

O ciúme, frequentemente apontado como um sentimento corrosivo, complexo e desafiador, é, na visão do renomado psiquiatra e escritor Augusto Cury, muito mais do que uma reação emocional voltada ao outro. Em sua vasta obra sobre a psique humana e as intrincadas relações interpessoais, Cury propõe uma interpretação instigante: o ciúme, em essência, é uma forma de saudade de si mesmo. Essa perspectiva, embora provocativa, lança luz sobre a busca do ser humano por equilíbrio emocional e autoconhecimento.

### A saudade de si mesmo

Segundo Cury, o ciúme não se limita à insegurança em relação a terceiros ou ao medo de perder o afeto de alguém. Ele emerge como um espelho que reflete as lacunas na relação consigo mesmo. Quando um indivíduo é tomado pelo ciúme, ele estaria, de fato, lamentando a ausência de uma autoestima sólida, de uma autorrealização plena e de um senso de identidade que não dependa do outro para existir.

Essa “saudade de si mesmo” decorre de uma desconexão interna, um vazio que o outro, por mais idealizado que seja, não pode preencher. O ciúme, nesse contexto, torna-se uma manifestação de uma insatisfação mais profunda: uma nostalgia pelo próprio equilíbrio emocional e pela capacidade de ser suficiente para si.

Cury sugere que, para lidar com o ciúme, é preciso reorientar o olhar. Mais do que tentar controlar o outro ou as circunstâncias externas, o desafio está em reconectar-se com a própria essência, cultivando a autocompaixão, a segurança interna e o amor-próprio.

### A sabedoria de enxergar charme nos defeitos alheios

Outro ponto de destaque na filosofia de Cury é a capacidade de ver nos defeitos alheios uma oportunidade de crescimento e compreensão. Para ele, a verdadeira sabedoria reside em transcender a idealização do outro e, em vez de buscar a perfeição, aprender a enxergar uma certa beleza nas imperfeições.

Essa ideia desmistifica as relações humanas, que muitas vezes naufragam sob o peso de expectativas irrealistas. Ao aceitar que os defeitos são parte intrínseca de qualquer ser

humano, torna-se possível não apenas tolerá-los, mas apreciar o charme que eles podem trazer ao relacionamento. Essa visão promove uma convivência mais harmoniosa e menos pautada pelo julgamento.

Cury argumenta que reconhecer os defeitos como traços únicos de personalidade é um exercício de empatia e de amadurecimento emocional. Essa abordagem não implica convivência com atitudes prejudiciais, mas sim uma disposição para compreender que ninguém é perfeito — e que, na imperfeição, reside a humanidade.

## O paradoxo da convivência humana

O psiquiatra também explora o paradoxo inerente às relações humanas: a proximidade que estimula tanto o afeto quanto os atritos. A convivência prolongada, especialmente em relações íntimas, exige habilidades emocionais sofisticadas, como a capacidade de dialogar, negociar e ceder sem perder a identidade.

Nessa jornada, a escolha de valorizar os pontos positivos e encontrar charme nos defeitos é um antídoto contra o desgaste das relações. Ao aceitar o outro como um mosaico de qualidades e falhas, o indivíduo se liberta da ilusão de controle e da necessidade de mudar o próximo.

## Reflexões para a vida cotidiana

As ideias de Augusto Cury sobre ciúme e convivência oferecem um convite à introspecção. Em uma sociedade marcada pelo imediatismo e pela pressão por desempenhos impecáveis, a aceitação das vulnerabilidades — próprias e alheias — desponta como um ato revolucionário.

Nesse cenário, o ciúme deixa de ser um vilão absoluto e se transforma em um sinal de alerta para a necessidade de reconexão consigo mesmo. Da mesma forma, aprender a enxergar charme nos defeitos dos outros é uma habilidade que transcende as relações amorosas, aplicando-se a amizades, relações familiares e até contextos profissionais.

Por fim, a sabedoria proposta por Cury não é um estado estático, mas um processo contínuo

de aprendizado e evolução. Ela exige coragem para enfrentar os próprios medos, abrir mão de perfeccionismos e celebrar a complexidade das relações humanas. Assim, o ciúme pode ser transformado em um catalisador de autoconhecimento, e a convivência em um exercício diário de empatia e aceitação.