

Perder para Ganhar

MONTSE BARDERI

Perder para Ganhar

Tradução:
Elisa Evangelista

Pergaminho

Como se sente?

Identifica-se com algumas das afirmações que se seguem? Verifique:

1. Sente-se insatisfeita, passando o dia inteiro pendente dele.
2. Está à espera de um milagre, ou seja, daquele momento em que ele finalmente a faça sentir como realmente quer sentir-se, do dia em que se redima de todas as suas faltas e lhe demonstre que todos os esforços valeram a pena.
3. Passa demasiadas horas – como bem sabe... – atenta ao telemóvel, à espera de chamadas, mensagens ou *e-mails*...
4. Vive como se estivesse permanentemente prestes a tomar uma decisão definitiva, como se algo de essencial – algo que pudesse determinar o futuro da relação – estivesse constantemente a ser urdido. Por outras palavras, tudo é transcendente, definitivo e culminante. Por conseguinte, vive num estado de exaltação constante dentro de uma história que, na realidade, não avança.
5. Sente uma necessidade imperiosa que lhe traz momentos marcados pelo descontrolo. Nesses momentos não consegue evitar telefonar-lhe, escrever-lhe uma carta ou enviar-lhe uma mensagem para o telemóvel, ficando pendente de uma resposta.

6. A relação afeta a sua qualidade de vida, tendo em conta que lhe dedica tempo que subtrai ao trabalho, aos amigos ou à família.
7. Vive momentos de euforia destituídos de memória: sempre que ele se aproxima, sempre que se encontram e ele lhe diz que a quer (ou sempre que há sexo), esquece-se de tudo o mais, reposicionando-se, assim, no ponto de partida. Esta história repete-se uma e outra vez, como se a memória fosse inexistente, e sem que beneficie de qualquer aprendizagem.
8. Engana-se a si própria: tem uma memória seletiva ou então distorce a realidade, acreditando, por exemplo, que no fundo ele gosta mais de si do que demonstra. Isto significa que está a ir para lá do que a realidade lhe mostra.
9. Fala constantemente dele, ou dela, aos seus amigos. Essa pessoa constitui o seu principal interesse na vida.
10. Sente-se emocionalmente congelada quando se trata de assuntos que não se relacionem com o seu amado, como se a verdadeira vida apenas se desenrolasse ao lado dessa pessoa.
11. Dedicar-se de corpo e alma à decifração do mistério que é o seu companheiro. Analisa o seu comportamento, as suas palavras e as suas reações com o intuito de compreender realmente quem é essa pessoa e o que sente por si.
12. Se a leitora se revir em alguns dos cenários descritos – ou mesmo na maioria –, então este livro é realmente para si!

PRESSUPOSTOS IMPORTANTES

- **Enfrente a situação real.** Procure simplesmente interiorizar que não é amada como gostaria. Não se trata de tomar uma decisão, mas tão-somente de assumir a situação em que se encontra tal como ela se apresenta.

- **O amor não é uma vitória que se alcança depois de uma dura batalha.** Não será mais amada pelo facto de estar sempre pendente e em esforço. Pelo contrário, é bem possível que o seu amado se afaste de si por lhe ser difícil gerir a sua enorme necessidade de atenção.

Como referi anteriormente, a primeira parte deste livro analisa as características do mau amor – um amor que, parafraseando uma insigne poetisa mística, a faz viver fora de si (condição, no fundo, indesejável quando o amor é verdadeiro, pois o verdadeiro amor faz-nos viver, acima de tudo, em nós, ou seja, impele-nos a tocar o âmago das nossas próprias vidas). A filósofa Hannah Arendt utilizou uma boa fórmula numa carta escrita a alguém que ela amou: «Ao cruzar-me contigo, encontrei-me a mim mesma.»

Segue-se uma pergunta que toca o mesmo ponto: «Gosta de si como é com a pessoa que ama?»

Na verdade, esta pergunta pode assumir outra formulação: «Sente que vive a melhor versão de si estando enamorada dessa pessoa ou, pelo menos, que vive com um eu com o qual possa identificar-se?» Passemos agora a questões mais concretas: ri-se mais, ou chora mais amiúde? É uma pessoa mais decidida, ou, pelo contrário, tornou-se uma pessoa mais insegura? Sonha mais, ou, pelo contrário, limita-se a viver obcecada? Pensa bem, com clareza, ou sente-se mais confusa do que nunca?

É importante ter em conta que se não lhe agrada a pessoa que se tornou ao lado do seu amado, isso significa que essa relação a afasta do seu verdadeiro eu. Assim, se se converteu em alguém de quem não gosta, se se sente pequenina, ou melhor, se o resultado dessa interação consiste numa versão triste da sua pessoa, isso constitui, por si só, um bom indicador de que está a braços com um grave problema. Este indicador poderá ser-lhe particularmente útil nos momentos em que se sentir mais confusa com os demais aspetos da situação...

O amor verdadeiro existe?

Não espere encontrar nestas páginas o mesmo de sempre. Não lhe direi que está doente devido ao facto de padecer de uma dependência fanática; na verdade, a leitora é portadora de um transtorno afetivo. Não vou tratá-la como se padecesse de um processo patológico devido ao facto de se ter enamorado e de isso lhe ter trazido infelicidade. Pior seria se jamais chegasse, sequer, a gostar de alguém...

Mas o amor é um tipo de felicidade que apenas se obtém com a ajuda do ser amado. Ora se este caminho continua vedado, então, e apenas então, as explicações, o consolo e os carinhos que dependem de si – como aqueles que são descritos neste livro – poderão ser-lhe úteis.

Amar sem ser amada é uma questão de pouca sorte que em nada se prende com os seus talentos ou méritos pessoais.

Por conseguinte, não tratarei o amor como se de uma enfermidade se tratasse (com efeito, a nossa sociedade, mercê de um infantilismo generalizado, classifica como patológico todo e qualquer processo que nos traga sofrimento, esquecendo-se de que, em muitos casos, esse sofrimento pode ser o único fator que nos faz crescer). Amar é uma faculdade, uma capacidade e um talento. Por tudo isto, cumpre-me felicitá-la, pois o facto de amar significa que é dotada de capacidades impressionantes, a saber: sede de vida, força para procurar algo mais e não se conformar, espírito aguerrido, tenacidade e constância. Deseja ser feliz e, para consegui-lo, está disposta a lutar munindo-se da sua generosidade e da sua capacidade de amar. Em suma, busca a alegria através das suas capacidades mais evolucionárias.

É uma pessoa inconformista, o que traduz um potencial imenso que deve ser canalizado de forma adequada, de modo a evitar o sofrimento que decorre de uma frustração constante.

Segue-se uma ideia fundamental: se ama de verdade, ou seja, se ama tanto, é porque **você, e apenas você, possui essa maravilhosa capacidade** de amar assim. Não pense, pois, que a origem

dessa capacidade reside na pessoa que ama: trata-se, única e exclusivamente, de aptidões suas. É a leitora que possui a capacidade de sentir tudo isso... Ora esse talento tão imenso poderá ser aplicado a muitas áreas da sua vida. Não é suficiente canalizar a capacidade de amar exclusivamente para o amor de casal. Com efeito, a outra pessoa pode morrer, pode partir, pode abandoná-la ou pode simplesmente não gostar de si da mesma maneira... E, se assim for, a vida continua. Por outro lado, **o amor do enamoramento, o amor-paixão, embora seja, inquestionavelmente, um grande amor, e até, possivelmente, o mais intenso e o mais representativo de todos os amores humanos, não abarca todas as possibilidades que o amor configura...**

Por maior e mais verdadeiro que seja o seu amor por alguém, pelos mais diversos motivos esse amor pode não ser gratificante para si; por conseguinte, mais tarde ou mais cedo será chamada a perguntar-se: e agora? Esta pergunta marcará o momento da sua vida em que se tornará possível **descobrir outras formas de amor, a começar pelo amor-próprio. Evidentemente que não será um amor igual, mas asseguro-lhe que será infinitamente melhor que viver infeliz perante uma quimera, ou então em constante frustração.**

Embora possa sentir-se desgostosa, enganada e esgotada, faço votos de que essa fase não perdure. Lembre-se sempre de que o verdadeiro protagonista desta história não é o seu amado, mas sim a sua própria pessoa! **Saiba que as suas vivências são menos importantes do que o tipo de pessoa em quem elas a converteram. Não importa, pois, o que possa ter vivido; se o que viveu fez de si uma pessoa mais sábia, consciente e equilibrada, então foi um triunfo. Mas se, pelo contrário, a tornou amarga e rancorosa, então constituiu um fracasso.** O verdadeiro êxito das suas vivências é traduzido pelo tipo de pessoa em que se tornou por tê-las vivido.

Atreva-se a viver o luto

Provavelmente passará por uma fase de dor, de luto, o que é perfeitamente saudável e natural. Estranho seria que superasse rapidamente, que virasse a página num abrir e fechar de olhos, ou que se medicasse para não sentir o que tem de ser vivido. Mais ainda, aconselho-a a não ter pressa em superar o sofrimento e a não ignorar o que sente. **As vivências verdadeiras deixam marcas.** Quando se vê tal como é e olha para o que viveu como uma história de amor importantíssima da qual não pretende livrar-se prematuramente, essa aceitação, ou seja, a possibilidade de recordá-la e sofrer por ela em total liberdade acabará, paradoxalmente, por lhe trazer libertação.

Segue-se um dos preceitos do Tao: «O que resiste, persiste.» Isto significa que **os seus esforços no sentido de não pensar, não recordar e esquecer... apenas servem para intensificar a presença... da ausência!** Viva cada etapa com tranquilidade, sem tensão. Cuide de si, permita que os sentimentos se manifestem, mas não deixe de trabalhar os vários aspetos que serão abordados na segunda parte do livro.

Posso ainda assegurar-lhe que este livro não lhe servirá para encontrar respostas para as perguntas que faz todos os dias: «O que aconteceu? O que se passa? Como é possível que tenhamos sido vencidos por uma tragédia tão estúpida?» Em todo o caso, posso dizer-lhe que talvez sim, talvez ele a ame afinal, mas talvez não o suficiente, ou não como queria ser amada, mas isso vale o que vale... O que realmente importa é quem você é e, mais ainda, quem deseja ser. Não desperdice mais tempo de vida canalizando a sua atenção, recursos e pensamentos para alguém cujos sentimentos e ações não dependem de si. A sua vida e o seu tempo permanecerão congelados se continuar a insistir em algo de impossível; fará, certamente, mais sentido apostar noutro alguém que goste de si doutra maneira. Na rubrica que se segue tentarei demonstrar a inutilidade de procurar uma resposta definitiva relativamente ao que a outra pessoa sente por si.

Está agora a viver um momento único da sua vida; trata-se do instante das grandes opções vitais, que surge para todos nós e nos impele a decidir quem queremos ser até ao final das nossas vidas.

Possivelmente, as suas vontades estarão neste momento confusas, para não dizer desajustadas... É mais do que compreensível que lhe seja deveras difícil decidir quem quer num momento em que o seu coração está despedaçado. **O que mais conta não é o quanto amou, mas a sua capacidade de amar.**

O seguinte fragmento de um poema ilustra esta verdade:

Exultante, digo: amei muito, e muito terei que amar. Quero que o mundo inteiro o saiba. Desde a altura precisa deste corpo que me serve de eco ou de resposta quando o desejo reclama plenitudes, desde a intensidade de um olhar ou desde a espuma de um único beijo, proclamo e legitimo o meu amor.

(MIQUEL MARTÍ i POL, *Mucho he amado*)

Legitimar o seu amor é legitimar-se a si. Sinta o poder e a força das palavras de Martí. Prostrado e condenado a uma cadeira de rodas devido à esclerose múltipla degenerativa, mesmo assim, ao falar de como ama, refere a altura do seu corpo... Não fala do resultado que obteve ou de como não prosseguiram aqueles beijos, aqueles olhares... Pouco importava que os olhares estivessem distraídos ou que o olhar se dirigisse somente a si próprio. O poeta proclama, pois, a sua própria estatura, pois é ele que cresce quando ama. Aqui o que conta é o facto de ter ousado viver e sentir esse amor. Eis o que o poeta, no fundo, nos diz: «Estive ali, naquele momento em que me foi possível amar. E amei.» O mesmo acontece consigo.

PRESSUPOSTOS IMPORTANTES

- Amar e ser amada, fazer com que a relação funcione... No fundo, tudo isso depende, em grande parte, da sorte. Sim, é difícil aceitar a faceta acidental de que o amor se reveste. Seja como for, **ser-se amada não implica esforços permanentes e uma profusão de méritos e talentos.** Na verdade, o amor apresenta uma fórmula paradoxal: se, por um lado, nenhum atributo pessoal, por si só, provoca o enamoramento, por outro, **se uma pessoa se enamora de alguém que seja destituído de qualidades, não conseguirá manter essa relação.** Fica, então, claríssimo, que não será «apenas» com amor e dedicação que fará com que alguém se enamore de si. Os seus méritos **tampouco constituem um garante de vir a ser amada, mas poderão, sim, fazer com que seja usada.**
- Por um momento, **imagine** que todos os recursos, tempo e esforço, ou seja, que toda essa energia que dedica a uma relação obsessiva e frustrante, a certa altura são canalizados para si, ou para pessoas que realmente mereçam a pena...
- **Não converta** a sua vida num inútil vaivém caracterizado pelas suas sucessivas tentativas de afastamento seguidas da aproximação de alguém de quem nunca consegue separar-se por completo. Esse ciclo vicioso impede o progresso.
- **O seu ponto de partida** consiste na firme convicção de que não quer uma vida estagnada perante uma verdade supostamente inabalável. Ao perguntar-se «E agora?», estará a permitir que a sua história prossiga.