

VIDA

Quando fui convidada para participar no TEDx Coimbra estava na sala de espera do hospital, com o meu filho nos cuidados intensivos, depois de este ter sofrido um acidente de moto. Com as emoções à flor da pele. E dando graças à VIDA. O título e tema ficaram, desde logo, definidos: “VIDA”!

Gosto de correr o risco de viver! De ter uma VIDA, independentemente do que isso implica e das consequências que acarreta. Recuso-me a (sobre) ou a (sob) viver. A ter uma vidinha morna e insonsa. Prefiro arrepender-me do que fiz do que idealizar como teria sido se tivesse feito. Gosto de Viver! De correr esse risco! Sem medos, pois o guião da minha VIDA sou eu que o escrevo.

Nasci em Moçambique, país que fui forçada a abandonar por causa da guerra. Desembarquei, com 8 anos, noutra país, noutra continente, com outras gentes e outras culturas. Recomeçámos a vida - eu, os meus pais e duas irmãs - material, emocional e psicologicamente muito fragilizados. Mas unidos. Com muita força e muito amor.

Mas não foi fácil. Nada mesmo. Lutámos. E voltámos a lutar. Foi neste período da minha VIDA que, inconscientemente, aprendi a acreditar. A não desistir. A pensar e, principalmente, a sentir que nada é impossível. E não foi. É com as partidas que a VIDA, às vezes, nos prega que crescemos.

Tenho crescido enquanto ser humano e atingido as metas a que me proponho mas com muito esforço e alguma dor. Eu sei! Eu sei que é a única forma de o fazermos mas, com regularidade, questiono-me se tem que ser tão intenso e frequente?! Por vezes é um processo tão sofrido que quando alcanço o que desejo parece que já não tem sabor. Nessas alturas faço um policiamento interno e “obriego-me” a olhar para trás e a orgulhar-me do percurso feito.

A VIDA, talvez por ser muito exigente e ter expectativas altas para mim, não me tem facilitado muito. Não foi minha madrasta. Foi mãe. E pai. Educou-me sem medo que eu sofresse. Muito pelo contrário.

Talvez por isso não tenha medo de arriscar. De amar. De viver. De sonhar!

Traço objectivos possíveis, que correspondem aos meus sonhos, pois sei que, a seu tempo, os concretizarei. Regra geral, no último dia do ano escrevo no computador os objectivos que me proponho alcançar no ano seguinte. Para me comprometer comigo mesmo.

Não é raro, precisamente um ano depois, olhar para o que escrevi e ver que quase todos eles, para não dizer todos, foram concretizados. É bom. É muito bom, sentir que sou capaz! Acredito em mim e não é fácil desistir dos meus sonhos.

“Pedras no caminho? Guardo todas, um dia vou construir um castelo...” (Fernando Pessoa).

“Não desanima?!”, devem estar a pensar! Claro que sim! Tantas vezes. E choro. Muito. E questiono-me. E zango-me. Tudo se altera quando me zango, seriamente, comigo. Quando dou um murro na mesa e digo basta! É nessa altura que arregaço as mangas e vou à luta porque não entrego as armas facilmente.

É verdade que não ganhei de todas as vezes que lutei mas de cada vez que não o fiz...perdi.

Somos aquilo que pensamos. O nosso pensamento influencia, condiciona e determina a energia que colocamos, ou não, naquilo que fazemos. Tendencialmente apenas confirmam as expectativas com que partimos. Concretizam-se porque agimos nesse sentido!

Por isso há palavras que não constam do meu vocabulário emocional. O “tentar” é bom exemplo disso. Eu não tento... faço! Tentar é a forma diplomática de não me comprometer, de não dizer logo: Não! Se convidar alguém para jantar e ouvir: “*VOU tentar ir*”, o prato não será colocado na mesa.

Com os advérbios de tempo sucede o mesmo. Apenas utilizo os portadores de esperança tais como o ainda ou o por enquanto. Nunca e sempre, são herméticos passivos, inalteráveis, estáticos como um relógio sem pilha. Como se a vida não fosse dinâmica. Como se o tempo não passasse!

A palavra culpa é constantemente substituída por responsabilidade ou, preferencialmente, por co-responsabilidade. Pesa menos e tem a grande vantagem de poder ser partilhada.

Com o certo e o errado, o bem e o mal acontece o mesmo. Remetem-nos, apenas, para conceitos ou (pré) conceitos que nos foram incutidos e que de uma forma dissimulada, mas profunda, se enraízam e entranham de tal maneira em nós que passamos a vê-los como nossos.

Raramente utilizo a palavra normal pois isso implica a existência de um patológico. Não se esqueça que normal é um conceito meramente estatístico e, apenas, significa dentro da norma, isto é, a maior parte das pessoas perante uma determinada situação reage de determinada maneira. O que não é sinónimo de que quem não o faz seja (a)normal.

A norma é altamente perigosa porque formata-nos. E terrivelmente redutora. Os rótulos e as etiquetas que, diariamente, colocamos na testa dos outros são a forma egoísta que arranjámos para nos organizarmos. Ou para não nos desorganizarmos. O medo da entropia, para muitos sinónimo de caos, pode revelar-se destruturante.

“Faz tanta coisa! O seu dia quantas horas tem? 26, 27? Deve andar sempre a correr., não deve ter tempo para nada!”, oiço vezes sem conta! Completa inverdade! Sou eu que giro e controlo o meu tempo. Não gosto que ele me domine ou manipule. Tenho, e arranjo, tempo para tudo. Só não tenho tempo, mas isso não tenho mesmo, para perder tempo.

Como falar da VIDA dos outros, por exemplo. Definitivamente só perde tempo com isso quem não tem VIDA e, por isso mesmo, precisa da dos outros para se alimentar! Prestem atenção pois há, por vezes bem perto de nós, quem nos vampire a alma sem darmos conta! Pessoas que nos deixam vazios e cheios de nada!

Emocionalmente vivo numa ilha povoada só por aqueles que amo e me amam. No porto estão atracados os barcos que zarpam para ir buscar, apenas, aqueles que quero que me visitam. Assim evito contaminações desnecessárias.

Mas isso demorou o seu tempo pois, como quase todos nós, precisei de me sentir amada mesmo por aqueles por quem nutria, apenas, desamor. Não sei qual é o melhor tempo nem quanto tempo tem o tempo. Apenas sei que cada um tem o seu tempo e que há um tempo para cada um de nós.

Depois...depois aprendi a dizer não. Curiosamente tem o mesmo número de letras que o sim mas custa tanto, mas tanto, a dizer! Dizer não é muitas vezes ir contra a maré o que, por si só, é um acto de coragem. A auto-estima não pode estar em débito se não emerge o medo de sermos diferentes e, sobretudo, não amados.

Saber dizer não é o máximo da liberdade, embora este conceito seja fraudulento. Não somos, completamente, livres pois existem regras na sociedade que gostemos, ou não, as respeitamos para nos sentirmos integrados. Amados!

Se a palavra QUERO fosse uma sigla diria que significava: Quando Uno Energias Realizo Objectivos!

Não é habitual que o dever e o querer andem de mãos dadas, o que provoca conflitos interiores. O dever pertence ao reino da razão enquanto o querer deve morar sensivelmente dois palmos abaixo, na alma - vizinha do lado do coração. Mas quando se quer aquilo que se deve os dedos entrelaçam-se como as mãos de dois amantes.

Tudo na vida tem um preço. As nossas escolhas, também. Nem sempre nos orgulhamos do produto das nossas decisões mas se elas tiverem sido tomadas em consciência, e com verdade, a dor será vista como crescimento e não como fracasso ou frustração.

"Ah, se eu pudesse apagar o passado!" Não existem borrachas para o fazer nem é isso que se pretende! Se não perdemos a identidade. Mas se ficarmos presos ao passado não temos presente nem nos projectamos no futuro. O erro é, por excelência, o grande, momento de aprendizagem.

"Fique certo de que mais valem todos os erros se forem cometidos segundo o que pensou e decidiu do que todos os acertos, se eles forem meus, não seus. Se o criador o tivesse querido juntar muito a mim não teríamos talvez dois corpos distintos ou duas cabeças também distintas" (Agostinho da Silva).

É fácil dizermos que: *"se voltasse atrás faria de outra forma"* e ouvirmos uma coisa terrível que é: *"Eu não te disse? Não te avisei?!"* Não diga. Não acrescenta nada!

Chamo o verdadeiro nome às coisas e aos sentimentos. Não chamo negros aos pretos. Até porque eles não gostam. O racismo começa aí! Sinto ódio, raiva e rancor E amor, compaixão e amizade. Porque somos "E" e não "ou". Sou isto "E" também aquilo.

A felicidade é um flash de uma máquina fotográfica. São pequenos momentos de luz que ficam guardados na memória da nossa vida. Por isso raramente falo em saudade. Só tenho saudades daquilo que perdi e como até hoje não perdi nada prefiro falar de memórias. Boas ou menos boas mas... memórias. A memória é o nosso disco rígido. Sem ela torna-se difícil repetir acertos e evitar erros.

Cada vez mais desenvolvo a presentificação porque o presente é hoje. Não quero mais adiar a felicidade. Tenho a ousadia de ser feliz pois só se vive uma vez. É incontornável que o amor é a vitamina que nos alimenta. Através dele as adversidades e agruras da VIDA ficam aligeiradas. Suportam-se e ultrapassam-se melhor. Com amor os obstáculos transformam-se em desafios.

Por isso não tenha medo de amar nem de ser amado!

Viaje no *software* da sua vida. Faça actualizações, suprima vírus, adquira novas aplicações, etc. Livre-se de medos, fantasmas e demónios que têm como única finalidade *craschá-lo* emocionalmente! Se preciso for faça um *reset*. Enfim, reformate-se!

Não se esqueça de se lembrar de verbalizar o que sente. Já disse hoje a quem ama o quanto o ama?! Não se lembre de esquecer porque, como diz Pedro Abrunhosa: *"amanhã é sempre tarde demais!"*

Mais do que olhar...veja! Mais do que ouvir...escute! Mais do que pensar...sinta! Mais do que julgar...compreenda! Mais do que impor...respeite! Mais do que ter um relacionamento...relacione-se! Sem medo de perder. É possível que isso aconteça mas se não vivenciarem nunca o irão saber. *"Ah, é para não sofrer!"* Mas não sofrem à mesma mas sozinhos?!

A todos aqueles, e foram muitos, que ao longo da minha VIDA acreditaram em mim, me apoiaram e respeitaram o meu Muito Obrigada. Sentirmo-nos amados preenche-nos. É de tal forma gratificante que faz-nos pensar que... vale a pena!

A todos aqueles, e não foram poucos, que de uma forma subtil mas perversa, teimaram em fazer-me sentir culpada pelo meu euro milhões familiar, profissional, emocional e psicológico o meu Muito, mas Muito, Obrigada. A esses ficarei eternamente reconhecida pois, como todos sabemos, é no sofrimento e na dor que se cresce. E muito!

Alguém disse um dia referindo-se à crise “*enquanto uns choram outros vendem lenços!*” Eu vendo lenços porque a crise está na cabeça de cada um de nós. Na forma como se encara a VIDA! A única crise que observo, com muita mágoa, é uma crise de valores morais e éticos.

Eu escolhi ter uma VIDA. (*Encontrei o meu bombo*). Decida o que quer fazer da sua!

Para cada um de vocês um beijo no sítio onde se guardam as coisas boas. E, parafraseando o meu caríssimo e saudoso colega Raúl Solnado, “*Façam o Favor de Ser Felizes!*”