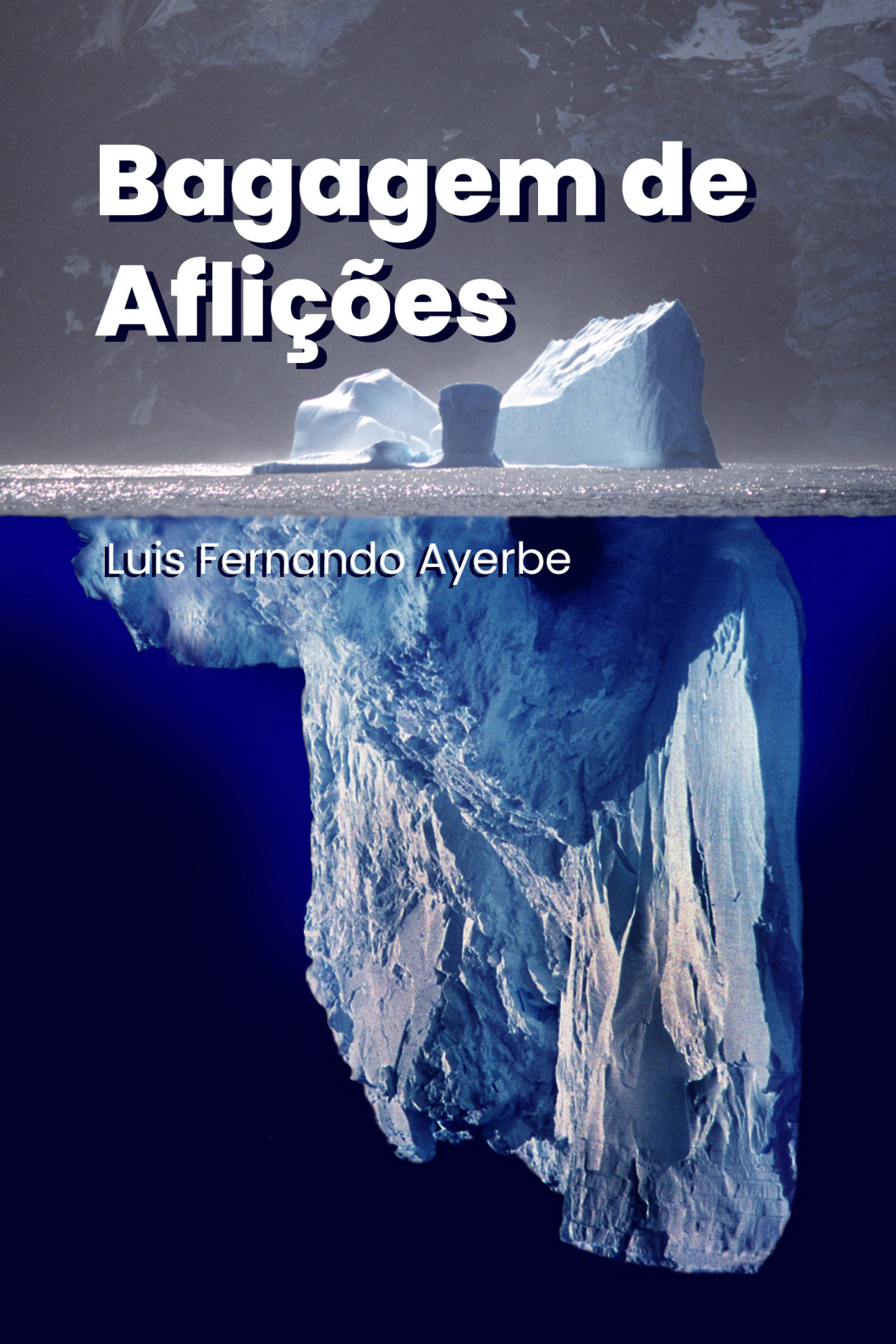


Bagagem de Aflições

Luis Fernando Ayerbe



Autor

Luis Fernando Ayerbe

Capa

Criado por Uwe Kils (iceberg) e Wiska Bodo (céu).

Disponível em: <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Iceberg.jpg>

Acessado dia (25 de outubro de 2021)

Diagramação

Gianfrancesco Afonso Cervelin

Ficha catalográfica

A977b Ayerbe, Luis Fernando
 Bagagem de aflições / Luis Fernando Ayerbe. --
 Guarujá, 2021.
 pdf

1. Autoajuda. 2. Angústia. 3. Luto. 4. Refúgio. I. Título.

CDD 158.1

Bibliotecária responsável Graziela Cervelin CRB9/1834

BAGAGEM DE AFLIÇÕES

Luis Fernando Ayerbe

2021

Para Lia Beatriz Diez, mi mamá
Que sempre constrói pontes sobre os abismos

SUMÁRIO

1. UNIVERSOS PARALELOS.....	4
2. ANGÚSTIA.....	9
Recipientes.....	23
3. ADULTO.....	25
Strangers in the night.....	31
4. LUTO.....	34
Companhia.....	37
Desentristecimento.....	38
Violência.....	41
5. REFÚGIOS.....	43
SOBRE O AUTOR.....	48

1. UNIVERSOS PARALELOS

“Sem sair da porta
Pode-se conhecer o mundo”
Lao Tse¹

Dentro da casa, sem atravessar a porta. Desde nosso corpo, através da mente, imaginamos situações em que se projetam outras vidas. Distraídos do nosso presente, conseguimos por instantes sermos outros.

São os momentos em que habitamos cenários de uma viagem planejada a futuro, criando um cotidiano em que se antecipam prazeres ou desgostos. De conversas com seres conhecidos ou imaginados, alinhavando hipotéticas trocas de ideias ou acaloradas discussões em que se escalam argumentos sobre assuntos que ocupam nossas expectativas, ou medos. Desenhamos trajetórias na profissão, nos relacionamentos com afetos e desafetos, no amor, na família, e nos instalamos nas imagens idealizadas.

Há também os processos de partida. Mudança de cidade, de país, de emprego, e na despedida de amizades que povoaram essa etapa da existência, imaginamos o destino de quem fica e não veremos mais. Retirados do trabalho, com o passar do tempo lembramos de obrigações e desafios

¹ Lao Tse 2021 Tao Te Ching (<http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/le000004.pdf>)

que o emprego exigia, e de repente pensamos: parece que foi em outra vida.

“Eu sou eu e minha circunstância”, escreveu José Ortega y Gasset². E as circunstâncias são perceptíveis, passíveis de compreensão e de interlocução. Mas quem sou Eu? Sempre que soube (ou acreditava saber), as circunstâncias se situavam num lugar, compondo uma espécie de tabuleiro de xadrez em que movimentava as peças com sentimento de soberana decisão. Durante a partida, o Eu torna-se transeunte de um “não lugar”, espaço que habito na qualidade de passageiro, um “contexto de todo lugar pensável, de todo lugar possível”³, nas palavras de Marc Augé. Universos em trânsito:

aerovias, ferrovias, rodovias e residências móveis denominadas “meios de transporte” (aviões, trens, automóveis), aeroportos e estações ferroviárias, estações aeroespaciais, grandes redes de hotéis, playgrounds, supermercados, o complexo emaranhado (...) de redes de cabos ou fios que mobilizam o espaço extraterrestre para fins de uma comunicação tão estranha que muitas vezes não coloca o indivíduo em contato exceto com outra imagem de si mesmo”⁴.

Há pessoas que se despedem apagando traços do personagem conhecido na família, na escola, na sociedade, no trabalho. “Desaparecem de si”, expressão de David Le Breton para mecanismos de suspensão do “mundo de maneira provisional ou duradoura”, um “deslizar-se da

² José Ortega y Gasset 2021 *Meditações do Quixote*. eBook Kindle: Amazon, p. 12.

³ Marc Augé e José Maria Montaner 2019 *La humanidade planetária*. Barcelona: Gedisa.

⁴ Marc Augé 2017 *Los “no lugares”. Espacios del anonimato*. Barcelona: Gedisa, p. 85.

malha do tecido social para renascer em outro lugar, com outra versão de si mesmo, ou bem apagar-se na discrição, a solidão, a ausência”⁵.

Por diversas vezes assisti ao desaparecimento de si de entes queridos na velhice. Repousando boa parte do dia na poltrona predileta, tornada indivisível das últimas imagens guardadas de avós, tios, pais. Sem demonstrar desconforto, seus longos silêncios contemplativos são de quando em quando interrompidos por relato de vivências que desconhecíamos, apressadamente taxadas como delírios da ancianidade. Mas a descrição contém verosimilhança, expondo trama e cenários de estâncias atemporais em outro lugar. Para quem nos fala, esse universo existe, e talvez seja seu destino desejado.

No adeus do luto e na elaboração da memória de quem partiu, recortam-se pedaços da história compartilhada, dando sentido a recordações frequentemente reinventadas ao sabor de estados de espírito do presente. O que foi, o que poderia ter sido. Lembranças de alegrias e agruras do convívio. De quem era a culpa? Poderia ter agido de outra forma? Não sei, não era a mesma pessoa que sou agora.

Carrego na bagagem aflições e alegrias. Tristezas, saudades, perdas, fracassos, adversidades do passado muitas vezes transformadas em medos antecipatórios de infortúnios a futuro. Regozijo de prazeres e realizações vividas e projetadas. Bálsamos de felicidades vivenciadas e almejadas outorgando leveza aos percursos do presente.

Transcorro por universos paralelos, mas retorno à casa, minha base e santuário. A nave que me transporta é o

⁵ David Le Breton 2017 *Desaparecer de Si*. Madrid: Editorial Siruela, p. 186-87.

corpo, cujos desejos e necessidades alimento, liberando a mente para novas viagens.

Corpo e mente compartilham múltiplas temporalidades, ocupados em cenários que escapam, totalmente ou em parte, ao meu desenho. Há o tempo do trabalho remunerado para reproduzir a existência material, para a maioria de nós inescapável. O tempo do sono e dos sonhos. O tempo que me pertence.

Conheço pessoas que afirmam conduzir seus sonhos, saindo do corpo e atravessando portais para outras dimensões. Não é o meu caso. Eventualmente lembro do que sonhei enquanto dormia, mas não controlo lugares, roteiros e personagens, por isso não incluo a dimensão onírica em meus universos paralelos, aqueles que crio durante o tempo que me pertence.

No espaço do trabalho, do sono e da soltura, o corpo é o veículo. Em repouso ou em movimento, seu alcance é delimitado. Não é prolongável indefinidamente a satisfação pelo sexo, refeições, jogos, caminhadas, mergulhos na natureza. Trata-se de instantes de plenitude palpável intercalados nas rotinas de um equipamento que precisa sustentar sua funcionalidade.

No tempo que me pertence, busco os prazeres do corpo, da arte, do espetáculo de outras vidas em livros ou imagens, ou do pensamento que inventa ou recria mundos alternativos. Satisfação de desejos físicos e percursos por esferas imateriais, nada muito mais do que isso.

A tristeza, a angústia, o medo, assim como o bem-estar e o devaneio otimista, me predis põem no caminho da busca. Crio cenários que a imaginação povoa de seres e rotei-

ros cotidianos, me desmaterializo e teletransporto numa *Jornada nas Estrelas*.

Sem universos paralelos, conseguiria viver? Devolvo a pergunta em relatos embaralhados de situações protagonizadas, idealizadas, observadas e que me contaram.

2. ANGÚSTIA

“Bebi um grande gole de veneno. – Três vezes bem-dito o conselho que até mim chegou! Abrasam sê-me as entranhas. A violência do veneno convulsiona-me os membros, desfigura-me, atira-me ao solo. Morro de sede, sufoco, não posso gritar. É o inferno, a condenação eterna! Olhai como o fogo cresce. Queimo como devo queimar! Sai, demônio!”

Arthur Rimbaud¹

Estou abstraído na leitura, paro para dar comida aos cachorros. Enquanto realizo os afazeres, começo a pensar numa situação que inspira cuidados e involucra terceiros cujas respostas levo em consideração. De repente passo a imaginar uma discussão com as pessoas envolvidas e a interiorizá-la como real, alimentando emoções de desconforto a partir das argumentações atribuídas a cada uma delas e minhas defesas possíveis. Após um tempo, o desconforto se instala, muda meu humor, não consigo retomar a leitura e me perco na angústia gerada por uma desavença inventada

¹ Arthur Rimbaud S.D. *Uma Estação no Inferno* (http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetailheObraForm.do?select_action=&co_obra=2260)

num incerto futuro. Fico sob o ataque do diálogo interno e não consigo pensar em outra coisa.

Revelou-se minha Bagagem de Aflições.

Busco alívio tentando lembrar de circunstâncias similares do passado. Em parte consigo, e o mal-estar perde força, mas não desaparece, limitando o desfrute do dia.

Entenderia se algum incidente desagradável tivesse acontecido, mas não houve nada mais do que uma invasão de pensamentos ruins. Me senti cercado por um campo de força imaginário a me apequenar, subsumindo a energia para outros afazeres, sendo levado a um auto aprisionamento pela inoculação de medos.

Os ataques da Bagagem de Aflições vêm em camadas. Há uma angústia baseada em determinado evento que me invade e a consciência busca relativizar. Então se apresenta uma preocupação com tema subsidiário, um detalhe que cronologicamente é de resolução imediata e ao qual injetamos preocupações pautadas por suspeitas inventadas, transformando-o em monstro ameaçador de grandes proporções. A consciência novamente o relativiza, sai de cena, e volta a se insinuar a angústia pelo retorno do evento original. E assim continuará a sucessão de arremetidas gerando ansiedades que não são mais do que criações mentais, porque se um problema real se apresentar, sei por experiência que me abocarei a resolvê-lo. Se não souber como driblar essas invasões da mente, será difícil ter paz de espírito.

Leio sobre a visita de um artista famoso ao hospital em que agonizava sua esposa, dolorosa despedida do declarado amor da sua vida. Sem aviso, ameaçou instalar-se o sentimento de angústia. Ele necessita uma porta

de entrada. Hoje foi essa matéria no jornal relatando a tristeza de pessoa notória.

A ansiedade as vezes emerge frente a situações em que o desempenho público se torna necessário. Antecipo nervosismos que se instalam como pequena, mas constante, pulsão no peito. Surgem pensamentos de renúncia, no intuito de remover o obstáculo. Se obstrui minha energia vital, a que me impulsiona à atividade. Me sinto exposto, vulnerável, porque me rouba de mim.

Frente a uma decisão difícil que tive que tomar e afeta outras pessoas, que embora considere justa, honesta e ponderada, me invadem pensamentos especulativos sobre eventuais reações e, novamente, desencadeio sucessão de cenários negativos imaginados que de fato não alteram o presente mas infernizam meu cotidiano. A sensação de angústia se instala no momento em que deduzo que o que fiz poderá gerar dissabores. O problema não é ser objeto de recriminações verbais, o que me abriria espaço para argumentar, liberando a negatividade pela fala. Me preocupa que ninguém se manifeste, que se instale o silêncio em resposta à minha atitude, levando-me ao exercício repetitivo da especulação de cenários de conflito e diálogos possíveis.

O pensamento é mais ou menos assim: “está brava/o comigo, mas como não leva em consideração todo o bem que lhe fiz em todo este tempo?” E fico argumentando na imaginação como se estivesse num diálogo de verdade e vou me desgastando até que em algum momento vem um aperto no peito que acrescenta preocupações com danos à saúde. Acabo gerando um estado de nervos ao qual dou veracidade ao ponto de alimentar medos verdadeiros.

Auto convenço-me de que sou uma boa pessoa e que nunca faria mal a ninguém por própria iniciativa. Mas não estendo essa prerrogativa a quem cruza meu caminho. Há uma incorporada desconfiança no íntimo do meu ser que me faz estar em alerta antecipado. É como um kit de “salvação” preventivo para quando identifique possibilidades de comprometimento de relacionamentos afetivos ou profissionais. Uma espécie de mecanismo de proteção, que me alerta frente a sinais de “perigo”, acionando um muro de racionalidade que busca conter a possibilidade de danos emocionais. Dessa forma, buscando me preservar de sofrimentos e infortúnios, estou sempre antevendo o pior.

Uma preocupação se afasta, imediatamente é substituída por outra, e se eleva a ansiedade para tentar entender os medos por trás da grande angústia. Queria muito poder silenciar esse diálogo interno, colocando-me como um observador externo, até que se dilua.

Um sinal recorrente de desassossego se instalou na época em que trabalhava em outra cidade e viajava semanalmente. Sofria preventivamente imaginando que acontecesse algo ruim com a minha família enquanto estava longe. Embora já não seja obrigado a me ausentar de casa dessa forma, nas esporádicas viagens para visitas familiares, caso quem more comigo não me acompanhe, continuo a projetar desgraças.

O mesmo acontece em situações que afetam a saúde, solicitações de exames para verificar eventual anomalia, sempre antevendo o pior diagnóstico nos dias prévios ao retorno ao médico com os resultados. Parecem mecanis-

mos de estímulo negativo para obter uma compensação positiva de alívio ao saber depois que não aconteceu nada.

A Bagagem de Aflições desencadeia preocupações com coisas que estão só na minha mente. Transformo qualquer situação em fator de preocupação. Manchas na pele que vejo no espelho e logo penso em câncer. Notícias na TV sobre doença epidêmica e imediatamente me incluo como alvo inevitável de contágio. Induzo pensamentos sobre alguém que eventualmente pode agir mal comigo, me atacar, e assumo como real essa possibilidade passando a desumanizar essa pessoa, na lógica do inimigo, imaginando não apenas a defesa, mas uma posição impiedosa, num cenário fictício de guerra em que aflora o pior de mim.

Minha companheira me mostra umas fotos, minha filha telefona, são momentos em que a angústia para e se instala a placidez. Não quero que esse estado de espírito me abandone, tudo é mais claro dentro dele. Recupero a racionalidade e me pergunto: O que de fato aconteceu e mudou no presente? Nada fora da emoção ruim criada por mim. Como isso me afeta? Desconforto por pensamentos negativos ocupando um espaço de reflexão que poderia ser fonte de energia positiva. O corpo, na altura do peito, se recente. Para que? Se ajudasse em alguma coisa, mas não.

Antecipar riscos é atividade rentável para empresas de seguros, agências de segurança e organizações de análise política e econômica. Tem sentido buscar estar o menos vulneráveis possível ao imponderável, estabelecendo parâmetros de respaldo financeiro e médico. No entanto, trazer ao imaginário medos inventados e torná-los reais é o cúmulo da insensatez.

Medos advêm de percepções de risco a partir de situações em que se considera não estar no controle das principais variáveis influentes. Parte substancial da decisão independe de mim. Estou exposto. Então faço o seguinte exercício de especulação: o que recomendaria a quem me pedisse aconselhamento? Que palavras de conforto lhe proporcionaria?

Sugeriria fortalecer-se interiormente para que essa realidade objetiva não se torne fonte de quebra da saúde mental e corporal. Que olhe a situação com perspectiva existencial mais ampla do que o significado concreto imediato, questionando-se sobre o que isso de fato representa na imensidão da sua vida. Reduzir o dano emocional enquanto enfrenta o problema real, minando os efeitos da ansiedade.

Mas como fazer isso? Como isolar os ataques de pensamentos angustiantes, que atingem seu ápice quando não há ainda efeitos palpáveis de evento concreto, e se vivencia um estado de sofrimento antecipado pautado na imaginação dos piores cenários?

Algumas estratégias têm auxiliado. As encadeio numericamente sem atribuir-lhes hierarquia ou ordem de aplicação. Sou apenas ansioso, não terapeuta.

1. Mudo o sentido dos diálogos internos. Quando identifico a chegada de pensamentos negativos que antecipam uma realidade inventada, tento iniciar uma conversa gentil que me proporcione alívio abrindo portas de saída: “talvez não percebas, mas me fazes mal, me limitas, me enfraqueces, me entristeces, estreitas os horizontes da minha existência, que já é finita, mas nem por isso tem que ser

diminuída em qualidade. Com que motivo? O que ganhas com isso? Me ajuda a injetar perspectiva na tristeza, para que não se torne presença incomensurável e imprevisível a me manter em padecimento latente”.

2. Respostas unilaterais afirmativas. Frases cortantes como “acho chato pensar nisso, me entedia, passemos a outra coisa”. Ou composições de lugar transformadoras: “Depende tudo de mim. Minha postura determina o tamanho ou mesmo a possibilidade de abalo. Sou livre. Sempre haverá notícias ruins oriundas de situações fora do meu controle, que possivelmente exigirão ações. E por pior que sejam, sei que poderei controlar minha atitude mental, deixando fluir a resposta mais eficiente de que puder dispor na hora de agir. Nada necessita me circunscrever ao medo”. “Não quero ser dominado por temores inventados a partir de eventualidades que sempre acompanham o transcorrer da vida. Chega de exaltar fragilidades de saúde, me justificando em estados de tristeza depressiva atribuídos a marcas de dificuldades passadas”. Ou puxão de orelhas: “Já fui mais forte, não posso me apeguear. Preciso estar no comando. Um dia definitivamente morreremos. Então por que me matar um pouco a cada dia com injeções de medo?”
3. Paro o tempo. Faço um respiro, e tento recuperar a memória de momentos da vida em que me identifico sendo o melhor de mim. Lembro de quando ingressei na Universidade de Buenos Aires com

a perspectiva de me tornar um profissional liberal, e sob o impacto do golpe militar de 1976, fui me transformando em ativista do movimento estudantil. Lembro da repressão que atingiu implacavelmente pessoas muito próximas, marcadamente minha irmã, e a saída furtiva rumo ao Brasil. Da precariedade econômica nos primeiros anos em São Paulo até a retomada dos estudos e a adoção definitiva deste país que generosamente me acolheu. Trago para o presente aquele jovem que conseguia ser alegre, amável, otimista e solidário mesmo quando vivenciava circunstâncias de insegurança e perigo. Ele também faz parte de mim.

4. Relembro cotidianos que associo com normalidade. Uma rotina de cumprimento de afazeres domésticos: refeições, ler, escrever, assistir TV, conversar, alimentar os animais, providenciar a compra dos itens necessários relativos a tudo isso. Saindo da zona de conforto quando se apresentam situações desafiadoras da saúde, finanças, família, trabalho, mas concentrando-me em soluções, para que não representem uma ameaça e consiga manter equilíbrios saudáveis.
5. Dimensiono a pequenez dos meus infortúnios. Penso em relatos de quem viveu de fato situações limite. Como o homem que olha seu filho do poema de Mario Benedetti, lamentando o quanto sente não estar com ele, desfrutar da sua companhia, brincar de bola, mas está na prisão por causa das suas ideias, e mesmo em situação tão vulnerável, afirma

seu livre arbítrio: “Você nem sempre faz o que quer, mas tem o direito de não fazer o que não quer”². Deparado com a violência extrema da tortura para que revele informações sobre pessoas e lugares, reivindica o espaço da liberdade: o xingamento dos algozes e o silêncio.

6. Busco rememorar pensamentos angustiantes. Quando começaram? Rastreei aos tempos em que nasceu minha filha, que coincidiu com a perda repentina do emprego e a decisão de me afastar da política. A militância preenchia expectativas de inserção no mundo e o fim criou um vácuo de perspectiva de vida. Aumentou a responsabilidade pela condição de pai e o futuro econômico se tornou incerto. Vivi tempos de fluxos persistentes de assombrações perturbadoras. Meses depois consegui uma inserção profissional desafiadora, que se tornou espaço convergente de desejos e realizações. Começou uma nova etapa em que a vida afetiva ganhou equilíbrio. Houve angústias, pensamentos negativos e problemas concretos, mas foram enquadrados na estrutura vivencial da família.
7. Faço uma lista de desejos. Nesses processos de angústia é como se estivéssemos em estado contínuo de defensiva, esboçando estratégias de proteção frente a ataques que se afiguram como perspectiva permanente. E desaprendemos o lado da vida em que projetamos vontades.

² Mario Benedetti *Hombre preso que mira a su hijo* (<https://www.poemas-del-alma.com/mario-benedetti-hombre-presos-que-mira-a-su-hijo.htm>)

Desejos para os meus semelhantes: que minha filha se realize profissionalmente e surja tratamento eficaz para sua doença; que minha companheira se mantenha livre de dores no corpo e da mente; que os meus pais e irmãos tenham bons e longos anos pela frente. Desejos para mim: que a saúde não me traga dissabores incontornáveis, que o emprego esteja em sintonia com minhas expectativas profissionais e financeiras.

Se tudo isso acontecer, ficarei em paz? Se não acontecer, ficarei em paz? Depende disso ou da minha própria paz de espírito?

8. Projeto cenários agradáveis, concentrando-me no que sou para além de pensamentos perturbadores. Imagino o retorno a casa de uma viagem, em que me espera aconchego, amor, placidez, e nenhuma notícia negativa mudará o fato de que disponho dos meios para lidar com o que for. Então para que antecipar? Penso na vida tranquila que quero levar, para a qual me esforcei, e tenho tudo o necessário. Por que não ficar apenas sonhando acordado com a felicidade presente?

No nosso lugar no mundo, realizamos os afazeres cotidianos entre absortos e distraídos, totalmente imbuídos do sentido que atribuímos à vida. Me vem à mente: “vive o presente com tudo o que ele te proporciona sensorialmente, desfrutando dos afetos, do amor, da corporalidade, da possibilidade de dar e receber”.

Sempre poderá haver infortúnios que interrompam situações de estabilidade. Se e quando acontecerem, veremos o que fazer. Antecipar-se em pensamentos significaria tornar o infortúnio condição permanente da vida.

9. Gero confiança em diversas frentes para diluir medos. Assumir posturas corretas no meu comportamento, desmotivando o desejo alheio de me fazer mal; buscar segurança material para amenizar possíveis danos, considerando a possibilidade de ter perdas, mesmo que injustas, mas que não irão comprometer meu plano de vida; gerar paz de espírito a partir da valoração do que realmente importa.
10. Desarmo bombas relógio. Durante reunião no trabalho em que tinha que fazer uma apresentação, se esboçou a chegada da ansiedade e comecei a pensar em como lidar: peço compreensão de quem assiste e saio da sala, ou me adapto à situação buscando relaxar até que chegue minha vez de falar e que aconteça o que tiver que acontecer. De repente, a paz se instala e me sinto bem, sem nenhuma pulsão no peito, e a intervenção flui. Foi como se esses pensamentos dessem um sinal ao ataque de ansiedade e o desarmassem.

Tendo a demonizar pessoas imaginando posturas reprováveis com relação a mim. Mas as vezes isso se transforma em obsessão, com pensamentos reiterados que vão transformando em ogros seres que, como todos os humanos, são complexos, não redutíveis a uma sentença absoluta. Tento desarmar esse

processo mental pensando nas virtudes que enxergo nelas, estabelecendo um balanço que as humanize e desanuvie a mente.

Ao fazer o registro de incômodo com pessoas e situações, explico sua natureza, origem e forma, com o intuito de isolá-lo e diluir sua influência até se tornar irrelevante.

11. Manobra diversionista. Mudo o foco dos pensamentos para um alvo distante. Inundo a mente com situações que considero injustas na política, na economia, na sociedade, no meio ambiente, no trato da fauna e da flora, nos serviços pagos que não correspondem à qualidade mínima requerida. Pelo menos o aborrecimento assume uma face mais realista e objetiva.
12. Identifico gatilhos da ansiedade. Horários mais comuns em que se manifesta. Motivos frequentes, como potencial situação traumática a partir de pensamentos sobre eventos possíveis, embora improváveis, reuniões, ida ao médico ou a lembrança de compromisso daqui há alguns dias.
13. Faço uma linha do tempo.
17-27/10. O pedido de exame laboratorial desencadeou uma forte ansiedade até ver o diagnóstico. Aflora com força paralisante momentos antes da consulta.
01/11. O diagnóstico foi favorável, foi-se essa fonte de ansiedade e do nada aparece outra no caminho ao trabalho. Começa a desenhar-se a tensão

pelo exame de avaliação da semana que vem sobre mudança de categoria no emprego.

05/11. A tomada de consciência ajuda a diminuir a presença da ansiedade, torna-se mais controlável, porém incomoda. Limita meus momentos de descontração, de desfrute do cotidiano. Fico na defensiva frente a eventual novo ataque. Me tira espontaneidade.

5 a 12/11. Não tive situações emergenciais.

13/11. Dia descontraído no trabalho.

14/11. Fui deitar e senti angústia no peito de forma intensa e ininterrupta e decidi observar para entender a origem e o significado. Me veio uma imagem dizendo “você quer viver para que?” e respondi que de fato não tinha resposta, e que a questão de fundo era ir atrás de uma resposta.

15/11. Acordei bem. Sai a caminhar e frente a um sinal de desconforto psicológico, comecei a pensar na origem, e logo me veio a questão do vazio existencial, e fui refletindo sobre isso. Pensei: “estou num momento privilegiado, muito bem acompanhado, estável, com tempo, lucidez, saúde”.

18/11. Acordei de madrugada, umas 4 horas, bem, mas perdi o sono pensando sobre a vida, e aos poucos fui sentindo incômodo.

21/11. Comecei a tratar da ansiedade por conta própria, incorporando o que tenho lido sobre perspectivas holísticas. Acendi velas, incenso, selecionei pedras e cristais que agrupei em torno do peito e do abdome, deitei-me olhando para as chamas e medi-

tei esvaziando a mente de pensamentos. Me senti renovado, dormi bem.

25/11. Saio a caminhar, vem uma leve ansiedade, tento alterar o conteúdo do diálogo interno e surgem pensamentos diferentes: “mesmo que em diversas situações da vida ocupemos funções, elas não nos definem. Devemos nos libertar da noção de que respondemos a funções, sejam profissionais, familiares, relacionais. O apego a funções nos aprisiona com medos, expectativas mesquinhas, investimento de energia”.

28/11. Acordei com pensamentos questionando a qualidade do lugar em que moro, especulando sobre a mudança. E depois refleti sobre como sou limitado. Crio esquemas, me encaixo neles, nas expectativas por eles estabelecidos, e me auto aprisiono. Por que não deixar simplesmente fluir e só me preocupar quando surgir algo concreto a resolver?

A linha do tempo revela uma mente que cria e circula por lugares e não lugares. Formas de estar no mundo ativadas pelo pensamento. As angústias, ansiedades e estratégias de resposta nos involucram em emaranhado de situações. Sou Eu aqui e agora, me projetando em circunstâncias a futuro, ou me resgatando em versões do passado.

Estâncias em cenários da minha imaginação sobre o possível, o provável, o almejado e o indesejado. Projetando-se do corpo em temporalidades interrompidas por chamados da consciência. Retorno aos intercâmbios afetivos e profissionais, aos afazeres domésticos, aos desejos à flor da pele, ao território da fala.

Recipientes

Há dias de sonolência ininterrupta. De horas lentas mal preenchidas porque sim, em que tudo é uma imensa lagoa na qual me afundo, cego.

Às vezes meu corpo acorda para uma sombra, mas consigo silenciar sua ansiedade e minha suave agonia o envolve novamente.

Tudo está parado, em seu lugar (me refiro aos objetos), mas eles têm aquele gosto espesso que me atormenta e aprisiona. É que enquanto tudo é natural não se fazem notar, transcorro por eles com descuido, de passagem, porque existem em função de mim: uso a cama para o sono, a mesa para o trabalho, a música no repouso, cada coisa em seu momento.

Mas agora, nessa lentidão ociosa, procuro dormir na cama, mato o tempo em distrações. A vida interior não basta. Estou eliminando tudo o que me foi dado, uma origem, um cenário, um personagem e um enredo.

Terminei com a origem e o personagem, mas o resto continua igual, e é em dias como este que o conflito fica mais acirrado. Quando paro para pensar e me desespero vendo meu corpo agarrado a objetos.

Olho para os livros da biblioteca, para os discos, para o guarda-roupa, para os vinhos armazenados, olho meu corpo no espelho, quantos recipientes de nada, guardando tudo. Pensamentos, sensações, sabores cuidadosamente aprimorados, estocados, expostos para uma plateia escolhida que me justifica. Como se tudo não fosse mais nada do que isso.

Não receio perder aquilo que não desejo profundamente. Numa viagem finita, melhor aliviar a bagagem de objetos, valores e imagens construídas. Ajudaria um refúgio que me liberte das urgências do desempenho de um papel.

Suspenso no tempo, sem uma audiência viva ou imaginária. Aqui fora continuarei respondendo, resignado, às categorias e aos espelhos. Possuído pela indiferença, aos poucos, intermitentemente, mas persistentemente, vão-se afetos, desejos, interesses, expectativas, sem limites. Existem limites?

3. ADULTO

“Meu bairro era assim, assim, assim.
Quer dizer, sei lá se era assim?
Mas eu me lembro assim!”
Anibal Troilo¹

A angústia é como névoa que obnubila o fluir da racionalidade compreensiva. Mas tem um lado disciplinador, quando me predispõe a expectativas menos pedestres sobre a vida.

Parece como que o relato escrito de ataques da Bagagem de Aflições repercute na mente, e sem dar-me conta, perspectivas de recaída dão lugar a sensações de paz.

Trata-se de um processo de aprendizagem em que as respostas aos pensamentos angustiantes vão sendo incorporadas até tornar-se parte constitutiva de mim, diminuindo ou desarmando a atividade mental de ataque-defesa.

Na esfera da territorialidade material, pelas circunstâncias de mudança de emprego e cidade, vivo em parte na transitoriedade do passageiro, do não-lugar. Não estou plenamente aqui, nem aonde vou. Diferentemente de uns meses atrás, em que ia realizando sem urgência as tarefas de separação do que ia levar e deixar, como algo distante, ago-

¹ Anibal Troilo *Nocturno a mi barrio* (<https://www.letras.com.br/anibal-troilo/nocturno-a-mi-barrio>)

ra vai chegando o momento da partida e se revelam constantes angústias pensando na casa, no jardim, nas plantas. Vou gerando pensamentos de sofrimento pela lealdade à memória do que foi construído, situações e personagens vivenciados, não me permitindo sentir felicidade pelo início de uma nova vida em lugar que escolhi.

Parece que o tema é a saída da zona de conforto. Vão desfilar na mente espaços e personagens que me acompanharam na casa. Não imaginei que seria assim. Não estava preparado. Apenas fui me ocupando do racional e de repente aflora o sentimento de estar deixando o lugar em que transcorreu parte significativa da minha vida. Recorro à estratégia do “desejo para mim”: “que esta dor seja uma tristeza a se transformar em saudade sadia, que enriquece a memória e ilumina o futuro”.

Olho para os bens materiais que não se encaixam na nova moradia. De fato, foram aquisições para o conforto, sem vida própria fora do significado que lhes atribuo. Se bem as vezes vinculamos lembranças a objetos que nos acompanhavam circunstancialmente, são os entes queridos que marcam a trajetória, destinatários do nosso amor incondicional.

Nos significados da mudança, há a ponderação do que fica para trás, itens intransferíveis, objetos, moradia, cidade. Por que não viver esse presente com leveza e desapego? Parece que tenho contas pendentes que resolvem se manifestar em pensamentos perturbadores, como expressão de dissabores acumulados. E minha resposta automática tende a incorporar o instinto animal de defesa, esperando sempre o pior, porque se ele acontecer, estarei preparado, e se

não, viverei por instantes a plenitude do alívio. Mas tento reagir a tempo, substituindo o corrosivo diálogo interno da Bagagem de Aflições pela expectativa de bem-estar com pessoas queridas, renovação da vida, aberturas profissionais. Bagagem de Alegrias.

Sempre haverá incidentes cotidianos que atentam contra coisas que acreditamos, expectativas sobre outros/as, fatos que não controlamos. E se deixarmos, a calma nunca se instala.

Sinto como que há um “eu” se esvaindo. Mantenho lembranças do que vivi, observei, li, mas sem que inspirem as mesmas emoções. Voltando a Ortega y Gasset, as circunstâncias estão em evidência, diferentemente de “quem sou eu?”.

O horóscopo de hoje acerta nas minhas inquietações e as encoraja: “Não tenha medo das mudanças e das incertezas. Tudo flui para o melhor, mas é necessário confiar. A vida pede de você mudanças em seus pensamentos e um caminho filosófico mais atuante. Você está em processo de autodesenvolvimento e transformando as suas crenças²”. Ainda não tenho clareza para onde caminha essa transformação de crenças, mas sei que estou em meio delas e me deixo levar.

Durante um bom tempo a militância me definiu, e mesmo que a valorize como marca de identidade insubstituível, fui Desaparecendo. Fora aspectos teóricos e doutrinários que me separavam, me dei conta que estava se esvaindo um componente importante da minha postura

² <https://93noticias.com.br/noticia/56672/horoscopo-do-dia-24-04-2021-para-todos-os-signos>

ativista, o instinto polarizador. Frente a quem assume posições que me contrariam, que antes imediatamente classificava e enfrentava, passei a enxergar o que posso aprender, avaliando posteriormente formas de proceder. Não porque me considere um altruísta na relação com o Outro, trata-se da convicção de que o aprendizado é sempre um enriquecimento pessoal, e quem partilha das mesmas ideias e visões de mundo acrescenta menos ao nosso patrimônio de quem está no campo oposto. Podemos aprender de tudo ou um pouco de tudo o que tocamos.

Sou observador interessado de crenças, religiões, visões de mundo que projetam campos metafísicos, mas assim como na época da militância, mesmo identificando o enaltecimento sincero de valores humanitários para uma vida pautada na felicidade coletiva, me afasto quando visualizo sinais de espírito de seita, de uso de termos, mais ou menos depreciativos, que buscam apresentar outros cultos como desvios da “verdadeira fé”.

Desde a juventude, a vida se me afigura como sucessão de intensos intercâmbios existenciais em espaços que habito e as vezes abandono. Absorvo experiências, energias, afetos, saberes, e de repente, em algum momento, vem a completude. Pausadamente me distancio, buscando evitar rupturas e ressentimentos. Se instala um tempo de desapego, intercalado de momentos de tédio e ansiedade, até o vislumbre entusiasta de novo campo de interação. Foi assim com a política e a profissão, mudanças de curiosidade ressignificam interlocuções.

Quando uma nova forma de dar sentido à vida nos preenche, valorizações correntes tendem a ser subordinadas,

ou simplesmente ignoradas. O personagem se relativiza, desaparecemos dele, e nos tornamos estranhos ao ambiente antes frequentado.

Vou identificando desejos que sistemática e velozmente me dedico a realizar até atingir sentimento de completude. Só que mais do que uma busca por satisfação que me proporcione qualidade de vida, parece as vezes como se perseguisse a saturação, talvez acreditando que dessa forma irei eliminando distrações em direção a uma existência cuja liberdade se pautar pela ausência de desejos. Como se não desejar nada fosse presságio de muito.

Consumi tudo o que consegui comprar. Sobrou minha insuportável e depressiva superficialidade. Talvez possa dizer, após ter circulado à vontade pela vida mundana: “Não vai atrás dessas coisas, eu sei por experiência que não trazem a verdadeira realização”. E aqui tem dois lados: muito confortável aconselhar desde a saciedade a quem vive a carência como condição permanente, mas ao mesmo tempo, é sedutora a perspectiva de conseguir olhar sem deslumbre de desejos e ambições. Território do incorruptível? Parasita, vampiro, viajante curioso pelos universos possíveis da existência finita? Todas ou nenhuma das anteriores? Algo para se preocupar ou apenas deixar acontecer?

Acossado de preocupações com situações reais ou imaginadas, soluciono uma e automaticamente surge outra que estava oculta. Mas nada trágico está me acontecendo, e sei por experiência que quando de fato acontece, consigo ser objetivo. Então por que as expectativas de problemas não são substituídas por expectativas de alegria? É que vivo novamente o trânsito pelo Desaparecer de mim, ainda sem

projeto, sem narrativa de futuro. No Eu anterior, problemas eram questões a tratar na medida em que surgiam, não alimentavam um estado constante de melancolia. Agora parece que vivo um “não lugar”, e me invadem incertezas que marcam o ritmo do meu estado de ânimo.

Vazio existencial, sensação de ausência, de desapego de expectativas que me preenchiam. Desejos de consumo material associados a imaginação consumista para além de necessidades inevitáveis, de transcendência, reconhecimento que alimentavam energia para projeção na profissão.

A perda de pulsões desejantes me torna menos ansioso, reduz fontes de preocupação e angústia, me dá perspectiva para além do material. Sei que se trata de uma fase de transição para outra visão de mundo que irá preenchendo os vácuos e renovando a vida. Ainda estou às cegas, e disso se trata o vazio que sinto: desapegos que não se traduzem em novos apegos. Mas há indicadores que sempre associo a que, mal ou bem, está havendo alguma superação: lembrar de pensamentos e atitudes que tive no passado e sentir vergonha alheia. Um olhar retrospectivo de atitudes e pensamentos em que tomo consciência do idiota que sempre nos habita. Parece que foi em outra vida? Era outra pessoa? Outro universo?

Toda futura interação passa a ser resultado de eventuais novidades da minha vida. Menos dependentes do ambiente externo, algo que, por definição, não controlamos.

O desaparecer de mim traz um sentir mais livre, despretenso, e ganha espaço um olhar olímpico, vendo o todo acima das partes. São objetos, são espaços, que consumo e habito. Me definem para olhares externos?

Sim. Os introjeto como parte de mim? Às vezes, inclusive quando os invento e os torno reais. Deixar fluir. Não me levar tão a sério. Assumir a consciência de ser um grão de areia no deserto.

As vezes pensamentos me puxam para a valoração de bens materiais, de reconhecimento. Outras desapego de medos, receios, temores, preocupações, prevenções, objetos e pessoas que me ancorem a um lugar, a um roteiro de vida.

A vida transcorrendo ao ritmo de circunstâncias, ideias, desejos e ações. Uma série de episódios com um personagem em continua desapareição de si, em frequências diferentes, ancorado num corpo físico.

Strangers in the night

Viver um grande amor não é uma meta, às vezes vem e me faz feliz, ou nunca chega sem que isso signifique carência. Quero realizar coisas no trabalho, ou mudar de emprego, fazendo o melhor que consigo, e fico fugazmente empolgado quando isso se realiza, mas não desesperadamente desapontado quando se frustra, porque existe o que não depende de mim, basicamente, é apenas uma profissão. Existe também a convivência por obrigação, que às vezes incomoda, mas sou livre na escolha do que incluo na minha privacidade. Posso viver em paz quando sinto não precisar de nada que não esteja ao meu alcance.

Persegui a vida tantos anos, que vivi atrás de uma ideia. Agora creio compreender simbologias que demarcam antes e depois significativos.

A morte de Frank Sinatra, anunciada pela idade avançada, me impactou mais profundamente que o assassinato de John Lennon. A influência dos Beatles foi existencial, além de artística, e se faz presente até hoje em hábitos e gostos. A vida de Frank Sinatra pouco me diz, apenas ouço esporadicamente suas interpretações musicais, mas quando morreu, senti como se tivesse perdido algo importante.

Num dia desses, após assistir novamente o filme *Um homem e uma mulher*, percebi por quê. Marcou o fim de uma época, entre os meus 12 e 16 anos, quando era mais um espectador do que um protagonista.

Lembro dos meus pais e casais amigos num jantar em casa conversando sobre a cena em que Anouk Aimée e Jean-Louis Trintignant estão na cama, embaixo das cobertas, nus. *Strangers in the night*. Isso merecia na época uma longa e argumentativa discussão sobre sexo.

Vejo os rostos sorridentes de *invejáveis* e *exclusivos* ícones do *Jet Set*, expressão gráfica de tempos com forte semblante europeu. Alain Delon, Brigitte Bardot, Salvador Dali, Aristóteles Onassis, Veruschka...

Havia também os longos e deliciosos verões com meus avôs na pequena cidade em que nasci.

Meu avô paterno saiu de casa aos 11 anos e trabalhou duro até construir seu próprio negócio de Secos e Molhados, expandindo-se depois para outros ramos. Era dono do Hotel central da cidade, onde recebia visitantes ilustres em turnês pela Argentina profunda. Lembro de ter ouvido que ali se hospedaram o campeão de box José Maria Gatica e o músico em início de carreira Astor Piazzolla.

Meu avô materno era médico, diretor do hospital, de forte personalidade, homem realizador e respeitado, deu nome a uma rua da cidade. Conta minha mãe que receberam Piazzolla para jantar, e no meio da sobremesa, frente ao irrecusável pedido do anfitrião, ouviu meu tio, então com 12 anos, interpretar ao piano o tango Malena.

Tem também o que presenciei. Suas impositivas lições defenestrando o comunismo frente ao olhar irado dos meus jovens tios esquerdistas. O cotidiano desfile pela porta da casa de bicicletas e charretes entregando pão, leite, frutas, verduras, carne, encomendas desde Buenos Aires com charutos cubanos, vinhos, coleções de livros, discos. Era, mas não se chamava *delivery*. Havia conexão com o universo da oferta global de consumo, mas sem internet ou televisão, apenas o jornal *La Nación* que chegava pelo trem no final do dia, e o trânsito de persuasivos caixeiros viajantes com infinidade de catálogos impressos.

Anos de plácido aprendizado, observando e ouvindo os adultos da família. O estilo empreendedor, executivo e austero da casa dos pais do meu pai. A política como ingrediente do convívio familiar e o modo *bon vivant na casa dos pais da minha mãe*.

Aos poucos, a cultura do rock foi me apresentando um mundo exterior que se afigurava infinito e imprevisível, e fui capaz de interpretar o sentido da vida e da morte de Brian Jones, Jim Morrison, Jimi Hendrix e Janis Joplin. Mas foi diferente com Frank Sinatra, como será diferente quando se for o último dos Beatles e dos Rolling Stones.

Alguém perceberá de repente o desprendimento de fragmentos da sua existência, abrindo passo à consciência do livre-arbítrio. Instalou-se a solidão do adulto.

4. LUTO

“Os cantores de rádio podem desaparecer
Os que estão nos jornais podem desaparecer
A pessoa que você ama pode desaparecer
Aqueles que estão no ar podem desaparecer no ar
Quem está na rua pode desaparecer na rua
Os amigos do bairro podem desaparecer
Mas os dinossauros vão desaparecer”.
Charly Garcia¹

A forma corporal se foi, e seu estar físico no mundo, os gestos, comportamentos, ideias, afetos e desafetos, cessaram. De tudo isso, fica sua memória em mim, que visualizo em fragmentos de situações compartilhadas. Saudades.

Se instala a ausência-presença de tantos anos compartilhados: compilo as fotos de momentos em comum, cartas, que não são tantas porque logo após nos conhecermos apareceu o e-mail.

A todos pode tocar-nos um dia estar intensamente presentes em momento absoluto da vida de um ente querido. Quando sucede, estamos frente a um privilégio. Fomos convidados a compartilhar dimensão única da sua existên-

¹ Charly Garcia *Los Dinosaurios* (<https://www.letras.mus.br/charly-garcia/197557/traducao.html>)

cia, a partida. Agraciados com a permissão para que estejamos juntos, zelando, cuidando.

Relações intensas e longas no tempo comportam muitos momentos de felicidade, que são os que irrompem, soberanos, no imediato da perda. Com o tempo reaparecem memórias de desgostos por visões diferentes, interesses encontrados, discussões em que cada um se esforçava em mostrar sua pior face. Carrego na bagagem boas e não tão boas recordações que se manifestam pelo que ficou como herança revivida.

Como são complexas as relações duradouras! Com seus recorrentes “finais inevitáveis e irreconciliáveis” e os contínuos recomeços como se nada tivesse acontecido. Talvez por isso sejam duradouras.

Há gente muito solidária. Uma garota de outro país que apenas conheço pelo Facebook me enviou um vídeo com uma história que falava de perdas. Me fez bem. Há pessoas que tentam dar apoio, mas as vezes atrapalham. Recebi e-mail de uma colega dizendo que tinha sonhos com quem perdi e lhe aparecia triste, interpretação que fazia a partir da sua crença sobre como transcorre a vida após a morte, atribuindo-se a liberdade de emitir um juízo: “você deveria estar atento para isso, ela está inconformada com a partida”. Agradei polidamente, mas deixei claro que não era algo que gostaria que me dissessem. “Respeito tuas crenças, mas neste caso não me ajudam”. Lembrei de Pablo Neruda: “Quantas igrejas têm o céu?”²

² Pablo Neruda *El libro de las preguntas* (https://nerudavive.cl/descargas/libro_preguntas.pdf)

Busco estabelecer lealdades à sua memória. Crio parâmetros sobre como agir para continuar sendo fiel a ideias e vivências anteriormente compartilhadas e as vezes acabo construindo estruturas mentais que aprisionam meu presente. Sem saber separar comportamentos pautados em valores e princípios frente a novas situações, de um sentimento que me induz a imaginar-me portador de dívida eterna.

Carrego remorsos, e busco me desculpar ativando um diálogo interno que lhe dê coerência ao que pensei e fiz como parte de algo sem malícia. Parece que me justifico por um lado imperfeito de mim. Resultado de circunstâncias? Medo de castigo?

Para além de que possa ou não ser uma possibilidade, dependendo das crenças das quais somos portadores, rever responsabilidades em eventos passados nos disciplina a fazer exame de consciência sobre nossa Bagagem de Mesquinharias e lidar com elas.

Estão as coisas que nos acontecem, sobre as quais podemos ou não ter influência, e está o sentido que atribuímos a elas, que é sempre algo subjetivo, construído por nós, ou incorporado de outras construções.

O que houve com a pessoa querida que se foi, inevitavelmente acontecerá comigo. Poderá mudar a forma, a idade, mas é o que me aguarda. Pretendo viver plenamente, contextualizando as recordações, sem perturbações por sequelas que de fato, estão só no pensamento.

Companhia

Desfruto do tempo da atenção plena em companhia, e o recolhimento individual é mais prazeroso sabendo que quem convive comigo está ali, também em paz, fazendo suas coisas. O estar junto, combinando os momentos da privacidade e da convivência.

Luto é solidão, foi-se quem me dava senso de completude. Humanos ou não, sua passagem nos integra à sua existência.

Não estava preparado para a morte do meu cachorrinho. Presença cotidiana inestimável, sempre ao meu lado, e ao mesmo tempo exigente com seus desejos, me chamando a que lhe dê comida, para que abra a porta da frente para olhar a rua, latir para gatos e cachorros que passavam, e me fazendo limpar o xixi que espalhava pela casa que era totalmente sua.

Imaginava a possibilidade de que partiria em algum momento, mas não estava em meu horizonte imediato, era algo incerto, que não rondava meus pensamentos. E de repente ele amanheceu diferente, no meio da comida uma tose que tinha começado a se manifestar esporadicamente uns dias atrás lhe fez desistir de terminar o prato. Imaginei que fosse do estômago e como não aparentava dores no corpo deixei o dia avançar. De noite foi ficando inquieto, precisava estar em pé e não se deitava dormitando como de costume. Chamei o veterinário, mas em meio à consulta o coração parou de funcionar. Ele me disse que não sofreu, foi repentino e rápido. Não estava preparado, o vazio é grande. Cãozinho ímpar, como sinto tua falta!

Poucos meses depois partiu meu cachorrão. Seu envelhecimento era visível. Lhe custava levantar-se, dormia durante boa parte do tempo, mas comia bem. Pareceu um dia normal na sua rotina, fez as refeições da manhã e da tarde, mas de noite começou a vomitar sem parar, andando pelo jardim agitado tentando se livrar do mal-estar. Liguei para o veterinário mas caía na caixa postal. Eram as 21.30 de um sábado. Não teria feito diferença. Rapidamente foi ficando cansado e se deitou no chão ao meu lado, respirando com dificuldade até que silenciou. Sinto algum consolo por haver estado presente, tentando lhe dar conforto com palavras e caricias.

Foram 15 anos, cachorro de bom temperamento, inquieto, grandão e ardeiro, entrando na casa para roubar pão da mesa, hiperativo. Diferentemente do pequeninho, foi treinado como protetor. De saúde exemplar, nunca ficou doente. Impressionava pela beleza e pelo respeito que seu porte impunha.

Todos partiremos algum dia, meu desejo é que seja bem cronometrado e que quem vai por último tenha cuidado bem de quem se foi antes.

Desentristecimento

Amores preenchem com alegrias e preocupações. O luto traz a tristeza da perda, mas também é início do caminho de desentristecimento.

Partilhar da intimidade do transcurso de partida de um ente querido me transporta a um território integrador entre onde está e estou. E a realidade como a conhecia já

não será a mesma. Uma conexão exclusiva se estabelece, redefinindo o que acreditava ser a vida real.

O que estaria fazendo agora se estivesse aqui? Recorro a recordações e as ordeno num cenário que inventa o cotidiano que desejo.

Com meus irmãos lembramos frases do nosso pai que nos acompanham desde a infância. E frente a situações corriqueiras do presente, sancionamos opiniões com a sentença oportuna de “como diria o papai”. Com humor, sem tristeza, memória viva de uma sabedoria construída e invocada em significados atribuídos para cada ocasião.

A partida de pessoas mais velhas se me afigura como se fosse uma morte diferente. Em algum instante significativo do avanço da idade, difícil de precisar, inicia-se uma espécie de contagem regressiva que vai outorgando um sentido de naturalidade à passagem.

Nas últimas vezes que estive com minha avô materna, assisti por momentos seu desaparecer de si. Em meio à conversa, introduzia relatos dela em situações curiosas. Mencionava diálogos com pessoas que eu não conhecia, sobre eventos que pareciam atuais mas que de fato sabia que não se referenciavam em lugares fisicamente compartilhados, seus contatos pessoais e telefônicos eram limitados. Desaparecia e reaparecia transitando por universos paralelos.

De família de imigrantes bem-sucedidos. Criada em ambiente de valores seculares, gosto pelas artes, mas paradoxalmente sem preocupação com a educação formal. Cursos apenas o primário, e o ambiente doméstico sem urgências e preocupações completou aprendizado conduzido para um bom casamento. Sempre foi uma exímia

contadora de histórias e me tornei ouvinte privilegiado de memórias mais parecidas com uma *Belle Époque* do que o “século XX cambalache problemático e febril” de Enrique Santos Discépolo³.

Numa manhã, saiu a caminhar com a cuidadora, como sempre, impecavelmente penteada e maquiada, com as roupas do seu sempre renovado vestuário, e discreta nas joias. De repente, desvaneceu na rua.

Cento e um anos vividos com serenidade, prazer, sabedoria e generosidade. Sofreu adversidades, recebeu notícias tristes, perdeu entes queridos, mas sua especialidade era construir pontes sobre os abismos. Sem escapismos, apenas a plenitude de quem se apropria do tempo e cria sua eternidade. Sem desejos aprisionados no passado ou em futuro incerto. Sem adeus, apenas um tranquilo anoitecer, cena de fim de tarde protagonizada por mulher excepcional.

Não sei se é assim, mas o sinto assim. Os bons, humanos ou não, realizam sua passagem no tempo que parece mais certo na avaliação de quem fica. Lembro deles na plenitude, nos universos aos quais me apresentaram e pude ser parte, e me desentristeço. Como na canção de Silvio Rodríguez, “sou feliz, sou um homem feliz, e quero, que me perdoem, por este dia, os mortos da minha felicidade”⁴.

³ Enrique Santos Discépolo *Cambalache* (<https://www.letras.mus.br/carlos-gardel/406210/traducao.html>)

⁴ Silvio Rodríguez *Pequeña serenata diurna* (<https://www.musica.com/letras.asp?letra=1031151>)

Violência

Verão de 1978. A cada amanhecer em Buenos Aires somos menos. Foram tantos e hoje Patrícia. Nas perdas pessoais compreendemos a dor anônima, aquela de sempre, cotidiano dos povos.

As notícias anunciam uma implacável repressão. Vidas violentamente interrompidas, que desaparecem repentinamente, fisicamente longe de nós, sem sabermos ao certo como e quando aconteceu.

Não senti o impacto imediato do luto no sequestro da minha irmã por agentes da ditadura. Durante oito anos constou como “desaparecida”, até que o retorno da democracia permitiu o julgamento desses tempos sombrios.

Recuperou-se a memória, tornaram-se públicos vítimas e algozes, e soubemos por testemunhas o que houve com ela. Tinha 19 anos, e enquanto era torturada, alguém na mesma situação, mas que sobreviveu, a ouviu dizer: “papai, porque me fazem isto?”.

Não a vi sendo sequestrada, torturada e assassinada. Por oito anos, mesmo sabendo que desaparecer era uma sentença de morte, ela permanecia em espécie de suspensão de tempo e espaço. E as recordações do que vivemos juntos na infância e adolescência se me aparecia fixa, alheia a devaneios e invenções. Uma jornada inacabada, sem o tempo certo para se despedir e chorar.

Há muita gente solidária. Driblando o anonimato forçado do desaparecimento sem data e lugar, foram se espalhando pelo país placas nos locais confirmados dos seques-

tros. Finalmente a memória das vidas roubadas encontrou seu registro físico.

A instalação da placa aconteceu em ato público. Família, amigos e colegas discursaram e cantaram músicas que ela gostava. A maioria dos rostos me eram familiares. Entre os desconhecidos, fiquei fascinado pela singularidade estética de uma mulher. Alta, mais de 60 anos, sorridente, de boas vibrações, loira, com o tingimento do cabelo expirado há alguns dias, bermuda masculina, cinza, feita de sarja, cortada com tesoura, sem bainha.

Parecia não se preocupar com aparência, moda, ou ao contrário, se importava a ponto de criar sua própria figurino para impressionar o público que selecionou ao longo de sua vida. Tanto faz. Apenas pensei: “que figuras nos legaram os anos 60”. Passaria despercebida num happening ou apresentação de Velvet Underground, mas estava ali, única, ímpar, me transportando ao passado em trem imaginário de múltiplas paradas. Um Buenos Aires adolescente, uma família, um bairro de amigos e romances ternos. Um Buenos Aires existencial, solitário, noturno, melancólico. Um Buenos Aires político, de presença popular marcando as ruas. Um Buenos Aires de impertinências, ousadas, amores interrompidos. De uma irmã que não mais vi.

5. REFÚGIOS

“Pensamentos vagueiam como um
vento inquieto
dentro de uma caixa de correio. Eles
vão caindo cegamente enquanto fazem
seu caminho através do universo.”
The Beatles¹

Fui ao almoço comemorativo da formatura do colégio. Reencontrei colegas que não via há décadas. No salão, antes de irmos à mesa, circulamos intercambiando breves conversas. “O que andou fazendo? Casei, trabalho com ...”

Integro-me a uma roda numerosa e ruidosa em que distingo um antigo companheiro de classe falando alto e provocando risadas. Em sequência de lembranças que parecia uma metralhadora, relatava histórias de tempos imemoriais plenas de detalhes, anedotas que pareciam de outra vida. Senti-me transportado a uma festa de aniversário de 15 anos. De repente, o rapaz interrompeu uma das suas infinitas recordações, reparou para uma colega, e disparou: “Espantinho quatro olhos!”. “Lembra de como te chamava na escola?”. Deu uma longa, e solitária, risada. Ficamos paralisados, sem saber o que dizer, vergonha alheia.

¹ The Beatles *Across The Universe* (<https://www.letras.mus.br/the-beatles/166/traducao.html>)

Existem necessidades, desejos, frustrações e formas de inserção à la carte em que seres humanos se amparam ou amontoam, às vezes com fraternidade, outras com agressividade. Mudam cenários e personagens, mas foi e continua sendo assim. O que na época passava como travessura cruel de crianças e adolescentes, hoje chama-se bullying.

O meu antigo colega me lembrou a canção de Chico Buarque de Holanda: “O tempo passou na janela e só Carolina não viu”². Parte dele ainda vive no universo da escola secundária. Talvez seja a época que mais marcou sua existência e necessite retornar e permanecer por instantes em lembranças renovadas e recriadas, na leveza daquele garoto que foi, ou acredita ter sido. Ancorado nesse refúgio da adolescência.

Há temporalidades vivas pelo nosso desejo de restitui-las, outras em que o tempo morre, de causas naturais ou por assassinato.

Sempre priorizei o componente do trabalho vinculado estritamente à minha área de formação, em que me sentia soberano. Mas paralelamente, existiam demandas administrativas, que não podiam ser completamente evitadas, inclusive porque havia uma certa sedução pelo envolvimento em experiências diferentes, ascensão funcional e retribuição financeira.

Fazia carreira assumindo responsabilidades, investindo tempo, esforço, assimilando pressões por desempenho, me colocando na permanente disjuntiva de escolher o que acrescentar, deixar de lado, priorizar ou subordinar. Comecei a sentir como uma aceleração do tempo, os anos

² Chico Buarque de Holanda *Carolina* (<https://www.letras.mus.br/chico-buarque/45122/>)

transcorrendo muito rápido em continuadas viagens e reuniões, e a casa parecendo a morada de um passageiro, um não lugar.

Em algum momento, a cada ideia de projeto ou de iniciativa profissional, começou a se manifestar um pensamento questionador: o que isso de fato acrescenta? Percebi que tinha me tornado um cidadão ativo da “sociedade do cansaço” de Byung-Chul Han, “aquele animal laborans que se explora, a saber: voluntariamente, sem coerção externa. Ele é, ao mesmo tempo, carrasco e vítima”³.

Fui reduzindo o envolvimento naquilo não vinculado ao sentido estrito da profissão. Faltava pouco para a aposentadoria e era o momento certo para iniciar o processo paulatino de retirada. O emprego adquiria cada vez mais status de trabalho: espaço de tempo vendido pela necessidade material de obter o sustento. Tinha sido acionado o modo “morte por causas naturais”.

Quando nos perguntamos cada vez menos “por quê”, e cada vez mais “para quê”: será fadiga, idade, indiferença, abandono, cálculo oportunista, equilíbrio de uma vida banal, serenidade, resignação, ausência de expectativas, plenitude, arrogância, final de jogo, sabedoria, paz de espírito, falta de ambição, derrotismo, elitismo, depressão? Vale a pena continuar a lista?

Não gosto de jogos de azar. Associo com a noção de “matar o tempo”. Pessoas em torno de uma mesa de carreado, num cassino, forçando uma parada da mente, um vazio, um nada. Página em branco, território sem uto-

³ Byung-Chul Han 2017 *La sociedad del Cansancio*. Barcelona: Herder.

pia. Não afirmo que seja realmente assim, mas é como se afigura para mim.

Quando comecei a me questionar frente a cada cenário de desempenho profissional “o que isso de fato me acrescenta?”, a preocupação implícita era reduzir ou eliminar atividades, pensamentos e distrações que encurtassem o tempo que me pertence, aquele em que me desmaterializo e teletransporto por universos paralelos. Só, ou bem acompanhado, nas aflições e alegrias, eles me dão dimensão vital. Consigo interiorizar a busca de respostas, relativizo a infiltração de pressões oriundas do exterior. Um refúgio frente à intempérie do mundo.

Refúgios são espaços vividos em soberania, sob o reino de parâmetros criados por quem os habita. “Sem sair da porta. Pode-se conhecer o mundo”, a casa é o centro, o mundo gira em torno de nós e vamos escolhendo pedacinhos, os vivemos, os assimilamos e continuamos em trânsito indefinido.

Quando estamos emocionalmente deslocados, nos apresentamos ao mundo como um desenho de nós mesmos. Acredito que não existe felicidade ou infelicidade de alguém vista desde fora. Talvez haja um mecanismo interno em cada um que nos faz funcionar em modo próprio, independentemente de como os demais possam nos catalogar.

Minhas angústias são acionadas por pensamentos sobre possibilidades de perdas materiais, doenças, situações que afetem entes queridos. Medos especulativos, que criam no imaginário situações fictícias transformadas em tormento real. Essa forma de encarar preocupações acaba ocupando espaço mental desarmônico, com correlato desgaste psíqui-

co e físico, me desviando de questões mais transcendentais do intelecto, do espírito e dos afetos. Bagagem de Aflições enraizadas desde tempos remotos que permanecem e afloram travestidas de ansiedades cotidianas. E frente a cada solução real positiva à situação considerada angustiante, emerge imediatamente outra similar, mantendo uma contínua sensação de constrição no peito.

Busco lidar através de estratégias que contribuam a reduzir efeitos mais nocivos das preocupações, abrindo-me para o desenrolar de uma subjetividade menos pedestre. Não se trata de reprimir os pensamentos ansiosos, porque entrariam em modo de eterno retorno. Trato de olhá-los sem contemplações, evidenciando na crueza como me limitam e aprisionam, relativizá-los, lhes dando um encaminhamento tranquilizador até se diluírem.

Sob o ataque de aflições, ou de pulsares desejantes, na euforia do prazer, no chamado desafiante do desconhecido, no repouso entre a vigília e o sono, corpo e mente transcorrem por universos paralelos. Sem eles, sobraria um corpo em estado vegetativo aguardando o desligamento.

Estou vivo enquanto respondo ao que se apresenta ou a curiosidade sugere. Vivo como nestes cinco capítulos de fragmentos embaralhados da imaginação, de histórias que protagonizei, me contaram, observei e interpretei. Relato em primeira pessoa, diluiu-se a denominação de origem, tornaram-se todos pedaços de mim. Quem sou, era ou vou me tornando, se espalha e se conecta. Como na canção dos Beatles, “aqui, ali e em todo lugar”⁴.

⁴ The Beatles *Here, There And Everywhere* (<https://www.letras.mus.br/the-beatles/284/traducao.html>)

SOBRE O AUTOR

Luis Fernando Ayerbe é professor titular aposentado da Universidade Estadual Paulista (Unesp). Com passagem pela Universidade de Harvard e pela Universidade Autônoma de Barcelona como pesquisador visitante. Autor de artigos científicos e livros, entre os quais: *Esferas Imateriais e Sintonias Libertárias*, e *Tempos de Reinvenção. Ordens antigas na desordem do mundo presente*.

www.luisfernandoayerbe.site