

CONTOS DE ENCONTROS

Autora: Nívia Alves Tenório, Assistente Social – CRESS/AL 6266

A BEBIDA QUE SACIA A MINHA SEDE

Os meus dias estavam estressantes, a rotina tinha acabado comigo. Eu não conseguia dormir direito, tampouco me alimentar bem. Tinha tudo, exceto a minha saúde mental. Tudo começou sem intenção do que hoje aconteceu. Comprei uma caixa de cerveja e contava os dias para que chegasse o fim de semana e tomar aquela gelada. Meu propósito era esquecer os problemas e relaxar.

Me senti abraçado e, com pouco menos de quatro latas, já me sentia nas nuvens, estava sorrindo à toa, abraçando a minha família e falando coisas que normalmente nunca falei, como “eu amo vocês”. Não que eu não os amasse, pelo contrário, eu os amava muito, mas dizer aquelas palavras me deixava constrangido.

Fazia questão do som estar alto e me tornava o churrasqueiro da família. Eu cantava, dançava e até esquecia que era tão tímido. Horas depois, apagava no sofá da sala, e ao abrir os olhos, sentia que a minha cabeça pesava uma tonelada; tudo rodava, inclusive a comida em minha barriga.

Eu tomava um analgésico e logo vinham os pensamentos dos problemas que tinha que encarar. Não demorava muito para a angústia bater e eu sentir os meus ombros pesarem. Ainda abri a geladeira, mas a "loira gelada" havia acabado, então calcei os sapatos e fui ao mercado da esquina, onde encontrei outros colegas de trabalho. Fui convidado a fazer parte daquela roda de colegas que me oferecia a "água que passarinho não bebe".

Tomei uma dose da tão falada bebida e senti a sensação de que tudo dentro de mim estava queimando; até as minhas orelhas ficaram vermelhas. Dei um suspiro profundo e pedi mais uma dose e, de dose em dose, meu corpo se anestesiava e eu acabava esquecendo das horas, do almoço em família, do compromisso que tinha com a minha esposa.

Afinal, tomar aquela bebida me fez sentir abraçado, compreendido, quentinho e, o melhor, me fez esquecer dos problemas da vida; tudo ficou para depois. O que eu não imaginava era que isso iria se tornar uma rotina e geraria um impacto muito ruim na minha vida familiar, profissional e social.

Diversas vezes passei a ir trabalhar de ressaca e mal-humorado. Não conseguia lidar com as relações interpessoais e com os bochichos que no meu trabalho havia. O meu chefe passou a pegar no meu pé, como se o problema do ambiente fosse eu. Eu, já cheio e insatisfeito de ser injustiçado, acabei o agredindo e fui demitido.

Fiquei desempregado, mas o maior problema ainda estava por vir: como eu iria contar isso para a minha família? Eu não sabia como, então tomei uma dose de aguardente e, durante o jantar, contei tudo o que tinha acontecido. Não contente em apenas falar sobre os problemas no trabalho, acabei falando de tudo o que me deixava angustiado. Com um litro na mão e a mente vazia, me retirei de casa e fui a um bar, afogar as mágoas do dia intensamente estressante que tive.

Ficamos nós dois: a bebida e eu. E quer saber? Eu não precisava de mais nada, só dela. A bebida me consolava e tinha o poder mágico de me tirar da realidade. Eu me sentia indestrutível, forte, alegre e confiante. Ela me proporcionava tudo que eu não conseguia ser quando estava sóbrio, e essas afirmações me fizeram crer que somente ela me fazia feliz.

Algum tempo depois, de porre e porre, ao abrir os olhos pela manhã, senti um vazio intenso tomar conta de mim. Eu chorava, me sentia um fracassado e me questionava: aonde eu cheguei? A minha família se afastou de mim, eu passei a me tornar agressivo, gritava e quebrava objetos em casa, sentia uma fúria intensa inundar o meu ser.

Naquela mesma manhã, me sentei na cama e senti as minhas mãos tremerem. Olhei para os quatro cantos da casa e tudo era silêncio e vazio. No chão do quarto, havia litros de bebida vazios espalhados, latinhas e latões, vestígios de vômito e roupas sujas. Todo o ambiente que antes cheirava a lavanda agora se tornava fétido. Olhei para as minhas mãos, estavam sujas e a minha pele, ressacada. Estiquei as pernas e quase não tive forças para levantá-las; os meus pés estavam inchados.

Levantei da cama cambaleando e com muita sede. Tentei tomar água, mas logo a coloquei para fora. Me sentei num cantinho da cozinha e, num suspiro, falei baixinho: "meu Deus, o que aconteceu comigo?" No canto da cozinha, havia uma latinha de bebida aberta e me arrastei até ela; algumas gotas de álcool saíram e caíram na minha boca.

Me senti como uma pessoa no deserto que busca incansavelmente por água para saciar a sua sede, mas a minha sede somente a bebida alcoólica poderia saciar. Eu chorei como uma criança, porque foi nesse momento que percebi que me tornei dependente da bebida e não conseguia viver sem ela.

Fechei os olhos por um instante e um filme passou pela minha mente: as coisas que acumulei e fui covarde de falar, o uso da bebida para tentar anestesiá-lo que me tirava a paz e a forma como ela me deixava desinibido e sociável como eu nunca tinha sido, a falsa sensação de ser visto, de ser notado e de fazer parte de algo. As lágrimas desceram com fervor pelo meu rosto.

E ali no canto da cozinha percebi que precisava de ajuda, que a bebida que saciava a minha sede, aos poucos, me matava; que a cada dose que eu ingeria, era mais um passo para o precipício; que a falsa sensação da água que sacia a sede era uma dose fatal de veneno e que eu estava morrendo pouco a pouco, desfazendo-me com o tempo, perdendo-me de mim mesmo e apagando como uma vela.

Santana do Ipanema-AL. 12 de outubro de 2024.

O CIGARRO DA MORTE

Ele mata a minha ansiedade, me dá à sensação de bem estar, a fumaça que sai pela minha boca, sacia a minha sede. Eu não preciso de nada, só do meu cigarro entre os meus dedos.

Eu sei que a fumaça que eu aspiro entra para os meus pulmões e me mata aos poucos, dilacera minhas vias respiratórias e agride todo meu corpo. Eu já tentei, mas não consigo ficar longe da nicotina que me condena a morte certa.

Ela é minha companheira durante a ansiedade do amanhã, ela me tranquiliza quando o meu dia está um caos. Tirem-me tudo, menos o meu cigarro. As pontas dos meus dedos estão amareladas, o meu cigarro deixou a sua marca registrada.

Se eu fico longe dele por algumas horas já sinto anseio, meu corpo clama e a minha mente atordoadamente me irrita, minha cabeça dói e a impaciência vêm. Agitação, alteração no sono e indisposição abalam o meu corpo, já me tornei dependente da nicotina, ela corre na minha corrente sanguínea, alimenta o meu vício e me mata devagarinho, causando danos ao meu corpo e a minha mente, mas como parar?

Como ficar sem ele? Parece impossível, o cigarro da morte me mata e ao mesmo tempo me faz sentir vivo, alivia as minhas tensões e me dá de presente problemas nos pulmões, cardiovasculares, o câncer e incerteza de que irei viver um futuro saudável, o mesmo cigarro que me sacia, causa a minha morte.

Santana do Ipanema-AL. 21 de Novembro de 2023.