

## NO SEIO DO ANSEIO

**Erick Zickwolff**

[Mestre em Turismo pela UFF. Docente da Faetec-RJ. Turismólogo da Prefeitura de Macaé/RJ]

Disse Jiddu Krishnamurti, “não é sinal de saúde estar bem adaptado a uma sociedade doente”. Desde o momento em que li tal frase, me tornei admirador do homem e da obra por ele produzida, que é imensa e profícua. Mas, ainda que se resumisse apenas a tal passagem, eu teria por ele a mesma estima. Nossa sociedade está doente e muitos de nós adoecemos junto com ela. Desigualdade social e econômica, preconceitos diversos, consumismo desenfreado, desemprego, falsos profetas, violência, poluição, inflação, intolerância, corrupção, descaso... A lista é grande, a dor também. Aos 22 anos, após acreditar estar sofrendo um infarto, descobri que o que me afligia era o Transtorno de Ansiedade Generalizado e a Síndrome do Pânico. Não foram poucas as vezes em que fui parar em uma emergência, com sintomas angustiantes de falta de ar, palpitações, formigamento nos membros, dores no peito, dificuldades na fala, confusão mental..

Sempre acreditando que minha vida estava por um fio, recebendo doses de Valium nas veias das mãos, apagando e acordando confuso, sem saber em que plano astral me encontrava. Naquela época eu cursava duas faculdades públicas, porque acreditava que, assim, aumentaria minhas chances de sucesso em um futuro mercado profissional.

Já me preocupava com a necessidade de encontrar um estágio profissional em alguma delas. Dormia mal, me alimentava mal, e já percebia o quão doente o mundo estava. O medo, de certa forma, já era um “companheiro” constante.

Medo do fracasso. Medo de desapontar meus pais. Medo do meu pai. Medo da violência urbana. Medo de um futuro incerto. Medo da morte. Medo da vida. Medo do medo. Desde o momento do meu diagnóstico, meu calendário passou a ser a cartela de antidepressivos. Os calmantes andavam nos bolsos e entravam em cena ao menor sinal de uma potencial crise. Por duas vezes realizei a retirada completa do Cloridrato de Venlafaxina do meu cotidiano. Ambas duraram apenas três meses. Na terceira vez em que o médico me sugeriu essa possibilidade, recorri a um neurologista para saber se, ao continuar utilizando o medicamento, meu cérebro viraria uma geleia. Ele me assegurou que não. E meus 150 mg diários nunca mais me abandonaram. Também fiz acompanhamento psicanalítico por pouco mais de 6 anos, depois de passar alguns meses pelos grupos de Terapia Cognitiva-Comportamental. Todo esse autoconhecimento me auxiliou em diversos aspectos, melhorou minha relação com as outras pessoas e comigo mesmo. Mas não me curou e, muito pior, não curou o mundo. Hoje entendo que não há cura para o meu “mal”, mas há formas de controle dos sintomas e maneiras de levar uma vida mais estável. Já a cura mais necessária, a cura dessa sociedade doente em que vivemos me parece, além de impossível, fora de qualquer controle. Nessa hora de descrença e desesperança, eu me valho dos olhos de poesia que a vida me ajudou a desenvolver. Olhos que me permitem “esperançar”, como Paulo Freire, sem precisar fugir para a Pasárgada de Manuel Bandeira. A dose diária de poesia é a panaceia a que recorro para continuar lutando, tentando, sentindo, planejando, pensando, resistindo, amando, vivendo.

### A DOR DE SER (2006)

A dor de quem só sente dor  
 O medo de estar no meio do nada  
 Nadando em um oceano obscuro  
 A morte rondando o pensamento  
 Batendo à porta a cada momento  
 O vazio profundo chamando meu nome  
 O gosto amargo do antidepressivo  
 A cabeça flutuando na onda do calmante  
 O amante abatido no instante da caça  
 O peso dormente da própria carcaça  
 Desgraça de vida insanamente maravilhosa  
 Maravilha de vida desgraçadamente insana  
 Que horas serão quando eu já não for?  
 Cadê você que prometeu me dar a mão?  
 Só sinto o vazio da sombra do abajur  
 E se tento fugir, sem saber bem do que,  
 Estou irremediavelmente preso em mim.

### CRISE (2006)

O peito me dói,  
 dormente  
 A mente me agride  
 sem pena  
 Apenas quero não ser eu  
 Meu plano é deixar tudo  
 pra trás  
 A paz de ser nada  
 no mundo  
 Afundo a cabeça no leito  
 Aceito a dor que me  
 inunda  
 Profunda vontade de  
 gritar  
 Saltar do trem em  
 movimento  
 No momento certo,  
 incerto...

### POETA DA DOR (2007)

O poeta da dor, este sou eu,  
 Da dor mais profunda,  
 mais aguda,  
 Da dor sem cura, sem tamanho,  
 Da dor que angustia,  
 que constrange,  
 Da dor que abarca,  
 que atravessa,  
 Da dor que é tanta  
 que é quase nada,  
 Da dor que é minha  
 e de mais ninguém,  
 Da dor que eu atijo e repulso,  
 Da dor que eu escondo  
 e alimento,  
 Da dor que me mata, um pouco,  
 a cada dia,  
 Mas que dá sentido ao meu  
 viver...

continua

<p><b><u>SILENCI...ANDO (2009)</u></b>  Falar da minha dor não faz  com que ela diminua,  Nem permite que outro alguém  a sinta,  Então, o mais certo,  O mais humano,  O mais sensato,  É doer calado,  É sentir o corte,  É lamber o sangue,  É rasgar a alma,  E sorrir,  Contendo a lágrima que  escorre para dentro...</p>	<p><b><u>PÂNICO EU (2018)</u></b>  Meu medo é insolente  Me provoca todos os dias  Me transtorna e ironiza  Me ataca sem piedade  Me desafia  Se apossa dos meus pensamentos  Me aponta o dedo e me cospe a face  Me avilta  Às vezes me derrota  Mas há dias em que eu venço  E a luta nunca cessa  Meu inimigo íntimo  Esse monstro que me habita e que eu nutro,  sem querer  Essa chama que alimento e me consome  Esse mal, que jamais some  Mas que um dia morrerá  de braços dados comigo  Meu amigo  Meu xará  Quando chamarem meu nome,  ele é quem responderá  Minha metade, da qual nunca sinto saudade  Por não se afastar de mim  Estamos condenados a um mesmo fim</p>	<p><b><u>ME EDITANDO (2019)</u></b>  O olhar de Buda.  O meio sorriso de Buda.  A postura de lótus de Buda.  A sabedoria de Buda.  Quem me dera ter um átimo da essência de  Buda.  Mas, a única coisa que tenho é essa bunda  em que me sento,  Dia após dia,  Sonhando com a iluminação da minha  imperfeita mente.  Essa bunda imperfeitamente rachada.  E Buda segue impassível,  Pleno,  Apaziguado,  Enquanto eu inicio a jornada que conduz à  loucura que reside em mim.</p> <p style="text-align: center;">■ ■ ■</p>
<p><i>OBS. Os textos expressam a opinião de seus autores, não necessariamente coincidente com a dos coordenadores do Blog e dos participantes do Fórum Intersindical. A cada reunião ordinária, os textos da coluna Opinião do mês são debatidos, suscitando divergências e provocando reflexões, na perspectiva de uma arena democrática, criativa e coletiva de encontros de ideias em prol da saúde dos trabalhadores.</i></p>		