RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Sexta-Feira, 20 de Novembro de 2026

Setembro Amarelo e a urgência do diálogo

MARIA KLIEN

Maria Klien

Setembro sempre me conduz a uma reflexão sobre a condição humana e sobre a necessidade de não permitir que a vida seja reduzida ao silêncio. O existir não se resume à mera continuidade do tempo; exige presença consciente, abertura ao encontro e disposição para escutar aquilo que, muitas vezes, se oculta nos recônditos da dor.

Durante séculos, o sofrimento foi relegado ao espaço daquilo que deveria permanecer velado. A tristeza, o medo e o desespero eram entendidos como sinais de fraqueza, e não como expressões legítimas da experiência humana. Na prática clínica, percebi que o silêncio pode ampliar abismos internos e intensificar a solidão. É nesse espaço calado que se formam distâncias difíceis de transpor.

A campanha Setembro Amarelo recorda a urgência de quebrar esse ciclo. Falar requer coragem, mas escutar demanda entrega. Uma escuta verdadeira não pretende apresentar respostas prontas, mas apenas oferecer presença. Estar diante do outro sem julgamento pode ser o elo capaz de resgatar o sentido de permanecer.

Em muitos olhares dispersos ou em gestos retraídos há sinais de um pedido de auxílio. Raramente tais sinais se expressam em palavras diretas. Quando perguntamos com genuíno interesse como alguém se encontra, abrimos espaço para que a dor se manifeste e encontre possibilidade de transformação.

Cuidar da mente é também cuidar das instâncias mais profundas da existência. Significa oferecer um lugar de repouso em meio às exigências cotidianas e admitir que todos, em algum momento, necessitamos de amparo.

Neste mês, convido cada pessoa a se colocar como ponte. Um gesto simples, uma palavra, uma mensagem ou um contato inesperado pode constituir a diferença entre o isolamento e a retomada do vínculo com a vida.

Quando o peso se torna insuportável, buscar auxílio é fundamental. O Centro de Valorização da Vida, pelo número 188, se encontra disponível em qualquer horário. A psicoterapia, por sua vez, constitui espaço de elaboração, onde narrativas interrompidas podem ser revisitadas e reconstruídas.

O Setembro Amarelo não se limita ao debate sobre o fim da existência; trata da reafirmação da vida. Cada recomeço se sustenta na escolha de não abandonar o cuidado e de não desistir de permanecer.

Maria Klien é *neuropsicóloga*