CRÔNICA

Há Quanto Tempo?

Renato Gonçalves da Silva

Há uma pergunta que o tempo faz em silêncio, toda vez que o relógio avança sem que ninguém o ouça: há quanto tempo você não para?

Não parar de trabalhar apenas. Não parar de cumprir agenda, de responder mensagens, de honrar compromissos. Parar de verdade. Aquela parada que não consta em nenhuma lista, que nenhuma notificação anuncia, que o mundo moderno sequer reconhece como produtiva, e que, exatamente por isso, talvez seja a coisa mais urgente que existe.

Vivemos numa corrida cujo destino ninguém soube explicar direito. Corremos porque é o que se faz. Corremos porque parar parece fraqueza, ou preguiça, ou desperdício. E enquanto corremos, vamos deixando para depois a conversa mais importante de todas, aquela que teríamos conosco mesmos, num momento de honestidade sem testemunhas, onde a única pergunta que importa é esta, simples e devastadora: quem sou eu, afinal, e para onde estou indo?

Sócrates, há mais de dois mil anos, já nos advertia que "uma vida não examinada não merece ser vivida." Não era crueldade essa frase. Era compaixão. Era o grito de um homem que entendia que o maior desperdício humano não é o tempo perdido, mas o tempo vivido sem consciência, sem presença, sem a coragem de olhar para dentro e perguntar, com honestidade, o que encontramos lá.

Há quanto tempo você não senta diante de si mesmo e faz esse balanço sem medo? Não o balanço de planilha, que conta conquistas e contabiliza fracassos como se a vida fosse uma empresa a ser auditada. Mas aquele outro, o balanço da alma, onde você olha para o que construiu e para o que deixou de construir, para onde acertou com coragem e onde errou com covardia, para os sonhos que ainda respiram dentro de você e para aqueles que você foi enterrando sem cerimônia, convencido de que o tempo estava curto demais para sonhar.

O tempo sempre esteve curto. Essa é a condição humana, e ninguém escapa dela. Mas há uma diferença enorme e cruel entre ter o tempo curto e desperdiçá-lo na ilusão de que estar ocupado é o mesmo que estar vivo. Não é. Nunca foi.

Lembro, e talvez você também lembre, lá no fundo, naquele lugar que a pressa ainda não conseguiu apagar, de quando uma tarde inteira cabia numa conversa com um amigo. Não havia pauta. Não havia objetivo, não havia produtividade a ser justificada. Havia apenas dois seres humanos jogando conversa fora, falando sobre a vida como ela é, como ela poderia ser, como ela às vezes surpreende com sua beleza e às vezes parte o coração sem avisar. Falávamos de nós.

Ríamos de nós. E saíamos daquele encontro mais leves, como se aquelas horas tivessem devolvido algo que a semana havia roubado silenciosamente.

Há quanto tempo você não tem esse encontro? Não aquele compromisso marcado com quinze dias de antecedência, confirmado por mensagem na véspera e encerrado em duas horas porque todos têm outro lugar para estar. Mas o encontro verdadeiro, o que acontece quando dois seres humanos se permitem ser inteiros diante um do outro, sem pressa, sem relógio, sem a angústia surda de que há algo mais importante esperando do lado de fora.

E os filhos? Há quanto tempo você não senta com eles, não para resolver, não para ensinar, não para cobrar o dever de casa ou a hora de dormir, mas apenas para lembrar juntos? Para pegar aquelas fotos antigas, as que ficam guardadas em gavetas ou esquecidas no fundo do celular, e rir das roupas, rir dos cabelos, e de repente encontrar ali um rosto que partiu, um sorriso que o tempo levou, e sentir aquela dor boa e necessária de quem percebe que o amor não desaparece com a ausência. Ele transforma, ele permanece, ele habita os olhos de quem ficou. Há pessoas que partiram e que deixaram muito mais do que saudade. Deixaram jeitos de olhar para o mundo, palavras que ainda ecoam, gestos que a memória guardou com tanto cuidado que parecem estar acontecendo agora, neste exato momento, se você fechar os olhos e se permitir sentir.

Há quanto tempo você não se permite sentir?

Existe uma solidão muito específica, e muito cruel, de quem vive rodeado de gente mas esqueceu de cultivar a intimidade. É a solidão de quem responde mensagens o dia inteiro mas não teve uma conversa que tocasse de verdade. De quem está presente em tudo e em todos, menos em si mesmo. De quem sabe o que o mundo inteiro está fazendo, o que está pensando, o que está sofrendo, mas perdeu o fio delicado do que ele próprio está sentindo. Essa solidão não faz barulho. Ela se instala devagar, em silêncio, e um dia você percebe que está cansado de um cansaço que o sono não resolve, vazio de um vazio que nenhuma agenda consegue preencher.

Martin Heidegger chamava de Dasein, o ser-no-mundo, essa existência que somos nós, lançados no tempo, convocados a existir com autenticidade. Para ele, a maior ameaça ao ser humano não era a morte, mas a inautenticidade: viver como todos vivem, fazer o que todos fazem, sentir o que se espera que se sinta, sem jamais perguntar se aquilo é realmente seu. Essa vida que se vive no piloto automático, essa correria que nunca para, esse barulho que não deixa espaço para o silêncio, tudo isso, dizia Heidegger, é o ser humano fugindo de si mesmo.

Há quanto tempo você não se permite ser você, o você de antes das responsabilidades, o você que vestia a roupa mais velha sem culpa e chamava aquilo de conforto, não de desleixo? O você que ficava deitado uma tarde inteira sem fazer nada e chamava aquilo de descanso, não de improdutividade? O você que assistia um filme com os olhos inteiros, sem dividir a atenção com

nenhuma tela, que ria alto sem se lembrar de que havia alguém para impressionar, que chorava sem se envergonhar, que existia sem precisar justificar a própria existência?

Desconectar não é fuga. É sobrevivência. O ser humano não foi feito para funcionar em modo contínuo, sem pausas, sem silêncio, sem os momentos sagrados em que a vida se reorganiza por dentro antes de poder continuar por fora. Quando nos negamos esse espaço, não ganhamos tempo. Perdemos a nós mesmos, aos poucos, em doses tão pequenas e tão silenciosas que só percebemos a perda quando olhamos para trás e não reconhecemos mais a pessoa que está olhando de volta.

A vida não é apenas o que fazemos. É, sobretudo, o que sentimos enquanto fazemos. E para sentir, é preciso estar presente. Não presente no calendário, não presente na reunião, não presente na lista de tarefas. Presente em si mesmo. Presente naquele momento único, irrepetível, que nunca mais voltará da maneira que está sendo agora.

Então, há quanto tempo?

Talvez o simples fato de você ter sentido alguma coisa ao ler essa pergunta já seja, por si só, a resposta que você estava precisando encontrar.

Renato Gonçalves da Silva

Renato Gonçalves da Silva



© 2026 Renato Gonçalves da Silva. Direitos autorais registrados. Todos os direitos reservados. Reprodução proibida sem autorização expressa do autor.