

José María Rodríguez Olaizola, sj

Dançar com a Solidão



EDITORIAL AO

Original title:

Bailar con la soledad

by José María Rodríguez Olaizola, SJ

© Editorial Sal Terrae 2018

Grupo de Comunicación Loyola, S.L.U.

Bilbao (Spain)

gcloyola.com

Tradução

Maria do Rosário de Castro Pernas

a partir da 20.^a edição do original

© desta edição: Editorial Sal Terrae 2023

Foto da capa

Dynamic Wang (Unsplash)

Capa

Romão Figueiredo

Paginação

Editorial AO

Impressão e Acabamentos

Sersilito – Empresa Gráfica

Depósito Legal

566824/26

ISBN

978-972-39-1049-0

Julho de 2026

Com todas as licenças necessárias

©

SECRETARIADO NACIONAL DO APOSTOLADO DA ORAÇÃO

Rua S. Barnabé, 32 – 4710-309 BRAGA / Tel.: 253 689 443

www.redemundialdeoracaodopapa.pt/livraria | livros@rmop.pt

*Com gratidão,
a quem, ao longo do caminho,
me ensinou a dançar
com a solidão e com a multidão,
com a tempestade
e com a calma.*
*A todos aqueles que alguma vez
souberam
acariciar
as cicatrizes
e partilhar os risos.
Que a música não pare.*

Introdução

Uma das experiências mais universais e mais humanas que podemos ter é a solidão. É uma peculiar companheira de caminho. Um sentimento complexo, que, por vezes, traz consigo paz, mas que, noutras ocasiões, nos esmaga, sem sabermos bem que fazer com aquilo que provoca dentro de nós. Todos nós nos sentimos sós em determinados momentos. Isso não significa, necessariamente, que nos sintamos mal. Em certas ocasiões, a solidão é procurada, almejada, até. Nesses casos, a ausência de vínculos mais imediatos, a distância em relação aos outros ou o silêncio, longe de serem algo opressivo ou ameaçador, convertem-se em cenário aprazível, através do qual transcorre a nossa vida. Contudo, há momentos em que, longe de ser vivida com essa tranquila aceitação, a solidão morde, porque nem a desejamos, nem sabemos que fazer com ela.

Quem não experimentou, alguma vez, esse flagelo da solidão? A solidão que não queremos, mas que irrompe de repente, inesperada e indesejada. Aquela que nos revolve por dentro, deixando-nos furiosos ou abatidos, procurando, imaginando, ansiando por uma palavra amiga, por um abraço protetor, por um ombro ao qual encostar cansaços ou penas. Aquela que encerra inseguranças sobre o próprio valor, culpas por decisões que não te atreves a partilhar com ninguém, medos que te assaltam, embora te pareçam ridículos e que, por isso mesmo, não és capaz de revelar a outros. Aquela solidão que sonha com um café

partilhado, com umas gargalhadas curativas, com uma carícia ou uma conversa afável com quem sabemos que nos quer bem. Aquela que te exaspera, quando passas horas a olhar, uma e outra vez, as caixas de entrada ou os teus perfis nas redes sociais, para ver se há alguma mensagem, algum sinal, alguma chamada ou alguma resposta que tarda em chegar. Aquela que surge num cenário cheio de gente, quando não tens um instante sequer para ti, ou num espaço vazio, em que o silêncio e o deserto te ameaçam, com a sua enormidade. Aquela que nos faz sentir uma sensação de orfandade e de vergonha quando se apodera do nosso horizonte. Orfandade, porque o nosso coração lamenta a ausência de alguém que nos poderia acompanhar. Vergonha, porque parece que a solidão certifica o nosso fracasso, a nossa incapacidade para o encontro. «Algum mal terei, para que ninguém se aproxime de mim», acaba por ser a cruel e injusta conclusão com que, por vezes, nos flagelamos. Então, recorres a astúcias, tentas livrar-te dos teus defeitos, zangas-te com o mundo, contigo mesmo, com Deus. Então, tentas disfarçar a solidão de indiferença. Encolhes os ombros, revestes-te de dureza, disfarças a frustração atrás de uma máscara de humor, de frieza ou de ocupação, ou vais-te refugiando em pequenos sucedâneos, que te ajudem a preencher as horas e os buracos vazios. Mas a solidão continua a circular à tua volta, a morder-te e, de vez em quando, a abalar de novo os teus fundamentos.

Essa solidão, difícil companheira nalgumas etapas do caminho, é inevitável em vários momentos e situações vitais. Mas podemos aprender a dançar com ela. Não é o fim do mundo nem um sinal de fracasso. É apenas outra música que faz parte da banda sonora da história e da vida. E, mesmo que não acredites, faz parte de todas as histórias e de todas as vidas, embora em cada uma se apresente de maneira diferente.

Há, no ser humano, uma ânsia profunda de encontro, de proximidade, de intimidade e de pertença. Ser pessoa é ser em relação. Tais relações definem-nos e sustentam-nos. Ninguém se entende a si próprio sem traçar à sua volta um mapa de nomes e de afetos. Somos pessoas porque somos amigos, mães, mestres, amantes, filhos, chefes, discípulos, médicos, pacientes, companheiros de uma comunidade, colegas, inimigos, casais... Nem todas as relações têm o mesmo valor, nem todas têm o mesmo significado. Nem todas preenchem o vazio da solidão de forma idêntica. Quanto mais acessória ou menos significativa for uma relação, menos influência terá sobre esta vivência tão íntima e profunda. Há relações que, pura e simplesmente, não satisfazem a nossa necessidade de encontro e de pertença. Há outras que satisfazem. Talvez sejam um círculo mais restrito na própria vida, mas, uns mais, outros menos, todos nós temos alguns nomes gravados a fogo na nossa história.

Solidão e encontro não são inimigos. São, antes, duas dimensões das nossas vidas, de todas as vidas. Só temos de aprender a conhecê-los. Sobretudo, a conhecer a solidão. Para que, longe de ser um fardo ou uma ameaça, se converta em oportunidade e escola. Porque nela nos podemos encontrar, a nós e aos outros. Porque, longe de nos minar o ânimo e de nos esgotar as forças, a solidão pode ser uma aliada nesta batalha fascinante e complexa que é a vida. Só precisamos de aprender a escutar uma música diferente, que nos permita dançar com ela. Uma música feita de aceitação e desejos, de lucidez e consciência, de memória e esperança, de fé e tormentas. Tudo isso está neste livro. A solidão e o encontro. O silêncio e a música.

Gosto da imagem da dança. É uma boa metáfora de muitas outras formas de nos relacionarmos. Por isso a escolhi para

guiar este percurso. Penso muitas vezes no mundo como um lugar habitado pela música. Por músicas diferentes. Por sons que, quando aprendemos a escutá-los, nos ajudam a mover-nos de uma maneira única e distinta. Música que nos convida a transformar os nossos movimentos em dança. Às vezes, calma, outras vezes, agitada. Às vezes solitária, outras vezes, em grupo.

Nos Óscares de 2008, o prémio para a melhor banda sonora foi recebido por Dario Marianelli, pela sua brilhante composição para o filme *Expição*. Provavelmente, a sua maior genialidade, que levou o compositor italiano a ganhar os principais galardões daquela temporada, terá sido converter em música o som de uma máquina de escrever e combinar, na *ouverture*, o som do teclado dessa máquina com as notas de um piano. A protagonista, uma menina chamada Briony, escreve a sua primeira obra de teatro. O ruído vertiginoso das teclas contra o papel converte-se em música intensa, quase ansiosa, e essa melodia é o reflexo do misto de emoções da criança: a sua agitação, a sua pressa, o seu perfeccionismo, a sua necessidade de atenção. Será essa a sua música. Gerada nos ruídos mais quotidianos¹. Todos nós temos como que uma banda sonora própria, em que se encaixam os nossos ruídos, palavras, silêncios, ritmo, sentimentos e encontros.

Faço referência à música e à dança em várias ocasiões. Proporei cenas capazes de ilustrar cada exposição, inclusive acompanhando algumas explicações, como acabei de fazer no parágrafo anterior. São fragmentos de filmes e de curtas metragens que irei citando, para exemplificar aquilo que vou contando. Nem sempre se podem encontrar na *internet*, mas, em

¹ T. BEVAN (Produtor) e J. WRIGHT (Diretor), *Expição*, Reino Unido: Studio Canal (2007), <http://bit.ly/2vSLxyU>

muitos casos, estão disponíveis aí. Por isso, na medida do possível, apresento, nas notas, *links* relativos a essas cenas. Não são imprescindíveis para seguir o desenrolar da reflexão. Contudo, podem oferecer outra maneira de ler, uma forma em que a imagem enriquece a palavra. Se virem que vos podem ajudar, não hesitem em ir alternando aquilo que conto com esses vídeos.

Não pretendo expor, nestas páginas, tudo aquilo que se pode dizer sobre a solidão. Primeiro, porque estou consciente de que é algo que me supera. Estou certo de que nem uma biblioteca inteira chegaria para isso. Também não quero generalizar, convertendo em norma aquilo que, em muitos casos, constitui vivências particulares. A única coisa que pretendo é partilhar uma reflexão e contribuir para que tu, que lês estas páginas, lhe dês continuidade, a enriqueças, a explicites ou a completes com a tua própria memória, com as tuas experiências e com o teu percurso. Quer sejas jovem, quer sejas mais velho, de certeza que te vais identificar, nalgum momento, com estas vivências. Oxalá elas ajudem a pôr música – que é sentido e horizonte – na solidão... e na vida.

PRIMEIRA PARTE

A solidão, essa amante inoportuna

Numa das suas canções mais famosas, Joaquín Sabina expressa, com universal sentimento: «E algumas vezes costumo recostar / a minha cabeça no ombro da lua / e falo-lhe daquela amante inoportuna / que se chama solidão». É uma expressão bonita, que conjuga o afeto com a distância, o amor com a dor, a carícia do amor furtivo, desejado e passionai, com a repugnância pelo indesejado. Algo parecido nos acontece com a solidão. Ela ronda-nos e, por vezes, é nossa aliada; outras vezes, nossa adversária. Inspira-nos, mas também nos paralisa. Por vezes, procuramo-la, sentindo a sua necessidade; noutras ocasiões, porém, detestamo-la, e ela desperta em nós um grito tanto mais angustiante porquanto nos parece não haver ninguém que o escute.

Nos próximos capítulos tentarei começar a descrever a solidão. Como quem vai desbravando um terreno, preparando-o para a sementeira. Tentarei mostrar como em todas as vidas pode haver solidão. Mas também como esta é diferente para cada um de nós.

Arquipélago humano

Um livro muito popular do conhecido monge católico Thomas Merton tem um dos títulos mais sedutores que se possa imaginar: *Ninguém é uma ilha*¹. Quatro palavras que se convertem em promessa. Que esperamos encontrar depois deste título? Certamente, um olhar capaz de decifrar os vínculos que nos unem às pessoas no meio das quais vivemos e, a partir da fé, a Deus.

Não queremos ser ilhas. A palavra *isolado* traz quase sempre consigo ressonâncias negativas. Isolam-se os indesejáveis, os impuros, os que padecem de alguma doença contagiosa. Isolam-se os débeis, num mundo de alianças e de prestígio. Isolam-se os párias, os culpados, os que merecem um castigo.

Em quantos filmes sobre prisões temos visto que o pior dos castigos é a «cela solitária»? Nela, a distância em relação ao resto

¹ Este título provém de um texto de John Donne, que Hemingway também aproveitaria para dar o título a uma das suas obras mais conhecidas: «Ninguém é uma ilha por completo em si mesmo; cada homem é um pedaço de um continente, uma parte da Terra. Se o mar leva consigo uma porção de terra, toda a Europa fica diminuída, como se fosse um promontório, a casa de um dos teus amigos ou a tua própria casa; por isso, a morte de qualquer homem me diminui, porque estou ligado à humanidade; por conseguinte, nunca perguntes por quem dobram os sinos, porque eles estão a dobrar por ti».

dos presos, a incomunicação, o silêncio e a solidão do prisioneiro tornam-se um inimigo pior do que a pancada ou as ameaças. O castigado tem de lidar com a ausência de palavras, com uma prisão ainda mais dura do que a cela, como é não ter ninguém com quem partilhar o sofrimento. Quem não recorda o heroísmo épico do coronel Nicholson (Alec Guinness), na primeira parte de *A ponte do rio Kwai*, resistindo ao isolamento a que o submetem os japoneses, em condições verdadeiramente adversas, e acabando por vencer, depois de conseguir não sucumbir ao desalento nem à loucura? Um outro filme, o argentino *O segredo dos seus olhos*, jogava, há alguns anos, com a ideia do isolamento como castigo, propondo como a mais refinada vingança a prisão na solidão e por toda a vida. Isolar o rival, o inimigo, o adversário, privá-lo de vínculos, de possibilidade de diálogo ou de interações de qualquer tipo converte-se numa estratégia que só poderá conduzir ao seu aniquilamento. «Por favor, peça-lhe que me fale, seja lá como for», suplica, numa cena arrepiante, um homem condenado por longos anos à solidão mais absoluta. Já não pede que o libertem. Pede apenas que alguém diga ao seu captor para lhe dirigir a palavra².

O isolacionismo parece-nos uma mentalidade excludente, que apenas suscita distâncias e barreiras e que, a longo prazo, conduz à incomunicação.

Por todas estas razões, que alguém como Merton nos diga que ninguém é uma ilha encerra, implícita, uma promessa. Por muito só que te possas sentir, deve haver algum espaço, algum âmbito, algum resquício por onde te possas agarrar aos outros, ou ao Outro.

² G. HERRERO (Produtor) e J. CAMPANELLA (Diretor), *O segredo dos seus olhos*, Argentina-Espanha: Haddock Films (2009), <http://bit.ly/2vSHcvt>

Não ser uma ilha significa ter acesso a outros, que são importantes. Significa que à tua volta, perto de ti, por algum dos teus extremos, há vínculos inquebráveis, alguma franja de terra – afeto, amor, paixão, envolvimento de algum tipo – que te une a alguém com quem podes viver, conversar, amar, confiar, comunicar e dançar.

No entanto, à afirmação de Merton dever-se-ia contrapor a afirmação contrária. Não para desautorizar o monge, que é profundo, brilhante e intuitivo no seu conhecimento do ser humano e da fé, mas complementando o que ele diz. Ao mesmo tempo que podemos afirmar que ninguém é uma ilha, seria justo referir que, de certo modo, todos nós somos ilhas. Há anos, eu costumava escrever, na revista *Vida Nueva*, uma coluna quinzenal. Os temas eram diversos. Podia escrever sobre sociedade, cultura, Igreja, alguma notícia do momento ou questões um pouco mais intemporais. De vez em quando, algum leitor enviava-me um comentário sobre o meu texto, por vezes para manifestar a sua concordância, outras vezes, para precisar ou discutir alguma afirmação. De qualquer modo, não era muito habitual receber esse tipo de mensagens. Até que, em determinada semana, escrevi o artigo seguinte, intitulado *Arquipélago humano*:

«Às vezes tenho a sensação de que todos nós temos qualquer coisa de ilhas. Vivemos em contacto com outras pessoas (muitas ou poucas, isso depende, pois cada história é única). Vemo-nos à distância (maior ou menor, mas à distância). E entre essas pessoas cuja vida se entretetece com a tua, vai havendo de tudo: pais, irmãos, filhos, companheiros de trabalho ou de comunidade, amigos, amores, chefes, subordinados, cônjuge,

peessoas a quem prestamos assistência, outras que no-la prestam a nós...

Ora, por mais que se cruzem os nossos caminhos, que nos reconheçamos e partilhemos partes do trajeto; por mais que procuremos e, em certas ocasiões, até, que encontremos intimidade, proximidade ou amor... também há em cada um de nós um ponto de solidão, de unicidade, de profundidade à qual mais ninguém chega. Há tantos pensamentos, ideias e emoções que nunca partilharemos... Há tanto segredo nos nossos desejos, ilusões, prantos ou medos. Há tanta vida oculta, quotidiana, anónima, nos nossos dias.

Essa é uma das tensões mais fecundas, embora também mais dolorosas da vida. Mover-se entre a solidão e o abraço, entre a distância e o encontro, entre a diferença e a unidade. E assim vivemos, estendendo pontes ou procurando barcos que nos ajudem a atracar, nem que seja temporariamente, em portos alheios; abrindo a nossa terra, para que a possam pisar pés diferentes. Entre a alegria de descobrir outros próximos na vida e a dor de não os possuir, de os deixar partir quando chega o momento de respeitar os seus tempos, os seus espaços, os seus silêncios.

Somos criados para o encontro e a comunhão. E por todas as pessoas sós; por todos os prantos velados; pelas feridas silenciadas; pelos medos ocultos; por tantos portos fechados; pelos abraços negados... não nos podemos render».

Para minha surpresa, a partir da publicação da referida coluna, durante as semanas seguintes, recebi mais mensagens do que tinha recebido em relação a todos os artigos anteriores juntos. Nesses *emails*, pessoas muito diferentes escreviam-me para contar que, ao ler a descrição daquele arquipélago humano,

se tinham visto refletidas nela. Parecia-lhes que estava a falar delas, explicando-me que, em muitas dessas ocasiões, também se sentiam como ilhas, ao enfrentar esse ponto de solidão, e que as tensões por mim descritas pareciam ser uma radiografia de algumas das suas próprias relações.

Dava-me vontade de responder que, provavelmente, no momento de escrever aquela coluna, me tinha descrito a mim mesmo, num daqueles períodos em que temos de combater os nossos próprios fantasmas. A realidade é que, certamente, nos tinha descrito a todos, tanto a eles como a mim próprio. Tinha descrito algo que faz parte de muitas vidas (quiçá, em certas ocasiões, de todas as vidas...): as tensões, tão humanas, entre proximidade e distância, entre encontro e separação, entre carícia e afastamento.

Índice

<i>Introdução</i>	9
-------------------------	---

PRIMEIRA PARTE

A solidão, essa amante inoportuna

1. Arquipélago humano	19
2. Tudo por uma carícia	25
3. Traços da solidão	29
3.1. <i>Uma companheira de viagem com muitos rostos</i>	29
3.2. <i>Existem receitas para a solidão?</i>	38
3.3. <i>Solidão no meio de uma multidão. Encontros no deserto</i>	39
3.4. <i>Uma solidão que é carícia, outra que morde</i>	41

SEGUNDA PARTE

Motivos para a solidão

4. Alguns motivos pessoais	49
4.1. <i>Viver sozinhos</i>	49
4.2. <i>Não há ninguém como eu. Quando as biografias se tornam líquidas</i>	51
4.3. <i>Lavo daí as minhas mãos. A tentação da inocência</i>	54
4.4. <i>Fachadas e bastidores. Por que razão corre tudo melhor aos outros do que a mim?</i>	57

4.5. <i>As comunicações incompletas. A solidão das relações sem alma</i>	62
5. Alguns motivos mediáticos.	
A sociedade da (in)comunicação	67
5.1. <i>Porque já não conversamos como antes?</i>	68
5.2. <i>A comunicação como batalha</i>	71
5.3. <i>Cinco mil amigos</i>	74
5.4. <i>À caça do «like»</i>	77
6. Alguns motivos existenciais.	
Três grandes feridas contemporâneas	81
6.1. <i>A ferida do amor. Desfolhando o malmequer</i>	81
6.2. <i>A ferida da morte. Não falemos disso</i>	87
6.3. <i>A ferida da fé. O mistério de um Deus silencioso</i>	91

TERCEIRA PARTE

Dançar com a solidão

7. «Jovem, decide-te, não se pode ser tudo na vida»	103
8. Dança de expectativas	107
9. Então e eu? Espelhos ou janelas	113
10. Operação fracasso	119
11. Tu és formoso	125
12. Os sapatos do outro. Juízos e preconceitos	133
13. Precisamos de começar a tomar-nos a sério a nós mesmos	139
14. Dançar com a morte	147

Índice

QUARTA PARTE **Encontros**

15. A tribo	157
16. A tua gente	163
17. Dançando sozinho	171
18. Vida interior. Há mais alguém aí?	179

Conclusão

Duas imagens para terminar: cicatrizes e fronteiras	187
---	-----

<i>Índice</i>	195
---------------------	-----