

CAPÍTULO 31

PATRICIA NOVAES

@patricianovaespsi



Quando ele se foi

Era uma segunda-feira qualquer, verão de 2001, e, como de costume, voltávamos do final de semana na casa de praia em Santa Catarina. Eu conduzia meu carro com tranquilidade e alegria, lembrando cada momento engraçado e divertido que tivemos juntos. Logo à frente, na caminhonete azul, estava meu pai, que, na pista vazia, dirigia com os olhos no retrovisor.

Esses retornos eram frequentes e faziam parte da nossa vida. Mas naquele dia em especial, percebi a grandeza de um simples retorno para casa, acompanhado deles, meus pais, cada um no seu carro. Eu já estava mais independente e poderia viajar para outros lugares, mas, na maioria das vezes, acabava escolhendo estar com eles. Eu gostava de saber que era uma escolha. Naquele momento, entre as curvas da serra, senti-me preenchida de amor e cuidado. O sentimento de segurança me marcou profundamente, de um jeito que eu nunca tinha experimentado antes.

Então, segundos depois, veio o medo. Muito medo. Medo de perder.

“Até quando terei isso?”, “E quando ele partir?”

Particularmente, nunca me considereei uma pessoa medrosa, nem super-preocupada com a morte e o morrer, pelo menos até aquele momento.

Cogitar, ainda que por alguns segundos, em me despedir do meu pai, me aterrorizou.

Ela era a fonte de segurança para nós, incluindo minha mãe. Eu realmente não estava preparada para pensar em des-

pedidas e eu sabia disso.

Dentro de cada família existem muitos vínculos de amor e nenhum é igual ao outro. A conexão com cada um deles é única e isso não significa amar menos ou amar mais, é sobre se sentir mais compreendido por um do que por outro. Nas afinidades algumas relações se estreitam mais que outras.

Com o pai era estreita. Nossa comunicação era com o olhar. A leitura do humor ou do que um estava pensando era facilmente decifrada. Não precisávamos de muitas palavras, mesmo assim, conversávamos bastante.

Era isso que eu temia perder. Já entendia que pessoas não são substituíveis. E cada vínculo deve ser vivido da melhor forma, pois ele não se repete.

Janeiro de 2010

A médica plantonista chega no hospital pela manhã:

“Ele não passa de hoje. Chame a família e avise os parentes e amigos para vir o quanto antes”

Perdi o chão. Pela milionésima vez. Concordei, só com a cabeça. Surtei por dentro:

“Como assim? Ele não vai partir. Não agora.”

Já haviam se passado vários meses de tratamento quimioterápico e três cirurgias para remover as metástases. Ele lutava contra o câncer desde 2007, e nós estávamos ao seu lado. Essa era mais uma batalha, e não seria a última.

No quarto, as tentativas de conversa eram em vão. Quanto mais ele tentava falar, mais se embolava nas palavras. A médica explicou que ele estava com o fígado e os rins intoxicados. Não havia o que fazer, a não ser aguardar a res-

posta do organismo dele às medicações.

Ele, sempre brincalhão, daqueles que não perde uma piada, iria rir de si mesmo se pudesse. A situação era ao mesmo tempo cômica e desesperadora. Eu não sabia se ria ou se chorava. Dei risada. Disfarcei.

“Pai, amanhã eu volto para conversarmos mais, ok?”

Transbordei em lágrimas depois. A luta contra o câncer estava tirando nossas forças. Tanto cuidado, tanto tratamento, estudo, troca de médicos, ideias mirabolantes que salvaram vidas de outros, tudo isso já havíamos tentado. E ele piorava a cada dia. O sentimento de impotência retornou. É indescritível querer salvar e não poder. Lembrei-me da estrada.

Uma mistura de emoções tomou conta de mim: raiva, dor, medo, revolta e negação. Como é difícil aceitar uma realidade que se apresenta sem pedir licença e nos atravessa. Diálogos internos me atordoavam:

“Você sabe que um dia ele vai, todos nós iremos.”

“Eu sei, mas ainda não estou pronta! Só isso!”

“Algum dia vai estar?”

“Acho que sim, mais para frente...” (mentira. Eu sabia que não.)

Começava a primeira lição do luto:

Nunca estaremos prontos para nos despedir de quem amamos.

Estar pronto seria aceitar a partida ou resistir menos a ela.

Seja uma morte abrupta que surpreende a todos, seja uma morte lenta que definha, a dor da despedida sempre vem e o

luto é para todos que ficam. Quem ama não quer isso. Pelo menos leva um bom tempo para entender que pode ter sido melhor para quem se foi.

Para conseguir nos despedir de quem amamos, precisamos formar uma estrutura emocional capaz de fazer isso. Deixar ir sem sofrer é fruto de uma construção interna, pois não vem com o tempo, vem com conhecimento e acolhimento de si mesmo.

No dia seguinte:

“Dra. como ele está hoje?”

“Inexplicavelmente melhor. Aguardem alguns exames e ele receberá alta em breve.”

“Graças a Deus. Foi por pouco”. Suspirei aliviada.

“Pai, eu ainda não entendo nada do que você estava falando, mas tudo bem. Vamos para casa e lá a gente tenta mais.”

O retorno para casa significava vitória. A chama da esperança voltava a brilhar, mesmo que bem pequenininha era alguma coisa e alguma coisa é melhor que nada. Como eu sempre dizia para ele “Se há fôlego de vida, há esperança.” Eu esperava por um milagre.

Eventos corriqueiros de um dia comum era tudo que tínhamos e era maravilhoso. Eu já estava acostumada a chegar na casa dele pela manhã com o Diego, deixá-lo com a vovó e sentar no escritório para começar a nossa jornada de trabalho.

Aos poucos ele voltou a falar português e nos assustou mais ainda.

“Vocês não sabem, aquele dia, eu tentava falar com vocês,

mas não conseguia. Vi na ponta da cama minha mamãe, papai e meu irmão...”

“Espera!” Interrompi, quase engasgando. “Sério? Como assim? Que história é essa pai?”

Coração apertado, mas aos risos.

“É filha! Eles estavam lá no hospital...”

“Pai!” Interrompi novamente e rindo de nervoso:

“Parente quando vem é para levar embora. Vamos combinar uma coisa, caso eles voltem, fala para vovó que está tudo bem, que eles podem ir embora tranquilos. Não é a sua hora.”

Em meio a deboches, risadas e ao mesmo tempo sabendo que o assunto era sério eu só pensava em afastá-lo a morte, como se “ela” fosse alguém e não o próprio corpo dele se esvaindo de energia vital.

Eu ainda não percebia que ele já estava morrendo. O assunto virou piada, como tantos outros temas na nossa família. Rir era a nossa forma de lidar com a dor e o medo.

Comecei a perceber que eu gostava disso. A essa altura, já tínhamos entendido que a vida não é brincadeira e que não temos controle sobre nada. A realidade estava atravessada em nossas gargantas. Restava-nos ser felizes com o tempo que ainda sobrava.

Quem gosta de viver não quer morrer. Era o caso dele. O apego à vida reflete nosso instinto de sobrevivência e a garantia de nossa continuidade no mundo. Descontinuar significa não-existir. Comecei a entender isso melhor no dia em que ele me surpreendeu:

“Filha, você vai esquecer de mim?”

“Como assim? Que é isso, pai?”

Eu tentava suportar o insuportável, segurando o choro.

“Fala para mim. Eu não vou mais existir.”

“Pai, não fala isso. Eu não posso ficar sem você!”

A memória da estrada voltou com força; o dia estava chegando e eu ainda não estava pronta, mesmo depois de tantos anos.

“Pai, você é meu pai, meu melhor amigo, meu sócio. Com quem eu vou conversar? Ligar? Lá em cima não dá nem para mandar mensagem!”

A conversa mudou de tom, do choro ao riso.

“Outra coisa, tem muita coisa sua aqui para resolver! Como eu vou fazer isso sozinha?”

“Você vai conseguir!”

Eu não conseguia acreditar no que ele estava dizendo. Junto com isso, vieram outras orientações e a certeza de que tudo ficaria bem para mim, mas eu teria que atravessar a jornada sozinha. O chão se abriu mais uma vez, mas desta vez teve sentido. Ele estava dizendo o que precisava ser dito. Não adiantava fingir ou negar que, muito em breve, ele não estaria mais entre nós.

“Você confia mais em mim do que eu em mim mesma. Mas eu confio em você e não há outra saída, ok.” Eu senti que estava em apuros, mas como a vida segue em frente, continuei.

Dias depois...

“Filha! Estou com medo de morrer!”

Um pedaço de mim morreu ali. Outro cresceu. Amadureci alguns anos. Ele precisava de ajuda para morrer, pelo menos

para ir mais tranquilo.

Segunda lição do luto:

A dor da morte é sobre quem fica, não sobre quem vai. Quem vai enfrenta desafios que nem imaginamos.

Se eu estava apavorada, imagine ele. Me senti egoísta. Não poderia pedir para ficar. Ele já não estava mais vivendo uma vida digna, do jeito que ele gostava. Claro que o bom humor e as piadas que ele fazia tornavam essa jornada mais leve e até engraçada, mas estava dolorido para ele, inclusive fisicamente. Mesmo sabendo de tudo isso, eu não conseguia aceitar sua partida de coração. Mas isso mudou meu olhar. Eu precisava aprender a lidar com o que estava se apresentando para mim.

Quem fica tem que sobreviver e honrar quem já se foi. Depois desse episódio, falamos muito sobre a morte, sobre a vida, sobre sonhos, família e futuro. Falamos até das promessas que ele me fez e não ia mais cumprir.

“Pai, vamos combinar uma coisa: se tiver outra vida, você vai ser meu pai de novo, ok?” “Claro, minha princesa.” “E vai me levar para pescar e levar junto aquela faca que você tanto quis e comprou para fazer nosso sushi no barco.” “Aahhh, é verdade, essa eu fiquei devendo! Guarda ela com você.” Muitas gargalhadas e outras ideias malucas que ele tinha.

Nove da manhã, sábado de sol, eu preparava o café da manhã para o Diego enquanto ele assistia a um desenho na televisão. Um aperto no peito me paralisou e um forte impulso de choro veio com tudo. Chorei intensamente, sem saber por quê.

“O que foi, mãe?” Olhou assustado.

Eu não consegui pronunciar uma palavra. Só olhei nos olhos dele.

“É o vovô, né?” Suspirei e recuperei meu fôlego. O telefone tocou.

“Aqui é do hospital, pedimos que vocês venham para cá.”

Então eu entendi. Chegou o dia que eu tanto temia.

“Sim, filho. É o vovô! Vamos nos despedir dele.”

É surreal ir ao encontro de alguém que não vai mais voltar. Lembro-me que eu quis vê-lo sem vida. Olhei atentamente para os pés, unhas, mãos e detalhes dele que eu não queria esquecer. Eu sabia que não me esqueceria da gargalhada e de algumas frases clássicas como: “Eu nasci para ser feliz”, “Eu me amo” e tudo isso se beijando e rindo. Era peculiar nele. Eu queria registrar ao máximo, como se isso fosse aplacar a saudade.

Eu me sentia anestesiada. As etapas que se sucederam após a morte dele foram grande parte apagadas da minha memória. Eu não tive condições de lidar com toda a burocracia, que vem para nos mostrar que o mundo não para e morrer custa caro. Na família, nos apoiamos como pudemos. Abraços de familiares, amigos e pessoas próximas valeram ouro.

Terceira lição do luto:

Cada um lida como pode, não como quer

A dor de quem fica não pode ser explicada em palavras e demora para ser compreendida por si mesmo. Uma lacuna se abre, sem previsão de futuro.

Quarta lição do luto:

O silêncio é mestre. O abraço é mãe.

Escuta, mas não ouve. É assim que eu me via. Nenhuma palavra serve. Nenhum consolo alivia. Nada tira a sensação de estar perdida e vulnerável. Foram incontáveis manhãs acordando com gosto amargo na boca e me perguntando:

“É verdade mesmo?”, “E agora?”.

A ficha demora para cair. Parte de mim partiu com ele. Por muito tempo, a alegria também. Vivi todas as fases do luto: a negação e isolamento, raiva, barganha, depressão e aceitação.

Quinta lição do luto:

Recusar-se a viver as fases do luto é se condenar a permanecer nele.

Entendi que a aceitação depende do nosso tempo interno. Não tem tempo certo, pois é individual. Entender a própria fase e respeitar seu momento torna o processo mais leve. A questão é: “Como você quer atravessar esse período?”. Com acompanhamento, suporte profissional é mais acolhedor e seguro. Não foi o meu caso, pelo menos no início. Essas fases fazem parte da renovação, da construção de uma nova forma de viver. Esse é o fluxo da vida; ela constantemente se renova. É preciso aprender a lidar com os “finais” e com sua maneira de enfrentá-los, pois eles virão. Não somos os mesmos depois de uma grande finalização (morte), mas podemos nos reconstruir e renascer, pois a vida nos impulsiona para frente.

Foi o que eu fiz. Precisei dar continuidade à empresa que

ele deixou e segui com suas orientações. Quatro meses depois, dei à luz a minha filha do meio: Renata. Sim, todo esse tempo eu estava gestante. A dor maior era saber que eles não iriam se conhecer, pois ele não viveria o suficiente para vê-la crescer. Esse sonho não se concretizou para mim, pelo menos do jeito que eu imaginei. Isso também faz parte da vida.

Sexta lição do luto:

Se deixa saudade é porque foi muito bom. Se foi muito bom, eu agradeço, pois eu tive!

A parte da saudade que aperta o coração permanece. A gente não esquece. A cada nova memória, a tristeza ocupa seu lugar: primeiro Natal, primeiro Dia dos Pais, os primeiros anos são permeados pela lembrança da ausência. Tentar disfarçar e sufocar a emoção é pior. Praticar o exercício da aceitação parece ser eterno. Enquanto isso, você fica pensando: “E se ele estivesse aqui...?”. Aceite e finalize.

O diálogo interno e silencioso que você faz consigo mesmo é fundamental para viver essa fase de maneira acolhedora, pois é parte de se ouvir e se entender. Depois dessa fase, ficam os detalhes que enchem nossos olhos de lágrimas. No meu caso: ver uma caminhonete azul na estrada, ver um pai entregando sua filha no casamento, um homem de cabelo branco e chapéu na praia igual ao dele e outras situações que o trazem de volta por alguns instantes. Isso pode se transformar em saudade boa.

Sétima lição do luto:

O amor fica

Mesmo na despedida de um ente querido, nem tudo vai com ele. O que perdemos é a convivência. Mas a experiência, o aprendizado e os ensinamentos ficam registrados em nós, assim como nossas emoções. O amor não acaba, pois se sentimos é porque ele pulsa em nós. Se pulsa, está vivo. A continuidade da família é também sobre isso: fazer viver em outros corpos, de outras maneiras, aquele amor e ensinamentos trazidos por quem veio antes. Pensar dessa maneira acalmou meu coração. Ele continua existindo.

Oitava lição do luto:

“Honrar é fazer viver.”

A vida em mim honra a vida que ele me deu. Levo comigo os valores, falas, histórias e aprendizados que me deixou. Meus filhos só poderiam conhecê-lo através de mim. Como não levar a alegria e a vontade de viver para o meu dia a dia? Essa foi a maior marca que ele me deixou.

Nona lição do luto:

A continuidade não está na matéria, mas no legado que deixamos.

Perpetuar a vida, o amor e a alegria é continuar o que ele começou, mas do meu jeito, no meu ritmo. Renasci e dei início ao meu novo caminho, formado e construído por mim.

“A finalização é uma parte importante do luto. Elaborar

nossos fins permite-nos redefinir nossas relações, nos render ao que está morto, aceitar o que está vivo e estar no mundo mais plenamente para encarar a nova situação.” — Stanley Keleman, *Viver o Seu Morrer*, p. 45

Décima lição do luto:

A morte nos ensina a viver