uma mensagem, uma oportunidade, um futuro que tarda. Há a mãe que, depois de deitar os filhos, finalmente se senta e deixa cair os ombros, carregados de um dia inteiro, e fica a olhar a chávena vazia como quem procura respostas no fundo.

As cidades adormecem, mas nem todos dormem.

Vivemos cada vez mais próximos, paredes-meias, andares sobrepostos, varandas quase tocáveis e, paradoxalmente, mais sós. Partilhamos elevadores e não nomes. Ouvimos discussões abafadas, risos súbitos, o arrastar de cadeiras, o choro de um bebé que não é nosso e, ainda assim, mantemos uma distância respeitosa, quase defensiva. Como se a proximidade física nos tivesse ensinado a proteger o território da alma.

Antigamente, dizia-se que as portas ficavam abertas nas aldeias. Hoje, trancamos duas vezes e espreitamos pelo óculo antes de abrir. A cidade ensinou-nos a desconfiar, mas não nos ensinou a cuidar nem a olhar o outro. Tudo nos passa ao lado.

Ah, se fosse possível às cidades terem o coração das aldeias!...

E, no entanto, quantas dessas janelas acesas escondem batalhas invisíveis? Despedimentos recentes. Reformas insuficientes. Doenças que não aparecem nas redes sociais. Amores que terminaram sem testemunhas. Jovens que regressaram a casa dos pais com sonhos encolhidos. Mulheres que fazem contas à vida na ponta do lápis. Homens que desaprenderam a pedir ajuda.

A solidão urbana não faz barulho. Não bate à porta. Instala-se devagar, como humidade nas paredes. Primeiro é só uma mancha. Depois, ocupa o quarto inteiro.

Às vezes imagino que, se desligássemos por um instante os ecrãs e olhássemos verdadeiramente para as janelas umas das

outras, perceberíamos que a cidade é um organismo frágil. Cada luz acesa é um sinal vital. Um pedido mudo de pertença.

Talvez a solidão não seja apenas estar só. Talvez seja sentir que ninguém repara que a nossa janela continua acesa – noite após noite. Que ninguém pergunta porque a luz da cozinha nunca se apaga antes da uma da manhã. Que ninguém estranha o estendal sempre vazio ou a ausência de visitas.

E, no entanto, há algo de profundamente humano nessas luzes tardias. Uma resistêcia calada. Uma recusa em apagar completamente o dia. Cada janela iluminada diz, à sua maneira, que ainda estamos aqui. Mesmo que ninguém responda.

Nas cidades adormecidas, as janelas de solidão são também janelas de esperança. Porque enquanto houver uma luz acesa, há alguém que ainda acredita que o amanhã pode ser diferente. E talvez baste um gesto simples – um bom-dia no elevador, uma muda de planta partilhada, um nome aprendido, para que duas janelas deixem de estar sós na mesma rua.

A cidade pode adormecer. Mas talvez ainda vá a tempo de acordar para os seus próprios silêncios.