
SIMPLIFIQUE SUA VIDA

Ainor Francisco Lotério

Palestrante, Engenheiro Agrônomo e Filósofo

Vivemos um tempo em que tudo pede a nossa atenção ao mesmo tempo. Notificações, mensagens, opiniões, tendências, conselhos de gente que nunca viveu o que está ensinando. O mundo moderno nos entregou uma abundância de informação e, junto com ela, uma escassez perigosa: a escassez de silêncio. Quanto mais coisas disputam nossa cabeça, menos espaço sobra para aquilo que realmente decide o rumo de uma vida.

Simplificar não é abandonar o mundo nem recusar o novo. É escolher. É ter coragem de dizer que nem toda ideia merece nossa energia, que nem toda sugestão precisa virar projeto, que nem todo influenciador merece influência sobre nós. A pessoa que não escolhe acaba sendo escolhida pelo barulho. E o barulho nunca levou ninguém a lugar nenhum.

Na roça aprendi cedo uma lição que a modernidade insiste em esquecer: quem planta demais na mesma terra colhe pouco de tudo. A cultura precisa de espaçamento para crescer. Com a vida acontece o mesmo. Sem espaço entre uma tarefa e outra, entre um compromisso e outro, entre um pensamento e outro, nada amadurece direito. Ficamos com uma existência cheia de brotos e sem fruto.

COMECE DENTRO DE CASA

Olhe em volta e pergunte quantas coisas ali dentro estão apenas ocupando espaço, esperando um uso que nunca vem. Gaveta cheia, armário cheio, garagem cheia, e a sensação estranha de que falta alguma coisa. Falta mesmo: falta espaço. Toda coisa que entra na nossa casa cobra um preço em atenção, em limpeza, em manutenção, em preocupação. Quem tem pouco cuida bem. Quem tem demais é cuidado pelas coisas.

SIMPLIFIQUE O PENSAMENTO

A cabeça também acumula. Guardamos mágoas antigas, conversas que nunca aconteceram, discussões que ensaiamos no banho, preocupações com um futuro que talvez nem chegue. Boa parte do nosso cansaço não vem do que fazemos, vem do que ficamos pensando enquanto fazemos. Pensar demais sobre tudo é a forma mais elegante de não viver nada.

SIMPLIFIQUE OS COMPROMISSOS SOCIAIS

Nem todo convite precisa de um sim. Dizer não a um encontro que não faz sentido é dizer sim ao descanso, à família, ao livro que está parado na mesa de cabeceira. Muita gente vive uma agenda que não escolheu, cumprindo uma vida social que não alimenta ninguém, só cansa. Escolha poucas mesas e sente nelas com o coração inteiro.

SIMPLIFIQUE AS CONTAS

Boa parte da angústia financeira não nasce do pouco que se ganha, nasce do muito que se assumiu. Cada parcela é um pedaço do nosso futuro já comprometido antes de chegar. Quem deve menos dorme melhor, decide melhor, tem mais liberdade para mudar de rumo quando a vida pedir. Liberdade financeira não é ter muito, é precisar de pouco.

SIMPLIFIQUE OS DESEJOS

Este é o ponto mais difícil, porque o mundo inteiro trabalha para multiplicá-los. Somos convencidos todos os dias de que estamos incompletos e de que a peça que falta está à venda. Mas o desejo tem uma característica cruel: ele não se satisfaz, ele se reproduz. Quem organiza os próprios desejos passa a comprar por decisão, não por impulso.

SIMPLIFIQUE O GUARDA-ROUPA

Roupa demais rouba tempo, gera dúvida e cobra manutenção. Poucas peças boas, que combinam entre si e que dizem quem você é, servem melhor do que um armário lotado de coisas que você não usa e não tem coragem de doar. Elegância nunca foi quantidade, sempre foi coerência.

SIMPLIFIQUE A INFORMAÇÃO

Não precisamos saber de tudo, o tempo todo, em tempo real. Existe uma diferença enorme entre estar informado e estar sobrecarregado. Escolha poucas fontes confiáveis, defina horários para consultá-las e deixe o mundo girar sem a sua supervisão constante. A notícia que realmente importa chega até você de qualquer jeito.

SIMPLIFIQUE A NECESSIDADE DE SER AVALIADO

Aqui mora uma prisão que quase ninguém percebe. Viver esperando a aprovação alheia é entregar a direção da própria vida a plateias que sequer nos conhecem. A curtida é um aplauso que dura segundos e cobra a vida inteira. Quem age por convicção descansa. Quem age por avaliação nunca chega.

SIMPLIFIQUE A TECNOLOGIA

Ela é uma ferramenta extraordinária quando serve e uma senhora exigente quando manda. Reduza aplicativos, desligue notificações, aposente aparelhos que só acumulam função e mantenha o que de fato resolve a sua vida. A pergunta certa nunca é o que essa tecnologia pode fazer, é o que ela está fazendo comigo.

O TESTE DA FALTA

No fim, tudo se resume a uma pergunta que precisa ser feita em cada área: isso é necessário, ou apenas está aqui? Tire uma coisa da sua rotina, do seu armário, da sua agenda, da sua cabeça, e observe. Se não fez falta, nunca foi necessária. Foi só peso.

Simplificar a vida não é empobrecê-la. É retirar o excesso para que o essencial finalmente apareça.

SIMPLIFICAR É UM ATO DE FÉ

Simplificar exige confiança. Confiança de que a vida não vai desabar se deixarmos de acompanhar tudo, comprar tudo, responder tudo, agradar todo mundo. Quem não confia, acumula. Acumula coisas, compromissos, opiniões, seguidores, garantias, tudo para se proteger de um medo que nunca é dito em voz alta: o medo de ser pouco.

Mas ninguém é pouco por ter pouco. A grandeza de uma pessoa nunca esteve no tamanho da casa, no número de convites, na quantidade de informação que consegue processar por dia. Esteve sempre na qualidade daquilo que ela escolheu carregar. Somos o resultado das nossas escolhas, e escolher significa, inevitavelmente, deixar coisas para trás.

Faça essa limpeza aos poucos, com calma, sem radicalismo. Um armário nesta semana, uma dívida no próximo mês, um aplicativo hoje à noite, uma mágoa quando o coração permitir. A simplicidade não se conquista num arroubo de coragem, ela se constrói numa sequência de pequenas decisões corajosas.

E quando o excesso finalmente sair, você vai perceber o que estava escondido embaixo dele: tempo para conversar sem pressa, silêncio para ouvir a própria consciência, disposição para brincar com um neto, presença para olhar nos olhos de quem se ama. Nada disso está à venda, nada disso cabe numa tela, nada disso depende de aprovação alheia.

Simplifique a sua vida. Não porque o mundo pede, mas porque a sua alma pede há muito tempo e você andava ocupado demais para escutar.

REFERENCIAL

Texto: SIMPLIFIQUE SUA VIDA

Autoria: Aínor Francisco Lotério

Publicações do autor disponíveis nos portais www.ainor.com.br e www.loterio.com.br, nos eixos Motivação, Cooperativismo, Comunicação, Longevidade e Agrosófia.

LOTÉRIO, Aínor Francisco. *A Eternidade em Nós*.

LOTÉRIO, Aínor Francisco. *Um Minuto de Inspiração*.

LOTÉRIO, Aínor Francisco. *Pais Firmes, Filhos Felizes*.

SOBRE O AUTOR

Ainor Francisco Lotério é palestrante profissional, engenheiro agrônomo e filósofo. Filho de agricultores, nasceu na comunidade rural de Campestre, em Vidal Ramos, Santa Catarina, e construiu uma trajetória de quatro décadas que une extensão rural, administração pública, consultoria em cooperativismo e comunicação. Foi Diretor Estadual na Epagri, prefeito de Camboriú, assessor legislativo na ALESC e mantém, desde 1989, o programa de rádio Alegria de Viver.

É o criador da Agrosafia, filosofia que integra agronomia e pensamento filosófico, e autor dos conceitos Motivação Racional, Inteligência Orientada, Ciclomotivação e Pedagogia da Ausência. Escreveu Pais Frouxos, Filhos Sofredores; Pais Firmes, Filhos Felizes; Paixão pelo Cooperativismo; A Eternidade em Nós e Um Minuto de Inspiração.

Sua marca é a capacidade de traduzir a sabedoria da terra e da vida simples em orientações práticas para pessoas, famílias, cooperativas e organizações, com uma linguagem direta, afetuosa e profundamente humana.

CONTATOS

E-mail: ainorfloterio@gmail.com

WhatsApp: (47) 99967-5010

Para contatos, palestras e cursos.

www.ainor.com.br | www.loterio.com.br