

Manual de Felicidade para Homens comuns

Por: Rafael Cândido Alves

Apresentação

A ideia de produzir o presente trabalho vem de uma profunda reflexão a respeito da figura masculina. Tendo em vista que muitos homens são incapazes de compreenderem a si mesmos e demonstrar suas qualidades, sem parecerem um pouco estúpidos ou bobos demais.

O que será debatido está longe de ser algo novo e sagrado. É só uma simples reflexão para homens comuns se situarem em seu meio social de forma a aproveitar melhor as chances que a vida lhes oferece para ser feliz e que muitas vezes são ignoradas por todos nós.

Longe de ser um guru ou guia, apesar de ter apenas vinte e dois anos já sou capaz de compreender um pouco esse universo complexo chamado “HOMEM”. O primeiro passo da reflexão é aceitar que podemos viver e estimular a criação de um ambiente agradável e confortável.

Pais, avôs, filhos, chefes, subordinados, guias, aprendizes, etc. Todos nós, temos um papel relevante no mundo em que vivemos e devemos além de

reconhecer nossa incapacidade diante dos fatos que estão fora do nosso controle, reconhecer que com simples atitudes podemos mudar as nossas vidas e das pessoas que estão ao nosso redor.

Como sou um homem comum, pude escrever esse manual para que homens comuns possam ser felizes. Espero que essa reflexão não seja apenas um lixo sem utilidade. Talvez lendo no momento certo, ele possa trazer algo de bom para sua vida, o na pior das hipóteses pode ser um manual ao qual você pode criticar o autor fazendo boas piadas.

Espero que apreciem o trabalho.

Dedico essa obra a Gilvan, meu velho pai,

Mais que um pai. UM AMIGO!!!

Rafael Cândido Alves

Dezembro 2016

Introdução

Sabe-se que os homens têm dificuldades para demonstrar seus sentimentos. Por mais que alguns digam que seus sentimentos estão enterrados no fundo de um baú num lago escuro enterrado, provavelmente, há centenas de milhares de metros de profundidade, sabemos meu caro leitor, que não é verdadeira essa afirmação.

O homem vê seu pai como um modelo, digo no sentido bom ou no sentido ruim da palavra. Podemos ver as atitudes de nosso pai, e copiar o que foi bom e excluir o que de fato foi ruim para a nossa vida. Grande parte do que somos ou fazemos em algum lugar de nossas almas há uma figura masculina (digo dessa forma, pois alguns garotos não tem um pai) que de uma forma ou de outra nos mostra como podemos seguir adiante.

Grande parte do preconceito surge da afirmação, “Homem não chora” o que é de uma profunda idiotice. Todo homem já foi criança, toda criança já chorou ao menos uma vez na vida. Logo, o homem chora ou já chorou. Não há

vergonha em expor os seus sentimentos, mas a sociedade exclui os que tem essa coragem. As mulheres os chamam de fracos e os homens trazem seus diálogos relacionados a homossexualidade. De fato, não queremos os homens sejam apenas emotivos e que não possam ser duros no momento certo. A questão é que homens totalmente fechados para as emoções correm o risco de verem seus amigos, suas esposas e seus filhos irem embora para longe sem que ao menos se deem conta disso.

Os homens se preocupam com suas famílias, eles trazem o sustento, ajudam com a parte financeira, organizam eventos com os amigos, etc. Pergunto: Só isso já é o suficiente? Afinal o que mais poderiam querer nossas mulheres filhos e familiares? Depois de me esforçar tanto eles ainda querem mais de mim? Acertou quem disse que sim!

Todos os que estão ao nosso redor querem estar com pessoas agradáveis, digo no sentido amplo da palavra. Homens que só se preocupam com seus vícios, empregos, saídas, contas e esquecem a simplicidade das pessoas que o amam, estarão sempre sujeitos ao fracasso emocional, afastando-se cada vez mais da felicidade. Dizer para si mesmo que é feliz e que tudo está bem é enganar-se! Não estamos felizes, somos impotentes em certas ocasiões, odiamos estar errados e não queremos demonstrar que tudo está uma droga e tudo isso ocorre para falsear a nossa imagem de imperfeição.

Conhecendo a si mesmo é possível conhecer os outros. Parece uma frase clichê, mas é assim mesmo. Compartilhando de seus defeitos com a pessoa certa é possível, que você se descubra. Não há jeito fácil, nada é fácil, a vida não é fácil. Não sou totalmente feliz e espero que você também não, porque somente sendo um homem comum é que esse manual despertará algo de bom em você. A vida é uma luta, uma constante batalha pela felicidade e reconhecer que pode ser ainda mais feliz é o que torna a vida tão louca e tão apaixonante.

Reconhecer sua parcela de culpa

Você é homem e você sabe que a culpa é sempre do outro. Seu salário, seus problemas, sua esposa, seus filhos, seu carro, sua casa, etc. Tudo é problema de alguém ou de algo, a culpa nunca é sua. De fato, ela não pode ser! Imagine acordar e dizer a si mesmo:

-Estou na pior fase da minha vida e sinto que a culpa é minha!

Soa no mínimo deprimente, reconhecer que de fato durante os anos de sua vida você não buscou nada e que só agora percebe que está tudo desmoronando. Porém, ao reconhecer isso, o homem está pronto para mudar...isso mesmo...**PRONTO PARA MUDAR!**

Um velho amigo costumava dizer que quando chegasse ao fundo do poço poderia subir. Eu tinha doze anos de idade e achava que isso era uma idiotice sem tamanho, mas hoje percebo que ele era um sábio. Não porque sabia tudo sobre algo, mas porque sabia um pouco sobre quase nada, o que o levava a sempre buscar algo novo para preencher o seu vazio. Enfim, ao reencontrar esse amigo, anos depois ele me disse estar superfeliz com esposa e filhos e que se encontrou, ele já não precisava mais buscar longe o que estava o tempo todo dentro dele.

Pode parecer um caso bobo e sem sentido, tendo em vista que cada homem age de forma diferente diante dos obstáculos da vida, ainda assim acredito que essa história sirva de exemplo. Pois, se todos parássemos de reclamar e simplesmente começássemos a ver o que a vida nos deu até hoje e todas as nossas vitórias, poderíamos sorrir dos momentos mais simples de nossas vidas.

Não é possível mudar da noite para o dia. Isso é impossível! Caso conheça alguém que mudou da noite para o dia, suspeite pois essa pessoa pode ser uma mentirosa ou falsa, pois qualquer mudança leva tempo. Em alguns casos desesperadores um homem é capaz de fazer coisas impensadas o que leva a consequências bastante severas, cito a prisão, uma clínica de repouso, etc. Fatos que a vida nos leva a repensar no dia a dia.

A questão é, reconheça a sua culpa, somente assim é possível seguir adiante. Perdoe as pessoas que você simplesmente aponta para não ter que reconhecer os próprios erros e verá que tudo pode mudar ao longo dos dias, semanas, meses e anos... Até o dia em que você acorde, se encontre e possa ser feliz.

Melhor ou pior não importa

Tudo o que você fizer deve ser feito com a maior cautela possível. Mas é preciso reconhecer que alguns resultados dependem de você e outros não. O que cada homem faz influencia todo o ambiente. A falta de dinheiro, o desemprego, as contas que se acumulam, o stress do trabalho, enfim, muitas coisas fazem com que nós nos distanciemos da perfeição. Chegamos a um ponto de simplesmente não quereremos nos concentrar em assuntos banais e “papo furado”.

Porém, é necessária uma postura corretiva, pois se aceitarmos que tudo o que fazemos é em vão, vai chegar um dia em que não vamos querer fazer mais nada, principalmente se for para ajudar o próximo. Tudo que fazemos de coração leva a algo bom, admito que nem sempre; mas vamos fingir que sim. Ao dar presentes e flores a uma mulher queremos um beijo, talvez algo mais. Quando consertamos algo para nossos pais queremos uma retribuição. Quando nos vestimos bem queremos elogios e quando saímos gastamos mais do que devemos, seria bom que apenas ouvíssemos as palavras mais difíceis de dizer no mundo todo:

– Obrigado. Eu reconheço todo o seu esforço e espero que você nunca mude!

Meu caro amigo, se você já ouviu essas palavras sabe que é algo que realmente nos leva a repensar todo o nosso modo de agir e se você ainda não ouviu, garanto que vale a pena se esforçar. O que fazemos não importa se é melhor ou pior contanto que façamos com amor. Dessa forma, de um jeito ou de outro estaremos satisfeitos por sabermos que independente do resultado, aquilo foi feito de coração sem esperar nada em troca.

Você não muda por alguma lei ou decreto, o homem pode respeitar certas normas para viver bem em sociedade. Mas dizer que mudou só por isso, é uma bobagem, alguns camaradas procuram igrejas, laboratórios, livros de autoajuda entre outras coisas que os digam se o que fazem é correto ou não. Não importa, novamente eu repito, o que importa é o bem que se quer praticar e não o resultado. Imagine a seguinte situação, você compra um presente a sua esposa que teve um dia difícil, você entrega o presente de todo o coração e ela por se sentir mal por ter tido um dia péssimo desdenha do presente, que pode ter sido caro entre outras coisas.

Nessa hora, você pode ficar feliz porque sabe que comprou o presente para agradar, mesmo que não tenha agradado. Ou pode explodir, o que levaria a brigas e coisas que mudariam totalmente a energia gasta com a escolha do presente. Dito isso, é necessário que nós homens tenhamos compreensão

clara diante das situações do dia a dia, pois se tudo for levado a “ferro e fogo”, tudo se tornará um caso de polícia.

Tudo o que fizer faça de coração. Melhor ou pior depende de vários fatores e você não tem o controle sobre todos. O importante é que no final, você pode sorrir por ter feito a sua boa ação do dia.

Sentimentos e felicidade

A busca pela felicidade é algo que todo homem busca ao longo de sua vida. Alguns querem carros de luxo, mansões, camaradas querem viagens internacionais, mulheres siliconadas, dinheiro “além da matemática”, querem ser respeitados, guerreiros querem proteger a todo custo as pessoas que amam. O certo é que de alguma forma todos nós, queremos algo que não temos e acreditamos que quando tivermos a felicidade de forma mágica irá nos alcançar. Verdade ou mito? Não importa!

A questão é que quando e se algum dia pudermos ter tudo a nosso alcance estaremos vazios de emoções. Porque comprar algo material, se você já tem milhares desses itens? Pra que chorar por uma mulher se você tem dezenas de amantes? Qual o motivo de sorrir se tudo já é engraçado? Como se alegrar de ver a neve se puder apertar um botão e fazer nevar?

São exemplos bem simples, para ilustrar. Não tem graça ter tudo e todos a todo tempo. É necessária uma descoberta diária sobre o que é bom e o que é ruim. O homem ao longo dos séculos passou por inúmeras reflexões e parece

ter esvaziado o que realmente importa, que é dar valor as coisas simples. A família, seus amigos, as viagens, as memórias, os bens materiais (que trazem alguma satisfação e trazem boas memórias), tudo está impregnado de valor e de sentimentos, mesmo que não reconheçamos.

Dizer eu te amo é uma experiência um tanto traumática. Essas palavras podem levar o mais tímido dos homens a morte espiritual em caso de rejeição. Pode parecer engraçado, mas a maioria dos homens tem suas limitações. Depois de acumular decepções alguns de nós se entregam aos vícios, bebidas, remédios, cigarros, jogos, mulheres de luxo, tudo para nos sentirmos confortáveis diante dos inúmeros problemas. Mas, em verdade vos digo esse vazio se completa por um curto período de tempo e o buraco do vazio só cresce dentro de nós.

O amor-próprio é a fonte do amor ao próximo. Portanto só diga “Eu te amo” ou demonstre suas emoções se você realmente se amar. Para não cair no poço das ilusões, mas lembre-se que se você chegar ao fundo pode finalmente subir e recomeçar a jornada. Procure amar a sua família, os seus filhos e se for religioso amar a Deus, se for ateu, se ame e procure amar os outros na medida do seu amor-próprio, para que seus sentimentos possam levá-lo a felicidade e não a decepção.

Conclusão

Somos homens, grandes homens, mesmo com todas as dificuldades continuaremos sorrindo é isso que importa. Devemos dar importância as coisas simples, aos momentos simples e a nós mesmos sem sermos egoístas. Feliz é o homem que nunca desiste de buscar em si mesmo a resposta para seus próprios problemas e não tem medo de debater suas ideias para crescer como pessoa.

Espero que o presente trabalho tenha surtido algum efeito. Caso contrário, pode ser uma boa leitura de privada, ou fonte de críticas gigantescas, seja como for o trabalho foi feito de coração e independente do resultado, me sinto feliz se puder iluminar algum guerreiro que ainda está no escuro.

Este trabalho não tem fins lucrativos e é de total responsabilidade do idealizador. Todo o exposto é parte de vivências e histórias, qualquer fato semelhante a outra obra é mera coincidência. Os direitos autorais são resguardados pela lei e qualquer reprodução depende de autorização.

**Agradeço a meu irmão Gustavo
e ao meu grande amigo Lazarine,
por me mostrarem um novo mundo
de tolerância e respeito ao próximo.**

LEMBRE-SE: Tudo muda, só não é feliz quem não quer ser feliz!

E-mail: rafaelcandidoalves@gmail.com