

Informações para todos  
O que deveríamos saber sobre...

Lara Faria

# **Informações Para Todos**

O que deveríamos saber sobre...

Lara Faria

# Sumário

Preconceito.....	3
Ansiedade.....	6
Filosofia.....	10
Sociedade.....	15

# Preconceito

Preconceito é um assunto delicado. Hoje em dia, você precisa tomar muito cuidado com o que fala. É um crime onde se julga a pessoa pela cor, vestimentas, seu modo de vida, sua cultura, religião, entre outros.

Nós somos diferentes, mas nenhuma pessoa é superior a outra por sua cor, gênero, cultura, modo de vida, etc.

Apesar disso, ainda existem pessoas preconceituosas no mundo, o que é lamentável, claro.

Na época em que a escravidão foi abolida, por exemplo, a maioria dos africanos ficaram desempregados, passando por dificuldades por causa do preconceito, e isso acontece com as pessoas até os dias de hoje.

Outro exemplo é o sexismo, que consiste em pessoas acharem que são melhores que as outras por seu gênero, como o machismo, que é, basicamente, homens acharem que são melhores que as mulheres. Mesmo isso, obviamente, não sendo verdade, muitas mulheres ainda ganham menos que os homens mesmo fazendo os mesmos trabalhos dentre outras comparações.

Várias pessoas foram e continuam sendo discriminadas ao longo da história da humanidade, mas o que podemos fazer para mudar essa situação é denunciarmos e não sermos preconceituosos, não nos importando com a cor, gênero, modo de vida, vestimenta, etc.

Tratar bem e não discriminar ou julgar as pessoas. O resumo de preconceito e seu significado já estão explícitos no nome: pré-conceito. Ter um conceito ou opinião sobre algo ou alguém de forma precipitada. Tudo baseado em estereótipos, com várias vítimas e consequências duradouras.

Mais uma horrível e triste criação do ser humano, apenas feita para menosprezar e diminuir os outros da mesmíssima espécie; uma vergonha para o mundo e os seres que vivem nele. Tudo para o mal da própria espécie. Reforço que é mais uma atitude na qual o ser humano deve se envergonhar e se arrepender completamente de tê-la feito.

Preciso dizer mais alguma coisa a respeito do preconceito? Acho que não, certo? Bom, vamos continuar.

## Ansiedade

Ansiedade é uma doença atual e muito comum nas pessoas. Ela, muitas vezes, não se manifesta antes ou para um evento. Pode ir além do friozinho na barriga e uma pequena dificuldade para dormir. Ansiedade pode trazer o pânico e o caos.

Esse assunto é muito sério e não deve ser levado na brincadeira. Crises de pânico e ansiedade descontroladas, como falta de ar, não parece, nem é engraçado ou coisa para se fazer piada.

Não é legal brigar com alguém ou insinuar que essa pessoa seja louca ou tenha problemas psicológicos por fazer movimentos repetidos, como bater o pé no chão, o lápis na mesa, ou por andar de um lado para o outro, pensando, e às vezes ser um pouco desligada do mundo. Andar enquanto pensa e fazer certos movimentos, repetidamente, alivia o estresse e a ansiedade.

Pensar demais sobre inseguranças constantes, pensar e se desligar para se livrar da agonia da rotina são sintomas dessa doença. Como eu já havia dito, não estou contando uma piada ou brincando. Parece que estou brincando? Parece que ansiedade é frescura?

Todos, até quem não tem ansiedade, usam máscaras para se esconder da agonia e do mundo em que vivemos e, a ansiedade reforça e aumenta a necessidade do uso dessa máscara. Quando não se consegue realizar o uso dessa máscara é que as crises acontecem.

Quando não se pode fugir da realidade, quando a pessoa só quer se enfiar em um buraco e não sair de lá nunca mais, mas se lembra que não pode, ou pode, mas não consegue porque a pressão, o estresse e a ansiedade já paralisaram-na por completo e a realidade já bateu, mas ela não quer aceitar, ou a pressão que a sociedade faz nela deixa-a enlouquecida.

A ansiedade reforça e fortalece as piores emoções e, às vezes, ela faz isso te deixando distante de tudo, sem expressão alguma no rosto, apenas relembrando tudo de ruim, lembrando a cruel realidade, repassando tudo como um filme na cabeça, no modo repetição, até você precisar sair da profundidade dos seus pensamentos para viver a sua vida, a realidade da qual você queria fugir.

A máscara cai, e cai, e cai, e cai infinitamente, mas você continua colocando ela no lugar, na frente do rosto, segurando e escondendo as lágrimas e seus sentimentos mais profundos e mesmo assim, existem várias pessoas como você e, no fim das contas, você não é especial, você é mais um entre muitos.

Seus pensamentos fazem você passar a noite acordado e agoniado. Dores físicas e emocionais te consomem. Medo de tudo e todos, a mínima pressão que qualquer um faz em você causa um grande desconforto e muito nervosismo, tontura, dor no estômago, uma luta imensa, dor de cabeça,

perda de fome, um aumento considerável no desejo de comer doces, cansaço extremo, perda de interesse, etc. Tudo por ansiedade. É você contra o mundo.

No fim de tudo, ansiedade é um dos piores pesadelos e, ao mesmo tempo, apenas faz você desejar que a dor acabe, desejar fugir de tudo.

## Filosofia

A filosofia não poupa ninguém, não é mesmo?  
Sair da filosofia com mais respostas do que perguntas é impossível.

Já é bastante complicado compor uma mínima pergunta, e respondê-la então? Imagina responder as mais complexas perguntas com capacidade o suficiente para te deixar confuso e perdido por inteiro, a ponto de você não saber mais a diferença da especulação e da realidade, da imaginação e do que é concreto?

Se bem que nada neste universo é concreto de verdade.

Existem vários tipos de filósofos e filosofias diferentes.

Exemplos:

Sócrates e o Método Socrático: Método de questionamento, reflexão sobre as próprias crenças. Ele acreditava que a sabedoria estava dentro de cada um.

Platão e a Teoria das Formas: Existência de realidades eternas e imutáveis, chamadas “Formas” ou “Ideias”, que representavam a verdadeira natureza das coisas. Ele comparou a busca do conhecimento à jornada de sair de uma caverna e ver a luz do sol.

Aristóteles e a Lógica Aristotélica: Lógica formal, incluindo silogismos, que são estruturas de argumentação. Ele também contribuiu para a ética com sua noção de virtude e o conceito de “ética das virtudes”.

Descartes e a Dúvida Metódica: Duvidar de tudo o que podia ser duvidado para encontrar uma base sólida para o conhecimento. Seu famoso “Cogito, ergo sum” (Penso, logo existo) reflete sua certeza sobre sua própria existência como um ser pensante.

Kant e a Deontologia: Ética baseada no dever moral, onde a ação correta é determinada pelo “imperativo categórico”, que é uma regra que deve ser seguida independentemente das consequências.

Existem muitos outros filósofos e filosofias, esses são só alguns exemplos. Apenas com isso podemos concluir que muitas perguntas, ainda sem repostas, estão no ar. Filosofamos para tentar responder a essas perguntas.

Quem é você? De onde vem o mundo? Você é você, mais quem é você? O mundo vem de Deus? Ele vem de onde? E de onde vem Deus? Ele seria o princípio?

Mas tudo deveria ter um princípio, e ele também, ou não? De onde vem o pão? Do trigo? Pode ser, mas de onde vem o trigo? De Deus? De onde vem Deus? Qual é o seu princípio? Ele tem um princípio? Ele existe? Por quê?

Realmente é mais fácil formular perguntas do que respondê-las. São perguntas simples de fazer, mas difíceis de responder. É simples, mas ao mesmo tempo não é. E é para isso que a filosofia serve. Encontrar respostas para essas perguntas.

Não sabemos de nada, mas ao mesmo tempo sabemos de tudo o que precisamos, ou talvez não seja tão simples assim. Sabemos de coisas importantes para termos “sucesso” na vida, mas não sabemos de coisas importantes para termos o real sucesso, sucesso com nós mesmos.

Não precisamos nos questionar e filosofar para viver, mas talvez a vida fique sem graça e sem sentido sem a gente pensar nela e no mundo. Talvez tentar encontrar respostas para essas perguntas e tentar descobrir o real propósito da vida seja mais importante do que o suposto “sucesso na vida”.

## Sociedade

Sociedade, outro assunto profundo. Até o preconceito tem ligação com o tópico da sociedade, inclusive, muita ligação.

Na sociedade, pessoas são julgadas e sofrem preconceito se não seguirem os conhecidos “padrões” inventados pelo ser humano, que no fim não passam de coisas superficiais e mitos, como a absurda afirmação de que rosa é “cor de menina” e azul é “cor de menino”.

Existem vários padrões, padrão de beleza, um físico impossível, padrão de meninas usarem vestidos, saias e shorts e meninos usarem apenas bermudas e calças, e muito mais, mas os tais padrões são absurdamente superficiais e nós não precisamos segui-los.

Cada um deve usar o que quiser, ser quem quer, fazer o que quiser da vida porque a vida é nossa e vivemos do jeito que desejamos. Pelo menos seria o ideal, mas as pessoas ainda se importam com o que os outros irão pensar delas, ainda se arrumam para os outros, mudam e fingem serem outras pessoas para se enquadrarem na sociedade e evitar o julgamento e o preconceito, ignorando seus desejos para satisfazer os dos outros.

A sociedade é complicada e não tem piedade de ninguém. Se não for do jeito que ela espera, ela simplesmente te oprime e te exclui como se você fosse uma aberração. A sociedade quer impor as exigências dela em primeiro lugar e deixa o que você realmente quer para sua vida de lado, apenas para agradá-la e fazer você parecer “normal”, fazer você ignorar e esconder suas imperfeições e qualquer coisa fora do “padrão”.

Você não precisa ser “perfeito”, você já é perfeito. Ser você mesmo já está de bom tamanho, não se preocupe.

A sociedade diz que está errado? Que é estranho? Uma aberração? Mostre a ela quem você é de verdade, pois quem diz ou sugere isso, não te reconhece, muito menos merece que você mude.

Podem te julgar, te derrubar, te insultar, mas resista e seja transparente e mostre seu verdadeiro EU com toda sua vontade e feliz por ser você de verdade e não um boneco da sociedade como muitos. Alguém que sente prazer não sendo manipulado pela sociedade ou deixando ela o moldar.

Tudo o que podemos fazer sobre isso é ser forte e encarar a vida. Com certeza é mais fácil falar do que realizar, e falhar em encará-la é totalmente compreensível, afinal, nós somos humanos e além de termos sentimentos,

pensamos e raciocinamos, podemos não achar soluções e nos sentirmos desamparados e perdidos. Sentimentos que a sociedade quer que você esconda, oprima e guarde tudo para si.

No fim, este livro, no geral, apenas mostra nossa realidade e por mais triste, dolorosa e pesada que seja, precisamos seguir em frente com nossas convicções e crenças, porque o que importa é sermos felizes.