



Vamos falar de amor

NATASHA
LUNN


intrínseca

Vamos falar de amor

Natasha Lunn

Tradução de Fernanda Abreu



Copyright © Natasha Lunn, 2021

TÍTULO ORIGINAL

Conversations on Love

PREPARAÇÃO

Nina Lopes

REVISÃO

Mariana Gonçalves

Thaís Carvas

Thais Entriel

DIAGRAMAÇÃO

Ilustrarte Design e Produção Editorial

DESIGN DE CAPA

Favoritbuero

IMAGENS DE CAPA

© Martina Frank e © Nadia Grapes/Shutterstock

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO

SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

L983v

Lunn, Natasha

Vamos falar de amor / Natasha Lunn ; tradução Fernanda Abreu. - 1. ed. - Rio de Janeiro : Intrínseca, 2022.

Tradução de: Conversations on love

ISBN 978-65-5560-373-6

1. Amor. 2. Relações humanas. 3. Intimidade (Psicologia).
I. Abreu, Fernanda. II. Título.

22-78897

CDD: 152.41

CDU: 159.942

Meri Gleice Rodrigues de Souza - Bibliotecária - CRB-7/6439

[2022]

Todos os direitos desta edição reservados à

EDITORA INTRÍNSECA LTDA.

Rua Marquês de São Vicente, 99, 6º andar

22451-041 — Gávea

Rio de Janeiro — RJ

Tel./Fax: (21) 3206-7400

www.intrinseca.com.br

*Para qualquer um que se sinta
perdido na busca por amor*

“As histórias pelas quais ficamos acordados até tarde para escutar são histórias de amor. É como se nunca aprendêssemos o suficiente sobre esse enigma da nossa vida. Voltamos sempre às mesmas cenas, às mesmas palavras, tentando extrair significado delas. Não há nada que seja tão conhecido quanto o amor. E nada que nos escape tão por completo.”

Jeanette Winterson, *The Powerbook*

Introdução

Passei anos comprometida com o anseio. Ansiava pela resposta a uma mensagem, por um “eu te amo” ou por um homem que olhasse para mim de determinada maneira. Se eu estivesse numa relação, torcia para que ela durasse, e se não estivesse, torcia para entrar em uma. Meu anseio era uma inquietação que se espalhava pela minha vida como uma névoa e me impedia de realmente enxergar o que me cercava.

Eu costumava pensar que ansiava por amor, mas não. Estava obcecada pela ideia do que ele seria, não pelo amor vivido em sua totalidade. Em todos os anos e noites que passei pensando “Quando vou encontrar o amor?”, nunca parei para questionar no que exatamente ele consistia. Será que muita gente se pergunta sobre isso? Não aprendemos sobre amor na escola, não pesquisamos a respeito, nem testamos nossos conhecimentos relacionados a ele ou fazemos uma revisão anual. Somos incentivados a aprender sobre economia, gramática, geografia, mas não a conhecer o amor. Parece estranho esperarmos tanto do amor e ao mesmo tempo dedicar-

mos tão pouco tempo a compreendê-lo. É como querer mergulhar no mar sem qualquer interesse em aprender a nadar.

Mesmo assim, quer pensemos nele ou não, o amor entra e sai do nosso caminho diariamente, com toda a sua liberdade, crueldade e beleza. Assisto ao vídeo do bebê de seis semanas da minha amiga se remexendo no banho uma hora antes de ler um e-mail que quase passa despercebido de uma mulher cujo terceiro tratamento de fertilização *in vitro* acaba de dar errado. Penso em dois noivados recentes, em outro que foi cancelado, num terceiro que nunca aconteceu. Ouço a amiga que está tentando retomar a vida após um divórcio inesperado, aquela que está chorando a morte do pai ou da mãe, e o otimismo nervoso de outra tateando pelos primeiros estágios de um relacionamento novinho em folha. E assim ele segue, o amor que existe na vida de todos nós, sempre nesse murchar e florescer. Impossível de conhecer plenamente ou definir. Ou pelo menos era o que eu pensava.

Durante muito tempo, supus que o amor fosse a origem da minha infelicidade. Queria entender por que parecia estar além das minhas capacidades. Por que eu conseguia largar um emprego que me deixava infeliz, mas não um relacionamento ruim? Por que tinha controle sobre todos os outros aspectos da minha vida, menos sobre esse? Por que presumia que o casamento representava o fim de algo, e não o começo? Minha desconfiança de que eu tinha entendido o amor de forma totalmente errada foi aquilo que Elizabeth Gilbert certa vez descreveu como uma “migalha de curiosidade”, uma pista que precisei observar e seguir.

Por isso, ao longo dos quatro últimos anos, pedi a escritores, terapeutas e especialistas para contarem suas experiências com o amor para uma newsletter on-line chamada *Conversations on Love*. Escutei gente falar do seu amor por alguém,

por uma cidade, por um poema, por uma árvore. Ouvi um homem dizer que gostaria de ter transado com mais pessoas e uma mulher afirmar que o sexo representa a vida onírica de um casamento. Escutei pessoas compartilharem suas histórias sobre como manter uma amizade de 26 anos estando em países diferentes, sobre se apaixonar ao mesmo tempo que se perde um filho ou se chora a morte de um irmão, sobre ver bebês virem ao mundo em zonas de guerra e sobre aprender a encontrar romantismo na solidão. Cada uma dessas histórias era um lembrete de que o amor é possível e de que a minha compreensão dele até então havia sido limitada.

Enquanto eu estava tendo essas conversas, o amor também entrava e saía da minha vida. As entrevistas expandiram meu conceito do que o amor poderia ser e de quais aparências poderia ter, mas foi só quando comecei a tentar engravidar depois de ter perdido um bebê que notei o quanto ainda precisava aprender. Porque embora eu pensasse ter superado minha propensão ao anseio, havia muitas semelhanças entre minha ânsia por ter um bebê aos trinta e poucos anos e por ter um namorado na década anterior. Ambas faziam eu me concentrar mais no amor que me faltava do que naquele que eu tinha. Ambas me empurravam para a martirização de vez em quando. Ambas me levavam a me comparar com os outros e sentir que havia uma zona de felicidade na vida da qual eu estava excluída. Antes eu costumava olhar com melancolia para os casais de mãos dadas aos domingos, mas minha nova fixação eram as mulheres empurrando carrinhos de bebê pelo parque perto da minha casa. Eu havia mudado a minha prioridade, mas a inquietação e a busca seguiam o mesmo padrão. Logo, entendi que sempre haveria algo por que ansiar em matéria de amor, se eu insistisse nessa visão limitada sobre ele: um namorado, um casamento, um bebê,

um segundo bebê, um neto, mais uma década de vida ao lado da minha mãe, do meu pai ou do meu marido. Então comecei a fazer mais perguntas. Comecei a escrever este livro.

Todos os dias, você também fará suas próprias perguntas sobre o amor. Pode ser que esteja atrás de um relacionamento, ou se perguntando do fundo do coração se deveria terminar um. Pode ser que esteja numa parceria de longo prazo se questionando como sustentar o amor diante dos vários percalços ao longo da vida. Pode ser que você seja pai ou mãe e esteja buscando desempenhar o seu melhor, ou que tenha perdido seu pai ou sua mãe e essa perda de repente pareça tirar a importância de todo o resto. À primeira vista, o que cada um quer e necessita do amor é diferente. Mas descobri que nossas questões individuais estão muitas vezes enraizadas em três perguntas mais profundas: como encontrar o amor? Como sustentá-lo? E como sobreviver à perda dele? São essas as perguntas que quero explorar nas páginas a seguir.

Não é nenhum exagero dizer que as conversas sobre amor que eu tive mudaram minha vida. Elas me ajudaram a ver através da névoa do anseio, a identificar o amor que já existia na minha vida desde o início. Me convenceram também de que, embora sob muitos aspectos o amor seja *sim* impossível de conhecer, tentar defini-lo nos faz bem. Como bell hooks escreveu em *Tudo sobre o amor*: “Aprender definições falhas de amor quando somos bem jovens torna difícil sermos amorosos quando amadurecemos” e “uma boa definição marca nosso ponto de partida e nos permite saber aonde queremos chegar”.

E eu acho que precisamos começar a aprender mais sobre o amor, da mesma forma que poderíamos desenvolver qualquer outra habilidade, porque isso pode definir o curso

da nossa vida. Como constatou a dra. Julianne Holt-Lunstad em seu estudo sobre o vínculo entre conexão social e expectativa de vida, pessoas com relações sociais fortes têm 50% menos chance de morrer prematuramente do que pessoas com relações sociais fracas.* Apesar da falta de atenção em relação a esse tema — compare a quantidade de páginas que um jornal dedica a política, economia ou viagens com a que dedica aos relacionamentos —, poucas coisas são mais sérias ou importantes do que o amor. A falta dele pode causar danos sérios. Já a abundância pode nos curar.

Embora as conversas deste livro sejam histórias sobre amor, elas também têm a ver com como os seres humanos se atraem e se decepcionam, como se magoam e se curam, como continuam seguindo em frente mesmo quando acham que não vão conseguir, tentando encontrar algum significado naquilo que a vida lhes tira. Minha esperança é a de que elas possam ser para você a mesma coisa que foram para mim: um lembrete para não deixar aqueles que você ama se distanciarem, um convite para levar o amor mais a sério e um incentivo para fazer algo expressivo com a sua vida.

Um dos personagens do romance histórico *A sombra da guilhotina*, de Hilary Mantel, falou na vida real: “O amor é mais forte e dura mais do que a raiva.” E quando entrevistei Hilary, ela me disse que “um dos motivos para escrever é tentar descobrir se é isso mesmo”. É o que estou tentando descobrir também. O amor é mais forte do que o medo da incerteza? Do que o medo da mudança? Do que o medo da morte? Responder a essas perguntas é uma tarefa interminável, e esta foi uma das maiores lições que aprendi: o amor é um

* Citado em *Together: Loneliness, Health and What Happens When We Find Connection*, de Vivek H. Murthy. Londres: Profile Books, 2020, p. 13.

projeto para a vida toda, e não podemos pular para o final da história. Que sorte a nossa saber que nunca vamos terminá-la! Porque a última página não existe, apenas uma série de começos. Este é um deles.

Como encontrar o amor?

“A vida não é um problema a ser resolvido,
mas um mistério a ser vivido.”

M. Scott Peck

Fantasia romântica versus realidade

“Quando eu te desejo, parte de mim desaparece...”

Anne Carson, *Eros the Bittersweet*

A primeira vez que beijei Ben foi também o meu primeiro beijo. Eu estava com quatorze anos e não tinha certeza de nada: de que tipo de música gostava, de que marca de sapato usar no colégio, do tipo de pessoa que eu queria ser. Minha única certeza era que eu estava a fim dele. Numa época em que todas as possibilidades do mundo estavam disponíveis na minha frente e em que fazer as escolhas erradas era fácil, foi um alívio ter tão pouco controle sobre algo. Era como se o sentimento tivesse decidido por mim.

Eu o conheci um ano antes do nosso primeiro beijo no cinema. Eu tinha treze anos e ele doze, seis meses a menos do que eu. Ele foi à minha casa visitar meu irmão mais novo porque os dois estudavam na mesma escola. Quando o vi, ele estava girando um ioiô verde-limão no alto da escada, em frente ao meu quarto. “Oi”, disse ele. “Oi”, respondi. E pronto: bastaram duas palavras para dar início a uma paixão de quinze anos. Dali em diante, passei a colecionar detalhes sobre a vida dele como se fossem evidências de um crime: a

localização exata de uma pinta no seu braço, o jeito que Ben passava manteiga na torrada, como semicerrava os olhos sempre que sorria. Foi quando desejei que ele reparasse em mim que aprendi que o amor era algo que ou acontecia com você, ou não. Um presente dado ou negado.

Nossos rolos ao longo dos anos foram breves e inconsistentes: ele me traiu quando tínhamos quatorze anos, voltamos a ficar juntos aos dezesseis — a única vez em que, extremamente nervosos, dissemos “eu te amo” — e de novo aos dezoito. Não foram períodos em que passamos um tempo significativo juntos, apenas uma coleção de dias e noites em que nos beijávamos, assistíamos a *Star Wars* em fitas VHS velhas e às vezes saíamos de carro à noite por estradas de terra desertas. O fato de nunca termos tido uma relação de verdade quase não importava. Nossa história existia na ambiguidade e em todas as coisas que jamais diríamos.

Os capítulos mais longos e emocionantes foram escritos não na vida real, mas na minha mente. Minha narrativa imaginária — pautada por Dawson e Joey, da série *Dawson's Creek* — construiu um romance melancólico do tipo “será que eles vão acabar juntos?” que estava sempre prestes a acontecer, mas parecia nunca rolar de fato. Havia sempre um mal-entendido recíproco (uma mensagem mal interpretada), ou então um ato do destino (o fato de os meus pais não aprovarem; outra garota surgir no caminho) que frustrava nossa reconciliação mais recente. Por que eu continuava tentando fazer aquilo dar certo? Minha primeira experiência de rejeição foi quando ele beijou outra menina no colégio, o que abalou minha autoestima numa idade crítica de desenvolvimento. Dali em diante, o afeto dele se tornou um prêmio que eu poderia reconquistar, que talvez significasse que eu era digna de amor. A parte de mim que desejava reproduzir o relaciona-

mento dos meus pais também mantinha Ben na minha órbita. Meus pais se conheceram no colégio aos quinze anos, e esse modelo de amor, mais romântico do que qualquer livro na minha estante, foi o primeiro que eu tive. Se eu colocava Ben num pedestal, colocava num pedestal mais alto ainda a ideia de um amor adolescente que durasse para sempre.

Quantos de nós têm histórias assim, de paixões adolescentes, nas quais o desejo é mais importante do que se conhecer e nas quais a fantasia vence a realidade? Esses amores juvenis muitas vezes são construídos com uma intensidade linda, algo próprio da idade, quando se tem muito tempo livre e se está inundado de hormônios. Talvez esse tipo de fixação seja até uma forma de criatividade: como uma imaginação jovem pega os parcos detalhes de uma conexão banal e constrói outro mundo dentro dela. Portanto, eu não me arrependo da minha primeira fantasia romântica. Mas me arrependo do modelo de amor que criei a partir dela, e de todos os anos subsequentes que passei tentando me moldar para conseguir me encaixar nele.

Na faculdade, Ben e eu continuamos entre idas e vindas de uma afeição inconsistente. Ele me mandava CDs gravados em casa e bilhetes enigmáticos pelo correio, que eu guardava em caixas de sapato debaixo da cama. Mandava e-mails nostálgicos que meu namorado da época acabou descobrindo e ficou com raiva. Pela minha memória, era a primeira vez que ele estava mais a fim de mim do que eu dele, mas ele talvez tenha outra percepção. (Sempre existem duas versões.) Mesmo assim, quando eu ficava com saudades de casa, dormia com a camiseta preta e desbotada dele da H&M, porque para mim Ben tinha se transformado em uma lembrança de casa, um vínculo com uma versão anterior de mim à qual era reconfortante recorrer toda vez que meu eu atual ficava confuso.

A ironia é que eu estava confusa porque, aos vinte anos, tinha levado as lições nada úteis dessa paixão adolescente para os meus relacionamentos seguintes. Meu padrão em geral era o mesmo: eu saía com alguém novo, idealizava a pessoa, escondia partes de mim e desempenhava o papel de uma mulher mais palatável do que eu acreditava ser. Essa mulher nunca pedia nada. Muitas vezes eu saía com a pessoa por meses — às vezes, por mais de um ano — sem que nunca nos tornássemos namorados ou progredíssemos para uma intimidade verdadeira. E, assim como Ben, mesmo quando esses homens aludiam ao que sentiam por mim, eles nunca chegavam de fato a nomear o sentimento. Como Marianne diz quando Elinor pergunta se Willoughby alguma vez já disse “eu te amo” em *Razão e sensibilidade*: “Todos os dias isso ficava implícito, mas nunca declarado abertamente. Às vezes eu pensava que tinha sido... mas nunca foi.”

Quando você não é honesto num relacionamento, seja com outra pessoa ou consigo mesmo, é meio como tentar rosquear a tampa de um vidro quando as ranhuras estão desalinhadas. Alguém olhando de fora pode até pensar que você está rosqueando direitinho, mas você sente a resistência crescente avisando que a tampa não está encaixada, e então entende que, por mais força que fizer para tentar girá-la, a tampa nunca vai fechar direito. Da mesma forma, nessas relações, eu sempre sentia desde o início que havia algo fora de sintonia. Fingir intimidade com essa aflição constantemente à espreita era viver em um eterno estado de angústia, sempre desconfiada de que a pessoa não quisesse ficar comigo, mas com medo demais para perguntar. Com isso, eu me tornei tão boa em fingir não precisar de nada que esqueci como ser eu mesma. Com isso, eu também confundia instabilidade com atração, porque a inconsistência tornava mais sedutoras

as migalhas de afeto que os homens me jogavam: a surpresa de uma mensagem à uma e meia da manhã com a pergunta “Está em casa? Bj”, ou a promessa de um “eu te amo” embriagado jamais repetido depois de sóbrio. Os homens com quem eu saía nunca terminavam a relação, mas também nunca se comprometiam por inteiro. Estavam sempre meio dentro, meio fora, como o namorado da minha amiga, que se mudou para o apartamento dela, mas deixou a maior parte das coisas dele na casa dos pais.

Mais consistente do que qualquer afeto era uma crueldade negligente, e talvez não intencional, que eu aceitava em silêncio e usava como mais uma prova de que não era digna de amor. Como na vez em que eu e um cara estávamos nos beijando na cama e ele me disse que meus lábios estavam sempre secos, ou outro que falou que eu usava maquiagem demais, ou quando outro disse que “a insegurança é a qualidade menos atraente em uma mulher” depois de eu reunir toda a minha coragem e perguntar por que ele levava tanto tempo para responder às minhas mensagens. Aprendi que o lugar mais solitário que existe é deitada na cama à noite ao lado de uma pessoa que faz você se sentir inferior, de costas para ela, ainda esperando que ela se vire para te abraçar.

Na época, eu reconhecia essa anulação do eu como uma vergonha íntima e deselegante; só agora entendo que é um problema comum. Já conversei com várias pessoas que, apesar de se sentirem seguras no trabalho, em família e com os amigos, se perderam nos relacionamentos. Elas esmagaram a própria personalidade para lhe imprimir outro formato, e esqueceram as próprias necessidades e desejos na tentativa de adivinhar quais seriam as do parceiro. Esse encolhimento do eu começa de forma discreta: fingir querer assistir a um filme de terror no cinema; criar playlists no Spotify com

músicas que possam impressionar o outro, em vez das que você quer realmente escutar; comprar um vestido que não pode pagar só porque acha que o outro vai gostar. Mas em pouco tempo você está recusando programas com os amigos para ficar livre na remota eventualidade de a pessoa sugerir um encontro de última hora. Você finge que não tem problema quando a pessoa só dá as caras no seu aniversário às onze horas da noite. Você finge que não precisa de rótulos nos relacionamentos, nem de uma comunicação consistente, nem dos pequenos atos de gentileza que fazem você se sentir amado. Você começa a fingir que não precisa de nada.

Quando perguntei à dra. Megan Poe, psiquiatra, por que as pessoas perdem a noção de identidade nos relacionamentos, ela respondeu que às vezes é porque estão tentando “ecolocalizar o outro sem se mostrar” e se fundir com o parceiro. Segundo a dra. Poe, que já deu um curso sobre amor na Universidade de Nova York, “as pessoas acham que, se espelharem o outro, então elas vão combinar, mas isso as torna mais inseguras, porque não estão sendo elas mesmas”. Esse comportamento significa também que a outra pessoa fica confusa, porque não consegue reconhecer em quem você se transformou. “Quando muitas personalidades falsas surgem, a situação pode ficar bem nebulosa”, disse a dra. Poe, “e inevitavelmente o outro pensa: cadê ela? Não consigo encontrar a pessoa por quem me apaixonei.”

Em 1977, num discurso para os calouros na Douglass College, Adrienne Rich afirmou que ser responsável consigo mesmo “significa insistir para que aqueles a quem você concede sua amizade e seu amor sejam capazes de respeitar sua mente. Significa poder dizer, como a Jane Eyre de Charlotte Brontë: ‘Tenho um tesouro interior que nasceu comigo e que pode me manter viva mesmo que todos os prazeres exter-

nos me sejam negados ou oferecidos apenas mediante um preço que não posso pagar.” Quando fui pesquisar o texto original de *Jane Eyre*, encontrei aquele que antecede a citação de Rich: “Posso viver sozinha se o respeito próprio e as circunstâncias exigirem que assim seja.” Ao ler as duas frases juntas, percebi que eu tinha feito o contrário de Jane. Tinha perdido de vista meu tesouro interior (e, portanto, minha capacidade de me afastar daquelas relações), e consequentemente aberto mão do autorrespeito. E em troca de quê? Não de amor, mas de uma intuição que me dizia que os homens com quem eu saía eram seres humanos extraordinários, sempre mais inteligentes e interessantes do que eu. (Não por coincidência, muitas vezes eu saía com jornalistas, mentes criativas do mercado publicitário e escritores: carreiras que eu queria ter, mas que até então não havia tido coragem suficiente para seguir.) Só anos depois, quando entrevistei o dr. Frank Tallis, psicólogo clínico, entendi como essa intuição podia apontar o caminho errado. Porque, como me disse Tallis, quando não temos indícios de intimidade verdadeira, muitas vezes nós “engrandecemos nossa confusão ou falta de compreensão”. Recorremos a palavras como “química” ou “intuição” porque não temos nada de tangível em que basear um sentimento, nenhum exemplo de gentileza, cuidado ou conexão, apenas uma forte atração. Segundo Tallis, essa falta de indícios “se torna um combustível para o misticismo romântico. Você pensa: não posso explicar isso, portanto deve ser o destino, deve ser profundo. Mas isso é apenas uma conclusão falsa alimentando outra, e cada conclusão afasta você da realidade”. Eu me encolhi todinha quando ouvi essa explicação, porque me reconhecia ali, e me lembrei de todas as vezes em que tinha me sentido misticamente atraída por alguém sem conhecer direito a pessoa. Só que, na época,

como eu não entendia isso, continuei apagando partes de mim mesma para sustentar relacionamentos sem qualquer base no mundo real.

Mesmo nesses anos, durante nossas idas e vindas em outros relacionamentos, Ben e eu mantivemos contato. Nossos pais eram e ainda são muito próximos, então, quando éramos crianças, sempre saíamos de férias juntos, e depois voltava cada um para sua casa, mas ainda em cidadezinhas a cinco minutos uma da outra. De vez em quando, rolava um clima, nos beijávamos ou então passávamos horas conversando ao telefone à noite. Às vezes, ligava para ele porque estava me sentindo sozinha. Às vezes, acho que ele me ligava porque estava perdido. Acima de tudo, nós éramos amigos que nos usávamos mutuamente para ter atenção, mas, uma vez, já com quase trinta anos, nos reencontramos e tivemos um breve romance que durou só um mês ou dois. Parecíamos adultos fingindo ter treze anos novamente, e de um jeito que me deixou triste. Na cama, enquanto eu analisava as diferenças entre nosso corpo adulto e adolescente — a barriga dele, mais flácida e proeminente; minhas coxas, maiores e com pintinhas —, não sabia dizer se estava tentando encontrar uma pessoa que conhecia ou alguém que, na verdade, nunca cheguei a conhecer. Acho que nós dois estávamos procurando um no outro respostas para os problemas da idade adulta e da intimidade, mas nunca iríamos encontrá-las ali.

Um ano depois, saímos para tomar o que seria o nosso último drinque. Na despedida, na calçada em frente a um bar no Soho, reparei que em algum lugar no ar entre nós pairava uma decisão que na verdade não tinha nada a ver com a pessoa em pé na minha frente. Era uma decisão entre a imaturidade e o amadurecimento, entre a fantasia e a rea-

lidade. Será que eu queria continuar evitando a intimidade e me apoiando na segurança de uma paixão nostálgica que não exigia nada a mais de mim? Não. Eu queria construir relacionamentos *reais*, que existissem no mundo real. Fazer isso exigiria coragem e autoconhecimento, talvez um pouco de solidão, e muita responsabilidade. Parte dessa responsabilidade envolvia não ligar para Ben toda vez que eu me sentisse sozinha. Significava entender o papel que eu estava desempenhando ao idealizar os homens em vez de enxergá-los de verdade, e encontrar o tesouro interior que eu havia perdido nesse processo. Significava, como escreveu bell hooks em *Tudo sobre o amor*, querer conhecer “o significado do amor além do reino da fantasia — além do que imaginamos que possa acontecer”. Eu ainda considerava um risco me mostrar por inteiro para uma pessoa nova, mas uma compreensão nascente despontava em algum lugar dentro de mim: a noção de que o risco de não fazer isso, de nunca ser vista, de nunca expressar necessidades, ou de nunca dar e aceitar amor de verdade, era bem maior. Depois de anos vivendo o amor passivamente, eu entendi que nós temos, sim, uma escolha, ainda que seja difícil de ver. A minha era: continuar presa nas fantasias da minha cabeça, ou sair lá de dentro e viver.



Pensar em quem você era nas suas relações antigas causa um estranhamento, um misto de tristeza e bom humor, de consternação e frustração. Mas, além de eu ter aprendido a rir com os amigos de algumas das histórias mais constrangedoras — uma das poucas vantagens dos erros na seara amorosa —, a vergonha que sentia antes foi substituída por

compaixão pela minha versão mais jovem, que estava desesperada tentando encontrar o amor, mas procurando apenas nos lugares errados.

Parte de mim ainda lamenta todos os anos que desperdicipei preocupada em ter “fracassado” no amor ou com medo de jamais encontrá-lo. Outra parte se apavora com o fato de eu ter ficado tão obcecada por uma fantasia que, quando a oportunidade de amor verdadeiro surgiu bem na minha frente — ao conhecer o homem com quem um dia decidiria me casar —, por pouco não deixei passar. Mas também sei que foram os “fracassos” anteriores que me trouxeram até aqui. Como Hilary Mantel me disse quando a entrevistei: “Alguns erros precisam ser cometidos, são equívocos criativos.” E ela estava certa, porque foi em todos aqueles erros desajeitados e nos anos de busca que achei a raiz da primeira pergunta deste livro: como encontrar o amor?

Acho que, antes de tentarmos responder a essa questão, é bom examiná-la mais de perto. Pois como aprender a encontrar o amor sem se perguntar o que de fato essa palavra significa? É isto que eu vou explorar nas conversas a seguir: de que forma nossa definição do amor pode impactar como, quando e se vamos encontrá-lo? Quais clichês podem nos ajudar e quais devemos descartar? E temos mais controle do que pensamos quando se trata de encontrar o amor, ou menos? As respostas não incluem uma estratégia para aplicativos de relacionamento nem um estudo com porcentagens que mostram onde você tem maior probabilidade de encontrar um parceiro. Mas torço para serem um convite a ver o amor de modo mais abrangente e a encontrar exemplos dele que talvez estejamos deixando passar.



Não existe um mapa para entender o amor, mas é ele que faz a nossa vida girar. Em qualquer idade, inexperientes ou não, estamos sempre nos questionando sobre esse sentimento que às vezes parece difícil de descrever, mas é capaz de nos transformar e até nos consumir.

Depois de anos tentando entender todas as suas complexidades, a jornalista Natasha Lunn percebeu que as partes mais interessantes do amor não costumam ser o assunto de nossas conversas mais frequentes. Entrelaçando sua experiência pessoal a entrevistas com terapeutas, escritores e especialistas, a autora compõe uma obra inteligente e divertida, sem abrir mão da vulnerabilidade, com o objetivo de analisar cada pedacinho das relações afetivas.

Entre intimidade, amizade, sexo, solidão e dor, as histórias reais presentes nestas páginas questionam o significado de tudo o que perpassa o amor e nos convida a entendê-lo em toda a sua pluralidade. Seja no início de um relacionamento, ao enfrentar os desafios da maternidade ou mesmo no período de luto após a perda de um ente querido, Vamos falar de amor é um sopro de esperança, uma celebração do sentimento mais temido e valorizado da nossa vida e um convite a amar mais e melhor. Afinal, o amor chega em milhares de formas possíveis – só temos que nos atrever a mergulhar nele.



SAIBA MAIS:

<https://www.intrinseca.com.br/livro/1202/>