



SE EU NÃO DESISTIR,  
VOCÊ SERÁ A TESTEMUNHA  
DE QUE VENCI O COMBATE  
CONTRA MIM MESMA...

"O PSICOLÓGICO É SEU MAIOR INIMIGO"

MENTALLY GONE

Aqui conto breve, minha história até os dias atuais e como meu psicológico foi afetado ao longo dos anos e eventos acontecidos, o que trouxe te todas as experiências de minha vida e como estou, um escape para esse momento em que me encontro. A música é “ Nuvole Bianche” e “Oltremare” de Ludovico Einaudi. E estou sentada diante meu computador dès de 3h da manhã...

3 de julho de 1996, eu nasci, trazendo sorrisos, alívio e esperança. Não fui fruto de um casamento e panejamento, mas fui muito amada e acolhida, eu tinha aqueles que cuidariam de mim e me amariam para o resto de suas vidas. Minha mãe estava na casa de minha avó paterna, onde vivia ela, meu pai, minha avó e meu vô, minha mãe estava em fases finais de seus estudos para técnica de enfermagem, em sua formatura eu estava lá, chorando no colo do vovô materno, junto a minha vó materna também. E assim, fomos morar com meus avós maternos, em outra cidade a mais ou menos 156km de distância de onde nasci, onde estavam meus avós paternos e meu pai, pois o relacionamento entre ele e minha mãe não havia dado certo. Durante minha infância fui criada pelos meus avós maternos, visitava meus avós paternos geralmente em janeiro e julho ou julho e dezembro.

Assim foi por longos anos, a cada ano que se passava, meu pai deixava de se importar com minha existência, minha avó (mãe do meu pai), sempre o lembrava de mim, sempre tentava manter-nos unidos como pai e filha, mas o esforço vinha somente dela, e meu. Mas eu era feliz, não tinha noção do que estava acontecendo em minha volta, era tão inocente, tínhamos acabado de nos mudar para uma outra cidade a poucos km de distância da minha primeira casa, tudo que importava era brincar, assistir desenhos pela manhã, ir a escolinha, fazer amizades. Após alguns anos, em meus meados 4 a 5 anos de idade, minha mãe conheceu um rapaz, se apaixonou e iniciou um romance, eu era pequena, porém ciumenta, não gostava de nenhum outro homem ao lado de minha mãe, mas um dia, com o tempo, eu o aceitei, eles então se casaram, mesmo a mãe dele não gostando da minha mãe e de mim.

Ele então passou a ser o meu segundo pai, o pai mais presente, eu o chamava de pai, e ele me tinha como uma filha. Sua mãe era uma senhora amargurada da vida, infeliz, não gostava de outras crianças, exceto uma que ela adotou dês de bebê. Era um garotinho de nome diferenciado, e mesmo assim ela tinha em casa 2 moças largadas pela mãe, entre outras crianças que ela cuidava enquanto suas mães estavam fora ou não podiam cuidar. Minha mãe passou a morar com meu padrasto, na primeira cidade onde morei com meus avós e minha mãe, e eu continuei morando com meus avós, meu avô trabalhava e minha vó era dona de casa, minha rotina era escola, casa, havia dias em que eu brincava sozinha em meu quarto, dias em que eu brincava na frente de casa e dias que eu tinha uma vizinha que brincava comigo em minha casa com minhas bonecas. Nos finais de semana a família se reunia, quando não era toda a família era eu, meu avô e minha vó, ou então nos três e minha mãe com meu padrasto. Claro que os melhores dias para mim eram os finais de semana, pois eu era cercada de pessoas, sorrisos e atenção.

No terceiro ano do ensino fundamental, fui morar com minha mãe e meu padrasto, pois as escolas de minha cidade estavam sem professores, e eu iria ficar um tempo sem ir à escola, então minha mãe decidiu que eu fosse para onde ela morava, onde as escolas seguiam normais. Sai de minha cidade, longe dos meus amigos, em um lugar novo, onde eu não conhecia ninguém, exceto a mãe malvada do meu padrasto e alguns vizinhos que tínhamos quando morávamos lá. O sentimento que tinha naquela nova escola era um sentimento estranho, tudo era diferente do que eu estava acostumada, não havia luzes e cores naquele lugar, as pessoas eram diferentes, e sem alegria. Chegava em casa e ia para casa da malvada, era isso ou ficar em casa sozinha o dia todo, pois minha mãe trabalhava o dia todo, só chegava à noite, e meu padrasto não tinha horário fixo, na casa dela tinham crianças que eu poderia brincar e passar o tempo, nem sempre eu me alimentava bem, ela não se importava comigo e nem com as outras crianças, ela sempre me olhava com cara de desprezo, desgosto, nojo e raiva.

Foi um ano longo, e durante todos esses dias e meses ali, vi minha mãe apanhar uma vez para o irmão do meu padrasto, ouvi várias ofensas verbais diretas a mim e a minha mãe, vindas da malvada e sem alma, imagine todos os tipos de ofensas e palavrões já ditos a todos os tipos de pessoas, os mesmos foram ditos a mim, uma criança apenas. Naquela época nada estava certo, vários eventos estranhos aconteciam, como bandido se escondendo na casa de minha mãe, e ninguém entendendo nada...exceto...meu padrasto. Assim que meu ano acabou, voltei para a casa dos meus avós maternos, para minhas amiguinhas vizinhas, e para as escolas onde havia alegria e cores, seguindo a rotina de sempre, os anos se passando e eu crescia, era amada, mesmo sendo solitária algumas vezes, eu tinha amor em casa, e nos finais de semana, tinha mais amor ainda.

Minha família era festeira, finais de semana aquele churrasco, cerveja, e crianças brincando por toda parte, minha família era dividida em 4 partes, meus avós por parte de pai, meus avós por parte de mãe junto a minha mãe, os tios e primos de meu avô materno e os tios e primos de minha avó materna. O amor e a união de todas as partes, eram iguais e era tudo bom e feliz. Em janeiro de 2007 estava na casa de minha vó paterna passando as férias, era manhã, antes das oito horas, o telefone toca, me acordando, a voz era de minha mãe:

- Filha, eu preciso de você (chorando) vem pra cá...

É tudo que lembro, dias antes, meu avô materno, havia sofrido um acidente de trabalho, ele era engenheiro civil, pedreiro, obreiro, etc. Ele caiu de uma construção em que estava atuando, se escorou em um corrimão que estava solto, e caiu. Minha vó que estava comigo, foi até um orelhão próximo para ligar pra minha mãe, assim que ela chegou, estava com o rosto triste e apenas me disse:

- Seu vô morreu!



Não sei exatamente o que senti, mas não acreditei. Quem era meu vô? Ele foi uma pessoa maravilhosa, ele era um pai pra mim, companheiro pra toda vida e pra todo lugar, tudo que ele gostava era de uma cervejinha, um modão sertanejo e juntar a família, seja para comer um churrasco, viajar e até mesmo jogar um truco ou dominó. O amor que ele tinha por mim, era tanto, ele me mimava, me defendia como ninguém, ele foi meu avô e pai ao mesmo tempo, ele era pai de minha mãe e meu também. Logo em seguida, esperei meu padrasto vir me buscar, e voltamos para nossa primeira cidade, onde minha mãe morava com meu padrasto, onde a família de meu vô morava e os amigos também. Aquela cidade foi onde meu avô morou com minha vó após se casarem, meu vô construiu a casa ali, e ali ficaram por muitos anos, morei ali por alguns anos e logo fomos para a outra cidade. Em seu velório eu estive, em seu enterro eu estive e ali vi um dos amores de minha vida partir.

Seguindo no mesmo ano, alguns meses a diante, outros familiares também partiram, fui em meu último velório e enterro de dois tios idosos e injustamente assassinados, mesmo não sendo próxima a eles, foi minha última ida em um cemitério. Em dezembro de 2007 dias próximos ao Natal, era tarde, antes das duas horas. Ligo para o meu padrasto, o telefone toca... e nada de resposta. Estava com a minha vó em casa, apenas nós duas. Na tv o jornal da tarde, assistimos, chegou à noite, uma notícia... meu padrasto havia sido morto. Estava eu, minha vó e meus 2 cachorrinhos em meus braços, eu não tinha ideia e nem noção do que estava acontecendo, mas lembro de estar apenas dando atenção aos meus cachorros. E aquele jornal da tarde, tinha anunciado um assalto onde um bandido havia sido morto junto a um policial, e o bandido era ele, o meu padrasto...

Chegou o dia do velório, eu não fui e no enterro, também não fui. Aquela época ainda vendia jornais, e meu padrasto aparecia em um deles, o jornal era “Polícia nas ruas” minha mãe o comprou e eu o achei, e sim, eu vi meu padrasto morto a tiros em uma foto de jornal, fiquei arrasada e não parava de pensar no que tinha acontecido, afinal era um homem casado com minha mãe, que eu chamava de pai, eu confiava nele, e ele mentiu pra nós, nos enganou e escondeu quem ele era.

Com isso, minha mãe achou que a malvada (mãe dele) havia acalmado o coração dela, e aceitado minha mãe, mas tudo não passava de falsidade e interesse, no fim minha mãe foi enganada mais uma vez, e a mãe dele, pegou tudo que ele havia deixado para minha mãe, deixando para ela a dívida do velório e do enterro.

Minha mãe então arranjou o dinheiro, pagou e sumiu da vida da família do meu falecido padrasto, meu segundo tio, irmão de minha mãe, foi acusado de ser cúmplice do assalto, porém ele não estava, por mais que ele soubesse quem era o meu padrasto, e andasse com ele, ele não estava no dia,

mesmo com provas de que quem estava eram outras pessoas, menos ele, um policial havia sido morto, eles só queriam prender alguém, não tínhamos dinheiro para nada, nem advogado nada, e assim foi com meu tio preso por algo que não fez. Nos anos seguintes era apenas eu, minha mãe e minha avó, minha mãe trabalhava todos os dias exceto final de semana, e como sempre eu mal a via, minha vó estava depressiva, e continuava sua rotina como sempre foi, e eu, eu tinha meus amigos de escola e meus vizinhos para me distrair. E assim foi por alguns anos, com o tempo as duas não queriam mais ficar naquela casa, ela era cheia de memórias e lembranças do meu avô, e as coisas começaram ficar difíceis financeiramente e psicologicamente ali, então fomos embora, deixando aquela casa alugada fomos morar de aluguel perto da casa de meu tio (irmão de minha mãe) ele era casado e tinha 2 filhos pequenos, mais novos que eu.

E novamente, um novo lugar, sem conhecer ninguém, a escola era escura, as pessoas eram sombrias, não havia alegria e nem cor nesse novo lugar, o sentimento era ruim, triste e vazio. Com o tempo fui fazendo algumas amizades, o ciclo de amizade era bem menor, nessa fase todas as meninas da escola estavam na puberdade, o corpo se formando, algumas com o corpo maiores que o meu, eu sentia vergonha, insegurança e medo, eu era aquela magrinha que não tinha nada, e era nova na escola, com duas amigas antissociais. Os anos foram se passando, e eu ainda era inconformada com meu corpo e minha aparência, por ser a única diferente e magra ali, então comecei usar 2 sutiãs, e 2 calças leggings por baixo da calça jeans, aumentando um pouco o tamanho das pernas e busto. Foram longos anos com esse disfarce para me sentir uma delas, para eu me encaixar ali, na sociedade onde todas tinham um corpo bonito.

Fui fazendo mais amizades, conhecendo novas pessoas, os anos se passando, e eu conheci 3 garotas, e elas se tornaram minhas melhores amigas, juntas nós fazíamos tudo, sempre uma na casa da outra, juntas em tudo. Eu então decidi não me esconder mais, e apenas aceitar o meu corpo, mesmo não aceitando ser a única magra da turma, eu desisti de ser quem eu não era, e apenas deixar, então parei de usar mais roupas que o normal, e me sentia livre e aliviada sendo eu mesma e tendo ao meu lado 3 irmãs. Durante minha época de escola eu não sentia tanto o peso de tudo que estava acontecendo, e da falta que fazia as perdas que tive lá atrás, eu me mantinha sorrindo, chorava de vez em quando, mas eu estava sempre ocupando a mente, tinham amigas ao meu redor, eu não era próxima a minha família, a minha mãe e avó, mas eu tinha amigas, e estava tudo bem até então.

Foi então que, após anos e anos, minha mãe conheceu alguém, e começou um relacionamento, eu o conheci, já tinha meus 14 a 15 anos, e gostava dele, eu sempre quis ter um pai presente, então depusitei minha confiança e esperança de que ele pudesse ser meu novo pai. Assistíamos DVD por horas e horas, jogávamos Playstation parecíamos duas crianças, nos demos super bem, e então ele foi morar conosco, a casa onde morávamos só tinha dois quartos, então eu dormia as vezes com minha vó, ou então na sala. Em 2014 minha mãe engravida, neste ano eu estava em meu último ano escolar, minhas amizades de antes haviam mudado, tinha conhecido novos amigos, e dessa vez eram só dois, um garoto e uma garota, éramos três. Eu estava em um grupo de dança criado na escola, conhecia mais pessoas, no ano anterior em 2013 conheci um garoto pelo facebook, ele morava nos estados unidos, e eu era fascinada por lá, conversávamos todos os dias, até que nos apaixonamos, e sim, namoramos à distância, foi ali o meu primeiro amor, tive alguns na escola, mas

esse foi uma paixão que durou um ano, conseguimos ficar todo esse tempo namorando, nos comunicando apenas pelo chat do facebook e chamada de vídeo no skype. O término desse namoro foi meu primeiro abalo amoroso, fiquei dias e dias triste, mas era um namoro impossível, éramos novos demais. Eu sempre me pegava triste ainda pelo término que aconteceu semanas, meses, e anos atrás. Comecei fazer cursos, aquela época era o famoso curso de informática e digitação, eu odiava a parte de digitação, ficar digitando as letras do teclado sem olhar, por horas. Eu sempre dava um jeitinho de burlar essa atividade, meu professor era bom em “tudo” ele fazia artes marciais, entendia de vários assuntos da informática, dava aulas de várias matérias, e eu o acompanhei por anos, fiz cursos longos com ele e tínhamos uma confiança, eu confiava nele, acreditava nele, e eu ainda tinha a insegurança com meu corpo e minha aparência, eu o tinha como um amigo, e contava tudo a ele.



Com isso ele pode usar minha confiança para abusar de minha inocência, afinal eu tinha a inocência de menina, a insegurança e a confiança em um amigo, ele usou minha fraqueza para se aproveitar de mim, eu dizia sobre meu corpo, e ele me aconselhava que uma academia ou exercícios poderiam me ajudar, ele se dispôs a medir meu corpo e acompanhar o processo, assim ele pegava uma fita métrica pedia para que eu tirasse minha blusa, abaixasse minha calça para que ele me medisse, e assim foi, finais de aula eu ficava, para contar a ele meu dia, meus problemas, e ele sempre me tocava, algum assunto levava a isso, e apenas isso, nada mais ele fazia, apenas tocava em minhas partes superiores. Nesse tempo eu já estava terminando a escola, havia terminado meus cursos, me distanciando do professor, e ainda apaixonada pelo namorado americano do ano passado (2013), eu e meu amigo, tivemos uma desavença e falta de comunicação, ele achou que podíamos namorar, por sermos tão amigos, mas eu não sentia nada por ele, com isso nos distanciamos.

Com isso, conheci um garoto através de um jogo online, sempre gostei de jogos, dès de pequena, o primeiro computador que tive, foi comprado pelo meu primeiro padrasto, ficava na casa dele, eu o usava sempre que ia lá, adorava jogar os jogos online na internet e principalmente o Counter Strike 1.6. Após conversas e conversas, esse garoto foi em minha casa, nos conhecemos e começamos a namorar, ele não era o que eu esperava, mas eu aceitei mesmo assim, em questão de aparência ele era da minha altura, tinha o dente da frente torto, com isso parecia até banguelo, e mesmo assim, eu o aceitei. Eu tinha 17 anos, faltava 1 mês para os meus 18, e estávamos namorando a algum tempo, foi quando perdi minha virgindade com ele, eu já gostava dele e tinha uma confiança, e estava tudo bem, tudo certo, minha irmã já tinha nascido, e nós estávamos em outra casa, maior e com três quartos, e era aluguel.

Passando algumas semanas, meu namorado foi dormir em minha casa, pois eu não podia dormir na casa dele ainda, nesse dia, ele dormiu primeiro que eu, e então eu fiquei no celular dele, eu não tinha um, resolvi olhar as mensagens dele, e vi uma mensagem com uma menina, e me lembro bem de algumas coisas escritas e enviadas por ele: Queria te colocar no colo, como faço com a minha namorada, e te beijar... Li tudo, li as respostas que ela o dava, ela não estava nem aí pra ele, e mesmo assim ele insistia, meu coração foi a mil, deitei-me na minha cama, coloquei músicas para ouvir enquanto chorava até dormir. No dia seguinte, acordei cedo, levantei-me e fui até ele, furiosa joguei o celular em cima dele, e ele acordou, coloquei a coleira em nossa cachorra, era uma são Bernardo, e fui andar com ela por aí, ele veio atrás e perguntando o que tinha acontecido, ali eu não conseguia dizer nada, só raiva, não me lembro bem, mas lembro que em um momento eu mostrei a ele, e então ele jogou o celular no chão o quebrando todo.

Em casa ele pegou as coisas e estava indo embora, e foi ali o meu maior erro...ter ido atrás e o perdoado. O namoro se seguiu, o ano de escola acabou, mas o grupo de dança continuou por mais algum tempo, após alguns meses, ele foi ficando diferente, o que ele tinha feito aquela noite, voltou a se repetir, ele começou a dar bola pra todas as meninas que ele encontrava nas redes sociais, se distanciou de mim, e eu sempre em cima, insistindo, eu adorava passar tempo com ele, mesmo que não fazendo nada. Mas fui me tornando obsessiva, e o namoro só piorava, tudo desandava até que um dia, acabou de vez, após vários terminos e voltas. Entrei para faculdade e tinha o meu primeiro emprego, ambos não deram certo pela minha imaturidade e falta de vontade, eu ainda estava no meio desse túbulo relacionamento e não soube administrar minha vida.

Fiquei mal por dias, e com isso descobri minha gastrite nervosa, onde minhas emoções afetam meu estômago, fico enjoada, tenho náuseas e falta de apetite. Foram dias e dias para me recuperar desse sentimento, até que então conheci um amigo que tínhamos em comum pela internet, começamos a nos aproximar, e eu decidi conhecer ele, e conhecer outros que eu havia conhecido online, pelo jogo que todos nós jogávamos. Fui então para o Rio de Janeiro, fiquei lá por três meses, e durante esse tempo, conheci a todos, me diverti, e conheci um novo lugar, não deu certo me relacionar com esse menino, pois minha confiança tinha sido quebrada novamente, mas fiz bons amigos. Voltando para minha casa, continuei vivendo minha vida, sem emprego, apenas tinha meu grupo de dança, meus jogos online e meus amigos virtuais. No ano seguinte conheci outro rapaz, também do rio de janeiro, e ele veio morar perto de mim, começamos a namorar não tinha nada de errado, porém houve problemas com a família dele e ele acabou precisando voltar para a cidade dele,

tentamos continuar, mas relacionamento a distância entre jovens não é fácil, então terminamos, não foi um término fácil também, e nele eu adquiri o hábito de cortar o pulso apenas superficialmente. Consegui um novo emprego já em 2017 em uma loja de shopping, o grupo de dança já não havia mais, ficou apenas a amizade entre nós os membros do grupo, em seguida fui chamada para trabalhar com atendimento em um hospital, sai da loja e fui, toda contente. Comecei ter meu próprio dinheiro, e minha independência estava começando ali, ao mesmo tempo, a solidão começou a aparecer, a falta de pessoas e a falta de uma companhia. Morava eu, minha mãe, minha vó e meu padrasto, com o tempo o relacionamento entre meu padrasto e eu deixou de ser como no começo, e ele e minha mãe começou a se distanciar também, minha vó não era muito agradável com ele, minha vó sempre foi uma pessoa que implica com os outros, e gosta de uma fofquinha, por mais que ela seja uma boa pessoa, os defeitos dela começaram a se destacar após a perda do meu vô, e ela implicava com meu padrasto sempre.

Eu continuava solitária, tinha apenas meu trabalho e em casa meu computador, eu ainda dava atenção a minha irmã, brincava e etc. Os anos foram se passando, os sentimentos de tristeza, solidão começaram a fazer parte de mim e do meu dia a dia, a falta do meu falecido avô vinha com tudo, durante meu trabalho eu conseguia me distrair, conheci pessoas, sorria, brincava e era tudo bom, em casa eu era só eu e meus jogos, que era o que me distraia e me fazia bem. Todo esse tempo, e eu não tinha vontade de ter uma profissão, não pensava em estudar para nada, nunca tive o hábito e a vontade pra estudar, e assim foi. Acabei instalando aqueles aplicativos de relacionamento, me sentia muito solitária, queria alguém, durante toda minha vida eu sempre busquei alguém, nunca consegui ficar sozinha e me sentir bem sozinha. Conheci pessoas pelo aplicativo, mas sem sucesso, eram pessoas vazias que queriam apenas sexo, e isso me machucou, então comecei a cortar os pulsos ainda mais fundo, o sentimento que eu tinha era tristeza,

vazio, solidão e angústia, em meu choro eu usava o corte para meu alívio, eu me cortava e o sentimento parava, a dor saía do peito, e ia para o corte, então eu me acalmava. Durante toda minha vida a insegurança de minha aparência física foi um problema, então resolvi começar a academia, e estava tudo indo bem, ganhei um corpo que não tinha antes, tinha meu trabalho, apesar dos problemas sentimentais e psicológicos parte de mim estava bem e conseguia sorrir, se distrair e divertir. Conheci pessoas no trabalho, no final 2018 conheci um cara no trabalho, até estava a fim dele, mas depois de um tempo ele me apresentou o amigo dele, afinal ele não estava a fim, mas o amigo dele sim, então o conheci, saímos, eles faziam parte de um motoclub, gostei de tudo no começo, certo dia fomos em um acampamento com todos, nesse dia fiquei com o rapaz, e dormimos juntos na barraca, no outro dia fomos embora, e aí começou um relacionamento, mas antes de conhecer ele, eu ficava com outra pessoa e estava convencida de que eu iria ficar um bom tempo solteira, pelos problemas que tive no passado e por não acreditar mais nas pessoas.



Mesmo assim, eu não disse nada, e deixei acontecer... Foram dias complicados, afinal eu não gostava dele de verdade, mas ele estava se apaixonando, e eu não o tratava bem, não sei por que, mas eu não conseguia me libertar e dar essa chance pra ele. Isso foi o tornando diferente, e enquanto isso eu só continuava tentando dar essa chance a ele, sempre tive um pé atrás, e um certo dia ele mentiu pra mim, dizendo que iria comprar cigarro e não foi, foi na casa de uma garota que considerava amiga, eu soube e surtei com a mentira e a atitude que ele teve, eu já não gostava dela, e fazer isso acabou comigo, pedi um uber e fui para minha casa furiosa foi uma briga e tanto com ele essa noite, no dia seguinte fui buscar o resto de minhas coisas na casa dele, e conversamos, nos entendemos, após muito tempo muitas brigas, términos, eu comecei a ter mais sentimentos por ele, namoramos um bom tempo, não foi o melhor namoro, pois eu não permiti ser, até que em 2019 terminamos novamente, me senti um lixo, e todos os sentimentos ruins vieram de uma vez, me sentia inútil, fraca, uma pessoa ruim, aquele sentimento de que perdi alguém,

desejos e vontades que eu não era capaz de fazer, eu era apenas eu, a ovelha negra, era assim que me sentia, um peso enorme no peito, então tarde da noite, somente eu e minha mãe em casa, ela se preparando para dormir, fui no quarto de minha vó, peguei todos os remédios que estavam em seu guarda-roupas e os tomei, alguns minutos ou segundos depois, comecei a ver escuridão, fraqueza, e por um momento pensei em minha mãe e no que eu estava fazendo, os últimos segundos foram de arrependimento, fui até minha mãe e a chamei, disse o que tinha feito e então ela logo chamou um Uber e me levou ao posto, daí em diante não me lembro mais o que aconteceu. Passaram-se alguns dias, eu iniciei novamente uma faculdade, estava nos meus primeiros meses de faculdade, estava empolgada e ansiosa isso em 2020, alguns meses depois veio a pandemia. Continuei fazendo a faculdade em casa, online, e indo trabalhar com escalas, ainda era o mesmo hospital, já tinha mudado várias coisas e pessoas.

Meus tempos de pandemia foram solitários, tristes, me sentia fraca, porém continuava tentando todos os dias ser alguém e ter algo, ainda me cortava, um certo dia decidi fazer uma tatuagem onde tinham meus cortes, decidi fazer um lobo no antebraço para cobrir as cicatrizes e eu queria ser forte igual um lobo. Em meados meses de pandemia voltei a falar com meu ex-namorado, com o tempo reatamos, sentia a falta dele como ninguém. Assim seguimos, tentei ser melhor, e ele já estava mudado, não era o mesmo que conheci no começo, mas estava tudo bem, eu o entendia, e me culpava por isso, alguns anos depois começamos a morar juntos, nossa vida era nós dois, finais de semana com os pais dele, ele já não fumava mais, e estava fora do motoclub, eu não gostava mais do motoclub e nem das pessoas que estavam ali, o ambiente era ruim, me fazia mal, e eu só ia pra acompanhar ele, mas eu detestava todos que faziam parte dali, pessoas com energias ruins, faziam coisas ruins.

Eu digo que tentei, mas acho que tentei errado, tentar sozinha não foi a melhor escolha, eu não consigo sair da casca que eu criei durante anos, eu criei sem saber e não faço ideia de como me livrar dela, insegurança, autodefesa, desconfiança, falta de amor-próprio, falta de autoestima, sentimento de solidão, insatisfação, tristeza... Hoje não estamos mais juntos, não tenho mais emprego e não terminei a faculdade, tentei várias vezes terapia, psicóloga, mas nada deu certo, não consegui sentir conexão e confiança com tais profissionais. Aprendi muito, principalmente com meu ex-namorado, conheci coisas novas e eu estava bem, ele me fazia bem, apesar de todos os problemas que eu estava constantemente lutando contra eu consegui ter momentos bons com ele e com os pais dele. Faz pouco tempo que me abri com minha mãe e contei tudo isso aqui a ela, com isso não sou mais tão cobrada e mais compreendida. A verdade é que eu me sinto sozinha o tempo todo, sinto falta de quem fui um dia, de sorrir e ser feliz, o amor que eu tinha em viver, hoje não existe mais, não consigo ser

e nem fazer nada, não é porque eu não quero, é porque eu não sinto vontade, não consigo ter forças, a vontade de viver não existe mais em mim, estou aqui pela minha mãe, e não por mim. Eu tenho medo da solidão, medo de me machucar e mesmo assim eu mesma me machuco, não consigo confiar em ninguém, sempre me sinto abandonada, carrego o abandono comigo desde de pequena, o abandono por parte do meu avô que partiu cedo, o abandono e a mentira do meu padrasto que partiu por escolhas erradas e ainda escondeu isso de mim e da minha família, abusos físicos, psicológicos e verbais, traumas de relacionamentos, medos, são tantas coisas, todos os dias eu tento ser melhor, fazer algo melhor, mas parece que não melhora, e mesmo assim eu continuo, ninguém vai me entender e me compreender, ninguém vai conseguir me apoiar e ficar do meu lado até eu melhorar, é isso que eu sinto, não sou suficiente, não tenho prazer em viver, desejo todos os dias sumir, morrer...

Minha vida tem sido tão solitária, e ninguém percebeu isso, ninguém entende isso, nem mesmo eu entendo direito, queria poder ter pegado coisas boas de minha vida e aprendido com isso, mas não, não consegui, e sei que não é minha culpa. Tem dias que a dor é grande, mas eu não faço nada, meus pensamentos tomam conta de mim, me fazem ter insônia, não consigo ter uma rotina, não consigo viver bem, todos os dias durmo tarde e acordo tarde, por mais que eu me deite cedo, minha mente não me deixa dormir, e perco o sono. A saudade é grande, de todos aqueles que me abandonaram, por escolhas e por acidente, queria ser melhor, ter uma vida melhor, e ajudar minha mãe, ela é a única que sustenta todos nós, espero que um dia não tão distante, tudo melhore, e eu me encontre e consiga ser alguém que passou por tudo isso e teve um final feliz, tanto pra mim quanto pra minha família, que hoje está apenas em 3.

