

Crônica de Fevereiro

O Banquete do Saber: Por que não chegarei de mãos vazias?

Fevereiro costuma ser o mês das ilusões passageiras. No Brasil, o ano parece ensaiar um começo entre confetes e o calor do verão, enquanto muitos escolhem a sombra da acomodação. Ouço com frequência, em tons de desabafo disfarçados de cansaço: “Já fiz muito, agora só quero descansar” ou “Não tenho mais idade para aprender essas modernidades”. Como cristão laico e estudioso da mente humana, essas frases me soam como um perigoso “adeus” antecipado à vida.

Aos 82 anos, meu ritual não é o da espera, mas o do encontro. Antes que o sol dite o ritmo do dia, meus pés já percorreram 40 minutos de caminhada. Não é apenas exercício físico; é sinal para meu cérebro de que o motor ainda está ligado.

A natureza me presenteia com um coquetel gratuito de bem estar. Ao praticar exercícios físicos, meu corpo atua como um laboratório perfeito, promovendo a liberação da **endorfina, dopamina e serotonina**. É a química natural da vida agindo sem custo: o treino gera estímulo, e o organismo entrega a recompensa em forma de alegria e

plenitude. Ativar esta “farmácia” interna é o caminho mais sustentável para que a “caixinha” do saber, possa estar aberta à procura de novas sinapses de conhecimento.

Depois, **o silêncio da meditação** - o meu encontro comigo mesmo e com o Criador - limpa o ruído para que o saber possa entrar.

A ciência nos ensina sobre a dopamina, esse combustível da motivação que muitos tentam buscar em comprimidos sintéticos para dormir. O que poucos percebem é que a melhor “farmácia” do mundo está na curiosidade. Quando abandonamos o desejo de aprender, o cérebro atrofia, a serotonina despenca e a televisão, ou equivalente, torna-se uma janela para um mundo onde somos apenas espectadores, e não protagonistas. A acomodação não é um repouso, é um vício que abre as portas para depressão e abrevia a existência.

Meu escritório hoje é meu laboratório e meu altar. Ali, experimento, dou “vida” e escrevo minhas pesquisas. Por quê? Porque entendi uma verdade libertadora: o **saber é um empréstimo**. Deus não nos concede o saber para que o guardemos em cofre de vaidades ou o deixemos mofar na prateleira da preguiça. O saber foi me confiado para ser compartilhado, barateado, democratizado. É um talento que precisa circular, e talentos, lampejos de

inteligência e oportunidades de estudo são como sementes que nos foram confiadas pelo Criador. Se guardar este saber apenas para mim, ele apodrece. Para que ele floresça , precisa ser devolvido no solo fértil da comunidade.

Não quero chegar ao fim da jornada com as mãos vazias e descansadas de quem não fez. Quero chegar com as mãos gastas, cheias de rascunhos, textos e ideias que possam ser úteis a alguém. A “verdade que liberta” não é um conceito estático; é a percepção de que a nossa utilidade é o que nos mantém vivos.

Se o ano realmente começa agora, que ele não te encontre sentado diante de uma tela passiva. Que ele te encontre aprendendo, desafiando seus próprios limites e, acima de tudo, servindo. É fascinante como a biologia e o propósito caminham juntos: o estômago pede o sustento necessário para o corpo, o cérebro alimentado por ideias, celebra o saber que a gente decidiu não calar. Essa sensação de elevação é a prova de que a **utilidade** é o melhor combustível para a longevidade. Afinal, o saber que alimenta a alma é o único que nos impede de chegar de mãos vazias ao encontro de quem nos emprestou a vida.

Alguém que começa a ver