

O fenômeno editorial grego que conquistou o mundo

STEFANOS XENAKIS



O
MAIS SIMPLES

Presente

Aprendendo a observar o mundo com a alma
e a encontrar beleza em todos os lugares



NEM TODO MUNDO VAI GOSTAR DE VOCÊ

ENCARE OS FATOS. É VERDADE. Eu precisei de muito tempo até entender que não seria amado por todo mundo.

Primeiro de dezembro de 1998. Estou no palco, lançando minha nova empresa. Estou tão feliz que poderia explodir. Só que, bem no meio da melhor parte da apresentação, sou tomado por um sentimento estranho e, no instante seguinte, não consigo falar uma palavra. Foi como se o sistema de som tivesse sido desligado de repente: silêncio. Abro e fecho a boca, mas a única coisa que sai é o ar. Num instante, sem aviso prévio. Em condições normais, o sistema de som voltaria a funcionar após algumas horas. O meu ficou mudo por seis meses. Por seis longos meses, não fui capaz de articular uma única palavra. Apenas sussurros. Ninguém conseguia me ouvir, nem mesmo eu. Quase enlouqueci.

Disfonia psicogênica, disseram. Os exames mostraram que minhas cordas vocais estavam normais. O problema estava em outro lugar. Como de costume, era na cabeça.

No passado, eu era a definição do “cara bacana”. Ninguém tinha nada negativo a dizer a meu respeito. Até que, um dia, alguém disse.

Poucos meses antes de perder a voz, fui acusado de uma coisa bem grave – pelo menos segundo meus padrões. E eu não tinha como provar que era um engano. Por fim, depois de desabafar, achei que tinha me livrado do problema, mas alguma coisa ainda me corroía. Eu fiquei tão abalado que um amigo médico me disse

que, se eu fosse mais velho ou tivesse uma saúde frágil, poderia ter sofrido um AVC.

Desde a infância, nós buscamos a aprovação dos outros. Somos ensinados a ser bons: limpar o prato, obedecer aos pais e não criar problema. Em resumo, somos ensinados a fingir. Na vida adulta, fica difícil dizer “não” às pessoas, aos favores que elas nos pedem. Quando você estremece diante da ideia de dizer “não”, é seu eu interior, de 5 anos, quem está no controle das cordinhas da marionete. Aquela criança tem medo da rejeição e quer fazer todo mundo sorrir e se sentir feliz. E quanto mais a criança mexe nas cordinhas, mais emaranhadas elas ficam.

Mais importante do que agradar aos outros é estar bem consigo mesmo, sentir-se confortável com aquela vozinha em sua cabeça que sempre sabe o que é melhor. Você deve a si mesmo aqueles “nãos”. Cada “sim” – dito a si mesmo – deve ser a base sobre a qual as outras escolhas repousam com firmeza.

Nem todo mundo vai gostar de você.
Ao aceitar esse fato, sua vida vai
mudar. É preciso amar a si mesmo
mais do que a qualquer pessoa.
Só assim somos capazes
de amar os outros.



Pouco tempo atrás, ouvi a frase: “Vou me cuidar por você, desde que você se cuide por mim.” Antes, isso era considerado egoísmo.

HOJE EM DIA, CHAMAM DE AUTOESTIMA.

Para saber mais sobre os títulos e autores da Editora Sextante,
visite o nosso site e siga as nossas redes sociais.
Além de informações sobre os próximos lançamentos,
você terá acesso a conteúdos exclusivos
e poderá participar de promoções e sorteios.

sextante.com.br

