QUEM CULTIVA TAMBÉM PRECISA SER CULTIVADO

O AUTOCUIDADO COMO CONDIÇÃO DA COERÊNCIA EM QUEM ORIENTA PESSOAS

Por Ainor Francisco Lotério

INTRODUÇÃO

O agricultor experiente sabe que nenhuma lavoura se sustenta sozinha. A terra que mais produz é também a que mais exige cuidado, correção, descanso e reposição. Ninguém acha estranho que um solo fértil precise de calcário, que uma planta vigorosa precise de poda, que um pomar generoso precise de água na estiagem. No campo, cuidar não é sinal de fraqueza, é condição da abundância. Por que então, quando o assunto somos nós mesmos, insistimos em achar que precisar de cuidado é um defeito? Este artigo enfrenta essa questão a partir de uma experiência comum a extensionistas, cooperativistas, gestores públicos, palestrantes e instrutores. Quem conduz pessoas também é gente, e gente precisa ser cuidada.

1. A FALÁCIA DA AUTORIDADE ISENTA DE FRAGILIDADE

Passei a vida em palcos, rádios e salas de formação falando de motivação, equilíbrio, relações humanas e gestão de si. Aprendi, às vezes da maneira mais dura, que quem orienta os outros não está dispensado de precisar de orientação. O oftalmologista usa óculos. O cardiologista, que ensinou tanta gente a cuidar do coração, também pode adoecer do coração. Isso não desmente uma só palavra do que ele ensinou. Ao contrário, confirma que ele é feito da mesma matéria de todos nós. Não é porque uso óculos que estou proibido de falar de boa visão. Não é porque um dia meu coração pode falhar que perco o direito de falar de um coração forte. Nem sempre conseguimos praticar em toda hora aquilo que recomendamos, e essa é a verdade mais honesta que um formador pode oferecer. A perfeição não inspira, apenas afasta, porque cria uma ilusão que humilha quem tenta dar conta da vida real. Carl Rogers já demonstrava que a congruência, e não a imagem de perfeição, é o que gera confiança na relação de ajuda (ROGERS, 2009).

2. COOPERAR CONSIGO MESMO: A DOUTRINA APLICADA À PRÓPRIA PESSOA

No cooperativismo, essa lição é doutrina antes de ser sentimento. A cooperativa nasceu da consciência de que ninguém se basta sozinho, de que a força de um é a fragilidade partilhada de muitos transformada em amparo

mútuo. Os Pioneiros de Rochdale, em 1844, formalizaram justamente isso, a ideia de que o reconhecimento do limite individual é o ponto de partida da força coletiva (SCHNEIDER, 1999). O produtor que entrega sua safra à cooperativa não confessa incapacidade, exerce inteligência, porque sabe que o que não consegue fazer só faz melhor acompanhado. Aceitar cuidado obedece à mesma lógica, aplicada à própria pessoa. É cooperar consigo mesmo. Já defendi em outros textos que, no âmbito cooperativista, a saúde, a segurança e a qualidade de vida dos cooperados e seus familiares são pilares inabaláveis (LOTÉRIO, 2023). Coerência exige aplicar esse princípio primeiro a si.

3. LIDERANÇA PÚBLICA E O CUIDADO COMO FORTALECIMENTO INSTITUCIONAL

Na gestão pública e na liderança, o princípio vale com mais peso, porque de quem conduz costumamos exigir uma força que não permite trégua. O gestor que reconhece os próprios limites e busca apoio não enfraquece a instituição, fortalece-a, porque decisões tomadas por alguém inteiro valem mais do que decisões tomadas por quem se esgota fingindo que não se esgota. A literatura sobre esgotamento profissional é clara ao mostrar que a exaustão continuada compromete o discernimento e a qualidade das decisões de quem lidera (MASLACH; LEITER, 1997). Firmeza verdadeira não é ausência de fragilidade, é saber cuidar da fragilidade para que ela não vire ruína.

4. A LEITURA AGROSÓFICA DO CUIDADO

A Agrosofia me ensinou a ler a vida com os olhos do campo, e o campo não conhece vergonha na necessidade de cuidado. A semente precisa ser enterrada para germinar. O tronco precisa de cicatriz para seguir crescendo. A colheita farta é sempre filha de um cuidado que ninguém viu, feito no silêncio, longe dos aplausos. Assim também é conosco. O bem que fazemos aos outros não nos isenta de precisar de cuidado, ele nos obriga a nos cuidarmos, para que a fonte não seque justamente quando mais gente bebe dela. Essa reconexão entre o ser humano e a sabedoria da terra é o núcleo da Agrosofia como filosofia de vida (LOTÉRIO, 2022).

5. AUTOCUIDADO COMO ATO PRIVADO E LEGÍTIMO

Cuidar de si é ato privado, soberano e legítimo. Não exige justificativa nem plateia. Quem usa óculos não pede desculpa por enxergar melhor. Quem trata a pressão, a glicose ou qualquer outra dimensão da própria saúde não deve satisfação a ninguém, porque a mente não governa por simples desejo os processos físicos do corpo, do mesmo modo que a vontade não corrige sozinha a taxa de glicose ou a pressão arterial. Reconhecer isso é ciência, não fraqueza. Mas quando escolhemos partilhar que também

atravessamos desafios, não perdemos autoridade, ganhamos verdade. E a verdade, no campo como na vida, é o único terreno em que qualquer coisa boa consegue de fato criar raiz.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Quem cultiva também precisa ser cultivado. Esta não é uma concessão à fraqueza, é o reconhecimento maduro de que a fonte precisa ser abastecida para continuar dando de beber. O formador, o líder, o cooperativista e o gestor que aprendem a se cuidar não perdem estatura diante de quem orientam. Ganham a coerência de quem vive aquilo que ensina, ainda que de modo imperfeito, porque é exatamente na imperfeição assumida que a palavra encontra credibilidade e a comunidade encontra empatia.

REFERÊNCIAS

LOTÉRIO, Ainor Francisco. No contexto cooperativista, a saúde, segurança e qualidade de vida dos cooperados e seus familiares são pilares inabaláveis. Camboriú: Portal Ainor Lotério, 2023. Disponível em: https://ainor.com.br. Acesso em: 14 jul. 2026.

LOTÉRIO, Ainor Francisco. O grão de mostarda e a Agrosofia: mística da vida com base nas forças agronaturais. Camboriú: Portal Ainor Lotério, 2022. Disponível em: https://loterio.com.br. Acesso em: 14 jul. 2026.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it. San Francisco: Jossey-Bass, 1997.

ROGERS, Carl R. Tornar-se pessoa. 6. ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2009.

SCHNEIDER, José Odelso. Democracia, participação e autonomia cooperativa. 2. ed. São Leopoldo: Unisinos, 1999.