



Natália Augusto

Diário de uma Bipolar

Nãõ sei de mim

Natália Augusto

Prefácio

Em tempos conheci-me uma jovem bonita, alegre, sonhadora. Sonhava sair da pequena aldeia para onde a família me levava, pois o meu desejo era regressar a uma grande cidade como a que vivera na infância, tirar um curso superior e começar a trabalhar. E o sonho concretizou-se. Consegui tudo o que até ali sonhei. Os meus pais deixaram-me partir e voar para longe, e enchi-os de orgulho. Sonhava também escrever e publicar os meus escritos.

Depois do curso de Línguas e Literaturas Modernas logo comecei a trabalhar. Naquela altura ainda era mais ou menos fácil arranjar emprego na área para a qual se estudara. Gostava tanto do que fazia no meu trabalho. Via-se no meu olhar, na minha entrega, na minha avidez e insaciedade. Traduziam-no também o meu entusiasmo e as minhas palavras. Nos primeiros anos desejava até que nem houvesse férias, trabalhava arduamente e com muita entrega. Estava sempre a pensar em novas estratégias de ensino. Era, na verdade, uma viciada em trabalho. Gostava de trabalhar em equipa com as colegas e amigas que, hoje, raramente vejo, mas com quem me comunico, muito de vez em quando.

Cheguei inclusive a trabalhar no estrangeiro e, no regresso, logo me senti perdida e insegura. Foi nesse regresso que tudo começou. O passado ergueu-se em pesadelos, em lágrimas, numa tristeza interior sem fim. Ainda assim, trabalhei, as férias todas de verão, sem necessidade. Diria que se tratou de uma dedicação obsessiva. Nos momentos de maior quantidade de trabalho nem descansava, fazia diretas. Era já a fase da "mania" e da "obsessão". Depressa mudei para as lágrimas em torrente e, anos mais tarde, para os ataques de pânico, de angústia, os desmaios, as faltas de ar, a incapacidade de transpor a porta, não obstante estar arranjada e pronta para o fazer.

Não sei de mim

Fui ao médico. Diagnosticou-me uma depressão que não foi tratada, por minha vontade, que achei que daria conta do problema sozinha. Acho até que nem ouvi bem o diagnóstico. Não, ouvi-o, mas ignorei-o. Seguiu-se a perda total da autoconfiança e pouco tempo depois tive um esgotamento que me levaria à cama por um longo e doloroso período de sete meses. Havia cura? A família achava que sim. Aliás não compreendiam muito bem o que se passava comigo. Tinha tudo: era uma jovem licenciada com trabalho, tinha carro, casa, as roupas que sempre desejara, e tudo o que queria. Fisicamente estava bem! Não havia razão para estar a viver estas crises.

Porém o meu estado de infelicidade, desespero, angústia agudizava-se. Saía de casa para o trabalho, mas em vez de ir para lá, ia chorar para a beira-rio onde, um dia, pensei atirar-me, todavia não o fiz. Em vez disso passei a escrever um diário que mantive secretamente, pois era aí que estavam descritos os meus desconcertos. Até que, não aguentando mais, concretizei, pela primeira vez (pois haveria outras), o suicídio. Tomei medicação com álcool. O meu irmão socorreu-me e terminei internada num hospital psiquiátrico. Noutras ocasiões seriam o meu irmão, a minha mãe ou os meus amigos a socorrer-me. Estava sempre à beira do abismo, como dizia ou pensava.

Procurei outros médicos, outras terapias, até que me foi diagnosticada uma doença do foro mental: distúrbio bipolar/maníaco-depressiva. Fiz-me sócia da ADEB (Associação de Apoio aos Doentes Depressivos Bipolares) onde, poucas vezes, vou aos encontros, às sessões psicopedagógicas, às terapias de grupo. Acho sempre que não preciso ou que é de um esforço extremo deslocar-me até à Associação.

Se a minha família levou anos a "acreditar" nesta doença mental e nos seus efeitos, os meus colegas de trabalho e alguns amigos nem acreditaram nesta doença tão perturbadora e que causa tanto sofrimento a quem a padece. Fisicamente pode-se estar muito bem (?), às vezes finge-se, mas é na mente e nos pensamentos tortuosos que tudo acontece. Pessoas como eu são seres frágeis, com alteração de humor, que Não sei de mim

cometem as maiores atrocidades (gastos excessivos; condução perigosa; abuso do álcool; destruição de objectos em casa).

Não há cura. Há medicação que ajuda a estabilizar estes altos e baixos e, ainda assim, nem sempre se consegue esse equilíbrio. Esta jovem mulher, que sou eu mesma, não conseguiu encontrá-lo. As minhas palavras são o testemunho do meu sofrimento, da minha solidão, da minha angústia.

Um dia deu-me para escrever este diário, primeiro fi-lo inconscientemente, depois com convicção.

Neste momento, depois de o ter lido e relido, não concordo em nada com as palavras que me disse a mim mesma. Este diário com o título *Não chorem por mim*, título que não era o original, é o testemunho de um sentir profundo e a consciência total da dor atroz que me fez sentir só e incompreendida. Trata-se de um testemunho sincero, na primeira pessoa, de uma mulher que se sentiu e sente tantas vezes esquecida e perdida nos seus diferentes estados de alma.

A minha escrita, por mais repetitiva que possa parecer, traduz o sofrimento de alguém que padece de uma doença mental. Há nestes escritos momentos solares e lunares, pósticos também. Sou eu a cem por cento, sempre inteira.

Tenho uma certeza, podia fazer-lhes alterações, cortes, acrescentar informações, mas aí deixaríamos de ter esta Natália nestas tão sinceras confissões. Sim, sou pelo menos duas, a que nasceu em França com o nome Nathalie Jésus Armindo e a que se viu com outro nome quando pediu o bilhete de identidade: Natália Jesus Seixas Augusto. Ora sou uma, ora sou outra, ora sou as duas.

4 de Fevereiro de 1994

Entrei num dos atalhos do labirinto sem me ter sido dada a oportunidade de dizer que preferia não conhecê-lo. Mas aqui estou cada vez mais fraca, cada vez mais longe de mim mesma, à procura de me encontrar no meu retiro privado.

Não sou nada e por mais que grite, os gritos saem mudos e ninguém vem para me ajudar a encontrar um rumo que sei, há muito, não existir para seres como eu: dolorosamente e involuntariamente sensíveis de mais.

21 de Janeiro de 1995

Co-habita comigo um gigante enorme que não se compadece com o meu sofrimento. Ergue-se voluntariosamente durante noite e dia fazendo-me reviver momentos dolorosos: a perda cruel do homem de olhos azuis, límpidos como o céu azul da Primavera, doce e terno no gesto e nos sorrisos.

Sinto demasiado a sua falta. Pesa-me a sua inexistência e, mesmo que eu não queira, o gigante implacável do tempo vai apagando levemente os traços e contornos do seu rosto.

Tinha prometido a mim mesma que não o esqueceria nunca. Por que é que isto me está a acontecer? Não me deixes. Preciso de ti. Muito.

22 de Abril de 1995

Palavras...

Não sei de mim

Diz-me as palavras... as que me faltam...as que me sufocam...

Que palavras queres?

Não sei. Diz-me tu quais são!

Digo-te sofrimento... Chega-te?

Não, não chega. Peço-te outras, por favor.

Pensamentos. Divagações. Alucinações. Podem ser?

Não. Procura outras que essas não me dizem.

Talvez seja melhor perguntar-te quais são as que queres.

Não! É melhor não. Assim o jogo perderia o seu fascínio.

Porquê? Afinal não és tu a que dá e tira as palavras do teu interior?

Como sabes? Eu não sei.

Porque mentes a ti mesma? Porque me pedes as palavras que tu sabes de cor?

Não minto! Peço-tas a ti porque perdi as minhas palavras, todas as palavras, talvez para...

Não terminaste o que ias dizer.

Será assim tão importante?

O mínimo gesto é importantíssimo.

Pode ser, mas o que se cala, o que não dizemos, ainda é mais importante.

23 de Abril de 1995

Não me obriguem a sorrir,

Não peçam para ser quem não sou,

Não me forcem a concordar com os erros dos outros e a perdoá-los,

Não me peçam que esqueça actos cruéis e palavras que mais parecem pedras,

Não me obriguem a fingir, que eu não sei representar,

Não me digam o que fazer, que me roubam a minha essência,

Não sei de mim

Não me sugiram outros rumos menos penosos, pois sei e aceito que a dor será a minha eterna companheira,

Não me exijam que seja racional, já que sou acima de tudo emoção.

Não me peçam nada.

Deixem-me.

Deixem-me entregue a mim mesma, ainda que isso seja o meu fim!

23 de Abril de 1995 (I)

Descobri que as palavras mais significativas são aquelas que não se dizem; são as que ficam retidas dentro do nosso ser como verdadeiros e intocáveis tesouros.

Ah! se soubessem o que tenho calado, todos saberiam o que me sustém. São palavras mudas, gotas de orvalho, raios de luz e sombra, silêncios dourados, pores-do-sol em farfalhos, gaivotas a apropriarem-se de novo da praia.

São segredos invioláveis. Só meus. Só dor e desilusão. Angústia!

23 de Abril de 1995(II)

Quando a lua sobe no céu escuro, com o corpo inchado e pleno, os duendes saem dos seus múltiplos esconderijos, para cravejarem de diamantes o infinito cósmico.

Estou a vê-los ainda agora: pequenos criadores de luzes mágicas, longínquas, saltitando de estrela em estrela ou voando no firmamento longínquo.

Não me canso de os observar, por querer ser como eles: seres etéreos, imaginários, sem sentir nada do que me atropela o pensamento e me adensa o vazio.

Se fecho os olhos, ainda que por breves instantes, sem tempo no relógio, aproximam-se de mim e segredam-me ao ouvido as palavras que a lua não me pode dizer.

Não sei de mim

23 de Abril de 1995 (III)

O sol beijou-me o rosto esta manhã, numa tentativa frustrada de me fazer regressar ao presente e ao mundo. Deixou-me na face o seu calor doce de Primavera, porém os meus olhos encheram-se de penumbra e lágrimas.

O vento brincou nos meus cabelos sussurrando-me ao ouvido que vinha de terras longínquas, onde as rosas não têm espinhos, belas de mais, mas eu não pude crer nessa ficção.

A chuva deixou gotas transparentes na minha mão trémula.

Depois, estes elementos da natureza de tão cansados do meu vazio, das minhas trevas, da minha tempestade interior, partiram rumo a outros destinos.

Hoje, não me atrevo a querer nada, a pedir nada, porque sei e sinto que nada sou.

Quando muito sou uma sombra do que fui ou do que me fiz crer que era.

1 de Maio de 1995

Supliquei, em vão, que o meu sono fosse sereno e calmo, habitado por paisagens verdejantes, pintadas de flores macias e perfumadas, onde corresse regatos límpidos, e a luz fosse mais que oiro, e a sombra fosse apenas a dos perfis felizes das árvores, e os sons fossem dos pássaros que cruzassem o céu, candidamente...

Roguei para que me deixassem sentir a relva fresca sob o meu corpo extenuado pela dor e sentir intensamente o cheiro da terra. Queria sorvê-la, aspirá-la em pequenos golos, embriagando-me com a sua força materna.

Mas os pesadelos regressaram, trazendo-me recados fúnebres, prenúncios de morte; ressuscitaram imagens aterradoras, reavivando as minhas memórias tristes tristes tristes.

A mão maquiavélica compraz-se em torturar-me.

Não sei de mim

Não há força que a vença. Nada! Nada! Mil vezes nada!

Há-de perseguir-me até ao fim dos tempos.

2 de Maio de 1995 (I)

Sinto-me febril, ardente, quentíssima. As imagens de sempre vão e vêm e não me deixam. Nunca. Jamais.

O pensamento está inflamado, é um brasido enorme, que se alastra por todo o corpo.

Que incêndio descontrolado!

É então que perco a noção de mim mesma. Sou levada para o mais profundo dos abismos, onde não me encontro. O silêncio pesado faz-me mal, fere-me de dor aguda.

É então que sinto que sou tão pouco, que sei tão pouco sobre mim mesma, que não me sei viva.

2 de Maio de 1995 (II)

PAI! Onde estás que não me respondes?

Quem pôde silenciar-te assim?! Roubaram-te de mim da forma mais dolorosa.

Desumana! Impiedosamente.

Que acto tão cruel! Que mãos malditas, diabólicas, te tiraram de mim!

Receei sempre perder-te. Tanto! Tanto! Sabia que um dia te perderia, mas não podia ser assim! Não podia. Ainda não era chegado o teu dia.

PAI! Ando perdida, pai, porque me faltas tu! Dói-me de mais a tua ausência e, neste momento, não controlo mais as lágrimas que inundam o meu rosto, nem a vontade de te seguir. Leva-me contigo...

Estive tanto tempo sem te chorar! Não conseguia. Era todos os desertos cá dentro.

PAI! Os nossos sonhos desmoronaram, para sempre. Amar-te-ei infinitamente!

Não sei de mim

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

