

Caso: Transtorno de Personalidade Borderline

Entrevistada: Paula

32 anos

Educadora Física

Casada, 01 filho

Classe social – Critério Brasil: A2

Paula: Eu comecei a usar drogas há doze anos atrás, tinha vinte anos, ao sair de perto da família, fui morar no Rio de Janeiro. E lá eu perdi muito o foco de muita coisa, principalmente fé em qualquer coisa. Eu cheguei a ser ateia. Com isso eu acho que veio um vazio muito grande, de maneira generalizada assim sabe? A vida ficou muito fútil, como se eu pudesse morrer amanhã, pra mim tanto faz, era uma vida descontrolada e impulsiva porque isso já era uma característica minha de ser ansiosa e impulsiva pra tudo quase.

A droga só veio neste momento suprir um vazio. Eu conheci ela a partir de um momento muito vazio, que eu saí de perto da minha família, que eu realmente perdi crença em tudo e a vida virou uma balada de segunda a segunda. Então virou um vazio tão grande que posteriormente a droga veio a substituir esse vazio. Era a única forma que eu encontrava de ser feliz, entre aspas.

O meu problema foi com a cocaína porque o meio que eu vivi, foi o que foi me apresentado. Cheguei a tomar algumas vezes bala, ou ecstasy, e o doce pouquíssimas vezes, mas não era algo me atraía. Tomei, ok, não foi uma coisa tão legal, que nem foi a própria cocaína. Só que a cocaína com esse problema que tem do estímulo né, porque ela é muito estimulante, juntou com o meu problema que já era de ser compulsiva, de ser ansiosa, de ser muito agitada, *linkou* né, foi uma coisa que supriu naquele momento.

Como eu tava num momento muito vazio, pra eu entrar de um uso esporádico para um vício, foi coisa de meses assim. De eu usar no Rio de Janeiro quatro, cinco meses, e a minha família descobrir, e ele pediram pra eu voltar. Eu voltei, aí eu entrei em depressão.

Voltei pra Paraíso, porque sou de Paraíso. Atualmente eu moro em Ribeirão, mas minha família e eu morava em Paraíso. Eles foram me buscar na verdade, no Rio. Eu

entrei em depressão ao chegar em Paraíso porque eu me senti muito culpada. Pelo menos essa noção de ter uma certa vergonha daquilo que fazia e tal, eu tinha. Então por isso me levou uma depressão muito, chegou a ser profunda né, no quadro dos meus psiquiatras e psicólogos. Cheguei a não sair de casa por um mês, assim de não ver o sol, até que eu vi em Paraíso a primeira pessoa que usava, eu não sabia nada em Paraíso de quem usava. Eu vi essa primeira pessoa usando, e eu já conhecia a droga, então foi uma porta pra eu que já não estava bem, de novo. Uma hora não tava bem pelo vazio da vida, pela futilidade das coisas, mas em Paraíso porque eu estava em depressão, com muita vergonha, com muita culpa, com muito... frustrada. Então a hora que eu vi a primeira pessoa que usava, aquilo foi uma porta pra usar muito.

No Rio eu cheguei a fazer faculdade, e depois só trabalhava. E eu era representante de produtos, daqueles produtos besta de supermercado, prendedor, varal, uma empresa que fazia esses produtos. Mas como era fácil, eu fiquei numa vida muito de balada sabe, só de amigos, de festa, então isso gerou um vazio muito grande. E a droga veio, supriu isso né, digo, ilusoriamente. Quando eu cheguei em Paraíso, entrei em depressão, e vi a primeira pessoa que usava, aí foi uma porta realmente pra eu cair num abismo. Porque eu não consegui lidar com essa depressão, com essa frustração, com essa culpa, com essa vergonha e afundei, porque eu usava de quinta a domingo, praticamente todas as semanas, eu ficava fora de casa quatro dias direto, as vezes cinco, sem dormir, sem tomar banho, sem.... meus pais sabiam, e tentavam me ajudar de "n" maneiras, tirou carro, "não você tem um carro, não anda mais de carro!", eu pulava a janela sabe, com um amigo me esperando na porta.

É, eu manipulei, menti, tudo... pra poder fazer esse uso, de diversas maneiras, torrei tudo o que eu tinha, dinheiro, quase tudo de saúde. Num ano e meio, mais ou menos que foi o tempo de uso, foi o tempo que eu vi assim, tudo afundar, tudo desmoronar, tanto na minha vida pessoal quanto de quem estava ao meu redor... então eu tive por um momento um pouquinho de compaixão assim das pessoas, eu falei "poxa eu tô acabando com a vida dos meus pais, com a minha já era, mas eu não tenho direito de fazer isso com a deles né, com a vida deles"... então eu vou procurar uma ajuda, inicialmente por eles, inicialmente foi por amor, entre aspas, por eles. Eu falei "então eu vou me internar", e falei com o meu pai "eu quero me internar..." ele era até contra internação, porque acho que na cabeça dele, na ignorância dela, era só me afastar dos amigos, dos lugares, que eu saia dessa... e não é bem assim né, uma dependência não se trata assim. E, decidi me internar e fiquei oito meses internada, quase nove.

Nesse processo todo não cheguei a procurar o CAPS porque eu já sabia, quando eu vi que eu tinha um problema da dependência, eu fui pela internet, clínicas de dependência química, eu mesma fui, vi que maioria clínicas de contenção ou particulares são extremamente caras, então de cinco mil reais pra cima, a mensalidade e não achei justo pedir isso pro meu pai, jamais, embora ele pudesse arcar com isso. Sempre pensei que ele não merecia, mais esse problema, e aí eu fiquei sabendo que em Paraíso tinha uma clínica fazenda, que não é de contenção, que dizem que é a preço de custo, que custava seiscentos reais por mês.

Nesse caso o Estado, não sei, qual órgão público que bancava, no meu caso eu falei "pai, tem esse lugar, o escritório é em Paraíso também, vamo lá?" ... aí um belo dia eu chamei meu pai pra ir nesse escritório que eles chamam de triagem onde você senta com o diretor, fala de todos os seus problemas, e ele vê se há uma necessidade concreta de internação. No caso era, no meu caso era, e como o meu pai tinha condição de ser um pagante, eu fui como uma pagante, eu não passei por nenhum serviço público, não passei por nenhuma assistente social, nenhuma psicóloga, por nada. Ao contar a minha história ele já sabia que era uma necessidade real de internação, ele falou que só internava de terça feira, que é o dia que entra ou sai meninas, só nas terças.

Eu lembro que um dia antes, na segunda, era meu aniversário, e eu demorei um mês então de sentar com ele falar o que precisava ou não pra internar, eu demorei um mês pra decidir internar, e ai eu faltei no meu próprio aniversário por estar fazendo uso. Todo mundo tava me esperando no domingo pra comemorar meu aniversário

e eu não fui, eu estava desde sexta no uso, não voltei pra casa, não tinha condições físicas, psicológicas de voltar, faltei no meu aniversário. Aí na segunda eu virei pro meu pai no celular e falei "pai, você já sabe o que eu tô fazendo, desculpa mais uma vez, pode marcar com o Maurício, que era o diretor da fazenda, que eu quero internar amanhã". Voltei segunda pra casa na hora do almoço, nossa, eu lembro até hoje a cara do meu pai, tadinho. Ele tava em choque, e aí minha família toda foi pra minha casa comemorar meu aniversário na segunda pra eu ir terça de manhã. Também foi nessa época que minha avó foi diagnosticada com câncer de pâncreas, então eu fiquei internada, tendo notícias da minha vó só por carta, e ela faleceu comigo internada. Foi bem difícil, mas foi isso... (chorando) desculpa.

Antes da internação a quantidade que eu usava de cocaína por esses quatro dias que eu costumava passar fora de casa era... vamos dizer que cada pino tem em média uma grama... eram mais ou menos sete pinos por dia, de sete a dez por dia. Sei lá... trinta

gramas! É que começa no primeiro dia, as vezes supre cinco pinos, ele te supre. Depois de cinco vai pra oito, de oito vai pra dez, porque o efeito vai passando mais rápido. Então é difícil contabilizar, e depende da qualidade também do negócio, se for muito ruim, boa, tem tudo isso. Mas um média assim de cinco a dez por dia... no caso de quatro dias.

Aí depois da internação eu tive recaídas, embora minha vida tivesse tomado um rumo normal, novamente. O que posso dizer de normal? De estudar, fazer faculdade, trabalhar... Entre aspas normal, porque eu sempre tive problemas com a minha família, perdão, problemas comigo mesma que envolvia a minha família no sentido de problemas mal elaborados desde a minha infância. Isso foi uma coisa assim, que não foi nenhum trauma, nada disso. Eu tive uma infância linda, porém sem regras, sem limite, esse foi o problema.

Eu tenho uma mãe que eu considero manipuladora, e aí eu entendo que eu fiquei muito parecida com ela, porque ela é assim inconscientemente, você vê que ela não percebe, que não fez por mal, mas que me afetou muito depois também. Ela me usou muito na separação dos meus pais. Nunca me colocou contra meu pai, nunca fez aquele, como que chama quando você põe os filhos contra? Porém, ela sempre, ressaltou meus problemas, porque era a maneira que ela tinha de ter meu pai próximo: "olha aí a Paula dando problema... olha ela aí de novo... vem aqui ajudar, vem aqui ajudar... não dou conta", então isso era uma arma que ela tinha, eu como um problema, pra ter meu pai próximo, porque ela nunca conseguiu aceitar a separação.

Ela não soube lidar com isso, ela teve depressão por onze anos por conta da separação e eu sofri muito com isso. Então isso ficou um problema mal resolvido, que gerou uma adolescente problemática, muito rebelde. Eu tinha essa necessidade assim de vestir uma armadura assim de forte, de brava, pinteí o cabelo de vermelho, piercing na sobrancelha, tatuagem com quatorze anos com RG falsificado, sabe... Isso gerou já uma adolescência problemática e eu me tornei uma adulta assim... totalmente... vamos dizer, nada autônoma, carente. Meu psiquiatra, alguns deles, me constataram com síndrome de borderline. Junto com isso ainda um déficit de atenção e hiperatividade, que não foi diagnosticado quando criança, isso me atrapalhou muito a estudar, a trabalhar,

sempre fui uma pessoa muito desatenta, muito desconcentrada. Isso tudo gerava uma frustração de vida, e que creio eu que pode ter alavancado, ou facilitado, o uso de alguma droga, de alguma fuga, de ter alguma fuga por conta de problemas psicossomáticos mesmo.

Eu usava drogas era pra me livrar de vários problemas. Engraçado que na cocaína era uma das poucas formas que eu me sentia competente, eu conseguia fazer várias coisas que sem não. Talvez por conta do déficit de atenção, por conta de coisas de disfunções neuronais, ou neurais, não sei qual a palavra que vocês usam certo, mas que eu via que a droga ali naquele momento conseguia fazer conexões que me deixava mais concentrada e mais ativa.

Isso tudo acho que potencializou o uso. Ajudou a potencializar porque me fazia bem, não só de bem-estar de descarga, não de hormônios, tô falando de fazer coisas mesmo na prática. Enfim, quando eu vi que eu tava recaído, mesmo que pouco, isso me deixou muito frustrada também, que depois de toda experiência de pedir ajuda, de me internar, e ter recaídas, mesmo que a vida estivesse voltando ao normal, eu ainda não conseguia ter independência, autonomia, principalmente financeira. Então, morar debaixo da casa do pai é seguir as regras dele, isso sempre me deixou muito frustrada, porque fui chegando aos trinta anos e sei lá, poxa eu ainda não consegui tudo que uma pessoa normal de trinta poderia ter conseguido. Isso também me frustrava.

Nesse meio tempo [depois da internação] eu conheci o Pedro [marido], que tem quase quatro anos, que vai fazer quatro anos em maio. Com ele eu tive aí umas cinco, seis recaídas, estando namorando com ele, porém eu decidi pela primeira vez contar: "eu vou recair". Eu contei toda a minha história pra ele, e ele deixou bem claro "não quero isso pra minha vida". Ótimo! Eu queria alguém que não queria isso pra vida, porque eu achava que isso ia... "Agora eu devo a alguém um não comportamento que..." Só que sempre alguém né, ou os pais, ou é o namorado, mas me ajudou de alguma maneira, mesmo que sendo pra alguém, a olhar pra mim também "não, eu tô muito melhor sem", então porque não manter? Só que eu tive essas recaídas também de um dia, e eu resolvi contar, eu falei "eu vou ser honesta pelo menos", não vou esconder, porque era fácil você recair e esconder, ninguém fica sabendo, isso dava uma porta muito grande pra continuar. E aí eu comecei a... falei "tipo, eu vou correr o risco de perder o namorado, mas eu vou ser honesta" e ele abraçou a causa na primeira vez, abraçou não né, ele deixou claro que não queria isso, mas que sabia quem eu era, e resolveu tentar dar chances, uma chance. Passaram alguns meses e eu recaí de novo e eu falei "poxa, vou ligar pra ele de madrugada, vou perder o namorado, mas eu vou falar" e ele de novo me ajudou. Saiu de Ribeirão, foi lá me dar banho, me dar comida sabe?! Me ajudava a ir pra faculdade porque naquele dia eu tinha um trabalho pra apresentar na faculdade e tava sem condições de ir, ele me ajudou a fazer tudo isso, tipo cinco da manhã saiu daqui pra me socorrer. E aí, dessas recaídas que eu achava que ia perder ele o tempo todo, eu não sei, ele... Eu acho que ele viu alguma coisa e resolveu sempre dar mais uma chance. Chegou ao ponto, acho

que o limite dele né, essas cinco, sei lá se foi cinco ou seis recaídas, ele falou "olha, agora tá dando né? Acho que se eu sentir que não vai mudar, tipo, não vai dar mesmo", e ele resolveu falar, ir atrás de informações sobre outros tratamentos.

Eu fiz psicoterapia por muitos anos, eu acabei mudando né, mudando de psicólogo pra psiquiatra, de psiquiatra à psicólogo, e de psicólogo pra psicóloga. Não fiquei muitos anos com uma pessoa só não. Desde a adolescência eu fiz uns quatro anos com uma pessoa muito boa, ele é bem conhecido em Paraíso, e na verdade ele tentou tratar meus problemas de adolescente, dali eu já fui embora. Tive uns problemas no Rio que quando eu voltei entrei em depressão e retornei pra ele e parei num psiquiatra. E dali eu fui faltando, meses indo, meses não indo e meses indo, então meus tratamentos nunca foram tão contínuos assim.

Nessa época [do Pedro] eu estava sendo medicada pra tratar o déficit de atenção, porque meu psiquiatra que era especialista em dependência química, supôs que o pior dos meus problemas não era a droga, porque era esporádico o uso. Era o déficit de atenção que me causava uma frustração e eu sempre fui uma pessoa que não sabia lidar com a frustração. Então ele me tratou com Ritalina, tratou não, porque não é tratável né o déficit de atenção, depois de uma certa idade, segundo ele é estabilizada, mas não se trata. Então ele me deu Ritalina, Carbolítio e Frontal, porque a Ritalina te acelera, é como quase dar um "tiro" na cocaína, o Carbolítio regula o humor, porque é pra bipolaridade, embora não sou diagnosticada como bipolar, mas com o uso da Ritalina "você poderia ficar muito estressada, ter um hormônio do estresse aí, uma glândula que fabricava os hormônios que podia deixar muito estressada", era pra equilibrar o humor durante o dia. E com ela liga muito, o Frontal mata o leão a noite. Virei um robô por dois anos. Teve um lado bom, porque eu tava na faculdade e isso me ajudou a manter uma certa ordem de estudo, de conseguir acordar cedo e estar disposta.

Eu consegui terminar a faculdade, sou Educadora Física. Fiz Educação Física, já fiz quase quatro anos de arquitetura, já fiz um ano e meio de propaganda e marketing, então eu fui meio que mudando sempre, só que sempre nunca concluindo, como tudo o que eu comecei: os esportes, aula de violão, de violino, tudo era assim... Aí uma semana, sentia dificuldade e caía fora, por conta de frustração. Creio que tudo tá baseado lá na infância, como te falei, com o problema da falta de regra, de limite, de não lidar com a frustração... é, gerou acho que essa bola de neve. Que bom que tenho consciência disso hoje, todas essas terapias que fiz mesmo que em partes, me fez ter essa consciência pelo

menos. Então, hoje, quando tenho um problema, eu consigo ver com mais facilidade... é mais do que eu vou fugir, pera aí eu sempre fugi, eu sempre deixei as coisas interminadas... era nítido até nos desenhos de quando eu gostava de desenhar, se você pegar todas as minhas pastas de desenhos, está tudo interminado, entendeu?

Nessa época eu tava me sentindo muito robô, eu já não tinha emoção mais, eu não conseguia dar beijo e abraço nele [marido], de tão robô que eu tava sabe? Os dias eram iguais pra mim, era... parecia uma armadura de tão artificial que eu fiquei por conta dos remédios, e eu já sentia uma necessidade enorme de tirar esses remédios. Eu

via que não ia curar, e eu via que eu tava levando... eu conseguia estudar, eu conseguia fazer algumas coisas, o que era bom, trabalhar e estudar, mas eu não conseguia ter vida sabe? Eu não sentia a vida.

Então com a ajuda do Pedro eu busquei a ayahuasca, com o suporte de um psiquiatra que entendia do tratamento de dependência com ela. Minhas expectativas eram de fato, nunca mais usar droga. A minha expectativa sempre foi ter nojo da droga, porque eu sentia saudade, eu sabia o quanto era bom. A minha expectativa era "nossa eu quero odiar a droga, eu quero odiar a palavra cocaína, eu quero odiar quando eu ver um pó branco", eu quero ter nojo, eu quero vomitar se eu ver alguma coisa que me lembre, sabe eu não quero que quando eu ouço, ou vejo em filme tudo, eu fique lembrando "nossa, era assim, era bom". Não! Eu quero ter nojo, era essa a grande expectativa inicial. Posteriormente, era conseguir ter uma vida normal. O que eu considero ter uma vida normal: ter sono, ter energia ao acordar, é ter foco no que você tá fazendo, sabe? É ter sonho, é ter expectativas de conquistas... Eu não tinha mais nada disso. Eu tava me formando sem nenhuma assim, "ai, eu vou ser uma personal, eu vou montar uma academia, eu vou trabalhar com idosos, com criança..." eu não tinha nenhuma expectativa, nada, nenhum foco mais.

Eu já tive quando eu era atleta e comecei a fazer educação física lá nos meus 18 anos, eu tinha... eu retornei sem nada mais, sem nenhuma vontade de nada, sem nenhum sonho, eu não tinha sonho nenhum. Acho que talvez o maior que eu tinha, o único, talvez era ser mãe, de resto, não tinha vontade de mais nada. Então eu queria ter isso, regras, disciplina, energia por dia, sono pra noite, sabe? Uma vida que a gente considera normal, ser feliz com pequenas coisa, parece que pra mim ser feliz era tá lá em Paris, a felicidade só tava se eu rodasse o mundo, felicidade só tava se eu tivesse fazendo esporte ultra radical. Eu tenho tido esse problema com adrenalina, então eu sempre tive que tá na beira da morte pra me sentir viva, então já escalei sem corda, já fiz coisas assim, um milhão de

coisas assim... Sabe aquele pessoal que posta vídeos andando em cima de prédio sem nenhuma segurança? Sabe umas coisas assim? Era quase aquilo. Então eu sempre precisava estar... desde criança isso hein, desde criança, que eu descii um prédio de cinco andares numa cordinha, com cinco molequinho me segurando. Andava em volta do prédio assim, em cima era um muro e embaixo era um salão de festas que tinha um muro, era cercado por um muro e eu andava em volta assim... Então isso era uma coisa que meus pais não viam um problema entendeu? E aí meus psiquiatras, eu falo meus, porque eu realmente passei por alguns e eles em comum diagnóstico, falaram as mesmas coisas, então quando falavam em comum acordo eu acredito que eu deva ter medo, que era o vício em adrenalina, e a droga traz isso também né.

Eu sempre tive dificuldade com as minhas relações familiares, hoje é a melhor fase, hoje com certeza de longe é a melhor fase. Embora a gente fosse saudável, ninguém nunca desrespeitou, bateu, xingou, nunca teve isso, sempre foi com muito amor, mas a minha relação era de tanta culpa e vergonha que eu me fechei muito, me bloqueei muito, nunca consegui sentir o amor deles, não conseguia aceitar carinho, ajuda. Então, o problema foi mais nesse sentido, não foi problema de "nossa, odeio meu pai, minha mãe... só briga" nada disso.

O que na verdade melhorou minhas relações foi o fato de eu tá com a minha família. É o fato de que eu conseguir começar a engrenar numa vida normal, de trabalho e de estudo. Isso já fazia melhorar a minha relação com os meus pais porque o que mais me atrapalhava era o fato de eu não conseguir levar uma vida normal e sentir que eles estavam me cobrando ou me julgando, ou eu não dando valor pra o que eles fizeram comigo, acho que o pior era isso.

Antes até da ayahuasca eu já tinha conseguido melhorar isso, mas eu tinha recaído e eles souberam. Eu falei pra ele [marido] e pros meus pais quando eu recaí. Isso era uma frustração muito grande, era uma vergonha muito grande porque depois de tudo o que aconteceu o que passou... Ainda recair... era pra mim, tipo... Nossa, era o fim do mundo, sabe? E isso atrapalhava porque eu não conseguia olhar meus pais mais. Eu tinha vergonha. Não conseguia nem olhar no olho do meu pai. É porque teve um outro fator aí também que eu não te contei. Quando eu morava no Rio, eu morei com uma atriz pornô, isso era interessante você saber. E num certo convite que ela fez "ah, vamo lá assistir o trabalho comigo?" Eu falei: "ah, vamo. Eu não tô fazendo nada mesmo". Cheguei lá e os caras: "não porque você tem o perfil e não sei o que rãããããã..." Minha vida já tava tão no vazio, como eu te falei, que do nada, nem sei porque, porque eu achava bizarro

participar disso, eu fui lá e gravei. Só que na época não tinha a facilidade que tem hoje de site, antes tinha que ir lá alugar na locadora e o direito de imagem era de 5 anos. Eu falei "ah, ninguém vai saber, 5 anos só". E pus uma máscarazinha e fiz. [Suspiros] Hoje eu dou risada. Isso depois de 5 anos que eu tava namorando um cara em Volta Redonda, morava com ele em Volta Redonda, começou a vazar em tudo quanto é grupo de whatsapp em Paraíso. Exatamente 5 anos depois, no tempo que eu achava que ia sumir, né? Ninguém vai saber mais, não vai tá na prateleira mais... Entrou esses sites, né? Xvideos, Redtube, e aí tá lá. Baixou o vídeo, gravou o vídeo, não sai nunca mais. Esse foi um problema agravantíssimo assim da minha depressão. Isso tudo foi depois da internação. E eu quando eu voltei pra Paraíso, que eu já também tava... Ó, foi tudo junto... A descoberta do vídeo lá em Paraíso e a separação do cara de Volta Redonda, eu já tava num período de separação. Tava esperando acabar o ano, pra encerrar o ano da faculdade pra voltar. Aí eu fiquei sabendo que isso tava rolando em Paraíso. Eu não tinha cara pra pisar na cidade.

Eu fiquei sabendo que isso tava acontecendo, mas no mesmo mês do processo de separação. Tipo... Eu não tinha cara pra encarar tudo. Eu já tinha vergonha da droga, mas da droga eu superei, aí... Tum! Me sai isso. Eu tive um problema de autoperdão muito forte, muito difícil. Pensei em me matar. Tentei me matar na verdade. Eu tentei suicídio umas duas vezes com remédio, com overdose, com algum... assim... Depois da internação, por conta do filme.

Foi um baque. Eu já não conseguia lidar muito com os meus pais, lembra? Da vergonha da droga. Imagina... Somou isso aí. E eles nunca jogaram na minha cara, nunca nem tocaram no assunto comigo. Tocaram assim, quando viram eu recaída ao ponto de falar "olha, a gente sabe daquilo. Tá tudo certo, a gente te ama, a gente sabe quem você é, seus valores, seus princípios. Um erro não vai te... sabe... te..." Eles sempre foram dessa maneira

com tudo. Então por isso eu acho que meu problema com eles aumentava. Quanto mais legais eles eram, mais filha da puta eu me sentia, pior eu ficava. Mais vontade eu tinha de me matar ou de usar ou de tudo, sabe?

Então, o filme foi um agravante que foi bem difícil eu superar, bem difícil, porque na faculdade eu ouvia as fofocas no fundo da sala de aula, celular rolando de mão em mão, sabe? Foi foda. Até o ponto de eu ligar a tecla foda-se e falar: "cara, isso não pode me consumir mais. Não pode." Eu virei um dia na sala de aula e falei: "Professor, dá licença? [bate a mão na mesa]" Esparramei na sala de aula. Antes eu tinha necessidade de falar pras pessoas, sabe? Ah eu fiz isso, fiz isso, fiz isso. Antes de elas descobrirem por outra, pra depois não me julgar, como se fosse assim... Eu falando, talvez vai ser mais...

né? Até que um dia um amigo e uma amiga dele [marido], um casal de amigos nossos, falou: "Paula, você não precisa falar pros outros. Quem vai te aceitar daqui pra frente, seus novos amigos, vai te aceitar com ou sem esse passado e se não for aceitar, foda-se. Não merece sua amizade, não merece sua presença, seu respeito, e acabou. E aí, se você se perdoar de verdade, você vai ver que não vai ter necessidade de se justificar mais pras pessoas" e aí isso aconteceu. E isso tudo aconteceu junto com a ayahuasca.

Eu acho que os efeitos mais marcantes com a ayahuasca foram eu me sentir em contato direto com a energia e com a natureza, sentir que existem forças superiores, sentir curas que eu imagino que esse pedido e esse sentido real de mexer no útero [alega experiência em um ritual que lhe proporcionou cura uterina e por isso conseguiu engravidar após anos de tratamentos], de... Foram os mais importantes. E o choro excessivo de ver, de lembrar da minha mãe, porque tinha uma criança com a mãe um dia lá que eu fui. E a menininha dormiu do meu lado e ela acordou chorando assim, mas bem baixinho "mamãe", e a mãe não tava lá, a mãe saiu, ficou fora, foi pra fogueira, não sei. E eu fiquei na força, eu não sabia o que fazer. Me deu uma vontade de catar aquela menina e senti... Tô tentando não chorar... [silêncio]

Eu me senti eu, sabe, quando era criança, muito abandonada pela minha mãe, porque minha mãe trabalhava três períodos. Então eu senti assim, tipo... Ali foi um insight muito grande porque eu vi aquela menininha, me vi lá, naquele medo de ficar sozinha, de tudo o que refletiu no borderline, que é o medo do abandono, de ficar sozinha... Por isso que eu projetava muito a felicidade e as conquistas no outro, não em mim, e aí a mãe veio e pegou essa menininha no colo e chorava e chorava até... [emociona-se] A menininha dormiu no ombro dela e a mãe assim... sabe, assim... Chorando, chorando, chorando. E eu via a minha mãe também. Com o mesmo problema porque a minha mãe até hoje, se ela sentar aqui e falar da gente, ela vai chorar que nem eu, que ela se sente muito culpada de ter... de trabalhar muito, de não ter visto esses problemas da minha infância que gerou esse adulto problema, que ela se sente muito responsável de tudo o que eu fiz, de tudo o que eu causei, de toda a dor pra mim mesma, pra ela, pra todo mundo. Então isso foi um insight muito forte, acho que foi no terceiro ritual. Foi o contato mãe-filha e eu me vi criança e vi a mãe na minha mãe. E aí foi um pensamento muito assim: "cara, ela não tem culpa. [chora emocionada] Ela fez pra por comida em casa. Ela fez os três períodos, ela teve que abandonar, entre aspas,

os filhos pra poder dar o melhor. Então, eu não posso culpá-la. Na verdade eu nunca culpei. Eu sempre soube que todas as escolhas que a gente faz é porque nós decidimos fazer. A gente sabe o que é certo e o que é errado.

A minha mãe é pedagoga também. Então... Super ligada à psicologia. Ela lê muito sobre história, filosofia, psicologia. Então ela sempre deixou a gente a par de tudo. "Isso o que você tá fazendo é autodefesa, isso que você tá fazendo é autopunição. Olha só aquela pessoa, isso aí é um mecanismo de defesa". Ela sempre deixou a gente entender o que é uma manipulação, uma mentira, uma autoflagelação, o que que é... sabe? Eu sempre soube. Então nunca foi "ah, eu fiz porque eu não sabia, eu fiz por causa do outro". Não teve isso, pelo menos conscientemente. Pode ter acontecido inconsciente, as fugas, os vazios... Mas consciente assim, eu sei que eu era muito esclarecida até. Até porque fiz análise muito cedo, né, terapia. Então isso abriu minha cabeça pra saber o que que tava sendo consciente, o que que era inconsciente, o que que era autodefesa ou... enfim, culpa.

Todas as experiências com ayahuasca são pra mim um desafio por conta de ter que manter foco e autocontrole, corporal mesmo. Muita gente consegue ficar quatro horas lá sentadinha, quietinha na cadeira. Eu olho e fico abismada com isso, tiro o chapéu. Abismada no bom sentido. Todas elas são um desafio pra mim nesse quesito, mas sempre vai me ajudar porque é um desafio que eu tenho que superar e depois eu vejo que posso trazer isso pra vida no dia a dia, mas ainda não é tão.... Eu vejo que eu ainda tenho dificuldades no dia a dia, de começar uma coisa e terminar, de diminuir por exemplo algumas fugas, que nem o cigarro. Tá aí uma coisa que eu poderia focar [em trabalhar durante os rituais] e eu gostaria de focar, que é a ansiedade. Porque que eu preciso... sabe, fazer cinco coisas ao mesmo tempo e é só assim que parece que eu sinto que eu tô fazendo algo, sabe? Às vezes, tem coisa que me ajuda. Por exemplo... a festinha de aniversário dele [o filho] que tá chegando, e eu vou fazer todos os enfeitinhos dele. Então, eu gosto dessas coisas de artesanato, coisas manuais. Isso me ajuda muito a sentar... No chá de bebê, batizado, eu que fiz tudo. Então é um momento que eu consigo sentar lá no quarto assim horas... fazendo um trabalho manual quieta, concentrada, mas ainda é difícil, é sempre um desafio pra mim. Mas tem me ajudado. Creio que estar lá no ritual por quatro horas fazendo nada, no sentido de só meditando e... ajuda, ajuda muito, mas é sempre um desafio.

Muitas expectativas que eu tinha com a ayahuasca foram atendidas, não todas. Porque em algumas vezes eu já tinha pedido, ou me concentrado pra trabalhar essa ansiedade, essa impulsão minha, e ainda sou. Eu ainda tenho comportamento impulsivo, isso é meio enraizado, sabe? A minha família é parecida. Do jeito que eu tô falando com você aqui. A gente é tudo expressivo, a gente entra de cabeça. A família da minha mãe inteira é meio assim, sabe? Então é enraizado. Parece que tá na natureza, sabe? Então...

só que é uma coisa que às vezes atrapalha, mas é bom, mas às vezes atrapalha. E eu queria ter mais autocontrole sobre isso. Então eu ainda pretendo continuar indo pra ver se eu acho o meu ponto de equilíbrio. Até que ponto é bom ser agitada, impulsiva, expressiva, e em que ponto me atrapalha, pra poder achar um equilíbrio e melhorar. Então, isso eu ainda tô em busca. Por isso quero continuar indo, pra esclarecer mais coisas também.

Hoje eu entendo que o uso de drogas é uma busca implacável, insaciável de tapar buracos. Droga em maneira geral, cigarro pra frente. Cigarro, bebida, cocaína, coisas sintéticas, ou até naturais... Que seja o próprio cogumelo... São buscas. O ser humano quer ser feliz, não quer? Todos querem ser feliz e, se não é feliz são, ele precisa de uma coisa externa, um aditivo, pra tapar buracos vazios, e a droga, de maneira ampla, é a mais rápida. Às vezes tem pessoas que correm 10km pra se sentir bem, mas existe um mega esforço pra você correr 10 km pra você se sentir bem, certo? A droga você não precisa de nada, exceto ir ali e comprar e usar, que é muito rápido fácil, pra você ter um efeito imediato. Então a droga é, de maneira geral, o melhor tapa buracos pra quem está vazio, pra quem está incompleto.

Hoje eu consigo ver muito mais por mim esse processo, muito. Eu me sinto orgulhosa de mim. Mesmo que sendo [inicialmente] por um terceiro, alguém de fora, fez eu me tornar uma pessoa diferente e isso me traz orgulho, não só frustração que nem era. Sempre tinha um problema que eu me sabotava, que eu passava uma rasteira em mim. Como hoje eu não tô passando essas rasteiras, até com mentira, sabe? Quando a gente é um adicto, a gente precisa mentir pro mundo todo pra fazer as coisas erradas. Só de eu não precisar mais mentir mais pra ninguém eu já me sinto sem peso, tipo: ah, que delícia! Sabe? E eu cobro também que não minta mais. A minha mãe, eu te falei que ela é manipuladora sem perceber, ela mente muito, e umas mentiras idiotas. Tipo assim: - mãe, você vem aqui cuidar dele [Filho] pra passar o fim de semana? - Ah, eu vou. Aí você chega lá na casa dela, ela falou outra história pro marido. Ela acha que o outro vai achar um pouquinho ruim, ela inventa outra coisa. As coisas mais fúteis assim que você imaginar, umas mentirinhas, que ela sempre pisca pra você. Ela contou uma coisa pra você mas contou outra história pro marido. Isso me incomoda tanto hoje... Mas tanto! Porque isso me fez uma adolescente problema, mentirosa igual. Eu aprendi assim. E era sem necessidade, é muito feio. Ser mentiroso é uma pessoa que você não pode confiar. E aí eu via o tanto que as pessoas não confiavam e eu aprendi muito isso com ela. Sem querer culpá-la, mas eu só entendo isso há pouco tempo, de ela ser assim. Como eu tô muito mais próxima dela, eu vejo que ela continua igual. Aí eu chamo ela de canto e falo: "mãe, era simples, era só você cotar a mesma história pra ele". Então, isso... Eu perdi o foco da pergunta... [risos]

Entrevistadora: Eu tava te perguntando do que mudou...

Paula: Ah tá! Sim! E aí eu me sinto muito mais orgulhosa de mim. Quando eu falei que eu cobro é porque eu odeio que alguém mente, porque eu fui tão mentirosa, que eu acho isso horrível. Eu vi o quão bem eu tô fazendo pra mim. Então esse orgulho que eu tô sentindo de mim, de ter mudado, superado os julgamentos, as brincadeiras, sofri um certo preconceito. Paraíso é uma cidade menor, meu pai é muito conhecido. O supermercado do meu pai já foi o maior de Paraíso. Então, o bafafá que surgiu foi "a filha do dono do supermercado fazendo filme pornô, olha aqui". Então imagina como repercutiu. Eu não era desconhecida. Então tive que enfrentar uma coisa muito grande. Isso hoje eu consigo... tá tão bem resolvido, que eu dou risada e conto pra quem perguntar: "senta aqui que eu te conto" e tiro onda, sabe? Antes eu ficava morrendo de medo, de ir em uma festa e uma pessoa contar e mostrar pra outras... Muito preocupada. Hoje eu tô cagando e andando com

relação a isso. Então eu tô me sentindo orgulhosa de mim, de ter superado. Com relação a isso, faz eu me sentir uma pessoa muito mais capaz por mim, então eu não vou estragar, não quero estragar, não só com droga. Quero manter esse nível de honestidade, de sinceridade, sabe? O que eu vejo que preciso melhorar é o relógio biológico, a disposição e como eu sou muito agitada isso me cansa também. Então se eu conseguir equilibrar esses pontos que faltam, eu tenho certeza que tem muita coisa pra melhorar.

Entrevistadora: E aí, então, só pra eu entender melhor a linha do tempo... Em que ano foi que você começou a fazer uso de drogas?

Paula: 2006, 2007.

Entrevistadora: Aí ficou um ano e meio/dois anos usando constantemente... **Paula:** Constantemente.

Entrevistadora: Aí você se internou, passou nove meses internada. **Paula:** E foram mais dois anos pra recair a primeira. **Entrevistadora:** A primeira vez que recaiu foi depois de dois anos...

Paula: Eu acho que faltava era coragem pra recair antes, porque vontade eu tinha. Eu pensava: "não vou voltar a ser usuária, vou só matar a saudade" só que eu tinha muito medo.

Entrevistadora: Tinha o desejo...

Paula: Tinha o desejo! Muito... Nossa!

Entrevistadora: E você faz uso de alguma medicação atualmente:

Paula: Faço pra tireóide só. Nada psíquico.

Entrevistadora: A última vez que você tomou medicação psiquiátrica foi antes de começar os rituais?

Paula: Foi, nunca mais tomei. Nem pra dormir. Nada.

Entrevistadora: Hoje você faz uso de cigarro... Faz uso de mais alguma coisa? Como que é isso?

Paula: Faço uso de maconha de vez em quando, mas é lazer, no final de semana, com os amigos que vem aqui, que gostam, só pra relaxar dou dois traguinhos.

Entrevistadora: É um uso controlado... **Paula:** Controlado. Não tem nada...