O Espelho que o Ego Evita

Há pessoas que dizem desejar sinceridade, mas apenas enquanto ela vier vestida de elogio. Afirmam valorizar opiniões honestas, desde que essas opiniões confirmem aquilo que já pensam sobre si mesmas. Pedem franqueza, mas esperam aprovação. Solicitam conselhos, mas desejam aplausos. Quando alguém ousa mostrar uma falha, apontar uma incoerência ou questionar uma atitude, a suposta abertura desaparece e dá lugar à ofensa, ao ressentimento e à necessidade imediata de atacar quem teve a coragem de dizer aquilo que ninguém mais dizia.

Esse é um dos grandes sintomas de nosso tempo. O ego humano cresceu mais depressa do que a consciência. Tornou-se imenso, sensível e faminto por reconhecimento, enquanto a capacidade de autocrítica diminuiu assustadoramente. Criamos uma sociedade repleta de pessoas que se consideram especiais, incompreendidas e injustiçadas, mas raramente responsáveis. Todos querem ser aceitos como são, mas poucos admitem que talvez não estejam sendo aquilo que deveriam ser.

A crítica construtiva incomoda porque invade o território protegido das ilusões pessoais. Ela toca justamente onde mais dói. Revela o defeito que tentamos esconder, expõe a fragilidade que disfarçamos e desmonta a narrativa confortável que construímos para justificar nossos erros. Por isso, em vez de examinarmos a mensagem, julgamos o mensageiro. Em vez de refletirmos sobre o que foi dito, investigamos a vida de quem disse. Em vez de perguntarmos se há verdade naquela observação, procuramos no outro alguma falha que nos permita continuar ignorando a nossa.

É um mecanismo covarde, embora comum.

Quando alguém nos aponta um erro, nossa primeira reação costuma ser explicar, justificar ou revidar. Raramente silenciamos. Raramente escutamos até o fim. Raramente permitimos que a crítica atravesse a armadura de nossas certezas. Agimos como se reconhecer uma falha diminuísse nosso valor, quando, na realidade, o que nos diminui é a incapacidade de reconhecê-la. O erro não torna ninguém desprezível. A insistência consciente no erro, sim, revela pobreza moral.

O ser humano maduro não é aquele que nunca falha, porque esse ser simplesmente não existe. Maduro é aquele que suporta enxergar a própria falha sem transformar o espelho em inimigo. É aquele que consegue ouvir algo desagradável sem imediatamente declarar guerra. É aquele que compreende que o desconforto provocado por uma crítica pode ser o início de uma transformação que o elogio jamais produziria.

Elogios são agradáveis; críticas podem ser úteis. O elogio muitas vezes acaricia aquilo que já está estabelecido. A crítica, quando honesta e fundamentada, questiona aquilo que precisa mudar. O elogio pode fortalecer a confiança, mas também alimentar a vaidade. A crítica pode ferir o orgulho, mas também salvar alguém de continuar caminhando na direção errada.

Nem toda crítica é justa, evidentemente. Há críticas cruéis, invejosas, manipuladoras e destrutivas. Há pessoas que não desejam corrigir, mas humilhar. Há quem utilize a sinceridade como desculpa para a brutalidade. Reconhecer que existem críticas maldosas, contudo, não nos autoriza a classificar como maldade tudo aquilo que nos contraria. Essa é outra fraude do ego: quando não gostamos do que ouvimos, chamamos a verdade de agressão e o confronto necessário de falta de empatia.

Empatia não significa concordar com tudo. Respeito não exige silêncio diante do erro. Amor verdadeiro não é cumplicidade com a mediocridade. Quem se importa genuinamente conosco nem sempre dirá aquilo que desejamos ouvir. Às vezes dirá exatamente aquilo que mais evitamos, porque sabe que continuar nos agradando seria participar de nossa estagnação.

É preciso coragem para criticar com honestidade, mas coragem ainda maior para receber a crítica sem se esconder atrás do orgulho. Isso exige humildade e caráter. Exige a disposição de perguntar a si mesmo, com absoluta sinceridade, se aquela observação possui algum fundamento. Exige separar a dor de ser confrontado da verdade contida no confronto.

Muitas pessoas não crescem porque afastam todos aqueles que lhes mostram o que precisa ser corrigido. Cercam-se de admiradores, bajuladores e concordantes. Eliminam do convívio quem questiona, quem discorda e quem alerta. Aos poucos, constroem uma redoma de aprovação artificial onde tudo o que fazem parece correto, e tornam-se prisioneiras de uma versão inventada de si mesmas.

O problema é que a realidade não se curva aos delírios do ego. Mais cedo ou mais tarde, as consequências chegam. Relacionamentos se rompem, oportunidades desaparecem, amizades se afastam, projetos fracassam, e a pessoa continua atribuindo tudo à inveja, à perseguição, à ingratidão ou à incompreensão alheia. Nunca lhe ocorre considerar que talvez o denominador comum de tantos conflitos seja ela própria.

Esse pensamento é insuportável para quem passou a vida acreditando ser sempre a vítima, nunca a causa. É mais fácil acusar o mundo do que rever comportamentos. É mais confortável afirmar que ninguém nos entende do que admitir que talvez sejamos difíceis de suportar. É menos doloroso chamar os outros de ingratos do que reconhecer nossa arrogância, nossa necessidade de controle ou nossa incapacidade de ouvir.

Olhar para si com honestidade é um exercício brutal. Não porque sejamos inteiramente maus, mas porque somos profundamente habilidosos em justificar nossas sombras. Damos nomes nobres aos nossos defeitos. Chamamos autoritarismo de personalidade forte. Chamamos arrogância de sinceridade. Chamamos egoísmo de amor próprio. Chamamos covardia de prudência. Chamamos indiferença de paz. Chamamos vingança de justiça. Chamamos controle de cuidado.

Talvez a crítica que mais nos revolta seja justamente aquela que retira o nome bonito que demos ao nosso pior comportamento.

Poucos desejam realmente evoluir, porque evolução exige renúncia. É necessário abandonar certezas, admitir limitações, pedir perdão, rever posturas e interromper padrões que, embora destrutivos, nos são familiares. Crescer significa aceitar que nem toda dor é injustiça. Algumas dores são correções. Algumas perdas são consequências. Alguns afastamentos são respostas ao modo como tratamos as pessoas.

Há quem confunda autoestima com infalibilidade. A autoestima verdadeira, porém, não depende da fantasia de perfeição. Quem possui segurança interior não precisa vencer todas as discussões, justificar todos os erros ou provar a todo instante que está certo. Consegue dizer que errou sem se sentir destruído. Consegue pedir desculpas sem considerar isso uma humilhação. Consegue aprender com alguém que pensa diferente.

Somente os frágeis precisam parecer invulneráveis.

A crítica construtiva não pretende quebrar a pessoa, mas quebrar a ilusão que a impede de crescer. Ela não reduz, revela. Não condena, desperta. Seu desconforto nasce do encontro entre aquilo que acreditamos ser e aquilo que talvez realmente sejamos. É nesse espaço incômodo que mora a possibilidade de mudança.

Talvez seja hora de parar de perguntar por que os outros nos criticam e começar a perguntar por que determinadas críticas nos atingem com tanta força. Talvez a intensidade da revolta esconda o medo de que exista alguma verdade ali. Talvez o ataque contra quem fala seja apenas uma tentativa desesperada de impedir que a consciência escute.

Quem deseja permanecer igual deve continuar buscando apenas elogios. Deve afastar os sinceros, silenciar os críticos e colecionar aplausos. Quem deseja crescer, no entanto, precisa aprender a permanecer diante do espelho mesmo quando a imagem não agrada.

A verdade não tem obrigação de proteger nossa vaidade. Não pede licença para tocar nossas feridas. Não suaviza seus contornos para preservar a fantasia que construímos sobre nós mesmos.

Podemos fugir das críticas, desacreditar quem as faz e continuar repetindo que o problema está sempre fora de nós. Podemos romper amizades, destruir relações, afastar pessoas sinceras e permanecer cercados por aqueles que apenas confirmam nossas ilusões. Podemos transformar toda advertência em ataque e toda discordância em deslealdade. Em algum momento, contudo, quando o barulho das justificativas cessar, restará apenas o silêncio diante do espelho.

E nesse silêncio talvez sejamos obrigados a admitir que algumas pessoas não nos feriram: apenas tocaram em feridas que já existiam. Talvez não tenham destruído nossa paz, mas interrompido uma acomodação que chamávamos de paz. Talvez não tenham diminuído nosso valor, mas retirado a máscara que escondia aquilo que precisávamos corrigir.

Essa compreensão dói porque exige a morte de uma versão idealizada de nós mesmos. Dói reconhecer que fomos injustos quando nos julgávamos

corretos, arrogantes quando nos acreditávamos firmes, egoístas quando dizíamos apenas nos proteger. Dói perceber que magoamos pessoas, perdemos oportunidades e desperdiçamos afetos por não termos tido a humildade de escutar a tempo.

Mas há dores que não chegam para destruir. Chegam para despertar.

A dor da consciência é severa, mas também pode ser purificadora. Quando acolhida com honestidade, deixa de ser castigo e se transforma em direção. O arrependimento verdadeiro não consiste em sofrer indefinidamente pelo que fizemos, mas em permitir que a compreensão do erro produza uma mudança concreta. Reconhecer, reparar, pedir perdão e agir de outro modo são os únicos caminhos capazes de conferir dignidade às nossas quedas.

Não há vergonha em descobrir que precisamos mudar. Vergonhoso é enxergar o dano e escolher permanecer igual. Não há fraqueza em admitir que alguém estava certo ao nos corrigir. Fraqueza é continuar defendendo uma atitude que a própria consciência já condenou. A grandeza humana não está em jamais cair, mas em recusar-se a fazer do chão uma morada apenas para evitar o constrangimento de levantar-se.

Portanto, antes de rejeitar a próxima crítica, permaneça alguns instantes diante dela. Não responda de imediato. Não prepare sua defesa. Não procure defeitos em quem falou. Escute. Recolha-se. Pergunte a si mesmo, com a honestidade que talvez tenha faltado durante toda a vida, o que existe de verdadeiro naquilo que tanto o incomodou.

Talvez você descubra que o incômodo não veio para humilhá-lo, mas para libertá-lo de si mesmo.

Olhe para o espelho sem complacência, mas também sem desespero. Reconheça suas sombras, assuma suas responsabilidades e corrija aquilo que ainda pode ser corrigido. Peça perdão a quem feriu. Repare o que destruiu. Abandone os comportamentos que já não podem ser justificados. Não espere perder tudo para compreender aquilo que uma crítica honesta tentou lhe ensinar.

A verdade pode doer quando chega, mas dói muito mais quando chega tarde demais.

E, ao final, talvez a pergunta mais necessária não seja quantas vezes você foi criticado injustamente, mas quantas vezes chamou de ofensa aquilo que era uma oportunidade de crescer.

Se essa pergunta lhe causar desconforto, não fuja.

É possível que, pela primeira vez, o espelho esteja cumprindo sua verdadeira função.

Renato Gonçalves da Silva

Direitos Autorais Registrados