RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Domingo, 22 de Novembro de 2026

Amor que acolhe, ação que transforma!

SORAYA MEDEIROS

Soraya Medeiros

Em meio ao turbilhão da vida, com seus desafios e incertezas, ecoa uma verdade fundamental — um farol que guia e acalma: o amor é tudo o que temos, a única via pela qual podemos genuinamente ajudar uns aos outros. Essa não é uma frase feita, nem um adorno retórico para soar bem; é a essência da nossa humanidade, o fio invisível que nos conecta e nos impulsiona a construir um mundo mais compassivo e resiliente.

Olhemos ao nosso redor: as maiores transformações, os gestos mais significativos de apoio, as curas mais profundas — todos, invariavelmente, carregam a marca do amor. Seja no abraço que consola uma dor silenciosa, na escuta atenta que acolhe um desabafo, no ato de dividir o pouco com quem nada possui ou na luta incansável por justiça e igualdade, o amor se revela como a força motriz da verdadeira solidariedade.

Como afirmou Martin Luther King Jr., “o amor é a única força capaz de transformar um inimigo em amigo.”

A ajuda desprovida de afeto pode ser eficiente, pode até ser necessária em determinados momentos. Podemos oferecer recursos materiais, conhecimento técnico, tempo ou esforço. No entanto, quando o amor se ausenta, essa ajuda corre o risco de se tornar fria, impessoal e até mesmo de perpetuar desigualdades e dependências. O amor, ao contrário, infunde à ação o calor humano que nutre a alma, reconhecendo a vulnerabilidade do outro e acolhendo-a com empatia.

Ajudar com amor é enxergar além da necessidade imediata: é reconhecer a pessoa em sua totalidade — sua história, seus medos, suas esperanças. Como destacou Viktor Frankl, psiquiatra e sobrevivente do Holocausto, “a essência da existência humana é a responsabilidade pelo outro.” Quando compreendemos isso, nossa ajuda se torna mais profunda, mais respeitosa, buscando não apenas aliviar o sintoma momentâneo, mas também fortalecer a autonomia e a dignidade de quem está diante de nós.

O amor também nos ensina a olhar além das diferenças, a derrubar os muros da intolerância e do preconceito. Ele nos convida à escuta ativa, à compaixão verdadeira, ao exercício de nos colocarmos no lugar do outro. Como escreve bell hooks, teórica e ativista: “O amor é um ato de vontade — a intenção de nutrir o crescimento espiritual de si mesmo ou do outro.” Sem essa vontade, a ajuda se esvazia; com ela, torna-se semente de transformação.

Num mundo frequentemente moldado pela lógica da competição e do individualismo, afirmar que o amor é o único caminho para a verdadeira ajuda é um ato de resistência. Precisamos, urgentemente, resgatar a beleza dos laços humanos, fortalecer as redes de apoio mútuo e cultivar a compaixão em nossas interações diárias. Pequenos gestos — um sorriso sincero, uma palavra de encorajamento, uma escuta generosa — são manifestações do amor em ação, capazes de transformar não apenas o dia de alguém, mas o tecido da sociedade como um todo.

O caminho da ajuda permeada pelo amor não é sempre fácil. Ele exige paciência, entrega e, muitas vezes, o enfrentamento de nossas próprias limitações e inseguranças. Mas, como lembra o Dalai Lama, “somos feitos para o amor e para a compaixão; elas são as verdadeiras fontes da felicidade humana.”

A recompensa, portanto, é imensurável: construir um mundo onde a vulnerabilidade não seja sinônimo de isolamento, mas de encontro; onde a dor encontre acolhimento e onde a esperança floresça entre corações conectados pelo afeto.

Que possamos, então, lembrar sempre: em cada gesto de auxílio, em cada tentativa de aliviar o sofrimento alheio, o amor deve ser nossa bússola e nossa ponte.

Pois, no fim das contas, é o amor que nos define como seres humanos — e é ele que nos permite construir um futuro em que a ajuda mútua não seja apenas uma ação, mas a própria essência da nossa coexistência.

Soraya Medeiros é *jornalista.*