



ÁGHATA RENATA MENE
RECIFE, 2022

Mene

UMA CONSTRUÇÃO POÉTICA





Agradecimentos

Dedico meus agradecimentos a todos que apoiaram e acreditaram em mim nessa jornada, em especial a minha família. A Chris, minha terapeuta, quem me ajudou a organizar a mente e insistir nesse e-book, além de proporcionar reflexões aqui escritas.

Um agradecimento muito especial a Elisabeth Afonso, minha grande amiga, que iniciou e me incentivou a continuar nesse projeto, fazendo acontecer.

Por último e mais importante, agradeço ao nosso grande Deus; aos orixás e as almas que me protegem. Asè.



Sumário

Agradecimentos.....	02
Prefácio.....	04
Parte 1.....	05
A mais antiga memória.....	06
Parte 2.....	11
Depressão à venda.....	16
Parte 3.....	19
Crise.....	21
Epílogo.....	27

PREFÁCIO

Caro leitor,

Esta obra, repleta de vivências subjetivas, pretende alcançar o coletivo e tocar o que é mais humano em todos nós: viver. As dores de ser e existir, que nos foram dadas sem direito à recusa, são tratadas em diversos poemas os quais poderão levar ao leitor reflexões a respeito de sua própria história através da minha. Cada texto tenta contar uma trajetória de vida, de forma cronológica, do meu ponto de vista. Com um foco no sentimento, no "quem sou" de cada época.

A escrita sempre foi minha forma de expressar mais satisfatória, compreendi meus sentimentos por meio das palavras e usei das palavras para transformar meus sentimentos. Dessa forma, a obra em suas mãos foi idealizada, sendo selecionados textos e poemas e textos escritos ao longo dos anos desde 2012, juntamente com peças novas criadas durante o processo de construção desse e-book. Espero podê-los fazer entender quem sou, pois quando não somos compreendidos, é como se não tivéssemos voz, ficamos só. Foi exatamente assim que me senti por anos até encontrar esta expressão artística.

Ressignificando dores reais em arte, este livro é muito mais que apenas um conjunto de poemas, mas a realização de um ajustamento criativo funcional diante das dificuldades humanas. Influenciada pela minha própria vida, um pouco pela formação em psicologia e a paixão pelo existencialismo, demonstro um olhar existencial contemporâneo dos sentimentos comuns a todos, porém experienciados na solidão. Uma tentativa de nos unir através da dor.

Espero que possamos nos sentir menos só quando você terminar.

PARTE 1

Infância

Você lembra como se sentia quando era
criança?

Tudo era tão concreto
Os adultos nos castravam
As outras crianças nos superavam
Me sentia atropelada
Não, afogada
Pelo mar do que
Eu deveria ser.



A mais antiga memória

Qual a sua primeira memória?

Eu lembro de um campeonato de dominó,

na casa de alguém

Eu tinha 2 anos e lembro de querer ir para a rua,
ver o que têm

Sentia que algo me esperava

Que havia alguma aventura pra mim

A rua estava vazia, o sol ainda presente

Um cavalo sozinho corria, lá na frente

Fui para fora observar melhor, mas prontamente

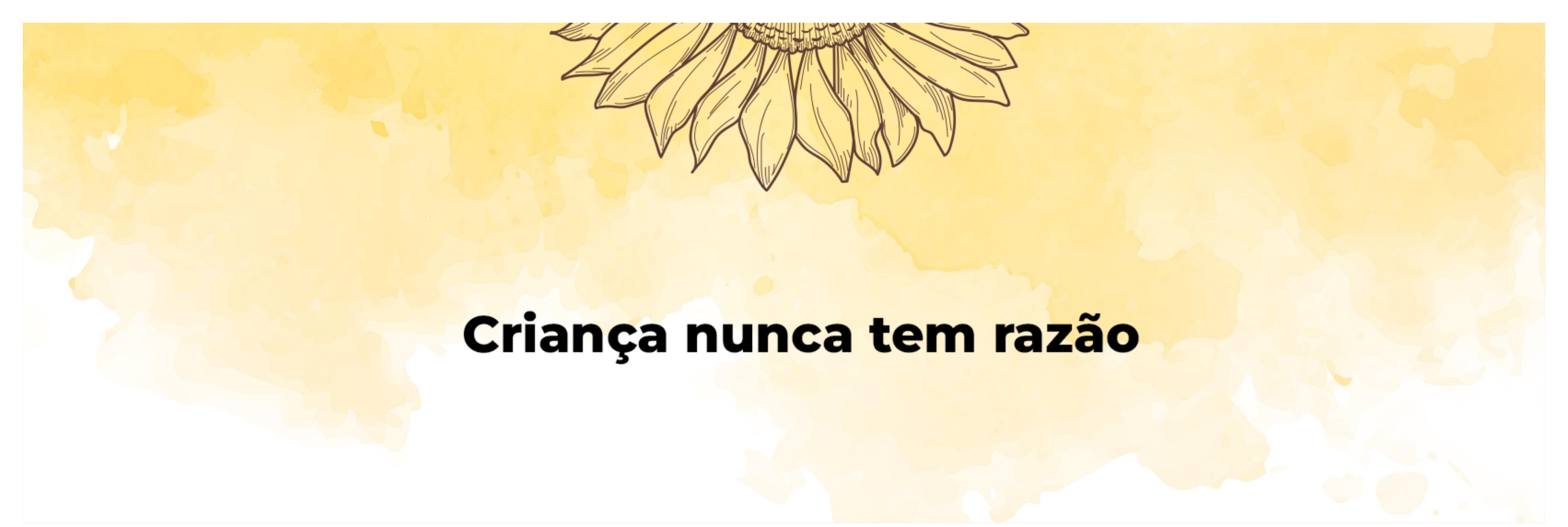
Alguém me tirou do chão

Agora veja que absurdo!

Custava só segurar minha mão?

Minha primeira aventura frustrada

Talvez tenha sido a primeira morte livrada.



Criança nunca tem razão

Eu já aprendi a falar
Mas ninguém parece entender, escutar
Falo o que sei
Não querem acreditar
Me calei
No final sempre penso
“Eu avisei”.

Amigo “imaginário”

Nos meus sonhos havia um herói
Não como os dos quadrinhos
Mas sentia que o conhecia bem
Uma amizade que se constrói
E para minha realidade vem

Lutou contra meus pesadelos
Me alertou sobre mazelas do futuro
Se tu soubesse, te arrepiaria os pelos
Com ele, não havia medo do escuro

Me fez rir, me consolou ao chorar
Ele foi o primeiro a mostrar
Que apesar de não ver ninguém
Sozinha jamais iria ficar.



Gigantes

Vejo as formigas passarem e imagino se elas se
sentem como eu
Pequenas demais
Se veem um mundo de gigantes ou se os tamanhos
das coisas são naturais
Porque eu, que mesmo depois de crescida, sou
pequena
Sempre vi um mundo de galalaus
Onde tudo é uma grande coisa
Lembro do meu aniversário de 4 anos como sendo o
maior de todos
O bolo era grande, foram 3 unidos em um
A mesa enorme cheia de doces
As pessoas eram grandes, até mesmo meus amigos
eram maiores que eu
Até que um dia vi as fotos desse aniversário
Percebi que foi tudo muito simples
Tiveram que fazer três bolos pois um só era muito
pequeno
Mamãe fez numa forma pequena em formato de
coração
Acho que a única coisa grande mesmo era a mesa
Engraçado, até hoje vejo o mundo assim:
Como se eu fosse uma formiga no mundo colossal.



Tudo errado

Será que já se nasce tendo uma noção de certo e
errado?

A vida inteira acreditei que não
Mas... de onde vem essa sensação?

Essa agonia após ter feito coisa qualquer
E você não sabe bem dizer o que é
Talvez seja a culpa
Que o dia todo sussurra
“Tá errada porque quer”.

PARTE 2

Adolescer

Confusão mental

Corpo mudando

Tudo isso é normal

Meu adolescer foi autoimune

Me atacou sem perdão

Todos desenvolveram

Eu ganhei câncer e depressão.



EU

Odeio escrever 'querido diário',

Sinto-me cheio. Eu não caibo mais em mim, estou repleto de pensamentos, sentimentos, idéias, problemas, reflexões, doenças, remédios, substâncias, rotina, crenças etc. Estou sendo imprensado, sobrou-me pouquíssimo espaço, tão pouco que nem sei que parte dessa pele cheia eu habito. Quero sair daqui, quero sair de mim.

Arranque-me desta pele, por favor! Rasgue-a, corte-a, retire tudo que não sou eu, quero saber o que resta, quero me ver no espelho, saber a fisionomia do meu EU... Mas ao mesmo tempo não quero, pois posso não ter rosto, não ser nada além de um conjunto de não-eu e isso me amedronta. Não consigo encarar o fato de não ser coisa alguma e sinto mais segurança escondendo-me atrás de um monte de nada.

Alguém, diga-me, quem sou? Em que parte de mim, me encontro? Com o que me pareço?

Escudo de espinhos

Estou fugindo de mim
Quero encontrar meu pior lado
Mas ele não vai a encontros
Me diz que nada importa
Que devo manipular a todos
Que sou importante
Mas sem ser
Porque não presto
Não sirvo
Devia morrer...

Meu pior lado me impede de ser melhor
Mas me protege...

De quê?

19:13

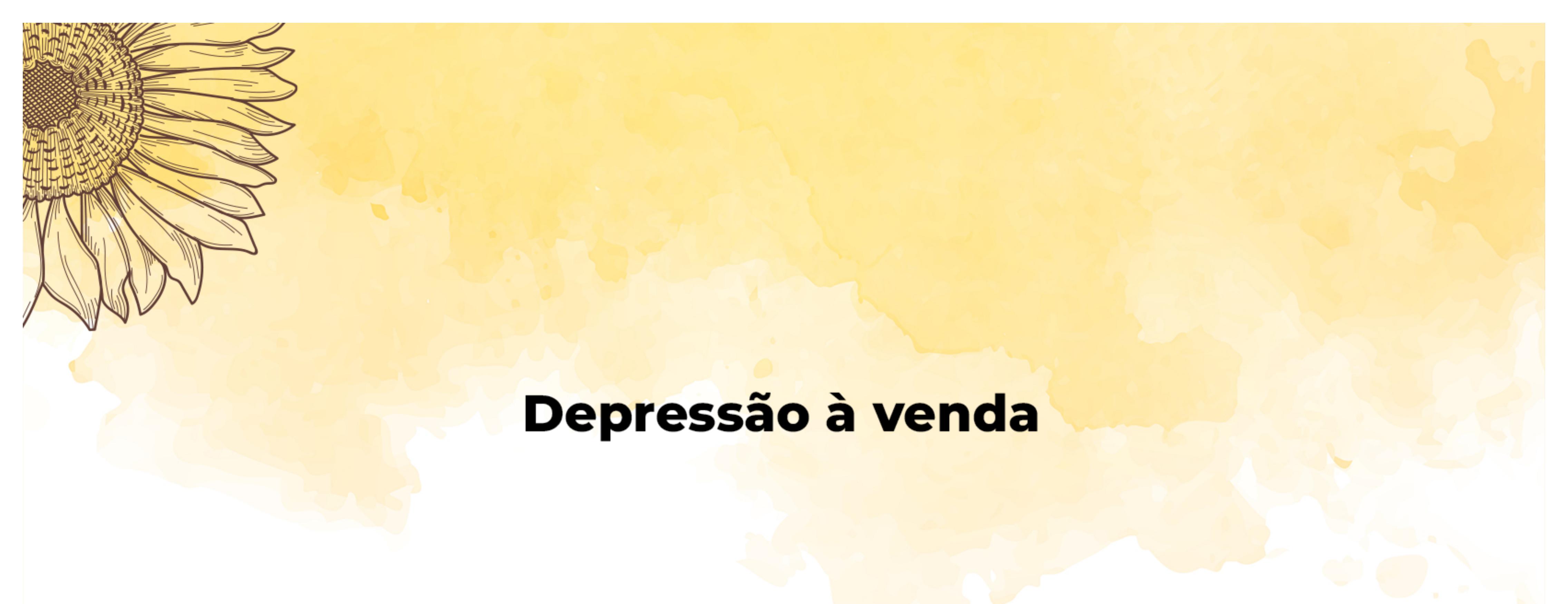
Toda noite às sete e treze ela passa por mim. Vem de longe, veloz, subindo pelo campo na sua bicicleta. Ela vem em seu vestido rosado, muito claro, aceso sobre sua pele; um sorriso no canto da boca, quase obsceno, e o azul. Ela traz o azul que tem o cheiro daquele oco descomunal que me incomodava anos atrás, sempre que ela passa tudo, eu principalmente, fica demasiado azul.

Aprendi a suportá-la, até gosto, vejo-a com olhos descansados e, hoje, sento-me na calçada as sete e dez e fico lá até passar.



Por trás das cortinas

Vejo a vida por trás de janelas
Sempre dentro de algum lugar
Eu os vejo, ninguém me vê
Eles vivem, eu existo
Assisto suas vidas como uma novela
Todo dia
Invento enredos, me distraio
Faço o que quero de suas vidas
Enquanto Deus brinca com a minha.



Depressão à venda

A superação vende, toca as pessoas
Lhes dá esperança de que o sofrimento tem fim
Mas e quando o sofrimento é crônico, irreversível?
Retira, todo dia, lascas de expectativas de mim
Além de ser chato
Ninguém quer ouvir
Palavras como 'forte' e 'guerreira' me são direcionadas
Mas o que eu queria era não estar aprisionada
Nessa doença chata
Que não vende
Que não se 'supera' totalmente
Que é estigmatizada.

Modelo

Um belo dia eu descobri
Que para ser bonita precisava seguir
Padrões de formas, cores e tamanhos
Os quais eu não me encaixava

Foi um choque para mim
Eu era feia? Como assim?
Meu espelho começou a mudar
Tinha que fazer algo a respeito

Terminei não comendo
Mas e a cor? E o cabelo?
Quando vi, estava adoecendo
Por algo que há pouco tempo
Não existia.

Patética reação química

"Que frio de lascar". A janela estava aberta e um ar gelado, como nunca houve antes, entrava no quarto.

O edredom não era o suficiente para esquentá-la, estava sentada na sua cama, pensando no que fazer, desde quando ainda havia sol e já eram 2 horas da manhã.

Não quis tomar aqueles remédios idiotas, é uma merda não poder dormir sem eles, mas não aguentava ter que se entupir de remédios para qualquer problema. Será que tem remédio para isso? - bufou.

Tem coisa mais estúpida que esta cena? Uma idiota na madrugada, num quarto caprichadamente bagunçado reclamando de problemas que se resolveriam com uns comprimidos... "Apenas uma reação química!" - é o que alguns chamam de sentir.

Alguém que não acredita em nada de bom, deveria viver? Acho que não. Tristeza desnecessária, pois poderia fingir que estava feliz e que tudo é muito bom, viveria na melhor ilusão que o humano inventou - ficaria protegida na sua pequena cerca confortável.

Mais duas horas desperdiçadas com pensamentos imbecis. É hora de tomar os remédios... Todos! Todos de uma vez para sumir com todos os problemas de uma vez também!

Patética reação química, que - pela primeira e última vez - a fez sorrir.

PARTE 3

Adulta

Adulto é sinônimo de feito

Que é sinônimo de completo

A quem eu recorro

Já que me falta afeto?

Narcisista

Quanto tempo 'cê' ja passou sem olhar no
espelho?

Já fiquei uns anos. Sim, anos!
Só era a mais bonita das filhas quando o
assunto era bunda

Mas Bisa dizia que eu tinha o pior cabelo da
família

Vovô me apelidou de "nêga feia", que quando
cresci virei "nêga feia que ficou bonita"

Sem deixar de ser "nêga", sem deixar de ser feia...
E mamãe insistia "você não é preta, é moreninha"
Ah, mas se eu tivesse olhado no espelho antes
Ele tava virado pro outro lado, refletindo a feiura
dos outros como se fosse minha

Entendi isso quando virei o espelho pra mim e vi
Era uma das pessoas mais bonitas que já conheci
Nêga, preta, do cabelo "ruim"

E quando alguém tenta me ferir, eu só vejo a
nêga, que nunca foi feia, refletida pra mim.

Crise

Começa com um peso

Uma enorme pedra invisível pressiona meu corpo

Enquanto dou de cara com os portões do inferno

É difícil me mexer

Cansada de descansar

"Não cansa de ficar deitada, menina?"

Eu canso, só não consigo levantar

A barriga dói

Eu preciso cagar

Me diz, como faz pra sair do lugar?

O banheiro é logo alí - a quilômetros de distância

Não, são 5 metros

Eu queria dançar

Mas só consigo chorar

Vai, levanta

Bota essa pedra nas costas

Não dá pra cagar na cama

Penso num texto

O lápis treme entre os dedos

Me deito

Queria levantar

Tô tão cansada de descansar...

Mosaico

Olho para fora e vejo amores fáceis, talvez

levemente doentios

Olho para trás e vejo meus pedaços pelo chão

Pisados

Amassados

Esnobados

Até escondidos

Mas nenhum foi levado a sério

Esses dias tomei vergonha na cara e fui catar

meus pedaços

Cuidei

Limpei

Me perdoei

E descobri como montar um mosaico.

Happy hour?

“Ah! De novo não”

Abro os olhos

O apetite sumiu há uns dias, o sono é presente

A vontade, ixi... não sei o que é isso faz bastante

tempo

Não pense você que eu fico parada

Tenho contas a pagar

Não posso parar

O mundo está acabando

Pessoas estão morrendo

Outras se tornaram cruéis

O mundo não é um bom lugar

E eu preciso trabalhar

Para viver

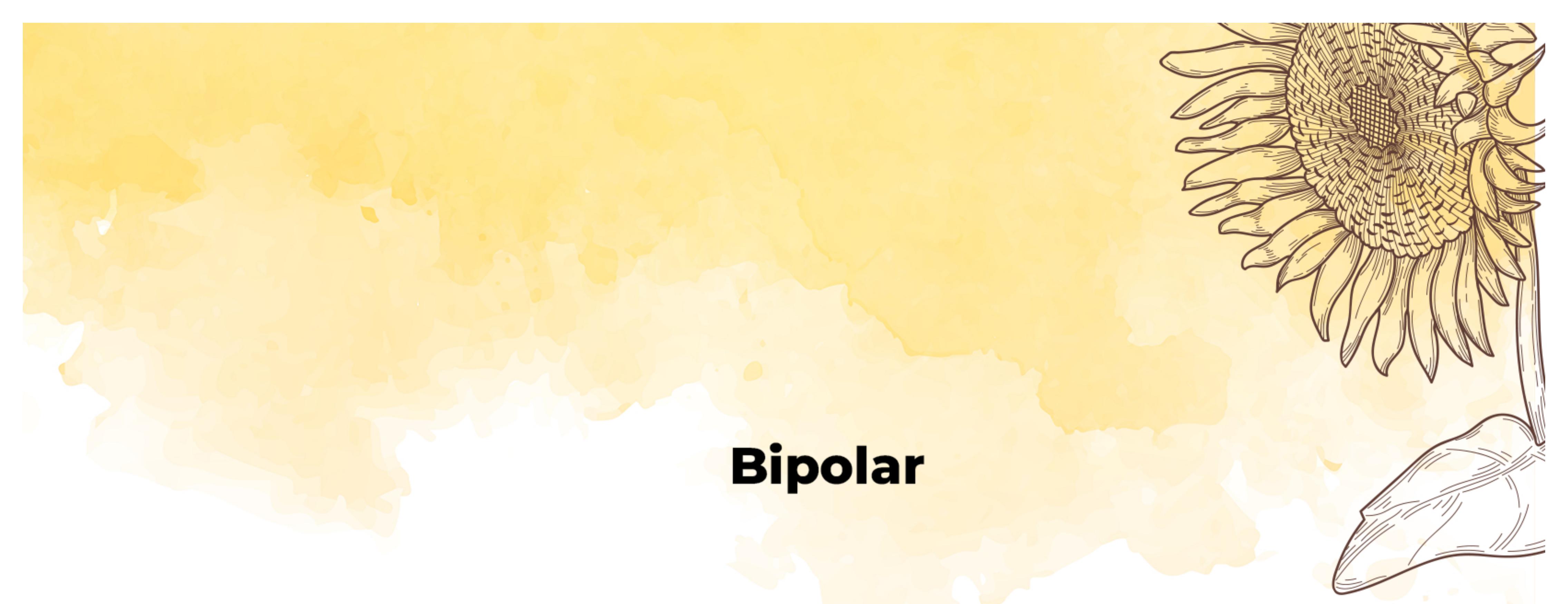
Num mundo o qual não me identifico

Mas não posso simplesmente morrer

Queria muito voltar

Não dá

Tenho que esperar minha hora de largar.



Bipolar

Certa vez minha psicóloga pediu que fizesse um
desenho que como eu me sentia
Desenhei uma mulher partida ao meio:
De um lado chorava, do outro sorria
Mesmo assim não percebi
E a dor que sentia me espetava todo dia
Enquanto a euforia fofocava muito para a
vizinha
E eu sempre me escondia atrás de uma 'eu' que
não existia
Era porcelana... nem se mexia.

Oração

Nasci protegida pelas Almas

Sabiam que meu maior fardo seria a solidão
Me presentearam com a mediunidade para que
nunca duvidasse que, estendida a mim, teriam
suas mãos

Hoje, de joelhos no chão

Peço perdão
Por todas as vezes que não vi suas mãos
E, ingrata, me agarrei à solidão
Pensando bem, talvez essa seja minha missão
E às Almas,
Gratidão!

Afetada

Por que a solidão e a liberdade incomodam
tanto?
Demanda um esforço muito grande
simplesmente ser
Por que é proibido se sentir bem e inaceitável se
sentir mal?
Devo existir em vida?
Devo enlouquecer?
Devo morrer?
A felicidade segue sendo proibida, o prazer
abominável, o amor para os "fracos"
E eu fraca, abominável e subversiva.

Epílogo

O nome de alguém diz muito sobre a pessoa. Damos apelidos que remetem àqueles que conhecemos. O nome nos aproxima de nós mesmos, nos conecta com quem somos. É a principal referência ao nosso ser.

Nesse rolê de autoconhecimento, esses dias, estive pensando a respeito de mim mesma, das minhas origens e de quem eu sou. Perguntei a minha mãe sobre nossos antepassados e ela me contou a diversidade de etnias que compõem a minha linhagem: nativos brasileiros, africanos e europeus. Descobri que tive uma bisavó quilombola e outra indígena (os bisavôs eram brancos, talvez isso explique muitas coisas). Além dessa influência étnica a respeito dessa decisão, há a religiosa, onde me encontrei e fui abraçada pelo Divino.

Quem me conhece sabe que sempre fui uma pessoa sensível à espiritualidade, que sempre consegui ver nossos irmãos que já não são encarnados. Que também sempre fui acompanhada pelas almas e pela divindade.

Sou grata!

Na tentativa de me reconectar com a minha origem apagada, senti a necessidade de um "rebatismo simbólico".

Nessa caminhada encontrei um nome: Mene. Em Iorubá significa "a que nunca está só", e talvez ninguém mais entenda a dimensão desse significado para mim. Eu, que sempre me senti só, percebo no meu encontro religioso que jamais fui deixada sozinha. E não, nunca deixaria de ser

Ághata, nome escolhido especialmente para mim, que significa "boa, perfeita e respeitável", ou excluiria o Renata, que significa "renascida", pois me é inerente. Quantas vezes renasci nesses 28 anos...! Mas hoje passo a me reconhecer como a boa, renascida que nunca está só.

Ághata Renata Mene