

# Um pouco de paz

GISELE DE SOUZA GONÇALVES

intransitiva  
• revista

PEQUENOS PRAZERES (V. 7, N. 1, 2023)

# Um pouco de paz

Gisele de Souza Gonçalves

A paz do nosso ser tem seus momentos sublimes mesmo em situações de caos. Posso explicar melhor. Eles são poucos se comparados às demandas e aos sentimentos que eles geram durante o dia a dia, porém são intensos e inesquecíveis, ficam caladinhos por algum tempo, mas, de repente, a gente os lembra por algum motivo, e a memória fica com aquele espaço de paz. É como se tudo ao redor ficasse congelado e o Universo permitisse que você revivesse o sentimento que trouxe a paz para dentro de você, ou o alívio, a segurança, aquele sentimento que representa a paz no contexto em que você esteve.

Para não deixar de cumprir o que prometi – o “posso explicar melhor” – vou narrar brevemente uma situação de paz, a qual me levou a uma sensação de prazer:

Em meio ao trabalho de parto, com dores que eu nunca havia sentido antes e sequer imaginei que fossem possíveis, recebo a informação: “Está coroadando!”. Naquele caos – entre dores e contrações, vômitos e fadiga, medo da minha vulnerabilidade – eu não entendi, mas a enfermeira me explicou que a cabeça da minha filha estava aparecendo. Alívio? Não ainda. Afinal, eu nem imaginava qual seria a sensação que teria daquele instante até que ela estivesse nos meus braços, pois tantas coisas poderiam acontecer naquele momento, e nos seguintes.

E eis que ela saiu sem chorar. Embora eu pensasse que seria comum eu me desesperar, não foi assim. Ela saiu do meu corpo e a médica a colocou deitada sobre mim. Eu a senti viva, quente, em silêncio. Que paz, que prazer em saber que as dores se foram, que as contrações também, e que, sobretudo, minha filha estava ali toda cheia de vida para construir sua caminhada. Respirei fundo. É bom não sentir dor, é bom estar segura de que as coisas ficaram bem, que no futuro eu não sei, mas naquele momento eu sabia: estava tudo bem com ela e comigo para que eu pudesse cuidá-la. Paz e prazer por ter conseguido viver aquele momento que acabou tão bem.

E a rotina, na noite seguinte, começa com tudo diferente. Caos: bebê, amamentação, visitas, cansaço, sono, fome, sede, chorinho. Ela dorme (paz

e prazer). Tão bom poder dormir depois de uma cansa de puerpério. Ah! Dormir é, sim, um prazer, daqueles que nem todos são beneficiados.

Entre esses pequenos prazeres, os quais me enchem de paz, há produções tão minhas, tão reservadas e complexas que eu quase me convenço de que o futuro não é algo de que eu precise mesmo me preocupar tanto, e por meio de uma reflexão dessa eu até esqueço que sofro de ansiedade social. Então eu sinto um alívio tão profundo, porque, sem o desespero de me preocupar tanto com o amanhã, a vida fica tão mais leve: outro pequeno prazer.

Foram as lembranças que me trouxeram paz, foram as análises tão íntimas que me fizeram sentir prazer por existir e trouxeram o desejo – até que eu seja novamente interrompida por um fato alheio do meu cotidiano – de poder aprender a viver cada momento melhor. Estou tentando aprender isso, praticar esse pensamento e desfrutar melhor dos pequenos prazeres que a vida dá. Pensando bem, não são tão poucos, é que, geralmente, estamos ocupadas demais com preocupações desnecessárias para perceber que são estes pequenos prazeres que nos enchem a vida de sentido.

Ilustração de Juliana Wolff



## Sobre a autora

Mulher, mãe, pesquisadora, doutora, professora entre outras que sou. Chegando aos 40 anos, cada vez mais, com pressa de ser menos acelerada para apreciar a vida e seus prazeres. Cheia de incertezas e contradições, entre as poucas certezas que tenho, uma é a de que a escrita liberta e outra é que a leitura faz esperar.