

A Arte *de* CURAR A ALMA



JUDITE SOUSA



Às estrelas

ÍNDICE

<i>Introdução</i>	11
Desamor	29
Trauma	41
Dignidade	55
Rivalidade	65
<i>Kapos</i>	79
Desrespeito	95
Operários.....	111
Cérebro	123
Oriente.....	135
Loucura	161
<i>Bibliografia</i>	201

INTRODUÇÃO

«Ninguém escreve a partir do vazio.»

GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ

«O que acontece nos livros fica nos livros.»

SONSOLES ÓNEGA

Voltei à escrita. Desta vez, com algo diferente. Entrei no domínio da ficção, mas não no sentido clássico do termo: trata-se de um livro que cruza o ensaio histórico com as múltiplas dimensões que o género do romance implica, em linha com um género literário, de certo modo inovador, mas que tem estado muito presente nas obras de alguns autores contemporâneos.

Cruzo histórias de dez mulheres, que vivem situações da vida real, tal como os meus leitores. Acredito que ao lerem o meu livro irão dizer: «isto já me aconteceu». Começo com uma história de abandono e abuso sexual, falo da traição nas relações amorosas, também da deslealdade nas amizades, do assédio moral nas relações de trabalho e termino o livro com a forma mais extrema de violência doméstica, que é a violência psicológica. Outras histórias irão ser contadas, mas não quero nesta fase inicial esgotar a curiosidade dos meus leitores.

Tenho a convicção de que a realidade que comunico vai surpreender e emocionalmente será um exercício valioso

dada a adesão à realidade da construção da narrativa. Existem sentimentos, emoções, alegrias, tristezas, desafios, superação.

As lições da História, a complexidade do mundo contemporâneo e a turbulência da mente nas situações de maior adversidade auxiliaram-me a enquadrar as *estórias* que se seguem.

No início, senti-me algo insegura e nada crente sobre as minhas possibilidades de criar um livro que reflectisse a minha vontade íntima de avançar na ficção. A minha ideia é reforçar um vínculo com os leitores. Apesar do meu percurso nas letras, estava muito cética sobre a minha capacidade de estabelecer essa cumplicidade, que pretendo, com os que me vão ler.

É certo que já publiquei onze livros, uns sobre jornalismo televisivo, outros sobre comunicação política e dois em co-autoria. O último, *Pedaços de Vida*, publicado 2023, já corresponde a uma fase de transição entre o ensaio e a autobiografia. Reflecti. Com quarenta anos de carreira, poderia ter optado por voltar a escrever sobre as reportagens, as entrevistas, os debates, os trabalhos como enviada especial, a apresentação de jornais ou até o comentário político. Mas não foi esse o caminho que segui agora. Atrevi-me, perdoem-me a expressão, num tipo de escrita em que vivências ligadas ao amor, ao desamor e à traição (temas clássicos da literatura), por exemplo, estão plasmadas neste livro.

A escrita de um ensaio não era novidade para mim. Foi há cerca de vinte e cinco anos que publiquei pela

primeira vez. À época, a minha influência foi o jornalista espanhol Juan Luis Cebrián, que tinha escrito *Cartas a Um Jovem Jornalista*. Considerei o registo interessante e adaptei-o às minhas vivências profissionais, estabelecendo um diálogo com uma jovem que se propunha ser jornalista. Chamei-lhe Mariana, como lhe poderia ter atribuído outro nome. Foi o início de um percurso que não mais abandonei ao nível do ensaio.

Mesmo nos anos mais complexos da minha vida, agarrei-me aos livros, principalmente às biografias, e fui escrevendo com base na matéria-prima que o meu trabalho como jornalista me ia proporcionando. Ir mais além, pensava que seria algo inacessível para mim.

Sempre li muitos romances com grande entusiasmo. O primeiro foi a edição de bolso de *Os Miseráveis* de Victor Hugo, em francês, devia ter uns 14 anos. Também foi por essa altura que o meu pai, militante comunista, me ofereceu *A Mãe*, de Máximo Gorki, pseudónimo de Aleksei Maksimovich Peshkov, nascido em Nizlino-Novgorod, a 28 de Março de 1868. Uma obra que retrata a Rússia do início do século xx, expressando a luta de um povo na antecipação daquela que viria a ser a revolução bolchevique de 1917. Foi uma leitura dura e difícil para uma adolescente que politicamente se aproximava, talvez por influência paterna, dos ideais comunistas. Daí que, enquanto estudante no liceu Carolina Michaëlis, no Porto, tenha frequentado a sede do PCP na Rua Aníbal Cunha, onde militei na UEC — União dos Estudantes Comunistas, durante alguns meses.

Neste momento em que escrevo, lembro-me das palavras de Simone de Beauvoir nas suas *Memórias de Uma Menina Bem-Comportada*: «O que eu sonhava escrever era um romance sobre a vida interior. Queria comunicar a minha experiência. Hesitei. Parecia-me sentir em mim muitas coisas a dizer mas não me dava conta de que escrever é uma arte, e eu não era uma especialista.»

William Faulkner, Prémio Nobel de Literatura em 1949, disse que um romance é a «vida secreta de um escritor, o obscuro irmão gémeo de um homem». Outros nomes da literatura escreveram algo semelhante. Gabriel García Márquez dizia que um escritor está sempre a escrever a sua vida, só que de maneiras diferentes.

Na escrita sinto-me protegida.

**Esta afirmação pode parecer paradoxal, já
que não há nada mais público que um livro.**

**No entanto, é uma realidade diferente se
compararmos com o escrutínio mediático,
nomeadamente televisivo, que também
conheço e com que lidei toda uma vida.**

Quando entro numa livraria e vejo os meus livros colocados nas estantes, podendo ou não despertar o interesse dos leitores, experimento uma sensação de liberdade. Há uma voz — a minha — que me diz: *está escrito, está*

publicado, quem quiser vai comprar, quem não quiser não vai. Está tudo bem.

Há algo mais: sinto que a escrita me confere espessura como ser humano e reforça aos olhos dos leitores a mulher que sou. Creio que com este livro esse conhecimento sobre a minha pessoa, nas minhas contingências de ser humano, me irá revelar de uma forma mais profunda.

Acredito que todos nós, conscientes ou não, façamos o que quer que seja, precisamos de ser notados no sentido de deixarmos uma marca ou, de uma forma mais humilde, uma impressão. Essa ideia é aconchegante.

Desse ponto de vista, este livro é um território de intimidade. Uma procura de sentido. Para mim, a escrita é uma forma de me sentir viva.

No mundo dos livros, é ainda possível recuar alguns séculos. A poetisa e filósofa italiana Cristina de Pisano escreveu: «O suave prazer do conhecimento e da aprendizagem, da escrita e da exposição pública esteve associado... à situação livre de obrigações e perigosa em que ficou depois da morte do marido. Privada do amparo masculino, assume uma forma de vida própria de um homem: por sua conta e risco, toma o leme da embarcação e, com as filhas, guia pelas profundezas da existência terrena.»

Para a escrita também fui buscar inspiração em alguns dos filmes da minha vida, porque o cinema, em grande parte, reflecte as contingências da vida, nomeadamente vibrantes histórias de amor. Desse ponto de vista, quero partilhar com os meus leitores alguns dos filmes que me marcam, que me marcaram e que, creio, podem igualmente ser inspiradores para os leitores.

Começo pelo filme *O Amor Acontece* (2023). É uma comédia romântica que narra oito histórias de amor nas suas mais diferentes formas. Os diferentes protagonistas cruzam-se ao longo do filme, provando que o amor acontece sem olhar à idade, ao sexo, à etnia ou ao que quer que seja. Trata-se de um filme que nos ajuda a perceber que cada história de amor é única.

O filme *Antes do Amanhecer* (2004) é uma história de atracção que demonstra que o amor resulta de circunstâncias muitas vezes surpreendentes. Céline e Jesse conhecem-se num comboio que viaja através da Europa e passam uma noite juntos em Viena, sabendo que, após essa noite, jamais se irão cruzar de novo.

Um amor realizado através de palavras e olhares. Cada beijo carrega uma vida inteira e a sedução de uma noite. Os protagonistas dançam nas ruas de Viena e divertem-se numa tentativa de não pensarem no dia seguinte.

Perto de Mais (2004) aborda a magnitude do amor e do mistério colocando em causa a estabilidade emocional dos seus personagens, quando quatro amigos se envolvem num jogo de traição, apaixonando-se entre casais.

As emoções tornam-se inultrapassáveis, e o amor é sexualizado.

Em *Só Tu e Eu* (2010), Cindy e Dean atravessam dificuldades no casamento. Têm vontade de seguir em frente. Querem evitar por tudo a separação, Procuram encontrar no passado a força suficiente para reconstruírem a felicidade que sentem estar a perder-se.

O filme *Match Point* (2005) confronta-nos com um antigo profissional do ténis decidido a casar-se com aquela que julga ser a mulher da sua vida, até se cruzar com a namorada do seu futuro cunhado, cujo casamento já tem data marcada. Ambos acabam por se envolver numa escalada em que o desejo e a traição culmina num desfecho trágico.

Sob o Sol da Toscana (2003), em Itália, narra-nos a história de uma escritora norte-americana, de São Francisco, cujo casamento está a desmoronar-se.

A única saída que encontra é alterar completamente o seu estilo de vida. Decide mudar-se para a Toscana, onde sente que vai encontrar a paz e a tranquilidade de que necessita para poder terminar a sua obra. Pouco tempo após instalar-se naquela idílica região italiana, conhece um homem que lhe abre novas perspectivas de vida.

Em *Beleza Americana* (1999) a vida é entediante para o personagem Lester Burnham, afastado da família. Nesse contexto, conhece a melhor amiga da filha. Na cabeça dele não existem preconceitos em relação à idade, tendo

consciência para entender que a vida adulta não é incompatível com a juventude que a jovem representa.

Em *Nem Contigo... Nem Sem Ti* (2007) há uma certa coincidência em relação ao filme anterior. De novo, temos uma relação, neste caso de uma mulher que se apaixona por um homem muito mais novo. Ambos, indiferentes ao preconceito, decidem viver a sua história de amor.

O *Sexo e a Cidade* (2009) coloca-nos na cidade que «não dorme», Nova Iorque. Encontramos o espírito aventureiro, cosmopolita e sofisticado de quatro mulheres. Têm um gosto apurado pela moda e divertem-se num contexto de jogos de sedução, de atracção, por vezes consumados, por vezes, não. O importante é a vida em liberdade e com independência.

No filme brasileiro *Mulheres Sexo Verdades Mentiras* (2007), Laura é uma intelectual que se divorcia depois de um casamento de 20 anos. Na realidade, ela sente que tem um problema com a sua própria sexualidade e, numa espécie de catarse, decide realizar um documentário.

Em *Alguém Tem de Ceder* (2003), o personagem interpretado por Jack Nicholson utiliza o seu ar sedutor para conseguir conquistar mulheres muito mais novas do que ele. Só que, um dia, conhece a mãe de uma das suas conquistas, numa interpretação de Diane Keaton. Aí, tudo muda na cabeça dele.

A acção principal de *Lost in Translation* (2003) desenvolve-se em Tóquio. É uma história fora do vulgar. Um homem

e uma mulher encontram-se no Oriente. Ambos procuram o amor e realizam-no através da palavra e do olhar.

Que Mal Fiz Eu a Deus? (2014) é um filme que põe à prova a interculturalidade e o modo como temos de nos adaptar a diferentes culturas, religiões e hábitos de vida.

Em *Um Amor Inevitável* (1989), dois amigos que se conheceram na universidade fazem uma viagem de Chicago até Nova Iorque. Aproveitam para se questionarem sobre o valor da amizade e a forma como ela se compatibiliza com o sexo e o prazer.

O *Diário da Nossa Paixão* (2004) é também sobre uma arrebatadora história de amor. Um casal jovem é separado pelos pais dela em razão da diferença ao nível das condições sociais. Separam-se, mas reencontram-se anos depois. A doença mental da mulher surge numa fase avançada das suas vidas e o amor acaba por se manifestar com a leitura, por parte do marido, de um diário antigo onde as origens da sua relação e o fortalecimento do amor que os une são relatados.

Espero que não estejam cansados com alguns dos filmes da minha vida, e, mais uma vez, desejo firmemente que, tal como aconteceu comigo, estas histórias cinematografadas possam de algum modo inspirar a vossa vida.

Voltando a este livro, ao escrever sinto que estou a combater a monotonia do quotidiano. A este propósito, lembro-me sempre de uma afirmação de Virginia Woolf: «Às vezes ressoa como um trovão no meu íntimo o sentimento da total inutilidade da minha vida.» Não é o meu caso, mas compreendo o alcance destas palavras.

Andei muito tempo às voltas na minha cabeça com esta ideia de Virginia Woolf, que encontrou na escrita uma razão de existir, embora por pouco tempo, vencida que foi pela doença bipolar de que padecia e que a terá levado ao suicídio. Reconheço que também fui sensível ao romance autobiográfico da escritora canadiana Nelly Arcan, que se suicidou aos 36 anos de idade. Nesse livro, chamado *Folle*, a autora compara o amor fracassado à demência. Palavras brutais.

«Vivi muito tempo com este livro na cabeça sem me decidir a dar-lhe forma. Sonhei-o. Ruminei-o. Desisti. Recomecei, outra vez. Escrevi-o sem o ter escrito. Olvidei-o sem nunca renunciar a ele. Estava diante de mim, projecto informe, incerto, que contava um dia fazer sair dos limbos, mas que, por ora, permanecia letra-morta.» Quem o disse foi Bernard-Henry Lévy no prólogo que escreveu ao livro *O Século de Sartre*. Comigo, passou-se algo semelhante.

Há muito tempo que este livro estava escrito na minha cabeça. Acordava e adormecia com ele sem ter escrito uma única linha.

Com as pessoas mais próximas, dizia que estava a pensar voltar a escrever, mas não tinha a certeza se desejava voltar a publicar e nunca mencionei que estava a escrever prosa ficcionada. Era o meu segredo.

Entendo que um livro é como uma estrada que é percorrida com cuidado para se alcançar um destino. É assim que começo por entender o alinhamento das palavras. E as palavras, o que representam? Sinto-as de múltiplas formas: pensamentos que interpelam o leitor a reflectir, a questionar-se e a formar um castelo de ideias.

Os livros ajudam-nos a pensar diferente para melhor. Acrescentamos ao conhecimento que tínhamos sobre uma determinada realidade o ponto de vista do autor, e isso vai inevitavelmente enriquecer-nos ou, porventura, colocar-nos perante perspectivas de análise que não tínhamos ponderado até então.

Acredito que os livros podem fazer de nós, leitores, melhores pessoas. Insisto nesta ideia.

Pelo que acabei de vos dizer, estive algum tempo em luta comigo própria. De certo modo, e não sou original nessa abordagem, escrever é uma batalha muito pessoal.

Interroguei-me com frequência: *Devo arriscar o labirinto da intimidade?*

Entre dúvidas, avanços e recuos, identifico-me com o testemunho do escritor George Orwell, para quem «escrever um livro é uma luta horrível e extenuante, é como uma longa e dolorosa doença. Nunca nos dedicaríamos a tal tarefa se não nos impulsionasse um qualquer demónio, ao qual não podemos resistir e que não conseguimos compreender». No meu caso, passei muitos dias sem dormir. Foram muitas as noites agarrada ao computador, escrevendo, reescrevendo, pensando em desistir, mas também pensando que já não podia recuar.

No essencial, tudo se resume a uma urgência.

**Não escrevo para ocupar o tempo. Escrevo
para vencer o tempo, envolvida pela ideia
da superação.**

Portanto, avancei.

Na centralidade do livro estão histórias vivenciadas principalmente por mulheres, como referi, numa temática, fundamentalmente, entre a necessidade do amor a vários níveis, sempre factos da vida real e a intervenção da medicina. As citações que me inspiram permitem a contextualização psicológica, sociológica e histórica da narrativa,

à semelhança de autores que acompanho com muito interesse, como, para dar apenas alguns exemplo, a escritora espanhola Rosa Montero e o britânico Julian Barnes.

Quanto ao título do livro, *A Arte de Curar a Alma*, procurei uma expressão que significasse a profundidade da vida, tal como todos nós a entendemos.

Em *A Arte de Curar a Alma*, Judite Sousa interpela-nos sobre as batalhas silenciosas que travamos diariamente, mas também sobre as âncoras que vamos, ou não, encontrando pelo caminho.

No centro de dez histórias marcantes estão mulheres cujas vidas revelam a verdade que frequentemente preenche os dias de muitas e muitos de nós — desde o desamor e a traição até à violência e solidão, sem nunca abdicar da coragem para encontrar forças quando tudo parece ruir.

A vida vivida é a matéria-prima deste livro, que transpira emoção, alegria, tristeza, desafios e sobrevivência. Partindo de narrativas ficcionadas e sustentada por muitas lições da História, Judite Sousa observa o mundo em que vivemos — onde o ruído é constante e o afeto tantas vezes escasseia —, e retrata a fragilidade e a resistência da alma humana num tempo em que reinam o desamor e a desesperança.

Um livro profundo sobre as feridas invisíveis que nos vão moldando e sobre a força para continuar.



Penguin
Random House
Grupo Editorial

penguinlivros.pt

  penguinlivros

ISBN: 978-989-787-876-3



9 789897 878763