

Tormenta

Isabela Pretto da Silva e Maria Manoa Farias Imbiriba

Não me lembro exatamente quando foi que comecei a sentir um vazio dentro de mim, desde que me lembro sempre me senti assim. Meus amigos sempre tentando me tirar de dentro do meu próprio quarto e minhas mil desculpas não tendo mais efeito, acabo me rendendo a sair de casa e tendo alguma esperança que isso faça o meu dia melhor. Com os meus amigos, consigo perceber que sempre rodeada de pessoas à minha volta, ainda sim não consigo sentir absolutamente nada além de um vazio sem fim e inexplicável dentro da minha mente. O que me resta é pensar o que eles fazem de diferente de mim para terem esse sentimento tão bom e que parece ser tão profundo e natural, enquanto parece que meu mundo está sempre parado. Faz muito tempo que não me sinto assim. Não recordo quando foi a última vez que me senti motivado. Queria entender por que me sentia assim, sempre foi difícil tentar entender isso, então decidi procurar sobre.

De começo, pensei que poderia ser um tipo de bloqueio emocional, li que esse vazio é na verdade um sintoma de depressão. Faz sentido para mim, porque parece que falta alguma coisa por dentro, e eu sempre me sinto muito pra baixo. Fiquei tão aliviado ao descobrir que meu vazio tinha um nome e que era um sintoma de depressão. Eu estava me sentindo assim por um tempo, e parecia que havia algo profundamente errado comigo, mas mesmo com o nome, era difícil aceitar que eu era assim. Eu senti como se tivesse falhado e de alguma forma tinha decepcionado meus pais, afinal, eles nunca iriam querer um filho com tal problema, já que esse filho tinha tudo o que queria. Não tinha certeza de como seguir em frente, todos os dias eram repetitivos, sempre o mesmo, parecia que estava perdido em minha própria realidade, no limbo de minha própria cabeça. Eu me questionava diariamente, imaginando se isso era algo de que eu poderia escapar. Só queria me sentir como antes, mas parecia que aquela pessoa tinha ido embora para sempre, talvez eu nunca voltasse a ser bem humorado ou nunca mais conseguiria sentir algo.

Minha vida parecia um fardo e eu estava constantemente tentando encontrar uma maneira de torná-la melhor. Tentei encontrar alegria em pequenos momentos, mas parecia impossível, tudo era horrível, repetitivo, todos os dias a mesma coisa, e eu só queria poder seguir em frente. Mas a tristeza continuava voltando e parecia que nunca iria embora. Eu me sentia sem esperança e desamparado, e não conseguia ver uma saída para meu desespero.

Cada dia parecia um peso em meus ombros estar ali, ficando cada vez mais pesado a cada novo momento. Eu estava preso em um ciclo de tristeza e parecia que estava me afogando em minhas próprias emoções. Eu não tinha controle sobre meus sentimentos e parecia que estava sendo puxado cada vez mais para longe da vida que já tive. Os dias agora eram uma lembrança do que eu havia perdido. A cada dia que passava, eu me sentia cada vez mais sozinho, sem nunca ter ninguém com quem conversar ou confiar. Não importa o quanto eu tentasse, parecia que nunca conseguia me libertar dessa nuvem

negra que se tornou minha vida. Os dias se moviam em um ritmo glacial, cada um parecendo uma eternidade. Eu me senti tão incapaz de encontrar qualquer aparência de alegria em minha vida. Eu senti como se estivesse correndo em círculos sem saída. Perdi a esperança, acreditando que nunca seria capaz de recuperar a vida que tive.

Em meio a tudo que acontecia, tomei coragem, decidi contar aos meus pais, eu precisava de ajuda. Quando contei eles não tiveram a reação que esperei, ficaram irritados, diziam que era frescura, que sempre tive tudo que queria, quando as coisas materiais não tinham valor nenhum pra mim, eu só queria ser amado, receber amor dos meus pais. Naquela noite, tentei uma overdose de pílulas, mas falhei. A ideia de morrer parecia a melhor opção, mas eu ainda não estava pronto para desistir. Naquela noite, passei horas refletindo sobre por que me sentia tão mal amado, tão indigno de amor. Comecei a perceber que meus pais foram criados em uma época diferente, e que era a forma deles demonstrarem amor, me dando coisas materiais. Comecei a entender como o amor deles nunca foi expresso da maneira que eu queria, mas ainda estava lá.

Minha compreensão recém-descoberta permitiu que eu começasse a me curar e eu sabia que precisava fazer um esforço consciente para superar a dor que sentia. Comecei a refletir sobre minha vida e comecei a tomar medidas para fazer uma mudança positiva. Fiz um plano para me concentrar na minha saúde física e mental e estabelecer pequenas metas alcançáveis para mim. Encontrei maneiras de expressar minhas emoções através da escrita, desenho e música. Eu também estendi a mão para a família e amigos para apoio e orientação. Eu estava determinado a usar esse momento difícil como uma oportunidade para crescer e aprender com meus erros.

Com o passar do tempo, lentamente comecei a me curar. Percebi mudanças em minha atitude e perspectiva de vida e me senti mais saudável, tanto mental quanto fisicamente. Eu havia aprendido a lidar com minha dor e a aceitar as circunstâncias que não podia controlar. Com este novo senso de força e coragem

