Ryan Oliveira

mente nublada



Ryan Oliveira

mente nublada

Copyright © Ryan Oliveira
Autor: Ryan Oliveira
E-mail: escritor.ryanoliveira@gmail.com

Capa, ilustração e diagramação: Rubens Lima (capista.com.br)

Agradecimentos

Agradeço a Deus por ter me iluminado.

Agradeço aos meu pais por me amarem tanto e ao meu irmão por fazer sentir-me responsável Agradeço também aos meus familiares mais próximos por serem tão solidários.

Agradeço aos amigos da faculdade, os companheiros de meu ambiente de trabalho e a todos os bons amigos que conheci durante a jornada, por fazerem sentir-me conectado.

Agradeço a todas as pessoas que, mesmo com problemas, não deixaram de ser gentis comigo em momento algum.

E, por fim, agradeço a mim mesmo por ter sido tão persistente.

Procurei não citar nomes pois, são tantas as pessoas que eu amo, que eu não gostaria de cometer o equívoco de esquecer alguém.

Muito obrigado!

Apresentação

Quando pensei em escrever um livro de poemas, comecei a notar que tinha muita facilidade em expressar sentimentos e sensações através das palavras. Talvez seja porque eu consiga escrever de forma espontânea sobre muitas coisas que vivi e senti na própria pele.

Durante muito tempo, eu não acreditava em mim, no meu potencial, mas hoje eu acredito— e muito! Por isso que amo escrever para pessoas que procuram encontrar um caminho, encontrar empatia e conforto na palavra escrita, em textos e poemas.

Quando eu tinha treze anos, enfrentei problemas sérios de *bullying* na escola. Sentia minha mente carregada de pensamentos negativos, sentia-me incapaz de agir e de me conectar de maneira sadia com outras pessoas — praticamente me sentia em um mundo paralelo ao que as outras pessoas viviam. Nesta fase, tinha muitos pensamentos suicidas e, com o passar dos anos, tudo isso foi afetando de maneira negativa minha vida social e profissional.

Seria fácil procurar uma fuga em algo que pudesse me fazer parar de respirar, mas decidi superar tudo isso, ser mais forte. Decidi ser alguém melhor, não pelas outras pessoas, mas por mim mesmo. Canalizei minha força em algo que me trazia satisfação e prazer: escrever! Pode ser que, para você, o canal seja outra atividade: desenhar, compor, cantar, atuar — todos temos algum dom que podemos explorar em busca de nossa realização pessoal.

Escrevendo, encontrei uma forma de aliviar a pressão que sentia sobre mim. Comprei um diário e comecei a relatar meus dias mais tristes e os mais felizes. De alguma maneira, sentia que eu poderia ajudar outras pessoas com meus textos, ou seja, auxiliar pessoas que estivessem passando pelos mesmos conflitos e perturbações que eu, pessoas com quem eu pudesse compartilhar meus pensamentos de maneira sincera e ser compreendido.

As vezes, podemos não encontrar conforto em familiares ou amigos, mas espero que você encontre conforto nas palavras que escrevi e não se sinta sozinho. Uma dica: não hesite em procurar ajuda, vá se desprendendo das coisas que te trazem tristeza e se apegue ao final feliz que a vida certamente

guarda para você.

Desculpe-me pelo teor de alguns poemas mais tristes. São poemas muito autênticos, sensíveis, mas acredite, são apenas o ponto de partida de uma longa jornada para chegar até aqui, mais confiante e feliz. Desejo a você uma ótima viagem em sua leitura!

Para acompanhar a leitura

Caro leitor, criei uma *playlist* no *Spotify* para você escutar enquanto lê meu primeiro livro. Espero que possa mergulhar mais fundo em cada sentimento descrito nos poemas, acompanhado pelas melodias que selecionei especialmente para você.

Você pode acessar a *playlist* pelo *link*:
https://open.spotify.com/playlist/76qiJiSokMrX41sEFk9aMv

Ou pode pesquisar direto no aplicativo pelo nome da playlist:
"**Mente nublada by Ryan Oliveira**"

- They Dream By Day – A Silver Lining — "Amador"
- Peter Sandberg - Say Goodbye — "Adeus"
- Rannar Sillard – One Last Try — "Ah, como eu gostaria"
- Sia – Bird Set Free Live from The Village — "Deixe-me; Honestamente; Rotina"
- Paramore – Hate to See Your Heart Break — "Sozinho; Anti-herói; Castelo em ruínas"
- Imagine Dragons – Demons — "Mente nublada"
- Tracey Chattaway – Together — "Desculpe-me"
- X Ambassadors – Unsteady — "Inferior a um pessimista"
- Oasis – Stop Crying Your Heart Out — "Pesadelo; Abismo; Querido amigo"
- City Of The Sun – Perfect Instance — "Diário de um pré suicida; Morte"
- Jessie J – Who You Are — "Espelho; Carta de dispensa"
- Rannar Sillard – Heal Me — "Cicatrizar"
- Coldplay – Fix You — "Não me segure; Desligando-se; Próximo do

longe”

- David Wenngren, Julia Kent, Library Tapes – A Summer By The Sea I — “Garoto feito de papel”
- Demi Lovato – Skyscraper — “Sobreviver; Canalizador de sentimentos”
- Avril Lavigne – Keep Holding On — “Próximo capitulo; Seja Luz”
- Florence + The Machine – Shake It Out — “Nenhum medo; Minha alma; Não mais”
- Lights & Motion – This Explosion Within — “Pela graça”
- Shawn Mendes – In My Blood — “Gratidão; Eu sou capaz”
- P!nk – Wild Hearts Can’t Be Broken — “Havia um menino”
- Glee Cast – Don’t Dream It’s Over — “Aos meus leitores”

Sumário

Agradecimentos

Apresentação

Para acompanhar a leitura

Amador

Ah, Como eu gostaria

Deixe-me

Honestamente

Rotina

Sozinho

Anti-herói

Castelo em ruínas

Mente nublada

Desculpe-me

Inferior a um pessimista

Pesadelo

Abismo

Querido amigo

Diário de um pré suicida

Morte

Cicatrizar

Espelho

Carta de dispensa

Não me segure

Desligando-se

Próximo do longe

Garoto feito de papel

Sobreviver

Canalizador de sentimentos

Próximo capítulo

Seja luz

Nenhum medo

Minha alma

Não mais

Pela graça

Gratidão

Eu sou capaz

Havia um menino

Aos meus leitores

Amador

Eu não tive um manual antes de estar aqui
Eu simplesmente despertei neste mundo
Aos meus olhos todos sabem qual caminho seguir
Eu só fico dando voltas ao redor de mim

Eu não planejei um futuro
Eu não almejei um diploma da faculdade
Eu não pensei no emprego dos sonhos
Eu só quero fazer algo que eu sinta vontade
Algo que me inspire de verdade

Eu não sei se algum dia eu irei me casar
E se eu irei me apaixonar
Se irei me sentir confortável com alguém
A ponto de mostrar minha alma nua
Se irei ouvir alguma criança me chamar de pai

Eu não sei o que o amanhã me trará
A velocidade do tempo é voraz
Eu não consigo evitar
E eu não consigo não me preocupar

Eu nunca quis ser um fardo
Mas eu não me encaixo
Eu não decoro as regras
Todos querem que eu seja bom em algo
Eu sou incapaz de ser perfeito
Porque eu sou uma coisa cheia de defeitos
Todos parecem ser perfeitos
Eu sou abertamente um amador
Tentando viver em uma sociedade profissional



Adeus

Já diziam desde o começo
O que deveria ser feito
Mas como eu poderia dizer adeus
Se você nem havia chegado
E já estava montado em seu cavalo branco

Como poderia ser fácil dizer adeus
Sabendo que alguém não quer partir
Não ter mais de uma escolha
Somente se jogar do penhasco
E esperar ser apanhado antes da queda

Eu tentei
Mas eu não consegui
Eu nunca vou estar pronto para o fim

Já se passaram anos
E ainda dói
Não poder te ver

Eu ainda sinto seu espirito de luz
Como eu gostaria de ter me despedido
Eu só pedia em minhas orações
Para que você não sentisse mais dor

Eu enxergava em seus olhos trêmulos
A vontade de ficar
As borboletas morriam aos poucos
Dentro do meu estômago

Você foi uma das únicas pessoas
Que acreditou em mim

Eu me lembro das suas últimas palavras
Alguns dias antes de você partir
Você disse que sentia orgulho de mim

Onde você estiver
Eu espero não ter te decepcionado
Você nunca será esquecido
Eu prometo que iremos nos encontrar novamente
Um dia nós seremos imortais
Não haverá mais dor
Não haverá mais luto
Não haverá um adeus



Ah, Como eu gostaria

Ah, Como eu gostaria de ser confiante
Como as pessoas mostram transparecer
Eu acho que nunca serei
Os remédios não conseguem fazer efeito

Ah, Como eu gostaria
De ser melhor no que eu faço

Mas eu sempre termino o dia
Voltando para casa
Com mais um fracasso

Ah, Como eu gostaria
De não me estressar

Com coisas fúteis
Mas no primeiro deslize
Eu tenho uma crise de choro

Ah, Como eu gostaria
De poder sorrir mais

Ser um humano mais sociável
Mas as vezes a dor
Consegue tirar isso de mim

Ah, Como eu gostaria que as coisas
Começassem a dar certo
Mas quando uma rachadura se abre
Tudo é puxado para dentro de um buraco

Ah, Como eu gostaria
De ser um escritor

Contar a minha história
Em forma de poemas e poesias
Mas eu tenho medo das pessoas não gostarem de mim

Ah, Como eu gostaria
De começar a viver a minha vida

De uma forma viva
Mas tudo parece estar morrendo
Estou me decompondo



Deixe-me

Eu acredito que posso voar
Eu posso conseguir chegar
Aonde eu almejar
Eu sempre dou o meu melhor
Tento ser a minha melhor versão
Você estuda a minha próxima queda
Você tenta cortar as minhas asas

Você deveria ter mais autoquestionamento
Se eu não voar eu vou andar
Mas eu não vou parar
Eu irei para longe
Onde eu possa cantar
A gaiola que você construiu
Está começando a ficar pequena
Eu não fui criado para ser refém
Você tenta cortar os meus pés

Após a segunda tentativa
Você continua relutando
Você não está cedendo
Eu ainda vou sair desta gaiola
Eu irei até me rastejando
Você precisa me libertar
Antes que eu morra
Um dia meu prazo irá expirar

Deixe-me voar
Deixe-me caminhar
Deixe-me rastejar
Deixe-me respirar
Deixe-me ecoar
Deixe-me cantar
Deixe-me gritar
Deixe-me ir

Deixe-me me descobrir



Honestamente

Quando me perguntam
Quando eu irei conhecer alguém

Quando eu irei casar e ter filhos

Eu penso,
Como eu poderia ser
Um bom homem que cuida de sua família,
Se eu não consigo cuidar de mim mesmo?
Honestamente,
Eu acho que isso nunca irá acontecer

Como eu poderei amar alguém
Se eu não sou capaz de amar a mim mesmo

Eu me apaixonei por uma garota
Ela era tão segura de si
Eu me imaginei feliz
Eu acreditei por alguns segundos que poderia dar certo
Honestamente eu sou como algo quebrado
Sem conserto ocupando espaço
Até que alguém pegue e jogue fora

Quando eu me questiono
Sobre como será minha vida
Daqui alguns anos

Eu logo tenho a resposta

O que eu consigo ver
Não é o mesmo que eu gostaria de viver

Honestamente,
Eu tenho medo de ficar sozinho para sempre

Tenho medo de nunca me sentir amado
Nem por mim mesmo



Rotina

Primeiramente peço desculpas
Pelo drama discorrido abaixo
Enquanto estava sendo escrito lágrimas secaram
E mancharam as folhas do meu diário
Intitulado como o garoto dramático

O mal humor da rotina
Amanhecendo mais um dia
Um banho de agua fria
Para poder começar o dia
E despertar para o presente
Ossos trêmulos
Olhos marejados
Só mais um gole de café
Não demorava mais que cinco minutos
Eu já estava em meu caminho

O mundo parece estar girando

Ou talvez eu esteja tendo
Mais uma queda de pressão

Eu estou um pouco nervoso
Minhas pálpebras estão tremendo

Contei até dez
Hoje eu tentarei controlar meu estresse
Eu me tornei um homem problemático
Com problemas mal resolvidos
Carregados de uma adolescência conturbada
Imposta por uma sociedade hipócrita

Segundo, peço desculpas
É difícil escrever sem ficar com a voz embargada
Quando seu balão está pesado e cheio de ar
É preciso soltá-lo e esvazia-lo

Eu não me recordo de quando tudo começou
Eu me lembro de tudo que se passou

Eu não consigo fazer coisas comuns
Sem deixar de me sentir incomum
Continuo tentando
Tentarei amanhã
Mas não sei até quando
Às vezes eu não quero tentar
Às vezes é mais fácil aceitar



Sozinho

Eu disse ao meu sistema psicologicamente otimista
Espere por mais alguns segundos
E logo eles irão enxergar
O que você tem de mais valioso para carregar
Mas eles não eram tão amigáveis
Quando apontavam meus defeitos
Eles enxergavam por fora e não por dentro

Eles não sabem como isso pode nos quebrar
Dói quando você perde a fé no seu coração
Eu me senti isolado na minha própria prisão
Quando você se sente sozinho
É como estar preso em um buraco escuro

Eu não sei me desligar
Eu estou vivendo a realidade
Alguns fantasmas estão me assombrando
Por um longo tempo
Eu estou suportando
Mas não sei quanto tempo me resta mais

Eu acabei de tentar mais uma vez
Para que eles pudessem parar
Mas felizmente parece não ter dado certo
Porque aqui estou escrevendo
Talvez essa seja minha única forma de superar



Anti-herói

Eu não sei onde estou
Eu não sei onde o meu eu está
Minha alma se trancou em um quarto
A minha bateria descarregou
Não estou encontrando forças para recarregar

Ontem eu estava me sentindo forte e confiante
Eu era um super-herói invencível
Eu podia suportar os golpes e as palavras
Sendo direcionadas para minha armadura impenetrável
Pois bem,
Essa não suportou mais de três anos
Após a última batalha a qual eu venci

Eu estava me sentindo feliz
E não precisava forçar para sorrir

Hoje eu estou me sentindo fraco e pessimista
Eu não acredito mais em super-heróis

Estou sangrando e sinto
Como se algo estivesse devorando o meu eu

As dores e indisposições constantes voltaram
Estou assistindo novamente o que eu já vivi
Eu estou segurando minhas lagrimas e ficando frio



Castelo em ruínas

Eu queria ser como um viajante
Trocar de corpo quando eu não me sentisse confortável
Quando eu não me sentisse confiante
Quando eu não me sentisse deslumbrante

Os muros suportaram muito mais do que eu imaginava
Tantas guerras começadas
Que nunca foram terminadas
Mas desta vez o castelo está indo a ruinas

Eu tentei entrar em posição de defesa
Mas eu não estava pronto
Havia ótimos soldados
Eu sou um simples homem fragilizado

Eu tentei amar o que me foi dado
Eu tentei moldá-lo
Eu tentei modificá-lo
Eu tentei ajudá-lo
E tudo o que eu fiz foi enterrá-lo



Mente nublada

Eu queria ser um exemplo para o meu irmão
Eu queria que os meus pais
Pudessem se orgulhar de mim
Mas eu sempre estrago tudo

Depois,
Fico digerindo os meus próprios erros

Por um longo período

Eu tenho sentido alguns calafrios
Eu sinto como se alguém
Estivesse me perseguindo
Eu estou sentindo frio no verão
Eu tenho visto alguns pássaros preto
Eles irão me carregar
E depois me deteriorar

Eles estão à minha volta
Eles estão a me fazer lembrar
Que nada dará certo
Eles querem me ver de luto
Eles estão a esperar meu desaparecimento
Eu sei que não sou bem-vindo
Eu não pretendo demorar muito
Eu só quero ter tempo
Para terminar meu pensamento

Eu não sinto a paz
Eu não vejo a luz
Minha mente está nublada
Eu estou sozinho no corredor
Mas eu sinto que estou sendo observado em silêncio
Aqui dentro as vozes estão querendo gritar
Eu só espero que seja rápido e que eu não possa sentir

Eu já usei minhas drogas hoje
Elas pararam de fazer efeito
Minha mente está apagando
Meus fragmentos de felicidade
Eu estou apenas caminhando no escuro
É um pouco estranho
A sensação de não poder enxergar mais

Eu não encontrei uma resposta para a minha existência
Eu não descobri quando será minha vez
Eu nasci com esse defeito
E eu não procuro um culpado
Ninguém deve ter esse fardo
Eu só quero ir caminhando
É a minha hora de ir indo

Eu sou como uma lâmpada queimada
Tentando acender ao menos uma faísca na escuridão
Eu não quero ser lembrado
Eu preciso ser esquecido
Eu não preciso de mais palavras
Eu quero que me deixem partir



Desculpe-me

Desculpe-me por tornar nossos diálogos chatos
Desculpe-me por te deixar entediado
Com os meus sérios problemas
Dramáticos e conturbados
Desculpe-me por ser egoísta
Desculpe-me por não te ouvir
Discorra-me mais sobre sua vida
Talvez você queira procurar um amigo melhor
Talvez você esteja cansado de carregar um fardo

Desculpe-me por fazer você tentar me ajudar
Desculpe-me por colocar você nessa situação
Eu entenderei se você quiser ir além da fronteira
Até eu irei ir para longe de mim mesmo
E esquecer que habitei este corpo um dia
Talvez eu seja ingrato demais
Para aceitar o que me foi concedido

Desculpe-me por fazer de você o meu único ouvinte
Desculpe-me novamente por começar a falar sobre mim
Desculpe-me pelos sorrisos que você esperava
Ao invés de ver somente lágrimas
Desculpe-me por quem eu sou agora
Desculpe-me pelas as minhas incontáveis desculpas
Apenas me desculpe



Inferior a um pessimista

Eu queria ver as coisas de um jeito diferente
Eu queria me amar como amo as pessoas
Eu queria ser bom comigo mesmo
Da mesma forma que eu sou com os outros
Eu quero ser alguém que faça a diferença
Me dói admitir que eu sou egoísta comigo mesmo
Eu aceito coisas ruins que me acontecem

Eu sempre sou o primeiro a encorajar alguém
Mas quando é comigo eu não consigo colocar em prática
Eu entrei em meu carro e dirigi
Para um lugar que eu não conhecia
Eu deixei o carro afogar algumas vezes
Minha visão estava um pouco danificada
Minha mente nublada começou a chover
Eu senti a força dos raios atingindo meu estômago

As pessoas andando nas ruas pareciam felizes
Totalmente o oposto de mim
Sendo um falso feliz
Quando elas olharam para mim
Eu queria me esconder
E me apagar com uma borracha mágica
Eu estava me sentindo feio
Eu que sempre digo
Que não existe pessoas feias
Existem pessoas que não são do seu interesse
Mas quando é para mim
Parece não funcionar

Eu sumi de todas as minhas redes sociais
Eu deletei quase todas minhas fotos
E as poucas que deixei desativei todos os comentários
Com medo de alguém dizer mais uma vez
O que eu vejo nos reflexos

Eu queria me sentir bonito
Ser um homem confiante
Eu queria não ter esses problemas
Ultimamente tem acontecido frequentemente
Minha mente não consegue entender
Que eu preciso de um tempo

Eu queria compartilhar minha história
Mas no momento eu estou inferior a um pessimista
Um amigo me apoiou a escrever
Tudo o que estou sentindo
Que um dia, quando essa fase passar
Eu poderei inspirar e ajudar
Eu concordei com ele
Mas eu tenho medo
De ser um desperdício jogado no lixo



Pesadelo

Este é um filme de serial killer
Eu não quero mais ser o protagonista
Desculpe eu não sou o homem de ferro
Porque ninguém me diz que isso não é a realidade
É só mais um pesadelo da minha mente conturbada

Os telespectadores estão com os seus olhos voltados para mim
Mas eles parecem não se importar
As aranhas estão vindo para me aterrorizar
Eu vou começar a gritar
Tentaram me calar
Mesmo assim eu irei perguntar

Você consegue ver a tristeza por trás do meu sorriso?
Você consegue ver as lágrimas por trás dos meus olhos castanhos?
Você consegue ver meu coração retalhado por trás da minha pele?
Você está vendo a tempestade?
Porque ninguém consegue me ver?
Eu estou invisível?
Alguém acenda as luzes



Abismo

Todo dia as pessoas te julgam
Te classificam conforme elas acham
Ninguém te conhece
Até sentir o mesmo gosto do amargo

Porque há casos e descasos
Porque há pessoas e monstros
Porque há céu e inferno
Eu me pergunto todo dia a qual classificação eu pertenço

Eu realmente tenho medo de como isso tudo vai acabar
Eu já estou acostumado a sangrar
Eu sei ser machucado
Mas eu também sei machucar

O sol se escondeu atrás da nuvem escura que carrego
Eu não sinto o calor em minha pele
Todo dia é um inverno chuvoso
Eu não consigo mais me surpreender
O que poderia ficar pior

Provaram da minha felicidade
E ficaram com a maior parte
E foi mordida após mordida
Até que tudo foi tirado de mim

Eu me desconstruí
Até eu não saber mais quem eu sou
E o que sou
Eu me lembro quando você segurou minha mão
E depois me jogou para o abismo



Querido amigo

Querido amigo
Já faz algum tempo que eu não escrevo
Eu não trago nada novo
Além daquilo que você já está acostumado

Hoje estou com falhas
Minha mente está doendo
Passei a noite toda chorando
Pensando como poderia parar com a dor
Já estou a completar
Dois dias sem me alimentar

Eu abri meus olhos no escuro
Eu entrei na banheira e me afoguei nas lágrimas
Meu coração está acelerado
Como se eu continuasse com os olhos fechados

Querido amigo
Estou me perdendo na escuridão
Há estranhos na minha mente
Estou perdendo minha memória
Há uma grande falha no meu coração
Estou procurando pela minha humanidade
Minha alma congelou

Algum passageiro que estava a visitar minha mente, me disse
Irão se passar alguns dias que serão como uma eternidade
Mas você vai sobreviver
Toda a dor irá queimar como no inferno
Mas quando restarem as cinzas
O vento levará para longe a escuridão

A tristeza não vai durar a vida toda
Mesmo que suas lágrimas possam formar um oceano
A saída parece tão fácil quanto escolher viver ou morrer
Eu sempre fui tão confuso

Eu continuo a esperar respirando
Lutando e sobrevivendo



Diário de um pré suicida

Lágrimas estão queimando meu rosto
Eu só consigo pensar em encontrar um modo de desaparecer
Talvez o meu maior erro
Foi trocar a minha vida por pessoas
Que nunca fariam por mim
O que eu faria por elas
Eu confesso que isso me matou aos poucos

Às vezes tentar demais cansa
Não conseguir algo que você se dedicou por inteiro
Pode te quebrar
Eu não espero ver lágrimas em olhares diferentes
Porque eu já as derramei por todos
Eu não devo desculpas para ninguém
Peço desculpas para mim mesmo

Eu sinto que estou sendo pressionado
A tomar uma decisão

Talvez uma que eu não encontrei coragem ainda
Não sei se devo continuar do lado esquerdo
Se devo florescer
Ou deixar as folhas secarem até morrer
O vírus parece ter avançado em minha mente

Eu continuo em negação
De que eu possa ser bipolar
Essa palavra soa como se eu não pudesse
Ser quem eu sou realmente
Mas meu humor tem mudado constantemente

Em meus últimos rascunhos
Estou sendo o mais sincero possível
Nunca foi um grande espetáculo
Talvez seja a hora de se despedir
Da plateia que restou

Encerrar a peça e fechar as cortinas
Vamos todos para casa
Cada um para o seu lugar



Morte

Eu chorei na frente de uma garota
Eu tinha muitas lágrimas guardadas
Ela deve ter me achado um idiota
Eu demorei para entender
Que a força da morte é a minha fraqueza
E eu só tenho alimentado ela cada dia mais

Eu sempre fui roteirista
De uma vida que eu idealizava
Onde as pessoas seriam gentis
Onde o amor prevalecia
Onde eu era alguém
Eu não consigo admitir
Eu não quero admitir
Que eu tenho pensamentos suicidas

Eu sou uma vergonha
Que exemplo eu posso ser
Quem eu posso inspirar
Se eu estou andando sobre uma corda bamba
A todos que me amaram
Eu não posso ser mais grato
Vocês me carregaram até aqui
Eu amei cada um de vocês
Desculpem-me
Mas agora eu irei ter paz



Cicatrizar

Você não deveria perguntar
Eu não consigo parar de chorar
Eu preciso de alguém que possa apenas me abraçar
Não tente me consolar
Eu acho que as coisas nunca irão melhorar
Então porque se importar

Minha ferida não quer cicatrizar
Quando eu acho que comecei a superar
Ela volta a sangrar
Eu começo a me desesperar
Mas eu ainda consigo disfarçar
Eu merecia ganhar um Emmy por saber atuar

Veja bem eu não quero questionar
Apenas pense antes de me julgar

Eu só acho que eu tenho tido
Bastante coisa para lidar

Ao mesmo tempo em que eu tenho
Uma ferida para cicatrizar



Espelho

Hoje eu acordei de bom humor
O sol bateu à porta e pediu para entrar
Eu me olhei no espelho
As nuvens ficaram escuras
O meu eu começou a desaparecer entre as ruinas
Eu vi a escuridão a minha volta
Ela entrou sem mesmo bater à porta

Eu não gostei do que os meus olhos estavam me mostrando
Meu cabelo não estava nem um pouco parecido
Com o cabelo de um super-herói
As cicatrizes eu meu rosto
Pareciam estar mais abertas do que cicatrizadas
Eu me senti um homem preso no corpo de um menino
Eu forcei a aceitar que estava tudo bem e engoli
Depois eu vomitei em forma de palavras soltas
Que formam a minha vida entediada

Eu me tranquei no banheiro
Eu comecei a me arranhar e a socar meu corpo
Eu peguei uma gilete para me cortar
Encarei o espelho novamente
E disse a mim mesmo
Você merece de alguma forma
Tudo o que você está passando
Você não será ninguém
Você não será lembrado
Você não será amado
Você é tão feio que não é capaz de se amar



Carta de dispensa

Prezados Senhores
Venho pedir a minha dispensa
De uma sociedade hipócrita e doentia
A qual eu tentei ser um bom soldado
Tentei me encaixar no molde que é criado
O perfeito modelo padrão
Eu nunca cheguei próximo de ser o padrão
Sendo assim achei melhor não dar continuidade com isso

Sei que o que será dito agora
Não será levado em consideração

Apenas será ressalvo que eu serei um problema a menos
Eu sinto que se o Corcunda de Notre Dame fosse real
Eu seria ele
Eu não gosto do reflexo que vejo
No espelho do meu banheiro

Tentei por vários anos
Dediquei-me ao máximo
Tentei ajudar a mim mesmo
Mas a verdade é que eu não consigo
E quando não podemos dar o nosso melhor
Para contribuir com esta sociedade
O melhor a fazer é ser honesto consigo mesmo e desistir
Afinal vocês não precisam de um homem
Que carrega uma bomba em seu corpo
Prestes a explodir a qualquer momento

Visto de comum acordo
Assino esta carta me ausentando
Sem saber quando voltarei e se voltarei
Em minha última interpelação
Gostaria de saber se algum dia eu poderei voltar
Mesmo sem ser um modelo padrão



Não me segure

Eu me senti mais próximo da luz
Você abraçou os meus problemas ao me abraçar
Sei que não vou cair se você me segurar
Eu quase acreditei que tudo tinha passado
Mas estava ao meu lado
Esperando eu apenas dizer que estava pronto
Para seguir em frente
Sem mudar o final

Eu nunca vi algo mais nobre
Do que você tentar controlar meus demônios
Mas alguns apenas adormecem por um tempo
Eu não poderia começar isso novamente
Porque receio que eu não possa me controlar
Não terei você todo o tempo para me segurar
Eu não estou desistindo
Só estou aprendendo a ser forte sozinho
Confesso que estou ficando um pouco cansado

Eu não sei como deixei danificar minha mente
Mas eu sinto que conheço você desde sempre
Talvez assim eu tenha certeza
De que consigo amar alguém acima de mim
E eu te amo mesmo que você não saiba
Talvez eu direi isso amanhã
Mas antes preciso pular
Você não pode me segurar
Apenas espere eu voltar



Desligando-se

Eu não tenho palavras para me desculpar
Por aqueles que acreditaram que eu seria capaz
É algo a ser feito somente por mim
Eu não espero que ninguém possa compreender
Ou entender em qual nível eu estou agora

Sinto que estou onde eu nunca estive
Eu cavei uma cova mais profunda dessa vez
Eu queria apenas sumir
Eu queria fazer com que todos me esquecessem
Assim eu poderia descansar
Algo que eu não consigo mais

Às vezes eu não quero fingir
Eu só quero ser eu mesmo
Mas eu sou o que as pessoas não querem ouvir
Eu sinto que para eles eu tenho que estar sempre sorrindo
De ser sempre um ombro amigo
Mas nunca poder descansar

Eu acho que as pessoas
Depositam todas suas fichas em mim

Mas eu nunca estive em primeiro lugar
Eu não consigo explicar
Eu apenas consigo sentir
Eu quero me desligar



Próximo do longe

Eu não tenho certeza de muitas coisas
Tudo muda conforme o tempo passa
Pontes são quebradas e restauradas
Mas eu posso ver e escrever o que eu vejo
E o que eu tenho certeza para o agora

Eu vejo um homem envelhecendo
Ele escolheu percorrer seu caminho sozinho
Longe dos olhos famintos
Esquecendo do que havia dentro de si mesmo

Ele queria poder florescer algum dia
Procurou um solo fértil
Mesmo depois de tanta chuva
Ele percebeu que algo estava errado
Lembrou-se então de coisas
Que foram ditas e expostas

Sentou-se em sua velha cadeira de balanço
Em sua casa no meio da mata
Olhou ao seu redor
Procurando ver algo vivo para distrair seus olhos
E mudar o que estava por vir
Ele disse para si mesmo
Só mais um gole e estarei mais próximo do longe



Garoto feito de papel

Eu realmente sentia cada gota de sentimento agridoce
Eu sentia minhas emoções inundando
Formando-se uma correnteza dentro de mim
Até que se transbordou e me levou para longe

Eu sempre acreditei que nunca voltaria neste lugar
Este lugar que sempre me inspirou
Me fez sorrir e chorar
Eu me lembro que há cinco anos atrás
Eu vim aqui achando que nunca mais voltaria a ver o mar
Eu acreditava que estava doente
E eu realmente estava

Eu não me lembro como eu consegui superar isso da última vez
Mas aqui estou eu novamente
Eu só queria que fosse fácil
Eu gostaria de encontrar a minha beleza
Assim como as conchas espalhadas pela areia
Mostram sua beleza única

Eu queria ser forte como as pessoas acham que eu sou
Mas a verdade é que eu uso isso como a minha armadura
Porque eu sei que ninguém tem tempo para as minhas lamurias
O que você se torna, às vezes, é cruel
Eu sou o garoto feito de papel

Eu estou ouvindo o som das ondas se aproximando
Elas irão me levar
Eu não posso me despedir
Eu não posso mais chorar
É um amor terrível e meu coração está batendo
Meu corpo está tremendo mais que o normal
Eu não poderei evitar
Eu irei desaparecer ao me desmanchar
Como um garoto feito de papel



Sobreviver

Mantenha seu coração aquecido
Para suportar as ondas congeladas
Em mais um inverno
Pessoas frustradas não acreditam na fé
E acham que você não é capaz
Disse uma voz logo atrás

Eu me sinto envergonhado
Ao falar comigo mesmo
O quanto eu me prejudiquei
O quanto eu perdi
Eu realmente me machuquei
Com uma faca em meu peito

Somente eu e Deus
Sabemos o quanto foi difícil
Para eu estar sorrindo hoje
Eu não sabia que havia tantas lágrimas para derramar
Como também não sabia
Que poderia me sentir intacto
Como as rochas suportam a força da água

Com alguns anos de sobrevivência
Eu queria poder entender
Mas eu não conseguia
As pessoas não falavam o que eu queria ouvir
Eu queria ser amado
Então eu desisti
Eu me entreguei ao oceano
Porque eu entendi que precisava chegar ao fundo
Se eu voltasse era porque eu aprendi a viver
É preciso um oceano para sobreviver



Canalizador de sentimentos

Eu não consigo mais mentir
Eu publiquei meu diário
Logo depois eu queimei todas as folhas
O gatilho já foi apontado
Não posso mais me esconder
Eu preciso dizer adeus ou ficar

Eu tenho minhas inseguranças
Eu sei que alguns dias eu vou ser adorável
Alguns dias eu mesmo vou me detestar
Talvez isso tudo seja sobre amadurecer
Eu preciso canalizar meus sentimentos
Eu tenho o que preciso para fazer isso

Eu não posso creditar mais os meus atos altruístas a alguém
Eu posso estar no controle
Eu não posso mais viver fora da minha mente
Eu preciso voltar e arrumar a bagunça
Tudo ficará em seu lugar
As coisas estão mudando para mim
E eu estou seguindo em frente



Próximo capítulo

Um dia eu chorei e disse à minha mãe o quanto eu queria
O quanto eu queria ser como aquela pessoa
O quanto seria mais fácil
Mas ela disse que as pessoas que me amam
Me amam pelo o que eu sou
E isso fez o que eu sou hoje
E isso bastou para mim

Talvez se eu não fosse o filho
Que se escondia atrás de sua mãe

Talvez se eu não tivesse tido meu coração partido

Quando meus pais se separaram
Aos meus quatro anos de idade

Talvez se eu não tivesse orado o bastante
Para o meu pai largar os seus vícios

Para se tornar o bom homem que ele é agora
É fácil falar quando você tem seu coração intacto
Falar de alguém que está machucado

Eu não sinto ódio por ter sido chamado de gay
Eu amo a todos sem precisar distinguir ninguém
Eu não sou um moleque
Eu sou um homem que apoia a causa feminista

Escrevendo meu próximo capitulo
Eu não tenho mais ressentimentos
Eu estou um passo à frente

Eu não tenho reconsideração
De seguir em frente e me afastar

Tentei por anos me questionar
O motivo de eu não ser legal o bastante para eles
O motivo por eu não ser igual a eles

Eu estou livre desses sentimentos que podem me magoar
De pessoas que podem me rotular
Mas eu não irei me importar
Talvez se eu me embriagasse
Se eu soubesse jogar o jogo deles
Eu seria aceito
Eu me sentiria confortável
E esqueceria dos meus conflitos internos
Mas assim eu deixaria de viver



Seja luz

Alguém tem visto seu esforço
Desde quando você saiu do seu porto seguro
Que deixou de ser seguro há algum tempo
Se não há uma plateia
Seja a sua

As luzes direcionadas a você
De nada ajudam
Se não forem iluminadas partindo de você
Talvez você deva ser a sua própria torre Eiffel
Iluminando seu lado escuro

Faça a sua trilha à meia noite sozinho
Não se preocupe com os blackouts
Não se preocupe com as cobras rastejando pelo chão
Porque você é o antidoto
Não tenha medo
Seja luz



Nenhum medo

Outrora quase agora eu prometi para mim mesmo
Eu vou conseguir e não vou voltar ao inicio
Minha mente não será roubada
Eu não vou esperar o amanhecer para mudar minha vida
Eu vou começar agora

Estou pegando de volta meus sonhos
Que ficaram no passado

Eu estava sem forças
Eu perdi o controle de mim mesmo
Mas hoje o sol foi um grande amigo
Permitiu que os raios de luz
Fossem emitidos do meu sorriso

Há uma alma ferida
Caminhando pelo mundo a fora
A luz está bem a minha frente
Se todo dia é uma batalha
Eu só tenho que sobreviver a mais essa
E eu não tenho medo agora

Há um soldado sobrevivente
Eu estive de frente com meu pior medo
Hoje eu voltarei para casa
Eu aprendi a trancar meu coração
Para pessoas que só queriam me ver sangrar
Eu estou bem como nunca estive antes
Porque eu não tenho medo agora
Nenhum medo



Minha alma

Você sabe que está no fim
Quando até mesmo os demônios choram com você
Eu me perdi no caminho de volta para casa
Tentando enfrentá-los
Eu estou assustado
Eu vejo balas sendo disparadas em direção a mim
E eu tento suportar para não perfurar meu coração

Eles querem me cegar
Mas eu quero continuar a enxergar as cores
Eu não quero perder minha alma
Quando ainda tenho uma para perder

Quando você não aguenta mais
Se render parece a única opção
Mas eu escolho a minha alma

Eu ainda acredito
E eu vou continuar aguentando todas as balas

Eu nunca vou me entregar

Mesmo que eu me perca novamente
No caminho de volta para casa



Não mais

Tem sido dias difíceis
Eu senti que minha mente não fosse suportar
Meu corpo não conseguia mais abastar
Está tudo bem cair às vezes
Eu não posso deixar que isso se torne um hábito
Os meus velhos hábitos
Eles não podem definir quem eu serei
Não mais

Eu me sentia sozinho
As pessoas pareciam não ouvir minha alma
Ela gritava por socorro
Eu estava cansado de viajar sozinho pela minha mente
Eu precisava de um amigo
Até que alguém segurou em minha mão
Entrou em minha prisão e me tirou de lá
Eu não estou mais vagando
Não mais

Eu perdi contato com algumas pessoas
Eu as amo mas precisava me afastar
Eu sinto que fiz o correto
Eu precisava de um tempo comigo mesmo
Eu precisava entrar nos trilhos
Eu não posso mais chorar por arrependimentos
Não mais

Eu costumava ver algo que me assustava
Algo que podia me quebrar em vários pedaços
Várias vezes ao dia
O espelho tinha o dom de me deixar paranoico
Ele conversava comigo
Dizia que eu deveria desistir
Que eu nunca seria mais que um oxigênio desperdiçado
Eu não posso acreditar mais nele

Não mais

Eu fugia do amor
Eu nunca acreditei que poderia ser amado
Eu nunca acreditei merecer qualquer tipo de amor
Eu estou vulnerável para me amar e ser amado
Eu não estou mais acorrentado
Não mais



Pela graça

Eu não aceito ser chamado de dramático
Eu carrego uma grande bagagem comigo
Eu acabei de sair de mais uma batalha
Eu insistia em pensar que eu nunca seria feliz
E o que de fato eu fiz de errado no passado
Que eu nunca seria ouvido
Mas eu não sou uma peça sem encaixe
Eu tenho conserto

Hoje eu não vou me desgraçar
Eu quero chorar
Pelo triunfo a chegar
Eu sobrevivi pela graça
Eu não quero mais morrer
Sou grato a Deus por não ouvir as vezes que eu pedi
Para ter uma morte silenciosa
Os demônios não me assustam mais
Levará um tempo até eu chegar na glória
Mas eu posso vencer
Eu não irei ceder

Eu estive muito tempo procurando a luz
Eu estive procurando em pessoas
Que podiam cavar a minha sepultura
Mas eu sou a luz que eu preciso para subsistir
De alguma forma eu estou a me encontrar
Eu tenho o que preciso para me encorajar
Eu tenho uma história realista a contar



Gratidão

Minha mente está nas nuvens

Não há mais nada e ninguém
Que me faça de refém

Eu saí do anonimato
Eu expus todos os fatos e relatos
Eu mudei o final trágico
Eu não posso ser mais do que grato
Aos envolvidos no caso

Ultimamente eu tenho levitado
Não é fácil ser grato
Por alguém ou por algo
Que tem te matado
Por um longo tempo
Mas eu sou grato
Eu tenho superado

Eu sou o melhor que há de mim
Agora eu aprendi a respirar enfim
Tenho muita coisa para digerir
Mas eu aprendi a discernir
Eu sou diferente do mártir
Agora eu tenho fé que eu posso ir
Eu não estou longe do fim
Eu irei conseguir



Eu sou capaz

Como esquecer daquele dia
Eu tenho motivos para me envergonhar
Eles disseram que eu não era bom o bastante
No intervalo de um respirar
As coisas começaram a desandar

Eu fui atropelado pelas minhas palavras
Que se enroscaram ao me engasgar
Disseram para eu me acalmar
Que a ansiedade ia me fazer fracassar
Eu deitei em minha cama
E o céu desabou a chorar

Eu só precisava de uma chance
Para mostrar meu potencial

Eu sei que sou capaz
Eu vou ser aplaudido
Eu vou ser reconhecido por aquilo que eu sou bom
Eu vou ser alguém para inspirar
Eu tenho muitas verdades para falar
Há muitas almas para salvar
A minha ansiedade não pode continuar a me atrasar



Havia um menino

Havia um menino que queria volta a ser inocente
Ele descobriu o mundo que existia fora do muro
Ele sentiu medo e quis voltar atrás
Ele queria voltar atrás mas seguiu em frente

Havia um menino que queria voltar a ser cego
Ele enxergou além daquilo que ele poderia ver
Ele sentiu medo e quis fechar os olhos
Ele queria fechar os olhos mas manteve-os abertos

Havia um menino que queria voltar a não sentir
Ele sentiu a dor que alguém não poderia suportar
Ele sentiu medo e quis arrancar a dor de seu peito
Ele suportou a dor e ficou de pé

Havia um menino que queria voltar a não amar
Ele amou o seu próximo como nem todos poderiam amar
Ele sentiu medo de se entregar ao amor e quis não amar mais
Ele se entregou ao amor e fez a diferença

Havia um menino que queria ajudar as pessoas
Ele se doou de uma forma que nem todos poderiam
Ele sentiu medo e quis se retrair
Ele ajudou e não virou as costas

Havia um menino que queria ser a mudança
Ele decidiu criar coragem e sair do seu casulo

Ele voou para salvar vidas
De pessoas que precisavam viver

Ele caminhou ao lado de uma pessoa
Para fora do muro

Ele deu sua visão
Para o primeiro cego que encontrou

Ele segurou a dor de um doente terminal em suas mãos

Ele amou á todos sem nenhuma diferença

Ele se entregou ao próximo
Como se fosse a última coisa que ele faria

Ele voou até chegar ao seu destino final



Aos meus leitores

Eu não quero parecer clichê
Nem parecer forçado
Eu sempre direi o que eu sinto
E o que há de mais humano e sensato
De algo que realmente foi sentido
Os meus rascunhos fazem parte de mim

Você pode querer se esconder
Em um lugar imundo e fétido
Em um lugar que você se sinta a pior pessoa
Pelo que você está passando
Ou por ter passado por algo
Que você de alguma forma tenha se identificado

Este foi o meu maior desejo
Que você pudesse se encontrar em minhas palavras
Para que você não se sinta como o único que passa por isso
Muitas pessoas sofrem caladas e perdem suas vidas
Porque não tem amigos ou familiares que possam ouvi-las
Mas eu não escrevo por status
Eu escrevo para que possamos nos sentir abraçados
Para que nós possamos ajudar um ao outro

Nós somos amigos agora
Me dê sua mão e vamos caminhar pelo mundo a fora
Você pode não acreditar em muitas coisas
Mas acredite no que eu escrevo
Eu amo sua vida e sua autenticidade
Traga para a realidade a sua felicidade

