

## ACEITAR

Não escolhemos nem pedimos para nascer, não escolhemos nem pedimos para sermos ricos ou pobres, e sobretudo não escolhemos a família que nos pôs neste mundo.

No meu caso, fui crescendo no seio de uma família, que é a minha própria família, e á medida que o tempo passava, fui tendo noção que não tinham nada a ver comigo, conflituosos, muitos problemas e eu sentia-me a única pessoa equilibrada dentro daquela casa, digo-o com muita humildade.

Fez de mim uma pessoa responsável e eles delegaram em mim a resolução para todos os seus problemas, por mais que eu tentasse fugir ou libertar-me, não conseguia, pensei sempre mais no sofrimento dos outros, sem me aperceber de que estava a destruir-me e consequentemente veio a doença, uma depressão que me levou a morder as mãos compulsivamente. Inicialmente desconhecia a razão.

Eu sou feliz no meu casamento, com dois filhos maravilhosos, com uma vida relativamente boa, quase sem problemas, este é o meu lado positivo e equilibrado, não obstante, suficiente para evitar o pior. E então fiquei tão doente, passei eu a ser a dependente dos que me rodeiam, com muitos medos, de andar sozinha, não ir às compras, de não cozinhar, não fazer a lida a casa, estados de pânico, não ter vontade de viver, ou por outro lado, olhar que não deveria ter nascido, pois sentia-me uma intrusa, que atrapalhava a vida das pessoas que eu amo, sempre a vitimizar-me, sem auto-estima, com vergonha de mim, várias idas à urgência do hospital, quase sem me dar conta do sofrimento que causava àqueles que sempre me apoiaram e sempre foram de uma paciência incomparável.

Depois veio a segunda mão amiga, que foi a associação Domus Mater, e cuja principal interveniente é a Dra. Sofia, que tão bem nos sabe ouvir, nos encaminha, chama à razão, transmite segurança e puxa as orelhas sem deixar cair, fazendo-nos acreditar sem desistir e muito lentamente interiorizar todas as mensagens.

Hoje ando quase como antes, desempenhando todos os meus afazeres normalmente, e até passando a mensagem e a aconselhar.

Com alegria e sem ressentimentos.

*Vanda*