

A Ecologia do Sofá: Por Que Cancelar Planos na Sexta Virou o Maior Luxo da Vida Adulta - Parte 93

Por Eduardo Woetter · Publicado em 30/07/2026

Houve um tempo em que ficar em casa numa sexta-feira à noite soava como um atestado de fracasso social. Hoje, receber uma mensagem avisando ... Uma crônica bem-humorada sobre maturidade, rotina e o valor dos pequenos prazeres cotidianos.

Versão online e eventuais atualizações:

<https://woetter.com/post/a-ecologia-do-sofa-por-que-cancelar-planos-na-sexta-virou-o-maior-91>

Houve um tempo em que ficar em casa numa sexta-feira à noite soava como um atestado de fracasso social. Hoje, receber uma mensagem avisando que o jantar foi cancelado tem o mesmo efeito terapêutico de um feriado prolongado emenda de terça com quinta.

Com o desembarque na ilha dos 'enta', a gente descobre que o sofá não é um móvel; é um ecossistema. É onde você senta com uma caneca de chá e um pão na chapa e finalmente entende que a paz de não precisar fingir simpatia para garçons barulhentos supera qualquer drink com gelo seco e preço exorbitante.

A vitória silenciosa sobre pequenos hábitos destrutivos quando o boleto fala mais alto.

A gente passa a primeira metade da vida correndo para provar aos outros que é importante, ocupado e moderno. Na segunda metade, se tivermos um pouco de sorte e juízo, gastamos todas as nossas energias tentando reconquistar a tranquilidade de quem não deve satisfações sobre os próprios horários.

O café quente da manhã, o silêncio da casa antes que as buzinas comecem na rua e a companhia de um bom disco ou livro antigo têm mais a nos ensinar sobre sabedoria do que qualquer palestra motivacional em auditório de hotel. No fundo, envelhecer bem é apenas a arte paciente de descobrir o que podemos dispensar sem fazer a menor falta.

Para Hoje: O Que Ouvir

Elis & Tom (1974) - Elis Regina & Antônio Carlos Jobim

A perfeição intimista de 'Águas de Março' e 'Inútil Paisagem' para embalar a melhor sexta-feira que você jamais precisou sair de casa para viver.