



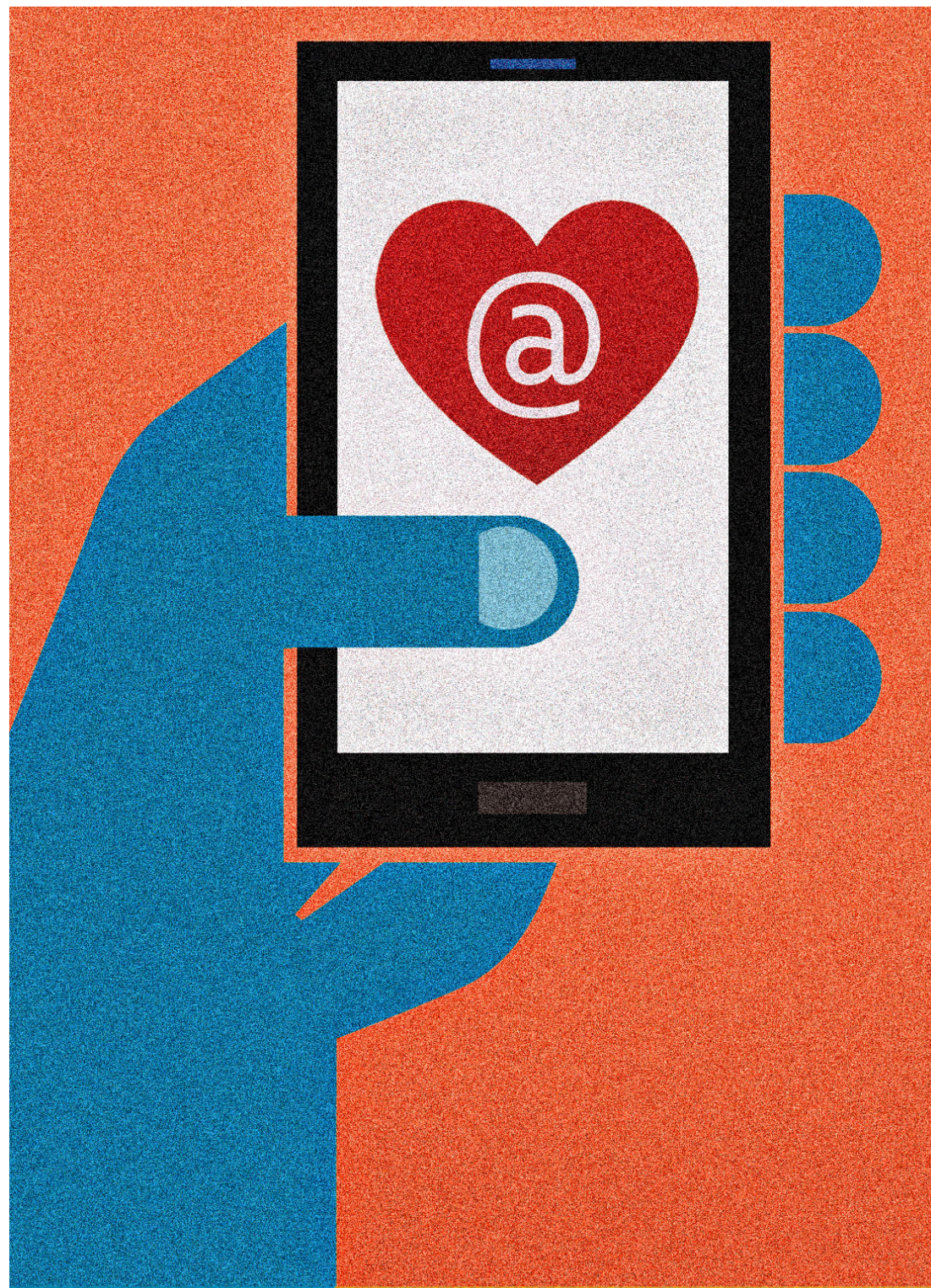
Afetos na era digital

Vivemos tempos de abundância de conexões e escassez de vínculos. Uma estranha ironia: nunca estivemos tão próximos em termos de tecnologia e, ao mesmo tempo, tão distantes no plano afetivo. É como se a intimidade tivesse virado moeda de troca em aplicativos, mas raramente tenha o poder de gerar laços verdadeiros. A carência, que sempre foi uma característica humana, agora encontra na era digital terreno fértil para se multiplicar; e o que é pior: de forma distorcida.

O amor virou notificação. O afeto, uma curtida. A atenção, um “visto” azul. E, na ausência desses sinais, instala-se a angústia, que muitas vezes leva ao uso de aplicativos de surveillance, tecnologias silenciosas que espiam mensagens, rastreiam deslocamentos, vigiam hábitos. Uma nova forma de desconfiança travestida de cuidado. Mas o que é o cuidado sem confiança senão o controle mais doloroso? No fundo, são ferramentas que não resolvem a carência, apenas a amplificam, substituindo o encontro pelo monitoramento. É como dormir ao lado de alguém e, em vez de sentir o calor do corpo, preferir checar os registros da madrugada no celular.

O desafio é encontrar o antídoto. Ele pode surgir quando temos coragem de dar passos firmes no caminho da relação, sem medo de nos expor. Avançar não é perseguir o outro, nem devassar sua intimidade digital, mas expandir a própria presença: mostrar-se inteiro, com generosidade e clareza. Relações profundas se constroem assim — não com olhos de investigador, mas com o peito aberto de quem ousa confiar.

E mais: é preciso recuperar a pureza da intenção. Essa inocência interior que nos permite estar com o outro sem



cálculo, sem jogo de poder, sem aquela ansiedade que transforma amor em posse. É a leveza de quem confia no fluxo da vida, acreditando que o vínculo se sustenta não pelo controle, mas pela verdade dos gestos cotidianos.

Se a era digital nos convida ao vício do olhar desconfiado, talvez a saída seja reaprender a nos relacionarmos em termos de uma presença limpa e avanço sincero. Em vez

de vasculhar o celular do outro, olhar nos olhos. Em vez de medir o tempo de resposta no WhatsApp, escutar o silêncio com respeito. Em vez de confundir proximidade com vigilância, aprender a arte de estar junto sem aprisionar.

O afeto não se conquista com senha ou aplicativo, mas com algo muito mais antigo e revolucionário: a confiança. E essa, diferente dos dados digitais, não se pode hackear.