

A portrait of a man with a beard and a grey hoodie, looking off to the side. The background is a textured, dark wall. The lighting is dramatic, highlighting the man's face and the texture of the wall.

Diego

moa sipriano

m o a s i p r i a n o . c o m

DIEGO

Moa Sipriano

Pode acreditar!

Foi uma grata surpresa a última noite, quando você tomou a liberdade de puxar papo e expor algo tão íntimo e revelador sobre sua pessoa, assim, na lata!

Fiquei tão embaçado e feliz, que passei a madrugada toda pensando em você e nos seus dramas.

Eu sabia que podia ajudá-lo, já que vivi tantas e tantas vezes a mesma fase que você se encontra atualmente.

Durante minhas rondas solitárias, cumprindo a obrigação profissional, eu rememorava coisas que já havia sentido a seu respeito e devo confessar que no fundo me senti vivo e agraciado pela possibilidade de conquistá-lo, onde eu poderia repassar a você muitas situações boas que vivenciei ao longo da minha atual existência.

De um tempo pra cá, sempre que eu ia abastecer, pressentia que algo não estava no prumo. Enquanto você despejava gasolina e simpatia, para logo em seguida digitar os valores na “maquininha” e esvaziar um pouco mais o meu raquítico cartão de crédito, eu avaliava, em silêncio, as expressões do seu corpo, bem como o tom insosso da sua voz aflita.

Aos poucos, fui captando gritante desequilíbrio no seu ser. Por pura afinidade, eu podia me envolver com a sua dor. Eu conseguia apalpar a barreira que você havia cultivado por tanto tempo, com medo de ser ridicularizado por aqueles que não tinham a mínima sensibilidade para compreender e respeitar o seu próprio limite.

Eu percebia o ardor da sua exclamação entalado na garganta. Eu conseguia ouvir sua vontade louca de ter a quem recorrer na busca de um pouco de atenção e afeto; alguém que soubesse lhe ouvir, sem jamais julgar aquilo que corroia seu íntimo.

Confesso que houve noites em que eu queria ousar um segundo passo, talvez chamá-lo num canto após seu expediente e passar o tempo que fosse necessário apenas a ouvir os seus anseios.

Mas a barreira era enorme, quase intransponível. Eu temia me sentir um intruso. Afinal de contas, éramos apenas conhecidos e não havia nada que pudesse sugerir uma aproximação, uma oportunidade de boa amizade. Então resolvi ficar na minha, permitindo que o tempo cumprisse o seu devido papel. Daí o meu abilolado espanto quando você, do nada, chegou até mim-eu-mesmo e me confidenciou parte do seu problema. Seu jeito tímido, inseguro, ansioso mexeu tremendamente comigo.

Eu sentia a amplitude da sua urgência ao acompanhar a procissão de um milhão de caraminholas dançando sobre sua cabeça e a ânsia a golpear seu peito na expectativa de obter uma resposta tranquilizadora da minha boquiaberta pessoa.

Enquanto você tagarelava, todo dolorido, reprisava na minha cabeça o filme da minha própria vida, onde tantas vezes senti a mesma angústia, a mesma confusão mental, a idêntica ansiedade.

Hoje estou estabilizado, pois aprendi a dominar muitas sensações infundadas.

Não foi fácil (por isso sei muito bem como você se sente confuso), mas aos poucos consegui encontrar todas as respostas, ampliei minha maturidade e aceitei um jeito certo de viver uma vida prática, lógica e equilibrada.

A origem das suas dores se deu exatamente no período em que você sofreu as tais operações. Culminando com o resultado desastroso da sua única experiência com drogas, no seu subconsciente se formou uma poderosa força destruidora, que tem afetado o seu lado psicológico e, por tabela, atingido também as partes mais sensíveis do seu corpo.

Sem saber, você foi abalado tão negativamente durante a época em que você se recuperava da última cirurgia, que isso acabou “explodindo” tempos depois, onde o ápice do trauma se mantém até hoje, atrapalhado seu dia a dia; provocando essa maldita confusão nos seus sentidos inocentes.

É como se você estivesse “viciado” na Dor.

Qualquer alteração física no seu corpo, uma mínima indisposição que seja, faz com que você aumente – sem querer – a sensação de desconforto, e tudo passa a ganhar uma dimensão ridícula dentro da sua cabeça, o que amplia os níveis de ansiedade, culminando em isolamento e consequente depressão.

Quando algo nos perturba e não encontramos uma saída ou resposta eficaz para solucionar um problema, é natural que passemos por um período de confusão mental que eleva nossos níveis de paranoia e, naturalmente, sem encontrar uma direção, caímos em estados depressivos, rodopiando num círculo vicioso sem fim, acreditando que nosso futuro será sempre sombrio, sem esperanças de um recomeço.

Nós queremos fugir da dor, mas, ao mesmo tempo, ela se torna tão impregnada em nossa mente que ao menos sinal de melhora física ou paz interior, é como se ser feliz fosse um tremendo incômodo e logo retornamos ao vício do desespero, criando projeções mentais – a famosa paranoia! – que voltam a perturbar nosso espírito atribulado.

É o que anda ocorrendo contigo: mesmo não tendo absolutamente NADA no lado físico, a todo instante você recorda os dramas pelos quais passou, projetando o passado no seu atual presente, não se permitindo levar uma vida normal, pois sua mente precisa “sofrer” e o seu corpo necessita da adrenalina que a dor proporciona,

onde não sobra espaço para que você respire novos ares e viva com mais liberdade a sua vida.

Para mudar os estados de apreensão, você precisa aprender a cultivar o Foco, isto é, redirecionar os pensamentos para coisas positivas e construtivas, impedindo que o vício na dor se manifeste.

Com o tempo, quando você resolver idealizar situações lógicas e REAIS, você perceberá o quão ridículo tem sido sua existência até ontem e finalmente compreenderá que a Dor nada mais tem a acrescentar no seu destino.

Uma vez enfraquecido todos os níveis de desconforto, como que por mágica a Depressão vai embora e então você passa a ver o mundo sob um novo prisma, compreendendo a razão de tudo ao seu redor, angariando uma força e uma vontade louca de viver em plenitude como você jamais imaginou.

Sempre que você se sentir fraco e “sem chão”, apenas recorde tudo aquilo de bom que você já conquistou. Com o tempo você vai descobrir que bastam poucos minutos para que você sinta e compreenda o incrível poder regenerador que sempre fez morada em você!

Puxa vida, Diego, você é um homem batalhador que já superou tanta coisa!

Você é lindo, é jovem, é esforçado, é inteligentíssimo, é sensível, é corajoso, é forte e é decidido. Apenas se sente incompreendido e não encontra forças para manter sua autoestima.

Aprenda uma coisa superimportante: só você pode salvar você mesmo, pois a salvação do homem está em si e não “lá fora” ou “no alto”.

Tenho certeza que todos os seus passos foram dados com muita dificuldade, mas você tem que olhar para trás e se sentir orgulhoso pelas conquistas que já alcançou.

Você deixou o lar paterno lá no Paraná e hoje tem um canto só seu; pouco importa se você mora num quartinho ou num palácio, mas é o *seu* espaço.

Você tem sua motoca lindona, uma companheira arisca a lhe proporcionar a liberdade de ir e vir. Que tal, nas horas vagas, você se dar de presente passeios descompromissados aqui mesmo na nossa tão bela região?

Por que não passar boas horas conhecendo novos destinos, talvez parando numa vilazinha tranquila e tomar um substancioso lanche, talvez rodando por estradas fora do “burburinho” e curtir a natureza, talvez ousar um pouco mais num feriado qualquer e traçar um plano de viagem até um lugarzinho especial que você sempre quis conhecer?

Viajar é a melhor universidade da vida!

E se você ainda não estiver preparado para sair e prefere degustar mais a sua privacidade, um bom conselho é começar a ler.

Um livro é uma ótima companhia. Além de você curtir uma história inusitada, o ato de ler constantemente vai lhe proporcionar só benefícios: amplia sua cultura e os deleites da imaginação, melhora o seu vocabulário, te leva a conhecer outros mundos e, o mais importante, auxilia você a não permitir que a Dor volte para lhe incomodar.

Ler é experimentar maravilhosas possibilidades infinitas para um certo crescimento interior!

E se você quiser uma excelente companhia para desbravar a biblioteca da nossa cidade, seria um prazer imenso passar um tempo contigo escolhendo títulos “da hora” para você iniciar o gosto pela leitura.

Ainda sobre conquistas, aprenda a se valorizar como se deve. Está na hora de você curtir mais você mesmo.

Separe um dia para perambular por aí, talvez para comprar algo que vá lhe fazer bem, realizar um sonho antigo, ir até algum lugar cultural que você nunca foi, como um teatro, por exemplo.

Ou tire um dia para dar uma de A Espana Dora (risos), limpando armários e caixas, separando tudo aquilo que não tem mais serventia para você, doando os seus excessos para alguém anônimo que necessita apenas do básico para ser feliz.

Acredite: é tão bom viver com o que é realmente necessário, sem superficialidades. Além disso, o ato de doar sempre coroa nossa existência com fagulhas da real Felicidade.

É tão gostoso saber que algo que não tem mais serventia pra nós será útil para um estranho! É tão gratificante saber que um objeto material que era nosso vai fazer alguém pular de alegrias!

E se não tiver nada físico para doar, empreste o seu tempo!

É nos trabalhos voluntários que podemos sentir que há realidades bem mais complexas do que a nossa. Saber que nossa “dor” muitas vezes nem se compara às vicissitudes que permeiam a vida de outro Semelhante, isso faz com que aprendamos a dar muito mais valor a nós mesmos.

Para se libertar de uma vez do seu atual drama, o que você precisa é realmente acreditar que tudo não passa de projeções da sua mente que, de certa forma, “infeccionam” as partes mais sensíveis do seu ser.

Alterando o foco com atitudes simples como as que foram descritas ao longo desse relato apaixonado, você vai descobrir que a Dor não tem sentido de existir.

Para mudar qualquer coisa na nossa vida, primeiro devemos compreender as razões das nossas atitudes, modificar nossa conduta e disciplinar nossos atos,

policiando a todo instante os nossos erros, tentando corrigi-los assim que eles se manifestem no decorrer do nosso dia a dia.

Diego, não tenha medo de dar o segundo passo. Você é tremendamente forte e tenho certeza de que você quer se libertar desse estado de agonias.

Tudo o que você precisa é de alguém que permaneça ao seu lado, disposto a lhe dar atenção, sendo paciente diante das suas recaídas; sempre atento a lhe amparar e indicar um bom caminho a seguir.

É realmente muito difícil reagir quando nos encontramos acudados em nós mesmos, com medo de revelar ao mundo algo que nos incomoda. Confusos, desconfiamos de todos e tememos expor nossos limites, angústias, anseios e sonhos.

A maioria das pessoas não quer conviver com outras pessoas que elas consideram “problemáticas”. Afinal de contas, em suas conveniências, não é interessante a obrigação de se assumir o fardo alheio.

É complicado passar séculos a engolir em silêncio o nosso grito de socorro, onde imploramos em nossas preces o desejo oculto de encontrar uma alma compreensiva que esteja disposta a aparar nossos espinhos, a fim de revelar a incrível beleza que se oculta em nosso interior.

Muitas vezes sentimos uma vontade louca de falar, falar e falar, tendo plena certeza de que o outro lado está compreendendo nossos transtornos, sem julgar a razão dos nossos defeitos.

Há dias em que acordamos esperançosos, apenas com o intuito de cruzar com alguém que nos complemente; alguém que nos ouça, nos dê gotas de nova direção, nos aqueça num longo abraço fraternal, nos acaricie a estima e o amor-próprio, elevando nossas qualidades, enaltecendo nosso potencial.

Acredito que sentimos falta de alguém que segure nossas mãos com delicadeza, e com muita paciência e doçura nos ajude a compreender nossos lamentos, transformando-os em alegrias duradouras.

* * *

Diego, nas últimas horas eu tenho refletido com muito carinho sobre a raiz dos seus problemas. Desde então não há um minuto sequer que deixo de incluir você em meus pensamentos, ansioso para lhe confortar e ajudá-lo a recuperar a vontade de viver sem mais nenhum tipo de dor, seja ela de que origem for.

Não tenho capacidade de descrever em palavras o quanto eu já lhe estimo. Nem sei se você conseguiria compreender esse meu sincero apreço por você.

Eu me identifico com tudo o que você está passando e no meu íntimo só acumulo o desejo sincero de – um jeito todo especial – cuidar de você.

Que alegria será o dia em que eu lhe ver sem as olheiras cinzentas que hoje denunciam suas madrugadas em brancos confusos.

Que mágico será o momento em que eu conseguir recuperar aquele seu sorriso lindo, observando você leve, confiante e muito bem preparado a iniciar uma nova trilha sonora.

Que fantástico será o minuto em que eu tiver a oportunidade de cobrir seu corpo com a força do meu abraço pelúrico, onde o calor dos meus músculos dirá a sua mente: “Estou aqui para lhe proteger com o carinho de um irmão”.

Espero que um dia ainda possamos sentar à mesa de um bar lá no Parque Ecológico, bebericando nossos sucos ou degustando nossos sorvetes, recordando todas as nossas futuras conversas, rindo das trapalhadas dos tempos em que você era mancomunado com a Dor, recordando o longo caminho que percorremos juntos à procura da sua merecida liberdade, coroando nossa amizade durante a contemplação de um lindo por do sol, indicando que um novo dia está por nascer. Um novo dia para ser feliz!

Eu descobri que gosto muito de você!

Quando você precisar da minha energia, estarei ao seu lado para segurar todas as barras, servir como um Bom Ouvido e permitir que você possa se apoiar em meus ombros nas horas em que notar a presença das incertezas.

Serei paciente para ouvir o que você precisa desabafar. Secarei suas lágrimas, se necessário; e guardarei uma palavra de conforto para abrilhantar o seu caminho.

Agora você deve fechar os olhos.

Sinta aquele meu abraço repleto de carinhos e muito respeito.

Aprecie a amplitude do meu Amor!





PROJETO GRÁFICO & EDITORAÇÃO: **Moa Sipriano**

IMAGEM DA CAPA & TIPOGRAFIA: **pixabay.com** · **dafont.com**

SITE OFICIAL & CONTATO: **moasipriano.com** · **escritor@moasipriano.com**