

## **Camada de Ozônio Social - Degradação Ambiental e a Depressão -**

Defrontamo-nos com uma crise sem paralelo em nosso meio ambiente físico. Estamos consumindo a produção da Terra num ritmo assustador, **sabotando a terra, o mar e o céu.**

A floresta tropical está sendo destruída; nossos lagos, rios e oceanos transbordam de dejetos industriais; a camada de ozônio diminuiu.

Nunca houve tanta gente no mundo, e no ano que vem haverá ainda mais. Estamos criando problemas que afetarão a próxima geração.

O homem vem mudando a Terra desde que a primeira faca de sílex foi modelada de uma pedra e a primeira semente plantada por um lavrador de Anatólia, mas o ritmo da alteração está agora fugindo gravemente ao nosso controle.

Precisamos dar passos a fim de alterar nosso rumo atual para não nos dirigirmos à aniquilação. O câncer de pele está muito mais presente pelo fato de a atmosfera nos fornecer muito menos proteção contra o sol. As crianças no passado corriam pelas praias nuas, estão agora besuntadas de cremes protetores.

Precisamos empregar meios para conseguir não destruir o que sobrou. Uma mudança radical é impossível e de muitos modos indesejável, mas não há dúvida que algum tipo de mudança é indispensável.

Certamente a sintomatologia de nosso tempo apresenta poucas diferenças da que foi descrita por Hipócrates uns 2.500 anos atrás.

A **depressão** é uma afecção corporal que aumentou muito em tempos recentes por motivos bastante específicos. A degradação ambiental, ritmo da vida atual, o caos tecnológico, a alienação das pessoas, o colapso da estrutura familiar, a solidão endêmica, o fracasso dos sistemas de crença (religioso, moral, político, social - qualquer coisa que parecia outrora dar significado e direção à vida) têm sido catastróficos.

Temos remédios voltados para as perturbações orgânicas e terapias voltadas para os tumultos emocionais da doença crônica. Mas será que teríamos o equivalente a um movimento ambiental, um sistema para conter os danos que estamos fazendo à **“camada de ozônio social?”**

O que deve ser feito? Precisamos buscar fé em qualquer coisa: - em Deus, no eu, em outras pessoas. Manifestar-nos contra a violência, e talvez suas representações. Isso não é uma proposta movida pela emoção; é tão urgente quanto clamar pela salvação da floresta amazônica.

### **Mas o que é depressão?**

Houaiss nos ensina que: “é um problema psíquico que se exprime por períodos duráveis e recorrentes de disforia depressiva, surgindo concomitantemente com problemas reais ou imaginários ou com experiências momentâneas de sofrimento, podendo ser acompanhado de perturbações do pensamento, da ação e de um grande número de sintomas psiquiátricos”.

Andrew Solomon em Demônio do Meio-Dia afirma que: - **depressão é a imperfeição no amor.** Para podermos amar, temos que ser criaturas capazes de se desesperar ante as perdas, e a depressão é o mecanismo desse desespero.

Quando ela chega, degrada o **eu da pessoa** e finalmente eclipsa sua capacidade de dar ou receber afeição. É a solidão dentro de nós que se torna manifesta, e destrói não apenas a conexão com outros, mas também a capacidade de estar apaziguadamente apenas consigo mesmo.

**O amor é o que acolchoa a mente e a protege de si mesma.** Quando estão bem, alguns amam a si mesmos, alguns amam outros, alguns amam o trabalho e alguns amam Deus:

Qualquer uma dessas paixões pode fornecer o sentido vital de propósito que é o oposto da depressão. O amor nos abandona de tempos em tempos, e nós abandonamos o amor.

Na depressão, a falta de significado de cada empreendimento e de cada emoção, a falta de significado da própria vida se tornam evidentes. O único sentimento que resta nesse estado despido de amor é a insignificância.

A vida é repleta de tristezas: pouco importa o que fazemos, no final todos vamos morrer; cada um de nós está preso à solidão de um corpo autônomo; o tempo passa, e o que passou nunca voltará.

A dor é a nossa primeira experiência de desamparo no mundo, e ela nunca nos deixa. Nunca foi tão fácil decidirmos o que sentir e o que não sentir.

**Luiz Antonio Batista da Rocha –Eng. Civil – Consultor em Recursos Hídricos – Auditor Ambiental – [rocha@mdbrasil.com.br](mailto:rocha@mdbrasil.com.br) – [www.outorga.com.br](http://www.outorga.com.br) – [www.rochaoutorga.hpg.com.br](http://www.rochaoutorga.hpg.com.br)**