

Hoje

é o dia certo para

Nascer

*«Não importa o tamanho real do problema,
mas como eu o interpreto, o sinto e, o supero.»*

Augusto Cury¹

¹ Cury, Augusto. Revolucione a sua qualidade de vida, Navegando nas águas da emoção. Ed. Pergaminho. 2018.

Introdução

Toda a nossa existência acontece por um determinado motivo. O simples facto de termos nascido em determinada família, e não em outra, foi intencional. Todos os acontecimentos que vivenciamos ao longo dos anos têm propósitos, podemos não avistar naquele instante da causa de terem ocorrido, mas, com certeza, um dia conseguiremos perceber a sua real intenção. Sejam eles acontecimentos felizes ou desagradáveis, todos nos ensinam algo que ficará marcado para sempre no nosso inconsciente.

O que aparenta ser um deserto, um casulo ou uma cápsula na qual nos encontramos, e ainda que, demore a ultrapassar em determinada circunstância, mais tarde virará um oásis ou uma encantadora borboleta dos quais nos iremos orgulhar imensamente. Principalmente quando conseguimos transpor as adversidades **menos positivas** e delas retiramos uma lição.

As contrariedades e os contratempos ajudam-nos a ver para além da nossa zona de conforto. Se por algum motivo nos encontramos desesperados, no meio de problemas qual é a reação que iremos adotar? Se perdemos o nosso emprego, se a nossa família se começa a desmoronar, se um filho nosso morreu, o que fazemos diante perante dessa situação?

Como reagimos? Entramos em desespero e fechamo-nos no nosso mundinho, ou erguemos a cabeça e resolvemos lutar por algo melhor? Decidimos estudar e aprender para ter um emprego mais adequado às nossas capacidades? Aprendemos a lidar com mais apreço as situações, a falar e a reerguer a nossa família? Ou simplesmente desistimos? Fechando-nos no nosso ser sem transpor as diversas dificuldades que nos surgiram?

Só saímos da solidão se quisermos, depende das nossas decisões e atitudes perante as privações e dificuldades da vida. Se estivermos no fundo do poço, optamos por submergir ou voltar à superfície? A nossa postura irá influenciar a continuidade da nossa vivência. Todas as resoluções que adotamos nas situações mais difíceis e delicadas influenciam o nosso futuro, tanto para o bem quer como para o mal.

Comment [JS]: Uma vez que tem a palavra adversidades, a expressão "menos positivas" torna redundante. Sugiro retirar.

Comment [SS]: Sim, concordo

O que decidimos? Viver e contemplar tudo o que de bom existe, ou ficamos parados à espera que outros façam por nós, enquanto permanecemos fechados em casa a lamentar a nossa triste situação?

É nas piores fases da nossa existência que descobrimos de que somos feitos, é nesses momentos que demonstramos a nossa inteligência.

Perdi uma filha, coisa que para mim seria algo impensável ou improvável. Não fazia a ideia de que algum dia me poderia acontecer. Jamais sabia que estava a dar tudo como garantido e que permanecia demasiado acomodada na minha zona de conforto. Nunca pretendi sequer conceber uma ideia de qualquer coisa tão terrível para mim ou para os meus mais próximos. Mas aconteceu. Aconteceu, e tudo mudou.

Quando se perde um filho não é só um ser humano que se perde. É um colo que fica sem calor, um coração por encher, memórias desfeitas, desejos inacabados, amores adiados, situações que nunca se irão desenrolar, um sonho transformado em pesadelo... é um sem fim de factos, sentimentos, pensamentos e atitudes que se modificam. Perder um filho confere-nos uma dor única, que irá permanecer para sempre.

Cada um sabe como sentir a sua dor e como a vivencia. Qualquer um percebe como caiu e como deverá levantar-se, dentro da sua melhor forma possível e o que irá aprender com tudo pelo qual que passou. Desmoronar nestas situações é tão fácil, mas voltar a erguer-se é só para os grandes, para os que querem e conseguem. Grandes de vontade e força de espírito que, com ajuda ou sem ela, conseguem edificar-se e aprender com o que aconteceu.

A reorganização de sentimentos, pensamentos e atitudes é o que nos leva a crescer, amadurecer e reerguer. Quando somos expulsos da nossa rotina sentimos como se o mundo se virasse contra nós. Como se ninguém entendesse aquilo pelo qual estamos a passar. As fantasias desvanecem, as alegrias perdem-se e a nossa realidade leva uma volta de cento e oitenta graus. Saber o que fazer a partir dessa altura pode parecer difícil, mas não é de todo impossível.

O desaparecimento de um filho em qualquer fase da sua vida, ou mesmo da nossa, confere-nos determinadas marcas que irão permanecer para a eternidade. Dure o tempo que perdurar, aquela carência estará sempre presente. Aos poucos o pensamento pode aliviar, mas esquecer, nunca se consegue. A ideia de que outro filho possa ajudar a omitir essa perda, é totalmente errada, nada substitui esse sentimento, esse vazio e essa falta.

Dizem que somos substituíveis em qualquer setor, principalmente na carreira, porque existe sempre alguém que faz melhor que nós, mas na relação mãe-filho, é impossível essa permuta. Nada, nem ninguém, substitui a lacuna causada pela perda de um filho, seja no coração ou no colo.

Não cheguei a conhecer a filhota que perdi, mas tenho uma certeza de que ela mora no meu coração para sempre e um dia ainda a conhecerei. Até lá tenho apenas a ideia de como poderia ser, a imagem das ecografias, os sonhos que tinha para ela, o colinho que lhe ia dar, o amor que sentia por um ser tão pequeno que já habitava no meu corpo há uns meses.

Este livro serve como estímulo para compreender que é possível refazer a nossa estabilidade emocional após uma perda, quer seja de pessoas, objetos ou ilusões, a dissolução de desejos ou realidades. É sempre permitido tornar a viver e reerguer dos maus acontecimentos. Para que tal aconteça, basta querer e acreditar.

Escrevi-o na ideia de descrever os piores acontecimentos da minha vivência até hoje (e acreditem que já passei por muitos outros antes deste, que ficam por revelar) como forma de alívio da alma. Surgiu posteriormente a oportunidade fantástica de o poder partilhar. Para lhe transmitir que não estamos sozinhos nas diversas adversidades que se atravessam em diferentes etapas da vida.

Se em algum período perdeu algo extremamente importante, pretende ajudar alguém que se encontra perdido, ou porque precisa de apoio para transpor obstáculos quotidianos para se valorizar mais, espero que no final, estes textos o tenham conseguido ajudar de alguma forma.

Esta é a história do falecimento da minha quarta filha. Uma história de altos e baixos que o levará pelo mundo mágico, desde a criação de uma ilusão ao fim da mesma. Do adormecer com a ideia ao acordar num pesadelo. Da superação de uma dor gigante. De como é possível dar a volta por cima. Esta é a história de uma perda que me fez renascer para a vida, que me fez ver com outros olhos o tempo para aprender a viver sem pressa e contemplar momentos.

Uma morte física que me colocou alinhada com a fé e a esperança, de forma a transformar a dor em resistência e conhecimento, para ser capaz de ajudar outros.

Sejam bem-vindos ao acontecimento que mudou a minha forma de existir.

Desenhando um propósito

*«Tudo o que um sonho precisa para ser realizado é
alguém que acredite que ele possa ser realizado.»*

Roberto Shinyashiki

A utopia de uma família

Desde criança que tinha vários sonhos. Mas o maior era mesmo o desejo de ser mãe de muitos filhos, a vontade de ter uma casa cheia de barulho, crianças e confusão, era para mim muito fascinante. Um sem fim de amores partilhado com vários seres humanos que nos levam ao limite das nossas forças, emoções e criatividade.

Sabia que não seria fácil ter diversos filhos, por variados motivos, isso poderia ficar por realizar e ficar arrumado numa prateleira dos meus desejos de menina. Quando refiro muitos é porque ultimamente é pouco provável ter-se mais do que um ou dois filhos por casal. Uma das razões para não poder realizar o meu sonho era a falta de disponibilidade para estar com os meus filhos, o dia a dia a correr que nem sempre nos permite ter tempo para acompanhar o crescimento das nossas crianças.

Outro motivo seria o valor monetário que um filho retém do nosso ordenado. Todos sabemos como é difícil obter um montante razoável com poucas horas de trabalho. O que complementa a primeira razão, sem trabalho não há dinheiro, com trabalho não há tempo.

A relação entre estes dois motivos tornava quase improvável realizar o meu desejo de uma família grande, mas nunca cheguei a desistir dele. Aos poucos a vida foi-me oferecendo formas para poder avançar nesse meu objetivo.

A vontade de ter uma família numerosa, fez parte do meu imaginário muitos anos e eu fazia questão de o referir várias vezes. Acrescentava a isso o facto de que gostaria de ter um «*filho especial*». Não que qualquer filho não seja especial para nós, porque o são, cada um é especial à sua maneira. Todos os filhos conseguem ensinar-nos coisas distintas e por isso já são únicos e especiais nas suas qualidades.

Mas eu gostava de ter um filho diferente. Não sabia explicar, para mim parecia um sentimento de ter um filho com, por exemplo, trissomia XXI. Agora já sei o que sentia ao dizer diferente ou especial.

Fui obrigada a abandonar a minha comodidade para lutar contra adversidades da alma por diversas alturas. Dei conta que estava constantemente a recolher-me numa zona de conforto, por outras palavras uma área onde sentia segurança. Isto é, onde os nossos comportamentos são constantes, uniformes e invariáveis. Onde nos sentimos tão bem que não queremos de forma alguma sair, pois o que se desenvolve no seu exterior é demasiado complexo para se vivenciar e parece que não estamos preparados para tal.

Antes de casar pela primeira vez, tive namoros muito difíceis, nunca foram os ideais para uma mente saudável. Não os vou detalhar por completo, mas o que mais ocorreu em todos foi o facto de os homens tentarem deitar abaixo a minha autoestima. O casamento foi mais um processo complicado. Separei-me ainda estava grávida da segunda filha, e o filho mais velho tinha três anos.

Nunca foi uma relação de dois seres, mas sim de um mais um, em que era necessário lutar todos os dias pelo bem-estar, mas eram batalhas perdidas constantemente. Não havia adaptação de ambas as partes, não havia cedências, e, aos poucos, deixou de haver o amor entre nós. Era um castelo construído em bases tão fracas, numa areia tão fina e sem sustento. Cada onda que lhe batia fazia um estrago tão grande que aos poucos foi-se desmoronando sem haver uma nova construção possível.

Nessa fase tornou-se mais importante para mim ficar sozinha do que andar sempre revoltada com o que a vida me dava. Optámos por nos separar. Acabou por se perder a guerra do nosso relacionamento. Foi uma decisão difícil, mas seria melhor do que manter a fachada de um bom casamento.

Após o divórcio, fui-me bastante abaixo. Foi uma fase muito complicada, não pelo sentimento de amor, esse já tinha terminado muito tempo antes da separação, mas porque tinha muita responsabilidade em cima de mim. Tive de regressar a casa dos meus pais com os meus filhos pois as dificuldades financeiras eram bastante grandes. Graças a Deus sempre tive o apoio da minha mãe.

Fechei a minha personalidade e os meus sentimentos por muito tempo, no que eu considero ter sido fechar-me dentro do casulo, com medo do que estava lá fora. A proteção de tudo era aquela casca que eu própria tinha construído para

mim. Lá dentro parecia mais fácil conseguir controlar as minhas emoções sem que os outros se apercebessem.

Em vez de querer aprender com os meus erros ou lidar com o que me atormentava permaneci fechada para tudo e para todos. Não via que precisava de me transformar numa linda borboleta. Nunca permitia que houvesse essa transformação em mim. E o tempo foi passando sem que desse conta do que estava a perder.

Ergui-me a muito custo e, passado alguns anos e muita aprendizagem, conheci o que agora é o meu companheiro. Não estava emocionalmente bem como deveria, mas já me apresentava bem melhor do que anteriormente. Tinha finalmente iniciado o processo de saída do meu casulo.

Foram determinadas mudanças de comportamentos para conseguir olhar para mim e ver novamente que ali existia uma mulher até decidir avançar para um relacionamento. Foi um processo de evolução bastante lento que precisei de passar para me tornar num ser mais aberto a novas experiências.

Comment [JS]: Há alguma razão para esta página não estar completa? Devemos puxar o texto para cima?

Comment [JS]: Resposta da Carla: Esta separação deve-se ao facto de que o tema seguinte é continuação do assunto, mas não do texto em si. Apenas serviu para não inserir subtítulos. Fiz isso ao longo da obra, mas se considerar que não é oportuno eu retiro.

Comment [JS]: A minha resposta: Eu sugiro que se adicione subtítulos, pois o leitor percebe com maior felicidade que há o final de um assunto e o início de outro.

Comment [SS]: Então neste caso será melhor puxar o texto para cima, pois não vejo como introduzir subtítulos coincidentes com o principal.

Parece um bocadinho cliché, mas é verdadeiro e, encontrei a minha alma gémea e decidi ficar com ela só para mim antes que ele mudasse de ideias.

Há quem defina a alma gémea como sendo aquele ser humano que nos gera cumplicidade, para mim é muito mais que isso. Para mim significa que esta pessoa me completa, em todos os sentidos. Sabe o que quero, entende como me sinto, completa as minhas falhas, amplia-me as capacidades positivas e anula as negativas. É aquela pessoa que está lá por mim quando preciso e isso parece funcionar. É a peça do meu puzzle que faltava sem eu saber sequer que isso poderia ser possível.

Encontrei o meu cavaleiro andante que me cicatrizou todas as feridas que outros causaram. Quando o conheci, não era de todo a pessoa que sou agora., p Para mim um relacionamento não era mais do que duas pessoas estarem juntas. Ainda não tinha amadurecido os meus sentimentos totalmente, não confiava em mim a cem por cento. Sentia que a probabilidade de eu ser feliz ainda estava longe de se concretizar.

Durante vários anos deparei-me com relacionamentos menos positivos à minha volta e comigo mesma. Conhecia muitos casais que não se amavam, nem tão-pouco se respeitavam, apesar de insistirem na sua relação. Quer fosse por medo da mudança, por hábito ou para não perderem o que tinham construído juntos. Isso para mim começou a ser sinónimo da ligação entre um casal. Não acreditava que eu pudesse ser diferente do que aquilo que estava acostumada a ver, até porque vinha de um casamento acabado que me desgastou psicologicamente durante alguns anos.

Acreditava no amor eterno, no relacionamento baseado na amizade e que existe sempre alguém que nos completa, mas não contava que isso pudesse acontecer comigo. Era uma pessoa que já tinha sofrido demais com os relacionamentos e achava que os contos de fada não eram de todo para mim.

No decorrer de vários anos, eu e o meu marido tínhamos frequentado os mesmos locais, possuíamos tínhamos amigos em comum, mas nunca nos havíamos conhecido. Não estava destinado ficarmos juntos antes de eu ter