

FABÍOLA SIMÕES

AUTORA DOS BEST-SELLERS *DEIXEI MEU CORAÇÃO EM MODO AVIÃO* E *TEXTOS PARA ACALMAR TEMPESTADES*

# A SOMA DE TODOS OS AFETOS



FABÍOLA SIMÕES

**A SOMA  
DE TODOS  
OS AFETOS**

# CARTA AO LEITOR

Em meados de 2012, minha vida sofreu uma reviravolta e busquei ajuda na terapia. Numa das sessões, fui questionada por minha terapeuta: “O que você mais gosta de fazer?”. Naquela época, meu filho tinha 6 anos, e eu respondi: “Cuidar do meu menininho”. Ela então me disse: “Isso não serve. Eu quero saber o que você gosta de fazer para *si mesma*, o que te anima, te preenche, te distrai, te alimenta a alma”. Fui para casa com essa questão, e então me lembrei de meu antigo hábito — abandonado pela corrida do dia a dia, pela demanda do Centro de Saúde (onde continuo trabalhando como dentista), pelos meus afazeres de mãe, esposa e mulher — escrever era a resposta.

Desde minha alfabetização, a escrita havia me salvado de diversas formas e, naquele momento turbulento que eu estava vivendo, ela seria o pontapé inicial para uma nova carreira que estava prestes a começar, mesmo que eu não soubesse disso naquele momento. Relembrei meus antigos diários (uma coleção que começou aos 12 anos e tenho guardada até hoje), os textos que escrevia para os amigos, os livrinhos de papel sulfite grampeados, os jornaizinhos datilografados da família, as peças de teatro que inventava, os desabafos nos cadernos usados. Então, tomada de súbita coragem, procurei no Google “como começar um blog”, e escrevi o primeiro texto.

O livro que você tem em mãos foi o início dessa jornada. As crônicas contidas aqui traduzem pensamentos e sentimentos que eu lapidava nessa fase de amadurecimento, autoconhecimento e busca por um sentido maior da existência. Eu escrevia para mim, mas, ao colocar minhas ideias na internet, percebi que muita gente se identificava com o que eu dizia e sentia.

Como diz a crônica “Amnésia”, de vez em quando sentimos que estamos vivendo a vida de outra pessoa, não a nossa. E às vezes precisamos ter o “freio de mão” puxado, ou levar um “presta atenção” da vida para voltarmos a nos reconectar conosco mesmos. E então, nesse caminho de volta, descobrimos que somos a soma de tudo o que amamos, experimentamos, choramos, nos despedimos e reencontramos. Somos os quintais onde brincamos

na infância, as fitas cassetes que ouvimos na adolescência, os bilhetinhos que escrevemos na sala de aula, os livros que lemos, os filmes a que assistimos, os vapores da cozinha da avó, os aromas de nossa casa na véspera de Natal, os sabores que marcaram nosso paladar, as dores secretas que não queremos abandonar. Somos, enfim, a soma de nossos afetos.

Assim, desejo que o livro seja como um carretel de linha, que você usa para costurar sua enorme colcha de retalhos. E que, ao observar a colcha pronta, você perceba que tudo faz parte — tanto retalhos intactos e de cores vivas quanto retalhos puídos e de cores desbotadas — e que a diversidade de tons, qualidade do tecido ou desgastes da fazenda foram fundamentais para que o conjunto se tornasse harmônico e possível.

Que a leitura o ajude a fazer as pazes com sua história, com tudo de bom e ruim que te coube até aqui. E que, ao final da jornada, você se encontre — a exemplo de Coraline — mais amadurecido (a) e mais feliz...

Grande beijo, com amor,

**FABÍOLA SIMÕES**

PARTE I

# SOMOS A SOMA DE NOSSOS AFETOS





## “O QUE A MEMÓRIA AMA, FICA ETERNO”

Quando eu era pequena, não entendia o choro solto de minha mãe ao assistir a um filme, ouvir uma música ou ler um livro.

O que eu não sabia é que minha mãe não chorava pelas coisas visíveis. Ela chorava pela eternidade que vivia dentro dela e que eu, na minha meninice, era incapaz de compreender.

O tempo passou e hoje me emociono pelas mesmas coisas, tocada por pequenos milagres do cotidiano.

É que a memória é contrária ao tempo. Nós temos pressa, mas é preciso aprender que a memória obedece ao próprio compasso e traz de volta o que realmente importou, eternizando momentos.

Crianças têm o tempo a seu favor e a memória muito curta. Para elas, um filme é só uma animação; uma música, só uma melodia. Ignoram o quanto a infância é impregnada de eternidade.

Diante do tempo envelhecemos, nossos filhos crescem, muita gente se despede. Porém, para a memória ainda somos jovens, atletas, amantes insaciáveis. Nossos filhos são nossas crianças, os amigos estão perto, nossos pais ainda são nossos heróis.

A frase do título é de Adélia Prado: “O que a memória ama, fica eterno”. E o que acredito é que quanto mais vivemos, mais eternidades criamos dentro da gente.

Quando nos damos conta, nossos baús secretos (porque a memória é dada a segredos) estão recheados daquilo que amamos, do que deixou saudade, do que doeu além da conta, do que permaneceu além do tempo.

Um dia você liga o rádio do carro e toca uma música qualquer, ninguém percebe, mas aquela música já fez parte de você — foi a trilha sonora de um amor, embalou os sonhos de uma época ou selou uma amizade verdadeira — e, mesmo que os anos tenham se passado, alguma parte sua se perde no tempo e lembra alguém, um momento ou uma história.

Ao reencontrar amigos da juventude nos esquecemos de que somos adultos e voltamos a nos comportar como meninos cheios de inocência, amor e coragem.

Do mesmo modo, perto de nossos pais seremos sempre “as crianças”, não importa se já temos trinta, quarenta ou cinquenta anos. Para eles, a lembrança da casa cheia, das brigas entre irmãos, das histórias contadas ao cair da noite... serão sempre recentes, pois têm vocação de eternidade.

Por isso é tão difícil despedir-se de um amor ou alguém especial que por algum motivo deixou de fazer parte de nossa vida.

Dizem que o tempo cura tudo, mas talvez ele só tire a dor do centro das atenções. Ele acalma os sentidos, apara as arestas, coloca um Band-Aid na ferida. Mas o que amamos tem disposição para emergir das profundezas, romper os cadeados e nos assombrar de vez em quando.

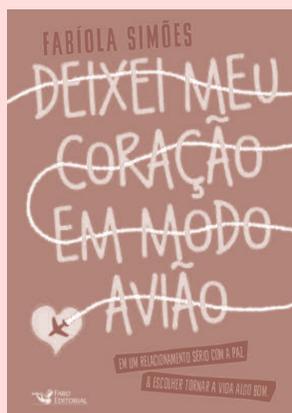
Somos a soma de nossos afetos, e aquilo que nos tocou um dia pode ser facilmente reativado por novos gatilhos — uma canção cala nossos sentidos; um cheiro nos paralisa ao lembrar alguém; um sabor nos remete à infância.

Assim também permanecemos memórias vivas na vida de nossos filhos, cônjuges, ex-amores, amigos, irmãos. E mesmo que o tempo nos leve daqui, seremos eternamente lembrados por aqueles que um dia nos amaram...



**NOTA:** este texto tem sido atribuído erroneamente a Adélia Prado. Viralizou nas redes sociais e no WhatsApp com a autoria errada. Porém, somente a frase que deu origem ao texto é dela. O texto completo é de autoria de Fabíola Simões.

## TAMBÉM DA AUTORA:



### CAMPANHA



Há um grande número de pessoas vivendo com HIV e hepatites virais que não se trata. Gratuito e sigiloso, fazer o teste de HIV e hepatite é mais rápido do que ler um livro. **FAÇA O TESTE. NÃO FIQUE NA DÚVIDA!**



ESTA OBRA FOI IMPRESSA  
EM DEZEMBRO DE 2021