

## Sentir a dor

Margarida Fonseca Santos, escritora

**Palavras-chave:** dor, partilha, consciência, subjetividade, empatia

### Resumo:

Escrever a dor, física, mental e emocional, é um desafio que decidi abraçar ao aperceber-me de que, para os leitores, esta é uma forma de reconstruir o seu mundo, a sua visão do mundo dos outros, a sua tomada de consciência das dificuldades, forças, receios e segredos de quem vive com dor. Falando de três romances escritos segundo esta preocupação, abordo a escrita na primeira pessoa, subjetiva e capaz de levar o leitor para dentro do mundo de quem sofre e de quem com ele interage, mostrando como a arte, na sua essência, fala da dor que empurra o ser humano para a descoberta do mundo e de si mesmo.

Sentir a dor – eis a proposta que me foi feita ao ser convidada a falar neste congresso que junta a Arte e a Dor, mergulhando, de forma propositada, naquilo que entendo ser a essência de toda a Arte, ou seja, a partilha do sofrimento humano.

Começo por explicar por que razão me faz tanto sentido esta noção de que a Arte surge, sobretudo, para entender o sofrimento. Acredito que quando a Arte se permite rejubilar com a alegria, a harmonia, o equilíbrio e a felicidade, o faz por oposição ao sentimento que nos acompanha no viver dos dias – o sofrimento.

Embora tenha começado por trabalhar na área da música, só quando cheguei à escrita conheci a minha verdadeira casa, o meu lar na comunicação com o mundo. Escusado será dizer, talvez, que isso aconteceu num período de muita dor, quando me pareceu que, para lá do sofrimento, não existia vida. São estes os momentos que nos fazem crescer, ganhar maturidade, mas, sobretudo, sentir com humildade o poder de viver em felicidade.

Os primeiros textos publicados foram os infantis, mais por razões de mercado e editoras do que por opção minha. Aconteceu assim, embora nunca tenha deixado de produzir aquilo a que podemos chamar «literatura para adultos». Contudo, e isso foi interessante descobrir, quem me conhecia e lia os textos infantis, sentia-se chocado com a literatura mais adulta, como se existisse uma vida dupla para lá da brincadeira, do

humor, da provocação saudável de leitores em princípio de vida. Nos outros textos, os assuntos tratados, muitas vezes dolorosos e crus, mostravam uma outra pessoa. Também me senti chocada: eu era muito mais essa outra pessoa, não compreendia como não se apercebiam disso... Mistérios que a literatura tece.

Falemos então de textos sofridos. Gostava de partilhar convosco três livros, com temáticas onde a dor habita e corrói os dias, enquanto constrói, como uma tenacidade que me comove, essa humildade de saber viver em felicidade.

São eles: *De Nome, Esperança*, sobre a loucura e a vida institucionalizada; *Deixa-me Entrar na Tua Vida*, sobre o alcoolismo, a dependência e a co-dependência; e *De Zero a Dez*, sobre a dor crónica. Escuso-me a dizer que, para todos estes temas, existe um percurso pessoal ou paralelo ao problema e um estudo aprofundado para poder retratar o assunto nas suas dimensões concreta, subjetiva e social, sem esquecer o caminho emocional que todas estas dimensões acarretam.

Em todos três, a minha opção foi escrever na primeira pessoa. Este recurso permite ao leitor viver por dentro as sensações, pensamentos, inquietações e dúvidas, que de outra forma dificilmente chegariam de forma não censurada ao seu conhecimento. Um narrador onisciente pode dar uma ideia do que a personagem sente, mas ouvi-la pensar, na sua forma incompleta e subjetiva de ler a realidade, na sua forma caótica de interpretar e fantasiar a vida, leva-nos a sentir como se fôssemos a personagem que lemos, e isso transforma por completo a ideia do sofrimento e da vivência.

Contudo, ouvir apenas uma das personagens tornaria redutora a informação. Por essa razão, construí vários olhares para a mesma cena, ou para a mesma ideia, levando o leitor para dentro de formas de sentir (a dor e não só) diferentes. São os chamados registos polifónicos, a várias vozes.

*De Nome, Esperança* – o que é este livro?

Devo avisar-vos de que o sinto como «o meu livro», talvez por achar que não serei capaz de escrever outro assim, que me abalroe como este me abalroou, que me revire em termos emocionais como este me revirou, e que modifique a minha escrita, como este modificou. Este livro abriu um capítulo diferente na minha vida literária e transformou-me enquanto pessoa.

A ideia surgiu de uma emoção fortíssima. Tínhamos acabado de chegar ao Lorvão, com os filhos ainda pequenos. Custara-me imenso o caminho até lá, serpenteando por entre montanhas e sentindo a opressão das terras do interior, um interior fechado sobre si mesmo. Os meus filhos queriam lanchar e foi isso que fizemos, numa esplanada. Então,

sem aviso, instalou-se me mim um desconforto, como se o cenário à volta fosse estranho. Resolvi perceber porquê, e a verdade ficou marcada a quente no meu íntimo.

Estávamos rodeados de pessoas com perturbações mentais, bastante funcionais, pois podiam sair do Hospital Psiquiátrico do Lorvão, tendo alguma liberdade. Isso não me incomodou, sobretudo porque convivi de perto com um avô que acabou os seus dias numa instituição assim. O choque surgiu depois, ao olhar para as grades que fechavam à realidade exterior os rostos que, encostados ao ferro, espiavam a vida cá fora, impedidos de sair. Esta imagem mental, muito mais emocional do que visual, muito mais dolorosa do que interessante, marcaria o início de um processo que levou, ao todo, treze anos a atingir a maturidade que me permitiu escrever sobre a loucura. Muitos outros apareceram e foram escritos; este manteve-se impresso na minha intenção, à espera do registo certo, o polifónico, da coragem necessária, para remexer em recordações e medos, da disponibilidade para sentir a dor escrevendo.

O que queria era contar a história de uma mulher que apenas conseguia transportar a esperança no seu nome, pois vivia dentro de uma patologia que lhe trazia alucinações, capacidades fora do comum, mas também uma inadaptação social de tal forma complexa que não permitiria a vida fora de uma instituição. A primeira cena, que aqui vos transcrevo, faz parte de uma recordação de infância, ao visitar o meu avô no Hospital Psiquiátrico do Telhal: quartos despídos de coisas pessoais, com esquinas protegidas e cadeiras de pau, tão tristes como os olhos do meu avô, que implorava aos meus pais que o tirassem dali.

«– Não andes nem mais um metro! – gritas, e eu estaco.

A situação não pode ser mais estranha, embora também me pareça previsível, como se há muito tempo a esperasse.

– Senta-te! – ordenas, desta vez num tom mais calmo, menos assustado.

Será que não percebes que sou eu?

Não percebes que nada mudou, isso é claro. Manténs o braço esticado, que primeiro me impediu de me aproximar e agora aponta para a cadeira triste de madeira, onde tantos outros antes de mim certamente se aquietaram, não tanto por desejo nem medo, mais por saber que nada pode mudar o que ali se passa.

Sento-me, que mais posso fazer?<sup>1</sup>»

---

<sup>1</sup> (Margarida Fonseca Santos, *De Nome, Esperança*, Oficina do Livro, Lisboa, 2011, pp. 9).

Quem narra, neste primeiro momento, é Esperança, a personagem central de toda a história, cuja vida – rasgada pela morte prematura do pai e o isolamento sofrido da mãe – a levam para um mundo paralelo. A sua forma de pensar e sentir a realidade agita-se por entre imagens incoerentes, momentos de uma consciência exacerbada e pensamentos vertiginosos, dentro de um outro mundo, apenas seu.

Mas esta não é a única narradora. Temos as vozes de pessoas que a conhecem: a do enfermeiro que, como tantas vezes acontece, tenta com todo o seu saber dar-lhe uma vida diferente, fora da instituição; temos a alucinação, a figura que aparece, ralha, desencaminha, acompanha, mas que acaba por abandonar Esperança, levando-a a um ponto final feito de comprimidos recolhidos e escondidos, em dias seguidos, num pano, um final na floresta, entrando no sossego; e também a voz da escritora que escreve o romance. Sempre na primeira pessoa, o registo é pessoal, contendo por vezes frases que ninguém arriscaria dizer a outros, pensamentos presos nas teias do sofrimento. Pelo meio, existem os escritos de Esperança, pequenos contos que narram uma realidade diferente, baseada em pequenos nada que se transformam em obsessões, como sabemos acontecer nestas perturbações.

«Já não estás sozinho. Existem coisas que se mexem, pessoas que te empurram – será que finalmente te veem? –, sombras que chegam. Mas deixaste de ser meu. Vejo-te, mas não me falas. Sinto-te, mas já estás distante. Já não estás sozinho, mas eu estou.

As memórias que recordo são de novo sem ti, como se te tivesses apagado do meu passado para que eu não olhasse para trás. Fazia mais sentido se continuasses aqui, comigo. Já não me importo que tenhas saído do meu passado; importo-me que tenhas saído de mim.

O meu mundo está muito mais desordenado, embora as palavras que escrevo se alinhem num novo formato. A ideia foi tua, a execução será minha. Já não tenho dúvidas – tinhas razão, é a única saída. Será que ficas aí depois de tudo acabar? Vens comigo? Podes...? (...)

Já faltam poucos. A noite está a querer aparecer. Só devem encontrar o que fiz de mim quando o sol espreitar outra vez.

E tu? Estás a espreitar-me agora?

Vais espreitar depois?

Porque é que saíste de mim?<sup>2</sup>»

A razão que me levou a continuar os romances segundo esta perspetiva do sofrimento, foi a reação a este livro. Depois de trocas por email com Margarida Cordo, que queria muito falar sobre este texto, marcámos uma conversa numa livraria Bertrand.

---

<sup>2</sup> (Margarida Fonseca Santos, *De Nome, Esperança*, Oficina do Livro, Lisboa, 2011, pp. 157-158).

À hora agendada, a sala encheu-se. Não eram curiosos, tentando perceber de que livro falávamos; eram leitores que, tendo lido o *De Nome, Esperança*, precisavam de falar sobre ele. Percebi, nesse dia, que os leitores se haviam relacionado com os contos (supostamente criados pela Esperança) como se, de facto, tivessem sido escritos por uma pessoa real, e não uma ficção. O impacto que esta revelação teve em mim ficou gravado no meu íntimo, para que nunca esquecesse como a escrita pode e deve provocar, desassossegar, fazer agir. Foi uma tarde de partilhas, lágrimas, confissões e descobertas. A maior de todas, parece-me, foi feita por mim: é preciso escrever para aliviar o sofrimento e para contextualizar o que sofremos em silêncio. A minha escrita mudava de rumo.

A segunda experiência versou então o alcoolismo, nas suas duas vertentes: a do alcoólico e a do familiar que vive a par. Muito mais difícil de construir, pois as memórias eram mais reais, mais próximas e muito mais complexas, este desafio precisou de três narradores distintos: o dependente, o co-dependente e um dependente em sobriedade. Precisava sobretudo de dar voz ao familiar que, preso no esquema da dependência e vivendo em função dela, não conseguia já ver uma vida autónoma e equilibrada. Precisava de dar voz ao que tantas vezes senti, olhando para janelas com luz em prédios anónimos: seremos só nós a viver este problema?

Recordo as palavras de Margarida Cordo, ao apresentar este romance no seu lançamento, *Deixa-me Entrar na tua Vida*: «(...) tive oportunidade de lhe chamar um livro de solidão, mas também um livro de amor e de dedicação; um “espelho” daqueles que dependem que outros dependam de si, mesmo sem se darem conta. Se nós o soubermos ler com a proximidade suficiente para termos capacidade de entender e compreender quem está à nossa volta, e com a distância suficiente para não submergirmos e não nos deprimirmos com isso, estamos a fazer um bom uso da nossa leitura.»

*Deixa-me Entrar na Tua Vida* é a prova de como ninguém entra na vida de alguém que não permite esse acesso, talvez uma das lições mais difíceis de aprender, e também aquela que mais marcou a minha vida. Utilizando o mesmo recurso polifónico, podemos «ouvir» três lados da mesma moeda, se me permitem o absurdo. Através da alcoólica, vivemos dentro do desgosto, da fuga, da tentativa de anestésiar o que já não parece uma vida; através da que acompanha, entramos na vida co-dependente, ritmada pelos estados de embriaguez e ressaca, deixando a sua própria vida em suspenso; observamos, pelos olhos de um dependente em sobriedade, a visão desapaixonada do caminho dos doze passos, um caminho para percorrer a sós, com o objetivo de pôr um ponto final num

percurso dependente. Três olhares sobre o mesmo filme que passa, legendado pelo sentir de cada personagem, pelos meandros do remorso, da revolta, da vergonha, do carinho e do amor.

Deixo-vos excertos do início, pelas vozes das duas personagens principais:

«– Não te parece uma boa ideia?

Parecia, sim, mas hoje não consigo explicar esta inquietação que se apodera de mim e me faz vacilar. Aceitei, como poderia não aceitar? Estaríamos a resolver tantos problemas de uma vez: o teu luto sofrido, que te arrasta há anos, que me arrasta contigo, o meu novo emprego, a tua solidão, a minha deslocação para a cidade, a tua quase vida, a minha quase não vida, o teu problema, o meu problema em entendê-lo. Aceitei, claro que aceitei. (...)

\*\*\*

Há pouco rimo-nos – ambas com doze caixotes, prontas a morar no 12º andar. (...) O primeiro que arrumo é o mais difícil. Escolho de cabeça um esconderijo inverosímil – um canto no armário da sala, junto aos discos de vinil que ali vou guardar. (...) Alinho-os com cuidado, por ordem alfabética. Preciso que sobre um espaço para elas. É possível, constato, até ajudam a segurá-los. Preferia pôr algumas no frigorífico, mas isso seria uma asneira. Já a imagino a zangar-se:

– Disseste que tinhas parado, Alda, afinal...

Não me apetece inventar desculpas, pelo menos por agora. Terei feito bem?<sup>3</sup>»

A estrutura não visível de todo o romance é o programa dos doze passos. Em percursos simétricos, as duas personagens principais partem de extremos opostos, mas não chegam a fazer todo o percurso: Luísa, porque se interrompe antes de destruir a sua própria vida, Alda porque, incapaz de percorrer os doze passos, regressa ao ponto de origem, para terminar a vida que deixou de saber aproveitar. O primeiro título era *Doze Passos e uma Queda*, mas por razões editoriais foi escolhido um outro. A *Queda* era o verdadeiro momento de não-retorno, a partir do qual as vidas se constroem em escolhas diferentes.

Com este livro, confirmei, mais uma vez, como os leitores estavam ávidos de ler e ouvir contar histórias como as suas. É raro existir uma família que tenha escapado ao flagelo do alcoolismo ou de outra dependência, e a reação foi muito forte, emocional e visível. A quantidade de mensagens e cartas que me chegaram por causa deste livro foi tão surpreendente que entendi como outros, e não apenas eu, olhavam as luzes de prédios com interrogações:

---

<sup>3</sup> (Margarida Fonseca Santos, *Deixa-me Entrar na Tua Vida*, Clube do Autor, Lisboa, 2012, pp. 7-9).

«O estacionamento está quase vazio. Não ligo o carro. Deixo-me ficar a olhar para as janelas anónimas destes prédios da Avenida de Roma. Sombras que se aproximam e afastam dos cortinados, uma luz que se acende para se apagar logo de seguida. (...) Como serão as vidas das pessoas que os habitam? Voltarão todos os dias, como eu, para uma casa separada mas junta num problema? Saberão o que é viver perto de um alcoólico? Onde andam essas pessoas, que não conheço nenhuma? (...) Dois jovens abrem uma janela e ficam ali, à conversa com dois cigarros, agitando-se nos momentos em que pingos grossos de chuva os escolhem como alvos. Riem. Deve ser bom, rir assim. Ou também terão uma sombra por perto? Devo ser eu que não sei lidar com esta sombra que me pertence.<sup>4</sup>»

Esta é uma dor solitária, escondida dos outros pela vergonha ou falta de coragem para partilhar uma sombra dentro da família. Está mais perto de conseguir sobreviver ao problema quem toma a decisão de se abrir numa das organizações que zelam pelo bem-estar dos que sofrem na dependência ou perto dela. Mas faltam todos os outros, todos aqueles para quem esta dor é impossível de apagar, manchando-lhes a vida em recordações sucessivas de impotência, desespero, revolta e amor amargurado.

A partir deste livro, assumi por completo o meu papel enquanto escritora, enquanto pessoa que utiliza esta arte para desassossegar ou provocar reações, ou dar alento a quem vive no sofrimento. Escrevi igualmente sobre o momento em que um jovem assume a homossexualidade, no livro *Saber ao Certo*<sup>5</sup>, e sobre a violência nas escolas, em vários livros. Também a literatura para crianças e jovens está a seguir este caminho em cada vez mais textos.

Certo dia, num encontro literário, perguntaram-me se eu acreditava que a literatura podia salvar o mundo – respondi que sim. Salvando ou amenizando o mundo de uma pessoa de cada vez, podemos contribuir para que o mundo dessa pessoa e de quem vive por perto se torne mais fácil. Assumo esse papel com dedicação e empenho.

Por fim, e também sendo esta a razão de estar aqui convosco, surgiu o livro sobre a dor crónica, *De Zero a Dez*, essa dor que tanto tem de físico como de emocional, onde o cansaço de ter dor se mistura com a dor emocional de estar sempre cansado porque se tem uma doença músculo-esquelética, autoimune. Um desafio lançado por um reumatologista empenhado em contribuir para que os doentes e seus familiares se abram, falem sobre os seus problemas, se entreajudem.

---

<sup>4</sup> (Margarida Fonseca Santos, *Deixa-me Entrar na Tua Vida*, Clube do Autor, Lisboa, 2012, pp. 35-36).

<sup>5</sup> (Margarida Fonseca Santos, *Saber ao Certo*, Editorial Estampa, Lisboa, 2011).

A primeira fase, a da recolha de testemunhos, ensinou-me a primeira lição: é mais fácil lidar com uma patologia crónica quando podemos conversar com outros que nos entendem, que tenham vivido situações parecidas ou iguais, que nos deixem chorar ou rir dos problemas sem juízos de valor. Esta foi, para mim (que sofro de uma doença crónica autoimune que provoca dor todos os dias), uma descoberta extraordinária.

A segunda lição, ainda mais forte, foi descobrir que, no sofrimento, somos todos muito parecidos, sendo as histórias partilhadas uma forma de constatar como o que para nós, por vezes, parece quase irreal, é, afinal, bastante real e concreto.

Por outro lado, veio a certeza da necessidade de escrever sobre este assunto para quem está longe das associações de doentes ou das equipas multidisciplinares, pois estão longe dos que ajudam a ultrapassar dificuldades, medos e dúvidas, dos que permitem a descontração e a partilha de sorrisos, estratégias e histórias (algumas trágicas e, por isso, quase cómicas, ou simplesmente insignificantes para outros e tão importantes para quem está doente).

Estavam lançados os dados. Depois de um esquema inicial, ampliado nas trocas de ideias, comecei a preparar o enredo. A estrutura mostrava a escala de dor, a tal escala de zero a dez, percorrida saindo do mais doloroso para um último nível: de zero a dez, o que for. Mais uma vez polifónico e subjetivo, teria três vozes narrativas, sempre na primeira pessoa, contando muitas vezes a mesma cena a partir de pontos de vista muito diferentes.

«– De zero a dez, como é que sente a sua dor agora?

De zero a dez? Na minha cabeça, gravitam episódios passados, medos futuros, relatividades inventadas à pressa, mas nenhum número. De zero a dez, sendo dez uma dor muito forte, explica. Não precisa de me dizer isso, eu sei. Só que se interpõe, entre mim e a resposta, esta aprendizagem ritmada, ao longo dos anos: posso aguentar sempre mais. Ou então, julgo que posso.

– Se não sabe responder, a dor não deve ser muito intensa.

Como se engana, doutor, e como me dói esse seu sorriso quase trocista. Como se engana se pensa que, para me ajudar, pode estar de olhos postos no computador e na ficha, impaciente, à espera de uma medida tão difícil de dar.

– Sete – respondo, sem certezas, só para lhe apagar a expressão do rosto, para apagar a dor de o ver sem respeito pelos dias somados aos receios, pelos dias somados em luta contra uma doença que me acompanhará para sempre. – Sete.

– Mas como é que pode ter dores assim se está com esta medicação?!

A dor torna-se agora mais forte. Não a física, a outra. Não só essas. Também a dor de estar sempre tão cansada. (...)



Saio para a rua. Lágrimas escorrem por dentro do silêncio em que mergulhei. Revejo a sua expressão, oiço de novo as dúvidas que atirou para cima do sofrimento não explicado. O meu. Assaltam-me todas as perguntas, ensaiadas em pensamentos que se desarrumaram na sua insensibilidade, preparadas com cuidado, tentando não parecer uma vítima, tentando não parecer piegas, tentando não mostrar o desespero dos medos. Ensaio em vão. (...)

Um cansaço doentio abate-se sobre mim. A calçada dificulta-me o andar. A cidade não se compadece com dificuldades de locomoção, sei disso. Tento caminhar pelo alcatrão, mas é impossível. Outros estacionaram as suas locomoções junto ao passeio, de forma correta, é certo, mas deixando-me, deixando-nos, sem alternativa às pedrinhas alinhadas, lindas, cruéis, que me desalinham a anca, os pés e a coragem.<sup>6</sup>»

Sentir a dor num livro é habitar, mesmo que seja apenas durante a leitura, a vida do outro, o corpo do outro, o sentir do outro. Nada melhor para poder avaliar a conversa interna, repetida, incessante, que ocupa a mente de quem sofre com qualquer tipo de dor. Uma das surpresas que este livro me trouxe foi a quantidade de mensagens de amigos dizendo «desculpa, acho que nunca te apoiei como devia». Não era esse o objetivo do livro, de todo, mas isso fez-me pensar. Realmente, torna-se difícil avaliar e entender o sofrimento continuado que, tão militantemente, me esforço por esconder. A culpada, quando muito, era mesmo eu.

Um dos momentos mais importantes do livro, para mim, acabou também por ser a cena que mais pessoas marcou e comoveu. Trata-se do primeiro momento na vida sexual da protagonista, Leonor, e do seu companheiro, João Pedro (é a voz dele que lemos). Deixo-vos aqui um excerto:

«– Tu sabes o que eu estou a dizer. Vai estar sempre pelo meio, esta artrite que detesto!, não tenho o direito de te forçar a isto!

– Isto, como dizes, é o nosso amor, Leonor, não te armes em vítima.

Estou a arriscar muito, mas calculo que seja a única forma de travar o que pensas. Reages de imediato, chocada, melindrada.

– Vítima?! Não me estou a armar em vítima, estou...

– Leonor, escuta. Só disse isto para parares com essas merdas. (...) Afinal tu és a Leonor ou a artrite? Conta-me, vá, conta-me!

– Tu não estás a perceber!

– Estou, Leonor, estou a perceber tudo. Tu é que não. Não me achas capaz de gostar de ti como és, o problema é esse. Não me achas capaz de viver para lá da artrite, não me achas capaz

---

<sup>6</sup> (Margarida Fonseca Santos, *De Zero a Dez*, Clube do Autor, Lisboa, 2014, pp. 15-18).

de partilhar a minha vida contigo. Ou serás tu a não ser capaz? Diz-me. És capaz de ser feliz comigo? Ou estás a servir-te da artrite para me afastares de ti?

(...)

Demoro-me num banho que nem pedi licença para tomar. Há um nó a apertar-me a garganta. Imagino-te a braços com tudo o que te disse, preciso que digiras as palavras. (...) Preciso de voltar para perto de ti, ou será que preciso de sair neste momento?<sup>7</sup>»

Talvez seja uma das dores mais escondidas das doenças reumáticas (e de todas as que implicam dor física) – a dor que distrai o desejo, que interrompe a sedução, que mina a relação de forma velada, que faz crescer o remorso onde só deveria estar a aceitação. Percebo, pelas imensas mensagens que me chegam, que este é um ponto tão sensível quanto presente. Os médicos e os enfermeiros nem sempre têm sucesso ao tentar compreender como está a saúde na intimidade do casal. O doente fecha-se, envergonha-se, sofre mais ainda. Deixo aqui as palavras do Professor J. E. Cabral da Fonseca, que prefaciou o livro: «Não é fácil transportar sempre connosco as articulações, os tendões e os músculos que nos dão sofrimento a cada passo. Há um cansaço em relação às queixas permanentes, aos múltiplos medicamentos, múltiplas análises e múltiplos médicos. Há desalento em relação aos profissionais de saúde que não entendem as limitações funcionais e não percecionam a dor. Há revolta por os acontecimentos da vida serem afetados pela doença, e pelas relações pessoais serem marcadas pela diferença.<sup>8</sup>»

E tudo isto me leva ao ponto mais importante de todo o livro (ou livros), ou melhor, de toda esta minha cruzada: a aceitação. Escrevo para que troquemos a revolta pela aceitação da doença; que troquemos a tristeza pela capacidade de tirar partido dos bons momentos; que troquemos o silêncio pela partilha de medos, dúvidas e estratégias. A aceitação é um *work in progress*, nunca termina, estando sempre a precisar de atenção e redobrada vigilância. Tal como uma flor rara, é necessário regá-la, podar-lhe os rebentos excessivos, expô-la ao sol das palavras de outros. Um trabalho diário, onde também é necessário haver um espaço para o desespero e o choro, sabendo sempre que, ao regressar, estaremos mais fortes.

Sentir a dor, escrever sobre a dor, é também um caminho cheio de curvas e contracurvas. Posso partilhar convosco que, enquanto escrevi qualquer um destes romances, sofri muito mais do que com outros textos. Também aprendi como a aceitação

---

<sup>7</sup> (Margarida Fonseca Santos, *De Zero a Dez*, Clube do Autor, Lisboa, 2014, pp. 131-133).

<sup>8</sup> (Margarida Fonseca Santos, *De Zero a Dez*, Clube do Autor, Lisboa, 2014, pp. 10).

por vezes se encontra inflacionada, aceitando-se facilmente a ausência de saídas como certa e desistindo de procurar outros caminhos. É um equilíbrio difícil de encontrar.

Acredito que só se escreve com sinceridade quando se mergulha profundamente na dor, no medo, na revolta, na esperança. Para escrever, precisei de sentir a dor, *re-sentir* a dor de todos os dias, sem ressentimentos. Contudo, posso também dizer-vos que, ao escrever sobre estes temas, sinto-me a crescer enquanto artista e pessoa. Muito mudou dentro de mim ao escrever estes livros. Gostava de pensar que quem os lê passe por um processo parecido. Vamos acreditar que sim.

### **Bibliografia**

Santos, Margarida Fonseca, *De Nome, Esperança*, Oficina do Livro, Lisboa, 2011

Santos, Margarida Fonseca, *Deixa-me Entrar na Tua Vida*, Clube do Autor, Lisboa, 2012

Santos, Margarida Fonseca, *De Zero a Dez*, Clube do Autor, Lisboa, 2014