

CUIDAR, SINÓNIMO DE CARINHO



A vida é para nós o
que concebemos
dela

Fernando Perssoa

Quem ama cuida, e quem cuida dos outros – seguindo a lógica de uma qualquer filosofia cósmica ou espiritual – também cuida de si próprio. Em resumo, cuidar é o melhor remédio. Ou, pelo menos, esta deveria ser uma máxima na vida de qualquer pessoa. O ditado popular remete-nos para o conceito do sorrir, o que também constitui uma verdade; mas o sorriso é apenas uma das faces de algo maior, e que tem a ver, exclusivamente, com a forma de como nos acarinhamos ou aos nossos semelhantes.

Quis abrir este texto com o conceito do cuidar, procurando fazer uma ponte ao nome da psicoterapeuta Filipa Saldanha que é, no seu dia a dia, uma cuidadora no sentido mais alargado do termo. Socorri-me, inclusive das artes da Onomástica, o estudo dos nomes próprios, para talvez aí encontrar algum significado já que, às vezes, o nosso destino já foi nomeado à nascença. A origem do nome Filipa vem do grego Philippos, no qual uma de suas partes traz em si a semente da amizade.

amarás o teu
próximo como a ti
mesmo

Mateus 22:37-39

Ainda à procura de uma relação entre o significado do nome e o conceito de cuidar deixei-me ao sabor do algo mais poético, sublime, e, portanto, concluo que a psicoterapeuta Filipa Saldanha traz em si, um destino que é traçado cotidianamente, e o facto de ter escolhido a profissão de psicoterapeuta não é ao acaso, pois quem professa exerce um ato de fé, de pedagogia, de filosofia de vida.

Para Filipa Saldanha, no campo profissional, como psicoterapeuta, o seu objetivo maior é o de lidar com as várias dimensões do sofrimento humano, resgatando o lado saudável do cliente e desenvolvendo o seu potencial de crescimento. A finalidade é devolver às pessoas o equilíbrio de que necessitam, a estabilidade para transitar entre os dias, de cabeça erguida e serena.

Segundo ela, citando Fernando Pessoa, A vida é para nós o que concebemos dela, e dentro desta pedagogia, poética e clarividente, Filipa aconselha a qualquer pessoa que esteja à margem deste processo, a dar o primeiro passo - talvez aquele mais importante - em direção à cura, rumo a um projeto de futuro no qual a felicidade não seja uma mera miragem.

Abri este pequeno artigo dizendo que quem ama cuida. Para mim é um facto incontornável. Cuidar é sinónimo de carinho no dicionário diário de Filipa Saldanha. Uma cuidadora-mulher, uma cuidadora-mãe, uma cuidadora-esposa, uma cuidadora-psicoterapeuta, uma cuidadora-amiga.

Diz o ditado popular que nas costas do outro vejo as minhas, normalmente um conceito que é usado de forma negativa. Digo o seguinte, invertendo esta lógica perversa, que nas dores, nas maleitas, nos desequilíbrios dos outros, vejo os meus próprios ombros e, portanto, mais uma vez reforço que cuidar, acarinhar o outro é recebermos a mesma dádiva.

Não sendo propriamente um religioso, posso atestar as palavras do apóstolo Mateus, quando diz que amarás o teu próximo como a ti mesmo. O ensinamento sempre esteve à vista de todos.