

Superficialidade Dores e Desejos



ESCRITO POR ABDALA

Sumário:

Capítulo 1 - Seria a mentalidade definida por traumas?

Capítulo 2 - E de onde surgem esses traumas? Eles machucam?

Capítulo 3 - Como que é a dor de um trauma? Ela é curável?

Capítulo 4 - O que isso gera?

Capítulo 5 - Como você se comporta diante disso?

Capítulo 6 - Considerações

Seria a mentalidade definida por traumas?

O ser humano possui como uma das suas principais características a forte tendência a se preocupar e se importar muito com coisas supérfluas, onde muitas das vezes acaba encontrando-se faminto em sua mente por barulhos, estando fadado a constantes controvérsias sobre seu próprio eu, com os seus sentimentos sendo sempre retratados de maneira negativa ou não tão importantes, embora fossem os mesmos que ditam o quão grande que serão as suas vontades diante os valores e a moral já estabelecidos durante a vida de cada indivíduo humano, mas, será que são dos sentimentos que vem o querer? Vindo daí desejos oriundos somente de sentimentos enraizados no coração?

Honestamente, pouco sei, só que do pouco que sei, muito sei, porém confesso que gostaria de tornar-me capaz de entender essas questões da mente humana com muita clareza e, assim, chegar até a sua mais profunda substância, saber o motivo dela ser tão complexa como é. Em minha, ainda, curta vida pude me deparar com diversas situações em

que as pessoas ao meu redor agiam de maneira inadequada apenas para alcançar alguma coisa, sendo algo físico ou metafísico, como um certificado de suas ações ou um reconhecimento falado por suas ações, onde acabavam, alguns, por escolher diversos meios para alcançar isso, sendo honestos ou não, espertos ou não, passando por cima de outros ou não, apenas queriam alcançar o que tanto almejavam sem se importar com as demais pessoas, só que eu nunca senti nada negativo quanto a isso pois eu via como algo curioso que ainda poderia ser entendido, já que para mim, o conceito de debater ideias e não pessoas sempre mostrou-se muito presente na minha vida, e dele veio a mim a vontade de querer entender o motivo de certas ações, e até, ignorando quem as praticou, com isso conheci pessoas que fazem o que fazem por se sentirem descartadas, ignoradas, pouco faladas, mal faladas, solitárias, pressionadas, e dentre várias outras coisas que, conforme eu as questionava e, de certa forma, as pesquisava, percebi que esses sentimentos não são aleatórios, na verdade, são frutos de problemas sociais, geralmente causados em casa com a família, podendo ser também com os amigos e os ambientes frequentados, tendo efeitos negativos profundos em cada indivíduo presente nessas situações ruins, podendo ou não trazer traumas e

daí, aos poucos, como forma de tentar resolver esses problemas, foi-se desenvolvido inconscientemente hábitos que para aquela pessoa poderia vir a ser a solução para o seu problema e que no primeiro instante em que desse certo, viraria a resolução mágica e absoluta do problema, mesmo que as vezes tenha sido incerto, mas as pessoas acabam ficando cegas com a prática disso e perdem a noção sobre se estão ou não agindo corretamente com o outro e, principalmente, consigo mesmas. Em suma, acredito que traumas sejam algo que não determinam a mente do indivíduo por completo, afinal, assim que esses traumas são trabalhados e, de maneira concreta, bem tratados, daria início a um novo indivíduo melhor que o anterior, visto que o trauma é capaz de ditar o comportamento e o ponto de vista porém de maneira temporária indefinidamente, onde pode demorar para ser resolvido mas que dê para resolver, como também pode vir a nunca ser solucionado, tendendo a dominar o indivíduo, sendo assim, traumas potencialmente capazes de definir um indivíduo a longo prazo, mas que no curto e médio prazo, ditam apenas o pensar e agir por um período em cada um, sem a definição de quando se encerrará.

E de onde surgem esses traumas? Eles machucam?

Os traumas não têm suas origens como sendo únicas ou específicas, surgindo de quaisquer que sejam as experiências que ferem o indivíduo por completo, desde seus argumentos e conceitos até seus valores, sentimentos e a sua moral, onde podem ou não ferir fisicamente, podendo ocorrer em qualquer momento da vida em situações absolutamente diferentes umas das outras e no geral, pelo o que sei, ocorrem no ambiente familiar na infância, e por isso acabam por moldar a maneira de como um indivíduo se comporta, pensa e vê o mundo. Dando um exemplo do meu particular, partilho de um recente trauma de falar sobre mim, onde devido a experiências negativas com amizades, acabei por perder diversos amigos pelo motivo, o qual ainda não compreendo totalmente, de: eu ter agido de maneira egocêntrica e metida com eles, fazendo com que os mesmos se afastassem de mim pouco a pouco. Tal acontecimento fez com que eu desenvolvesse dentro de mim uma insegurança sobre falar de mim, começando a me comportar de maneira a evitar dizer coisas como:

"eu sou...", "eu faço..." ou "eu quero..."; felizmente fui agraciado com não só em ter o suporte dos amigos que ainda gostavam de mim como também de conhecer e ter novos amigos ao meu lado, os quais me impulsionaram a parar de temer tanto a expor quem sou, por isso, hoje, escrevo esse pequeno livro. Mas afinal, esse trauma doeu? Ao meu ver o que dói não se trata do trauma em si mas sim do fato de ter acontecido, pois no período em que houve esse evento traumático, estava em um dos momentos mais conturbados em minha mente, e isso que doía, estar perdendo a maioria dos meus amigos mais próximos em um momento bem turbulento me causou uma ferida bem profunda, contudo estou me curando disso tudo indo atrás de novos ares e, principalmente, evitando me sujeitar ao ódio e ao desejo de vingança, o que pode ser chamado de "dar o troco", só que por não querer abrir mão de meu eu, optei por apenas perdoar e melhorar como pessoa, amadurecendo emocionalmente e mentalmente.

Como que é a dor de um trauma? Ela é curável?

Em primeiro lugar devemos entender que há dores e machucados: as dores vindas de trauma são coisas que corroem o espírito do indivíduo de dentro para fora, proporcionando arrepios, pensamentos excessivos, pensamentos negativos, inseguranças e medo, podendo deixar o indivíduo em prantos, mas é algo passageiro, pois assim que controlado ou desviado a atenção, faz-se com que suma aos poucos essa sensação; os machucados são dores que marcaram tanto ao ponto de deixar cicatrizes, feridas ou manchas, diga como preferir, que acompanham o indivíduo pelo restante da vida. Resumidamente, ambos vem a doer toda vez em que se são referidos, mas como são dores vindas de traumas, toda vez que se toca em um assunto relacionado ao trauma, já é o suficiente para não só dar gatilho mas também para disparar a bala em sua cabeça dependendo do caso, assim causando um descontrole emocional enorme que nem sempre pode ser mediado pela pessoa ou por aqueles que estejam ao redor; dessas dores e machucados vem a necessidade de ter que curar

ou, mais comumente, esconder isso, o que pode ocasionar na ferida se abrir mais e ficar mais e mais profunda com o decorrer do tempo, restando apenas um vazio dentro do indivíduo, onde o mesmo tenta preencher de diversas maneiras, tais as quais podem ser com prazeres ou desejos específicos, podendo de tudo para conseguir isso, como: alimentar o próprio ego, fugir da realidade por meios nocivos, achar algo ou alguém para descontar suas emoções mais fortes, e dentre outras coisas, afim de suprir algum fator que dói ou incomoda, surgindo então muitos comportamentos e estratégias diferentes para cumprir os objetivos próprios de cada indivíduo, por exemplo: para a falta de reconhecimento ou atenção tentam desesperadamente chamar a atenção dos outros, com gritos, falas repetidas, tom de voz excessivamente alto, ações e comportamentos inadequados e, até, se humilharem gratuitamente para serem aceitos no ambiente ou pelas pessoas ao seu redor; ou tentam provar de si de maneiras boas ou más, fazendo boas ações, tendo bons resultados, sendo algo, tendo algo, roubando algo, alcançando algo, esse tipo de coisas, afim de provar algo para si ou aos outros, alimentando ou massageando o próprio ego; outros cedem a vícios como bebidas,

cigarros, drogas, festas, sexo com várias pessoas de uma vez, ou não, ou então tentam suprir seus “defeitos” indo atrás de práticas, a princípio, dolorosas como treinar para algum esporte, pois a dor no corpo faz com que a pessoa esqueça as outras dores e que as vozes em sua cabeça sumam por um tempo; alguns até optam por buscar pessoas mais vulneráveis e tentam os diminuir afim de crescer em cima disso, onde os meios para isso, são horrendos, como fazer grupos para falar mal de alguém, fazer fofocas, causar intrigas, planejar ou desejar com que algo de ruim aconteça com alguém, fazer difamação alheia, etc. No fim, praticando qualquer uma dessas atitudes, não será o suficiente para realmente preencher o vazio em cada um, apenas distraem a mente e fazem parecer que o problema foi resolvido ou não tem tanta importância, mas que com o passar do tempo só vai piorando pois não resolve o real problema, apenas adiam o sofrimento. Tá certo que há sim maneiras de curar e preencher esse vazio definitivamente, mas não são coisas que envolvem as práticas anteriores que, apenas sujam o espírito ou fardam a pessoa ao erro de confiar apenas no seu ego, eu, como cristão, vejo que a melhor forma real de tratar um trauma, sarar as dores e preencher o vazio é se aproximando do

Criador, sendo mais devoto, servente a ele, pois dele vem o sopro da vida, a iluminação, a limpeza de espírito, o perdão a alma, e muitas outras coisas que somente Ele pode nos proporcionar por completo. Não pretendo estender o texto com esse assunto mas quem sabe um dia escrevo mais sobre isso e como foi para mim.

O que isso gera?

Aqueles primeiros exemplos, anteriores, de práticas que supostamente preenchem o vazio, me fazem refletir muito e relembrar de minhas experiências, pois acabei por perder muitas amizades apenas por fatores assim, boçais, mas reconheço que faltou-me sabedoria na escolha, dos mesmos, como meus amigos: um deles o que antes era visto como um incômodo tornou-se um companheiro de dores e conhecimentos comuns, porém que sempre se mostrou disposto a abraçar o sofrimento de modo a ser extremamente para baixo, tendo uma energia fraca, uma pessoa negativa que além de

gostar do fracasso, tentava trazer o fracasso aos outros, mesmo que precisasse falar mal pelas costas a dezenas de pessoas de diversas maneiras, visto que uma vez a pessoa fracasse, ele enfim poderia se sentir superior ou confortável por haver uma outra pessoa que fracassa e erra tanto quanto ele, e que se encontrasse alguém tão pessimista como ele, estaria finalmente seguro em continuar sendo quem é sem buscar se superar, buscar melhorar, mas é algo que no fim, mesmo que trouxesse algum prazer ou segurança, jamais fez com que torna-se alguém produtivo, melhor ou superior como queria, contudo acredito que hoje em dia já não esteja mais tão pessimista como antes embora ainda mantenha seus traços negativos e conceitos desconstruídos sobre família, relacionamentos, amizades e comportamentos; outro deixou-se levar pelas opiniões alheias, onde sempre odiou fatores como o sucesso de pessoas próximas pois de alguma forma na cabeça dele o tornava sombra dos outros, estando consumido pelo desejo de superar todos para ser reconhecido por quem era ao invés de quem era a sombra, recorrendo a busca incessante pela popularidade, falando de tudo e com todos afim de criar amizades, mesmo que rasas e

de qualquer forma, apenas para aumentar seu número de amigos e o tamanho de sua moral, para ser enfim reconhecido pelos outros e, principalmente, pelas pessoas mais próximas a ele, como a pessoa que se achava sombra e a sua própria mãe, abrindo mão de amizades que não o ajudassem a alcançar seu objetivo vindo de seus traumas. Espero que enfim, depois de tudo, ele tenha conseguido melhorar e parar de tentar provar que é bom para os outros, mas que se enxergue e entenda de seu valor, mesmo com a sua moral debilitada; já outra, bom, era um pouco de tudo, mas que diferentemente dos anteriores, não tinha convicção nem em seus pensamentos, faltando com coragem e tendo vontades fracas, deixando ser levada pelo ambiente que está e também pelas pessoas que estão próximas a ela, onde também acabou por acreditar em palavras alheias não só sobre mim mas também sobre o relacionamento entre nós, falando até coisas íntimas nossas sem o meu consentimento e que acabou inevitavelmente refletindo em nosso relacionamento até o ponto em que a corda estourou de vez. Acredito que isso sempre será um dos seus principais dilemas, visto que nunca teve o apoio das demais pessoas e que não conseguia ao menos ter uma conduta correta,

juntando-se aos seus conceitos, gostos, visões e pensamentos deturpados, entretanto desejo que ela aprenda a ter uma boa postura e a ser ela mesma, construindo alguma identidade própria, tal qual não seja moldada por aquilo que é mais conveniente e fácil para a mesma. Todas essas pessoas tiveram em sua vida ótimos momentos, porém que pela busca de validação, pela falta de convicção e pela insatisfação pessoal, se deixaram levar, o que mais me entristece é que no fim, tudo isso os levará a perdição e vazio em suas vidas, e mesmo desejando sempre o bem deles, seus hábitos os corromperam em pessoas cada vez mais fracas e vazias, espero ao menos que um dia sejam felizes de verdade. Sobre mim, bom, acredito que desde cedo já obtive tudo o que eles nunca tiveram, e que futuramente veio a se tornar o principal problema entre nós, só que ao mesmo tempo em que sou humilde em entender que não sou perfeito e nem o melhor no que faço, me foi construído o conceito de que eu tenho que ser, porém nunca abri mão de quem eu sou por isso, apenas quero ser o melhor por desejar ter melhores momentos, pois tenho um sonho e para o alcançar preciso ser melhor a cada dia, só que o lado negativo disso é que sou muito competitivo, principalmente ao haver comparações, já sucumbi

ao ego e hoje tenho dificuldades em aceitar minhas falhas, preciso sempre me mostrar ser melhor para mim, mesmo sem precisar ser reconhecido por alguém, mas houveram pessoas que olharam minhas atitudes de maneira errada sem ou considerar o meu passado ou sem saber do meu passado, e daí vem a má fama de exibido, egocêntrico e metido, e isso me traumatizou o suficiente para eu não conseguir falar mais tanto de mim quanto antes, se era essa a intenção deles, conseguiram, pois toda essa maldade veio de pessoas que eu realmente gostava de coração, mas que só estavam ao meu lado por motivos que eu nem sei dizer.

Como você se comporta diante isso?

Bom, eu não sinto ódio daqueles que me fizeram algum mal e nem desejo me vingar, na verdade, eu os amo o suficiente para, ainda, depois de tudo isso, desejar que eles sejam felizes e fiquem bem futuramente, afinal, o ódio e vingança ou a angústia e a inveja apenas me tornaria tão mal quanto eles no passado, me trazendo mais desgraça e vazio do que eles já possuem, simplesmente, quero o melhor

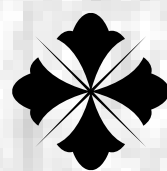
deles, mas que se mantenham distantes de mim pois a fase em que estávamos juntos passou e eu sou muito grato por todos, senão eu jamais eu teria amadurecido e crescido tanto, enfim melhorei.

Considerações

Eu aprendi ao longo do tempo que por mais que seja, a primeira vista, maravilhoso e satisfatório, alcançar seu objetivo principal, aquele motivador para esconder seu sofrimento, no fim, quando alcançado, perceberá que de nada fez valer todo o percurso, pois até aí, abriu mão de quem era e de quem um dia esteve ao seu lado, apenas por um mero desejo seu. No fim de tudo, vê-se que nenhum desejo mundano é capaz de trazer a felicidade real ao indivíduo pois de nada vale, ao concluir o percurso e ter o que tanto queria, nada sentirá senão o mesmo vazio e dor de antes, e até mais forte, pois não havia sentido real naquilo tudo, deixando-o ainda mais só e angustiado, sendo até cômico de se ver.

Correr atrás de coisas sem valor e sucumbir a vontades sem sentido é como ser a casca de uma ostra, que protege seu interior do mundo, mas que ao se vender por coisas do mundo, então, dentro de si, perdeu a sua capacidade de gerir pérolas, de verdadeiro valor, dentro de si.

"Todos os quais buscam suprir suas vontades por meios a abandonar seu ser, tornam-se como mortos vivos, pois esses perderam suas vidas por razões rasas e desprovidas de graça"



Este é o fim do livro,
espero que tenha gostado
e muito obrigado por ler
tudo e ter chegado até
aqui. Até a próxima! :)