



Paciência Virtual

Um acontecimento que muda a vida

**Relatado por Naji Cherfan
para Karen Solomon**

© A fundação Naji Cherfan - 2010
Versão Eletrônica -2010
© Todos os Direitos Reservados
ISBN 978-960-9463-04-1
www.najicherfanfoundation.org
NCF@najicherfanfoundation.org

Paciência Virtual

Um acontecimento que muda a vida



Autora: Karen Solomon

Co-autor: Naji Cherfan

Editado por Naji Cherfan

Editorial: CCM International

5 Konitsis, Maroussi, 15125, Atenas, Grecia

Artista: Elena Chirdaris

Este livro é dedicado às duas melhores pessoas da minha vida:

Ao meu pai, George Cherfan, cuja presença me deu a coragem necessária para superar todos os obstáculos.

À minha mãe, Sana Cherfan, a mulher cujo amor e carinho representaram um apoio insuperável.

Naji Cherfan

Capítulo I	1
1978-1996 (Do nascimento ao estado de coma)	
Capítulo II	5
1996-1999 (A recuperação e a reabilitação)	
Capítulo III	31
1999-2006 (Notas virtuais)	

Prólogo

A vida é definida como um estado caracterizado pelo crescimento, pela reprodução e pela resposta ao estímulo. Pragmaticamente, a vida pode ser considerada como um período entre nascimento e a morte. Esse espaço de tempo é um presente. A vontade de viver é a força constante que mantém a sobrevivência e, ao mesmo tempo, incentiva a evolução. Os seres humanos podem sobreviver sem aumentar os limites da existência. Ampliar os limites do que é seguro, confortável e conhecido precisa mais do que uma mera insatisfação com as condições presentes. É necessário o desejo por alguma coisa que aumente a qualidade de vida e a coragem para implementar estas mudanças a qualquer preço. As escolhas, as decisões e os atos do homem dão forma a sua realidade e, ao mesmo tempo, determinam a fortaleza de seu exterior e a revelação de seu espírito..

Do seu primeiro passo até seu último suspiro, o homem, como organismo, muda e, continuamente, cria ciclos de alegria e dor, progresso e luta, de realizações e fracassos. A face do homem ri e chora, enquanto seus olhos refletem a esperança e o desespero. Ele fala com uma voz que acalma e irrita, enquanto estende sua mão para acariciar ou para destruir. Com uma natureza dual ligada entre o céu e a terra, o homem é um ser que escolhe enquanto caminha na corda bamba. Quando está tranqüilo, olhando para cima e não para baixo, é o início da estabilidade. Quando ele abandona o medo e consegue o equilíbrio, caminha. Há uma conexão entre um feixe de luz que lentamente o ajuda a avançar. Consciente ou inconscientemente, o homem se desenvolve através da sobrevivência. A força da vida instiga a mudança que atua interna e externamente.

Naji Cherfan acredita que a vida é um grande círculo no qual qualquer coisa pode acontecer. Por mais de dez anos este jovem lutou contra a frustração, o medo, a dor e a raiva. Há uma guerra no seu falar, nos seus movimentos e na sua expressão. Ele vive nesta realidade ao passo que, teimosamente, cria uma nova realidade, baseada nas palavras de seu pai que lhe disse que a paciência é uma virtude. A experiência lhe ensinou que a virtude é uma bondade moral e a paciência é a qualidade de suportar a dificuldade com calma. Ao voltar a aprender as habilidades básicas do pensamento, da fala, e do movimento, Naji desenvolveu a paciência como um produto tanto da realidade como de sua imaginação. Dia após dia, movimento depois de movimento, a vida de Naji Cherfan tornou-se uma "paciência virtual".

Capítulo I (1978 a 1996)

Do nascimento ao estado de coma

Em 1978, a guerra civil fez estragos no Líbano. Sana Cherfan estava grávida de seu terceiro filho e estava decidida a ficar em Beirute até o nascimento do bebê. Entretanto, quando o bombardeio ficou mais intenso, seu esposo, George, decidiu mudar-se com sua família para Jordânia, onde trabalhava em uma empresa americana. A família se estabeleceu em uma nova casa e esperava ansiosamente a chegada do bebê. Hicham, de sete anos, e Maher, de cinco anos, aguardavam o novo irmão.

Em 20 de novembro de 1978, Sana deu a luz a seu terceiro filho. A ele foi dado o nome de Naji, que significa “oração a Deus”. No idioma árabe, os nomes têm um significado que pode ser traduzido em uma imagem, em uma idéia ou em um sentimento. Dezesete anos mais tarde, este menino seria a prova viva da fé dos Cherfan em Deus e de sua crença no poder do amor.

Algum tempo após o nascimento de Naji, a família se mudou novamente para o Líbano. Uma forma de vida de quase cem anos havia desaparecido no caos da guerra. George Cherfan queria que sua família crescesse em um ambiente de paz, assim, se mudaram para Atenas, e esta cidade foi a sede de sua empresa. Quando Naji tinha dois anos, os Cherfan tornaram-se membros de uma grande comunidade libanesa em Atenas. A facilidade de se relacionar nos círculos profissionais, o caráter diplomático e a cordialidade de George o tornaram respeitado e querido entre os associados comerciais e a comunidade. Com boa vontade e energia positiva, ele rapidamente estabeleceu sua família em Atenas.

A única recordação de Naji da mudança do Líbano para a Grécia, foi a de que na Grécia ele se sentia seguro e, com essa segurança, cresceram Naji e seus irmãos. Suas personalidades se desenvolveram em um lar confortável e que satisfazia suas necessidades. Seus pais ofereceram amor, compreensão e conhecimentos. A vida estava cheia de promessas para Hicham, Maher e Naji. Com grande facilidade para fazer amigos, aprenderam grego rapidamente para se comunicarem com outras crianças. Naji era um menino brilhante, cheio de energia e em constante movimento. Passou seus primeiros anos na escola Lycee French School of Athens. Cinco anos depois, Naji mudou-se para a American Community School of Athens (ACS). Aos 17 anos tinha fluência em francês, árabe, inglês, grego e espanhol. A comunicação era um aspecto importante da personalidade de Naji, e ele desen-

volveu muito essa habilidade.

Como resultado de sua própria curiosidade e do grande estímulo ao seu redor, a mente de Naji era constantemente desafiada. Era um precursor, um pensador, uma pessoa empreendedora. Seu corpo era forte e musculoso pelos esportes que praticava e pelos exercícios que fazia. Viver próximo do mar lhe deu a oportunidade de nadar e praticar esqui aquático. O fato de ter tempo livre lhe deu a chance de se tornar habilidoso no tênis de mesa, no squash e no tênis. Naji dirigia desde os 14 anos e estava fascinado pela velocidade, mas não era consciente das possíveis conseqüências. Era organizado e não era tolerante com as pessoas vagarosas, ineficientes. Naji exigia que as coisas acontecessem rapidamente e com pouco esforço.

Aos 17 anos, Naji Cherfan tinha a sorte de ter uma família, amigos, saúde e inteligência. Tinha a facilidade de obter qualquer coisa que realmente quisesse. No entanto, não tinha a motivação de se esforçar por algo que não o beneficiaria ou não lhe interessava diretamente. Para Naji não havia nada mais atraente do que pensar em algo excitante e usar suas habilidades para alcançá-lo. Ao fantasiar sobre como queria que as coisas fossem, criou um mundo que não tinha conexão real com o mundo em que vivia. Tinha uma mente capaz e força de vontade, era generoso e carinhoso. Isto é confirmado por um grande número de pessoas que sentiam um carinho profundo e sincero por ele. Anos mais tarde, entendeu a sorte que tinha por estar rodeado por estas pessoas.

Entretanto, Naji não era disciplinado e somente o motivava o desejo de alcançar o que queria de uma maneira rápida e fácil. Este comportamento não incentivava o desenvolvimento da paciência na personalidade de Naji. Sufocava sua capacidade de usar a perseverança como um método para alcançar suas metas. Por não ter paciência para lutar pelas coisas que lhe interessavam Naji não estava preparado para os desafios imprevistos que necessitavam de tempo e atenção. Sua atitude era: "faça tudo, consiga tudo agora". Isto fez com que ele não se preocupasse com os fatos e as situações que não se relacionavam diretamente com seus desejos materiais e emocionais. Acreditava que podia fazer qualquer coisa que queria sem, primeiro, ter que aprendê-la e praticá-la.

Em abril de 1995, pegou emprestada a motocicleta de um amigo para passear pelas ruas de sua vizinhança. Tinha pouco respeito pela poderosa máquina ou pelo perigo da velocidade, e dirigiu da maneira que gostava:

sem capacete. Os adolescentes acreditam que não são vulneráveis aos acidentes, já que sua juventude os isola do perigo físico. É fácil imaginar viver para sempre quando se é um adolescente cheio de energia e entusiasmo. Esta atitude, por mais otimista que seja, pode levar a uma falta de consciência sobre como as coisas realmente são. Neste espaço entre sentir-se super confiante e o poder de uma máquina feita pelo homem, Naji dirigiu por ruas familiares. O encantava a sensação de voar, assim como controlar a velocidade e o sabor de sua aventura. Lamentavelmente, tanto a motocicleta como as condições da rua deram a Naji algo que ele não esperava. A motocicleta passou por um buraco na rua, deslizou e bateu. A força do impacto fez com que Naji atravessasse o pára-brisa com a cabeça. Ele não perdeu a consciência e somente depois de alguns minutos se deu conta de que estava machucado. Determinado, levou a motocicleta de volta à casa de seu amigo. Ele foi levado ao hospital, com um corte na cabeça que atingiu toda a sua testa e a parte de cima da sobrancelha esquerda. Sentindo-se relativamente ileso e um pouco imortal, Naji mais tarde contou a um amigo que não tinha aprendido nada com este acidente. Contudo, ele demorou dois meses para andar novamente de motocicleta.

Um ano e alguns meses depois do primeiro acidente, Naji entrou no primeiro ano da universidade local. Sonhava em estudar teatro e seguir a carreira de ator. A universidade não oferecia graduação ou cursos de teatro, então, pensava em estudar somente um semestre e, depois, ir a Montreal onde terminaria a universidade e moraria com seu irmão Maher. Apesar de Naji adorar viver na Grécia, queria experimentar como era viver em outra parte do mundo. A Grécia era linda e estimulante, mas viver no Canadá lhe ofereceria diferentes oportunidades para desenvolver sua mente e suas habilidades.

Em 25 de setembro de 1996, Naji estava na garupa de uma potente motocicleta, tendo passado a responsabilidade para outra pessoa dirigir. Nenhum dos dois rapazes usava capacete, como se estivessem protegidos do perigo por uma armadura invisível. A falta de medo se expressava na facilidade com que dirigiam a motocicleta, que tinha o dobro do tamanho e da força deles. Enquanto andavam a motocicleta bateu. A causa do acidente nunca foi determinada. Ambos os rapazes foram arremessados da motocicleta, e o motorista teve morte instantânea. Naji sofreu uma grave lesão cerebral e entrou em coma alguns minutos após o impacto. Nestes poucos segundos, ele perdeu 17 anos de crescimento e desenvolvimento. Durante as semanas seguintes, flutuou no espaço entre a vida e a morte.

Seu corpo necessitava de equipamentos de suporte vital e respirava somente por meio do tubo de traqueostomia na base de sua garganta. O relatório médico informava que estava em coma profundo. Parecia que estava dormindo e não havia indícios de que iria acordar.

Uma das realidades da vida é que jamais se pode voltar. A única opção é avançar do local que você se encontra em um determinado momento. Para Naji, já não havia mais momentos, somente um espaço em que o tempo não tinha significado e no qual havia uma incrível jornada pela frente. Algum tempo depois, ele considerou este acidente como um motivo para mudar seus valores e sua filosofia. Ele acreditou que este evento lhe deu uma nova maneira de crescer e amadurecer. Entretanto, neste momento, ele somente dormia.

Capítulo II (1996 – 1999)

A recuperação e a reabilitação

Muitas pessoas acreditam que Naji se manteve vivo graças à vontade e às orações de sua família e amigos. Os Cherfan buscaram todas as possibilidades para melhorar o estado de saúde de seu filho. O enfoque otimista deste fato foi, em grande parte, responsável pelo resultado positivo do acidente de Naji. George Cherfan sabia que a disciplina e o trabalho árduo levam ao sucesso e presumiu o que seu filho viveria no futuro enquanto esperava sinais de recuperação de Naji. Antes do acidente, em setembro de 1996, a principal preocupação de Naji era terminar a universidade e desfrutar de sua vida como o adolescente divertido, realista e ambicioso que era. Apesar de ser egocêntrico e egoísta, tinha um coração grande e era generoso. Seu lado sensível estava escondido por um comportamento tranquilo e exigente. Era bom amigo, festeiro e uma criança, tudo em um só. Agora estava deitado, quieto. Ninguém sabia se ele voltaria a falar.

Os Cherfan sempre ofereceram o melhor cuidado disponível a seu filho. Acreditavam que Naji se recuperaria completamente e voltaria a sua vida produtiva. Esta vida incluía uma educação universitária, sucesso profissional e satisfação pessoal. George e Sana se dedicaram a seu filho caçula e rezaram para que ele acordasse. Uniram-se a eles amigos que tinham uma preocupação sincera por Naji. Muitos destes amigos o viram crescer, acompanharam seu desenvolvimento desde a infância até a adolescência. Seus irmãos mais velhos e seus amigos visitavam Naji no hospital todos os dias para acompanhar seu estado de saúde, e esperavam um milagre.

Sana Cherfan compartilhava a fé de seu esposo de que Naji acordaria e se recuperaria completamente. Era uma mulher dinâmica e energética com uma personalidade dócil e riso fácil. Era uma esposa e mãe devotada e exercia uma influência positiva em seus filhos. Os filhos mais velhos, Hicham e Maher, adoravam seu irmão mais novo e lhe davam muito carinho diariamente. Naji sabia que tinha toda a atenção das quatro pessoas de sua família. Estas pessoas dividiam a dor e a ansiedade de sua condição atual. Os amigos estavam ao seu lado no hospital e rezavam por Naji. Enquanto Sana velava o sono de seu filho caçula, tricotava uma manta para ele e levava um caderno repleto de assinaturas das pessoas que o visitava.

Naji passou semanas em coma sem dar sinais de que despertaria. Ainda assim, todos acreditavam que este rapaz chamado “oração a Deus” abriria os olhos. Tinham fé de que esta vontade de viver e o amor que possuíam superariam a lesão em seu cérebro. Comunicavam-se com ele através da memória e do desejo de transmitir força e esperança a seu corpo que dormia. Ele parecia o mesmo, mas a lesão era grave. Os médicos eram pessimistas sobre o estado de Naji e disseram à família que, se ele acordasse, iria necessitar de tratamento intensivo e de reabilitação, porque suas habilidades estariam em um nível muito baixo. Vivo graças aos equipamentos de suporte vital, não respirava nem se mantinha por sua conta. Continuamente monitorado para qualquer sinal de que estava recuperando a consciência, Naji permanecia entre o sono e a sobrevivência, sem saber o que estava acontecendo.

No final de novembro, os Cherfan trouxeram um especialista do John Hopkins Hospital, de Baltimore. O Dr. Dan Hanley estava na Alemanha quando voou até a Grécia para avaliar o estado de Naji. Informou aos Cherfan sobre o tratamento que seu filho necessitaria se algum dia saísse do estado de coma. Depois de examiná-lo, o médico perguntou à família sobre o que Naji gostava. Ele esperava obter uma resposta de Naji e buscava a chave do que talvez incentivasse uma resposta. Com a intenção de obter uma reação física de Naji, foram feitos vários testes, até mesmo arrancaram seu cabelo.

O Dr. Hanley insistia em fazer perguntas e descobriu que havia uma piada entre os integrantes da família em que diziam que Naji faria qualquer coisa por dinheiro. Até esse momento, já havia pequenos sinais de que Naji estava tentando recobrar a consciência. Aproveitando a pista sobre a informação da obsessão de Naji pelo dinheiro, o Sr. Cherfan deu ao médico uma nota de lira turca no valor de \$ 1.000.000. Na verdade, ela valia aproximadamente cinco dólares. Quando o Dr. Hanley mexeu a nota na frente dele, Naji abriu os olhos e seguiu o movimento da nota. No relatório médico constava que Naji estava em coma profundo há, aproximadamente, dois meses como consequência de uma lesão grave na cabeça. Por volta do dia 20 de novembro, Naji começou a acordar de seu sono profundo. Apresentava uma amnésia pós-traumática de aproximadamente três a quatro meses, mas sua amnésia anterior (perda da memória anterior à lesão) era muito pequena. De fato, lembrava de tudo antes do acidente.

O estado de coma é um estado único da mente e, portanto, é difícil estudá-lo em um ambiente controlado. O testemunho do paciente tem um papel importante no processo de investigação. A definição básica do estado de coma é de um estado subconsciente da mente no qual uma pessoa não pode sentir nem responder aos estímulos externos. No caso de Naji, houve três tipos principais de coma. O primeiro consiste no coma profundo em que as funções involuntárias do paciente operam no nível mais baixo, geralmente, com a ajuda de equipamentos de suporte vital. De uma forma geral, é conhecido como estado vegetativo. O segundo tipo é um semicoma, no qual o paciente, ocasionalmente, mostra sinais de movimento; no geral, em resposta à atividade mental, não dirigida nem em resposta a um estímulo externo. O terceiro tipo de coma, conhecido como alerta, caracteriza-se pela capacidade lenta do paciente em compreender sua situação.

O testemunho do paciente é útil para a formulação da taxonomia dos estados de coma. A analogia mais próxima com o estado de coma que a pessoa normal pode usar como ponto de referência para entender este fenômeno é o sono. No coma profundo, não ocorre nada no cérebro do paciente que possa ser chamado de estado consciente. Nenhuma imagem mental ou temor caracterizam este estado de limbo, já que o paciente está entre a vida e a morte. As funções vitais funcionam em um nível extremamente baixo, tornando quase impossível a realização das funções superiores pelo cérebro, necessárias para estar em um estado de consciência básico. Alguns pacientes informam experiências de uma natureza quase mística durante o coma profundo. Em alguns casos, o paciente pode entender o passar do tempo e, no geral, confunde a seqüência de seus próprios processos mentais. A memória de Naji sobre o coma é de completa escuridão.

A vontade de recuperação é fundamental, e deve-se incentivar o paciente para que saia da depressão e tenha esperança. A família do paciente é a indicada para conseguir isso, apesar de que também pode estar extremamente traumatizada pela lesão quase fatal do parente. Um terapeuta profissional pode ajudar a família a aceitar a tragédia coletiva e, ao mesmo tempo, fazer sugestões para combinar os medicamentos receitados com a reabilitação. A apatia e a resignação são os piores inimigos da recuperação. Portanto, é muito importante convencer o paciente de que a recuperação é possível. Quanto mais atenção a família demonstrar ao paciente, mais obrigado ele se sentirá em melhorar. A família dá ao paciente um objetivo mais importante do que a simples recuperação pessoal. O desejo pessoal, geralmente, não é motivação suficiente, pois muitas vezes o paciente sente

que sua vida já terminou. A dor provocada pela difícil situação do paciente afirma sua relevância para os outros.

O período de recuperação é longo e lento. A moral é crucial e a esperança é essencial. Além do tratamento físico, o paciente, normalmente, deve receber um tratamento cognitivo. Os lóbulos frontais lesados complicam as funções cognitivas normais. Conseqüentemente, as outras regiões do cérebro devem ser preenchidas pela rede sináptica relevante para substituir as que foram perdidas. Quando o paciente, sua família e amigos acreditam verdadeiramente em sua recuperação, ela pode acontecer. A vontade humana supera toda explicação racional. Através da dura prova de ambos, o acidente e o estado de coma, os Cherfan se mantiveram positivos e otimistas de que a vontade de Naji e a vontade dos que o amavam superaria a morte.

Quando o Dr. Hanley movimentou o dinheiro na frente de seus olhos, Naji estava emergindo de um estado de inconsciência que o havia protegido do trauma físico que tinha sofrido em conseqüência do acidente. Este estado também o havia isolado do mundo exterior. Os dois meses de imobilidade permitiram ao seu corpo descansar e começar a se recuperar do choque da lesão. Naji acordou cego, mudo e paralisado. Ele não sabia porque estava no hospital. Contudo, lembrava que, no dia do acidente, um amigo lhe devia dinheiro. Mais tarde, comentou que nasceu duas vezes: uma quando criança e outra quando adolescente. Uma enorme tarefa estava na frente dele: voltar a aprender todas as habilidades básicas da vida. Pensava se era um milagre ou uma maldição ter voltado da morte. Durante os primeiros meses depois de ter acordado, somente ouvia as palavras de seu pai: a paciência é uma virtude; há tempo para tudo; e não tenha medo! Não tinha outra opção além de escutar e tentar. E foi o que fez...

Quando Naji acordou, seus primeiros pensamentos foram se recuperar e voltar a sua vida como adolescente. As pessoas mais próximas a ele permaneceram ao seu lado durante as semanas em coma. Apesar de Naji não entender o que diziam, sua família e amigos continuaram se comunicando com ele, lendo e falando em voz alta. Acreditavam que podiam vencer o cérebro lesionado de Naji a responder e se recuperar.

A influência de George Cherfan em Naji era mais importante do que nunca, e sua presença e energia determinariam o começo e a continuação do tratamento de seu filho. Naji lembra a calma e a atitude positiva de

seu pai ao discutir os passos seguintes da recuperação. Isto incluía o tratamento nos hospitais em Atenas e, depois, uma mudança para Alemanha para continuar o trabalho intensivo no centro de reabilitação *Jugenwerk Rehabilitation Center* em Gailingen.

A seguir está a recomendação do centro e o programa diário de Naji para a reabilitação, como escreveu o neurologista, Dr. A. Voss:

Naji Cherfan deveria ter um programa diário regular que começa pela manhã, com uma pausa na hora do almoço de, aproximadamente, duas horas. O objetivo consiste em capacitar o déficit cognitivo e motor, e tratar os problemas de comportamento.

O programa deveria consistir de exercícios cognitivos e motores. 9:00 h-9:45 h da manhã. Treino de marcha e das reações posturais. Começa com o alongamento dos músculos das pernas, especialmente os dos pés. Treinamento na esteira durante 15 minutos e depois pular com um ou com os dois pés. Treinamento para ficar em uma perna só 10:00 h-10:45 h da manhã.

Treinamento cognitivo: o melhor seria repetir as lições do último ano escolar, ler o jornal e resumir os principais pontos na hora do almoço. Ao resumir, treina-se a coordenação da respiração e da fala. 11:00 h-11:45 h.

Treinamento do braço e da mão esquerdos. O terapeuta ocupacional fornecerá material para isso. A Sra. Pilgermann mostrou os exercícios com e sem o material. Os movimentos dos dedos podem ser treinados trabalhando com o computador ou tocando um órgão. A mão esquerda deveria ser utilizada nas atividades normais do dia-a-dia, tais como comer com garfo e faca, sacudir a mão, limpar a janela etc.

12:00-2:00 p.m.

Pausa

2:00-3:00 p.m.

Sair para caminhar pela cidade. Corrigir o andar ao caminhar. Tentar caminhar com fluidez e ritmo. Deixar o braço esquer-

do cair. Descobrir sozinho a velocidade correta para você. Ao chegar em casa, fazer exercícios mudando a posição do corpo. De sentado a ficar em pé, de deitado a sentado e em pé. Tentar relaxar o braço esquerdo e deixá-lo cair.

3:15 - 4:00 p.m.

Treinamento cognitivo da manhã.

Três vezes por semana, seria bom que, à tarde, fosse nadar. Nadar treina os músculos e os suaviza, permite que os movimentos sejam mais fluidos. À tarde, seria bom que, três vezes por semana, tivesse a possibilidade de entrar em contato com o neurologista ou com o psicoterapeuta para falar sobre o processo de reabilitação e desenvolver estratégias para lidar com esta situação.

Querido Naji:

Sei que um programa como este demanda muita energia e comprometimento de sua parte. Mas, acredito que você tem a energia e a possibilidade de fazê-lo. Depois de um tempo verá os bons resultados de seu próprio esforço. É uma responsabilidade consigo mesmo que trará o sucesso. Durante os fins de semana, pode descansar e se encontrar com seus amigos. Acredito que uma noite por semana você pode chegar mais tarde do que o normal. Por exemplo, no sábado à noite. No domingo você pode dormir até mais tarde. Mas, durante a semana, o melhor seria que fosse dormir entre as 10 e as 11 horas da noite.

Dr. Voss

Antes do acidente, Naji nunca tinha pensado no valor do tempo nem na virtude da paciência. E, menos ainda, nunca havia pensado nas conseqüências práticas. De repente, tinha um conceito totalmente novo do que significava a paciência e como se aplicava a sua situação. O tempo também tinha agora um significado e um valor novos. Havia perdido quase dois meses de sua vida deitado, sem se mover, em estado de coma, enquanto o resto do mundo tinha continuado a girar em um ciclo de crescimento, descobrimento e movimento. Quando finalmente acordou, ainda não podia se mover. Agora devia lidar com a perda da visão, da fala, da mobilidade e da memória.

Este adolescente de dezoito anos estava em choque e confundido pelo que havia passado e pelo que havia acontecido com ele. Sentindo-se estranho em seu próprio corpo, ele enviava instruções mentais a todas as partes de sua estrutura física, mas nada respondia. Apesar de escutar vozes e detectar movimentos ao seu redor, sentia-se invisível. Em um sentido físico, estava ali para que todos pudessem vê-lo e tocá-lo, mas não podia unir-se a eles. Muitas vezes ele se sentia preso, sentia que flutuava entre a vida e a morte, entre o céu e o inferno. Apesar de ter respostas emocionais às atividades ao seu redor, não podia agir nem comunicar estes sentimentos. Naji, que não tinha paciência nem disciplina, se viu forçado a reconsiderar tudo o que era relacionado ao trabalho e ao tempo. Por sorte, sua capacidade de pensar, raciocinar e lembrar não foram lesadas de forma permanente. Depois de se recuperar da amnésia, sua memória foi recuperada rapidamente. Já recordava os números dos telefones dos amigos e conhecidos e de incidentes não relacionados.

Apesar do funcionamento de seu cérebro parecer normal e menos debilitado, outras lesões afetavam gravemente sua capacidade física. Quando acordou, os médicos não tinham esperança de que voltasse a enxergar, falar ou se mover. Naji Cherfan tinha outra idéia em mente e sua família estava decidida que ele se recuperaria totalmente. Esta combinação de vontades estabeleceu um tom para a viagem de Naji do estado de coma até sua reabilitação. Depois de um mês, a cegueira de Naji passou a uma visão embaçada. Lentamente, começou a emitir sons. Quando ele finalmente falou, sua primeira frase foi: "Tire-me daqui". A forma de comunicação direta de Naji e seus desejos continuaram parte de sua personalidade. Apesar dos momentos positivos da saída do estado de coma e sua recuperação constante, permaneceu incapacitado em formas muito críticas. Não podia utilizar o braço esquerdo do ombro até os dedos, e não podia abaixá-lo. A mão estava dobrada e em posição fechada, e não podia utilizá-la. A visão dupla e embaçada tinha sido corrigida e o movimento de piscar de seu olho direito tinha quase desaparecido, mas precisava de óculos para ler. Apesar das pernas de Naji não se movimentarem normalmente, ele começou a se mover lentamente e de forma constante. Os objetivos futuros consistiam em recobrar o equilíbrio e voltar a ficar fisicamente ativo. Era um objetivo realista considerando que Naji Cherfan esteve sentado em uma cadeira de rodas durante quarenta dias, e um dia disse: "Ao diabo com isto, vou voar". Um tempo depois de dizer isso, parou e caminhou. Naji também apresentou lesões graves na traquéia, e foi necessário que respirasse através de um tubo de traqueostomia durante o estado de coma e durante algumas semanas

depois que voltou do coma. O acidente deixou Naji com uma mente que funcionava aproximadamente no mesmo nível que antes e um corpo que funcionava a um nível inferior ao necessário para participar de uma vida adolescente ativa.

Enquanto esteve no hospital de Atenas, começou a entender e a avaliar sua situação. Não podia acreditar no que havia acontecido nem compreender o caminho que estava a sua frente. Em sua mente, viu que tudo o que havia conseguido em seus 17 anos havia desaparecido com um insignificante movimento de uma motocicleta. Começou a dar conta do valor das palavras de seu pai quando o aconselhava sobre a velocidade e que usasse o capacete. Finalmente, compreendeu que o futuro dependia de sua capacidade de voltar a aprender tudo o que havia estudado e também sobre seu desejo de descobrir coisas novas.

O pai de Naji o incentivava, dizendo-lhe: “Se quer algo, pode consegui-lo” e, pela primeira vez, Naji o escutou. Primeiro foi o milagre de voltar da morte. Em segundo lugar, a reabilitação satisfatória e uma vida produtiva. Naji se concentrou em voltar a estar fisicamente ativo e a continuar seus estudos. Tinha o amor e o apoio de sua família e amigos, e também o melhor treinamento disponível. Começou a trabalhar para alcançar os objetivos.

Depois de recobrar a fala e os movimentos, ele e seus pais se mudaram para a Alemanha onde trabalhou intensivamente com um terapeuta em um centro de reabilitação em Gailingen. A mudança no estilo de vida da Grécia para a Alemanha foi difícil para Naji, porque o sistema no centro de reabilitação era restritivo e necessitava de autodisciplina por parte de todos os pacientes. Naji estava acostumado com a liberdade e foi difícil se adaptar ao programa diário requerido como resultado do acidente. Sua vida anterior estava cheia de carros, mulheres, festas, bailes e longas noites. Agora, seus dias eram preenchidos por terapia ocupacional, da fala e física, além da neuropsicologia. Ele foi aconselhado a nadar, ler jornais e contar o que lia durante a hora do almoço.

Durante sua estadia na Alemanha, Naji estava infeliz e deprimido. Tinha dificuldades para conciliar o sono e estava cansado de estar separado de seus amigos e de suas atividades. Passava muitas noites deitado, acordado, se perguntando: “Por que isso aconteceu comigo?”. Pensava em seus amigos na Grécia, no Canadá, em todo o mundo, dirigindo carros e motocicletas, freqüentando a universidade e saindo para tomar café. Quando final-

mente pegava no sono, acordava para viver outro dia de terapia que começava as 7:00 h da manhã e terminava as 17:00 h da tarde. Sentia profundamente a perda de sua vida adolescente, que incluía seus amigos e a universidade.

Naji fez terapia cognitiva para melhorar a memória e aumentar o entendimento. Ele foi colocado em uma classe de recuperação de inglês, mas quando foi avaliado em matemática, suas habilidades permaneciam muito boas e completas. Felizmente, sua capacidade natural e sua capacidade de compreender números não foram comprometidas e permaneciam sólidas. Durante a terapia na Alemanha, uma família amiga incentivou Naji. Ele foi encorajado com boas palavras e um pouco de risada. Depois desta experiência, Naji contou a um amigo que a vida é um grande círculo e nunca se sabe o que vai acontecer. Chegou à conclusão de que era melhor viver o momento e planejar as coisas que se quer fazer. Ao viver e trabalhar no presente, determinava seu futuro com cada passo que dava para, assim, se tornar um todo.

Naji mudou de várias formas nos meses de terapia. Apesar de se tornar mais inteligente no aspecto emocional e intelectual, ainda reagia de maneira imatura quando estava aborrecido. A terapia diária o forçava a desenvolver uma nova sensação de autodisciplina. O sucesso estava relacionado com seu esforço e trabalho. Este conceito não era familiar para Naji. Se não praticava os movimentos, não podia caminhar. Se não fizesse círculos com a mandíbula, assobiasse, cuspiasse ou mascasse chiclete, não podia falar. Durante a semana e as tardes, fazia pequenas tarefas que o ajudaria a ter as habilidades normais e necessárias. Qualquer pessoa que conhecia Naji antes do acidente o respeitava e o admirava por manter sua personalidade alegre e de bom humor durante as horas e os meses de tratamento na Alemanha e na Grécia.

Naji estava convencido de que era possível voltar a sua vida anterior. Fantasiava que estava bem e rezava por outro milagre, acreditando que, algum dia, acordaria e estaria perfeito. Algumas vezes imaginava que operavam seu cérebro e os médicos reparavam tudo o que estava lesionado. Ele seria capaz de usar seu braço esquerdo outra vez e poderia correr em vez de caminhar lentamente de um lado para o outro, balançando-se. Ele poderia experimentar o mar e sentir o ar em seu rosto. Movimentando em alta velocidade, de repente, acordava e se dava conta de que estava viajando somente em seus sonhos. Sua realidade era uma mente que lembrava da

perfeição, e de um corpo que não respondia. Agora, o desejo que ele considerava normal devia estar baseado em seu estado atual, não em suas habilidades passadas. Naji pensava em sua vida em dez anos e se imaginava perfeito. Para ele, a perfeição necessitava de cooperação, motivação e influência positiva.

Quando estes pensamentos passaram por sua mente, ele lentamente começou a desenvolver uma nova filosofia de vida. Percebeu que a vida é um ciclo constante de dar e receber; que participar da vida é o que a faz valiosa. Questionava o propósito de viver e a função do homem desde o nascimento até a morte. Ao manter seu bom humor, ele se tornou mais pensativo sobre determinadas questões. Como consequência da terapia intensiva, Naji Cherman desafiou sua mente e seu corpo de uma maneira que jamais havia pensado antes do acidente.

Naji voltou à Grécia dia 14 de junho de 1997. Há quase dez meses estava longe de seu quarto e de sua casa e estava cheio de expectativas e ansiedade. Antes do acidente, dirigia em alta velocidade carros e motos pelas ruas. Agora, precisava de alguém para levá-lo a qualquer lugar que precisasse ir e necessitava de ajuda para a maioria de seus movimentos. Ainda assim, Naji conseguiu progredir muito. Os médicos e os amigos estavam felizes por vê-lo caminhar, falar e brincar. Todos o aconselhavam para lutar a voltar a ter uma vida normal e tentavam entender as dificuldades que ele enfrentava.

Antes do acidente, Naji era uma pessoa egocêntrica e exigente. Agora era mal humorado e temperamental. Isto era evidente quando estava muito cansado e não tinha dormido o suficiente. Descansar era um fator importante na recuperação de Naji, pois seu cérebro e seu corpo simplesmente não podiam funcionar em seus níveis anteriores. Era impaciente e seu comportamento era o mesmo de uma criança. Antes do acidente, era emocionalmente imaturo; agora, seu comportamento era ainda menos constante e controlado. Gritava por qualquer incidente e exigia atenção dos que estavam ao seu redor.

Durante este período de ajuste, seus amigos respeitavam e compreendiam seu mau humor e as suas limitações. Seus amigos o levavam para passear e o tratavam da mesma forma. Suas mudanças de humor não afetaram sua capacidade de ser honesto ou de expressar sua opinião. Era diplomático quando queria alguma coisa, e ainda conservava seu talento

para se comunicar. Era encantador e convincente quando tinha algo a ganhar. Este era o Naji que voltou da Alemanha, caminhava lentamente, mas decidido. Nenhuma das pessoas próximas de Naji havia experimentado o que ele estava vivendo. Estavam satisfeitos do que ele havia conseguido e lhe diziam que devia sentir-se orgulhoso. Ainda assim, frustração e raiva eram sentimentos que ele experimentava todos os dias e, às vezes, se perguntava se era uma benção ou uma maldição estar vivo nessa condição.

Apesar de Naji apresentar um comportamento exigente, os amigos e a família o aceitaram e cuidaram dele durante os primeiros meses de volta à Atenas. Ele queria ser tratado normalmente e continuar vivendo como um estudante universitário. Os médicos recomendaram que ele dormisse cedo e que saísse somente uma vez por semana. No entanto, Naji não conseguia se controlar e ficava acordado até mais tarde do que o recomendado. Depois, reconheceu que seu comportamento atrasou sua recuperação. Durante as primeiras semanas depois que saiu do coma, Naji sentiu que vivia entre dois mundos. Imaginava-se como um fantasma que rondava fora de seu corpo e que via e escutava, mas não se movia. Como se fosse o homem invisível. Uma vez teve uma experiência fora do corpo na qual flutuava entre duas dimensões. Durante um tempo, viveu na terra de ninguém, via e sentia, mas não podia responder nem as pessoas nem as coisas ao seu redor. Ele estava confuso, frustrado e assustado. Um minuto estava andando através da luz e do vento. Após dois meses, acordou sem memória, sem poder se mover nem entender o que havia acontecido e porque havia acontecido com ele.

Com o passar do tempo, Naji sentiu que havia voltado a nascer fisicamente no dia em que acordou do estado de coma. Como um bebê que começa do zero a andar e a falar, Naji também enfrentou a enorme tarefa de voltar a treinar seu corpo a fazer coisas que fazia automaticamente e sem esforço durante 17 anos. Lutava para entender que tudo o que tinha condições de fazer, como caminhar, correr, dirigir, até mesmo rir era, de repente, impossível em seu estado atual. Nos momentos mais difíceis, tinha muito medo do que tinha pela frente. Tudo o que ele queria fazer necessitava de grande esforço. O tratamento exigia disciplina e paciência, duas qualidades que ele ainda não tinha desenvolvido. Apesar de ter medo de não voltar à sua condição física anterior, sua atitude com o tratamento era encontrar a maneira mais fácil e rápida de se recuperar. Finalmente, o medo que sentiu foi mais forte do que sua preguiça inata. Comprometeu-se a fazer todo o necessário para se recuperar.

Depois de progredir muito, encontrava-se em uma condição na qual os objetivos futuros para se recuperar eram realistas e alcançáveis. Agora caminhava por sua conta própria. Voltou a falar e, apesar de faltar cor e inflexão, todos entendiam o que ele falava. Para Naji, essas eram conquistas importantes. Por não estar impossibilitado, podia comunicar seus sentimentos e desejos. Assim como no início do tratamento, sua condição intelectual era superior à sua condição física. Em sua mente, se sentia como sempre e isto o incentivava a trabalhar para poder fazer todas as coisas que fazia antes.

Lamentavelmente, este padrão de pensamento criou uma falsa ilusão do que realmente era capaz de fazer. Vivia com expectativas não realistas e não aceitava que estava limitado. Ao olhar para trás, Naji acredita que, se tivesse ficado na Alemanha e tivesse continuado com o duro programa de tratamento que os médicos haviam aconselhado, teria se recuperado mais rápido e melhor. Em vez disso, decidiu voltar para Atenas onde resumia sua vida em um corpo que funcionava abaixo das condições prévias. Todos ainda acreditavam que podia se tornar novamente em um adolescente forte e esportista. Naji continuou esperando outro milagre que lhe devolveria seu corpo e sua mente perfeitos. Havia despertado do coma. Agora queria despertar e ser curado completamente.

Ao voltar à universidade em setembro de 1997, retornou ao curso de inglês para voltar a se familiarizar com as obrigações em freqüentar uma universidade. Não era difícil, mas tedioso. Entretanto, o trabalho árduo do tratamento lhe deu um novo sentido de autodisciplina, e isto o ajudou a continuar trabalhando de forma mais independente. Neste entusiasmo por estar de volta com seus amigos e voltar a uma vida ativa, Naji negligenciou algumas realidades relacionadas com seu estado. Às vezes, se sentia como era antes e esquecia suas limitações. Suas deficiências o assustavam e frustravam, até que se acalmava e olhava tudo sob outra perspectiva. Havia progredido muito em somente um ano e tinha a possibilidade de avançar muito mais nos meses seguintes. Entretanto, não tinha aceitado o fato de que tudo o que estava relacionado com seu futuro dependia dele e de sua capacidade de concentração na energia e no esforço. Estar rodeado de amor e atenção não era suficiente para fazê-lo ficar completamente bem.

Assistir ao casamento de seu irmão no Líbano em julho de 1997, foi um grande passo para Naji e o ajudou a se preparar para voltar a entrar em um mundo no qual o movimento e a comunicação constante eram fatos. Os

resultados positivos do tratamento do ano anterior foram dois eventos: o casamento de seu irmão e a volta de Naji à universidade. No entanto, no outono de 1997, ele encontrou si mesmo em uma vida que ele conhecia, mas com um corpo novo que nem sempre respondia as suas instruções.

Durante o tratamento, aprendeu que seus nervos estavam bloqueados. Portanto, devia enviar instruções à sua mão e a sua perna por meio do cérebro. Agora enfrentava o desafio de usar seu cérebro de uma maneira única, ordenando-lhe mentalmente movimentos e funções que, anteriormente, eram automáticos. Naji Cherfan utilizava suas habilidades de computação e seu pensamento rápido para jogar o jogo mais competitivo e exigente que jamais havia jogado. Suas únicas armas eram a coragem, a determinação, a disciplina e a paciência. Algumas dessas armas ele já possuía. Algumas ele teria que encontrar durante o caminho. Respirou profundamente e escutou a voz de seu pai: “A paciência é uma virtude, há tempo para tudo, não tenha medo”. Depois de acordar do coma e passar um ano em tratamento, aceitou que estas palavras seriam a arma mais potente na batalha para recuperar sua vida cotidiana.

Devido ao sucesso da terapia de Naji na Alemanha e de seu retorno à universidade, George Cherfan acreditou que era hora de avaliar o estado de saúde de seu filho. Isto determinaria a melhor maneira de continuar seu progresso. Em 25 de outubro de 1997, Naji foi recebido no *Oliver Zangwill Center for Neuropsychological Rehabilitation* na Inglaterra. O propósito deste encontro era realizar uma breve avaliação de seu funcionamento neuropsicológico, identificar suas necessidades de reabilitação e analisar se sua participação no programa *Oliver Zangwill Center Program* implicaria em um benefício importante para ele.

O Dr. Jonathan Edwards obteve informações por meio de conversas que teve com Naji e seu pai: em primeiro lugar, pediu que Naji desse detalhes do acidente e da lesão. Falaram sobre o tratamento que recebeu na Alemanha, e o médico se interessou de que Naji recebia, nesse momento, tratamento em casa, em Atenas. Um terapeuta ocupacional trabalhava o funcionamento de seu braço, e um fisioterapeuta trabalhava no funcionamento geral de Naji. Além disso, Naji nadava como parte do tratamento, e sua maior preocupação física era a perda do funcionamento de seu braço esquerdo. Não conseguia relaxar o braço, que permanecia em uma posição elevada, com a mão dobrada, fechada. O aspecto físico de seu braço o incomodava. Devido a grande quantidade de etapas diferentes no processo de reabili-

tação de seu braço esquerdo, Naji teve analogias visuais simples para descrever a maneira como via seu braço à medida que se curava. Classificou as etapas da seguinte forma:

1. A garra.
2. O anzol.
3. O taco de golfe.
4. A teia de aranha.
5. A luva de boxe.

Sua perna direita estava lhe dando problemas, com movimentos lentos e torpes. Tinha problemas para ficar em pé com facilidade e devia ir para frente e para trás para se levantar quando estava sentado. Apesar de poder fazer estas coisas por si só, ainda necessitava de ajuda ocasional, o que o frustrava. Apesar de seus problemas físicos, Naji sentia que seu funcionamento cognitivo era normal. O médico disse que sua memória e concentração eram excelentes e que compreendia as coisas que se passavam ao seu redor. Quando o médico lhe perguntou sobre suas metas, Naji respondeu que queria melhorar o funcionamento físico de seu braço, perna e o equilíbrio. Outra meta seria voltar à universidade.

Naji foi avaliado em várias áreas, inclusive as capacidades intelectuais gerais, a memória, a atenção, a concentração, a velocidade do processo de informação, a linguagem e o desempenho executivo. Ele não gostou dos exames neuropsicológicos anteriores, mas foi cooperativo com a avaliação que foi bastante intensa e minuciosa. Os resultados da avaliação indicaram que ele tinha passado por uma notável recuperação em somente um ano, levando-se em consideração o grau das lesões. O médico considerou seu progresso milagroso e lhe deu uma indicação positiva na continuidade da melhora. Naji ainda apresentava dificuldades físicas que envolviam seu braço esquerdo, perna direita e o equilíbrio. Apesar de Naji não acreditar que tinha dificuldades cognitivas, as avaliações neuropsicológicas não mostraram o mesmo e indicaram que podia haver problemas relacionados com a velocidade no processamento da informação e da memória. Isto era muito comum depois de uma lesão cerebral, e era estranho ele não ter manifestado limitação em tais áreas.

Naji disse ao médico que deviam concentrar a reabilitação na recuperação física. Era evidente que continuaria trabalhando no funcionamento de seu braço e perna. Ele sustentava que sua mente estava como antes e que

somente seu corpo tinha mudado. O médico sugeriu julgar e avaliar as capacidades cognitivas de Naji em um meio ambiente realista que demandaria certos tipos de funcionamento. Voltar à universidade era uma ação positiva e apropriada. Enquanto Naji acreditava que estava indo bem, o Dr. Evans recomendou que aumentasse gradualmente suas exigências acadêmicas e que tivesse acesso a uma pessoa com quem pudesse discutir o progresso, antecipar as áreas de dificuldade e avaliar os problemas à medida que estes ocorressem. O médico lhe disse que, depois de uma lesão cerebral, era conduta comum as pessoas se envolverem em um alto nível de atividade. Isto podia ter como resultado um fracasso difícil de aceitar. Sugeriu que Naji tentasse progredir gradualmente, em vez de tentar tudo ao mesmo tempo. Também sugeriu que Naji tivesse sessões com um psicólogo familiarizado com as limitações relacionadas com uma lesão cerebral.

Os problemas de irritabilidade e raiva são comuns depois de uma lesão cerebral e mais frequentes em pessoas da família. Isto era evidente quando Naji gritava e perdia o controle quando as coisas não saíam como ele queria. Também ficava nervoso quando não podia fazer as coisas o suficientemente rápido ou quando as pessoas não estavam de acordo com ele. Estes ataques de raiva eram antagonizados por problemas de atenção, concentração e, em particular, fadiga. Como resultado da lesão cerebral, Naji se cansava com mais facilidade. Nos dias que ia dormir tarde e perdia horas de sono, ficava de mau humor e seu nível de desempenho era baixo. Sua fala e seus reflexos físicos também ficavam mais lentos. Facilmente perdia o controle com seus familiares, mas raramente brigava com seus amigos e colegas da universidade.

Naji foi aconselhado a desenvolver uma série de estratégias para lidar com a raiva e a irritação. Também foi sugerido que aprendesse algum tipo de técnica de relaxamento ou uma maneira de sair de uma situação antes de se tornar agressivo. O método de Naji para lidar com a falta de controle era respirar profundamente três vezes ou bater seu punho com firmeza, mas sem violência, contra uma superfície sólida, por exemplo, uma mesa ou sua perna. Isto o ajudaria a centrar suas emoções antes de continuar a conversa ou atividade. Ao fazer isto, aprendeu a enfrentar uma situação, em lugar de buscar a maneira de eliminar a verdadeira limitação. No entanto, isto teve uma diferença significativa na sua capacidade funcional. Como acontecia com toda a reabilitação de Naji, estas situações faziam com que ele reconhecesse que tinha um problema e, depois, demonstrava boa vontade para enfrentá-lo.

O resultado da avaliação de Naji na Inglaterra revelou que seu progresso seria melhor em um ambiente familiar e que seu tratamento no Oliver Zangwill Center seria inapropriado. Nesse momento, foi aconselhado a continuar com a terapia particular e que houvesse exigências graduais, tanto intelectuais como acadêmicas. O Dr. Evans sugeriu que Naji começasse uma terapia cognitiva com alguém que pudesse ajudá-lo a compreender suas dificuldades através da conscientização e de melhores aptidões de comunicação. Quando o Sr. Cherfan perguntou sobre o benefício dos jogos ou programas de computação para a recuperação de Naji, foi dito que os jogos e programas ilustravam os aspectos de maior e menor domínio de uma pessoa. Entretanto, o grau que podiam melhorar a atenção e o desempenho não estava claro cientificamente e não se generalizava facilmente a outras situações da vida cotidiana. Naji já tinha começado a jogar xadrez no computador. Tinha, além disso, acesso a internet e ao correio eletrônico, e assim podia se comunicar com amigos do mundo inteiro. Seu computador tinha vários programas interessantes que representavam um desafio para sua mente.

A avaliação do estado neurológico de Naji foi considerada benéfica para a etapa seguinte do seu desenvolvimento e tratamento. Levando-se em consideração seu estado depois do acidente, o estado atual de Naji apresentava grande progresso. Naji recebeu bem e aprovou a condição de continuar o tratamento em Atenas, já que queria ficar perto de seus amigos e da universidade. Sabia que a independência e a liberdade seriam produto de sua própria perseverança e disciplina. Ele pensou novamente sobre onde havia estado, onde estava e onde queria estar. Graças ao apoio de sua família, amigos e terapeutas, considerou a possibilidade de se tornar novamente ativo e aceitou a realidade do que precisaria para alcançar isto. Sabia que dependeria de si mesmo. Quanto mais dependia dos outros, menos iria progredir. As sessões de terapia o ajudaram a se dar conta de que tinha força, mas nem sempre harmonia. O reconhecimento de seu potencial o inspirou a mudar sua filosofia de vida. Devido a sua falta de disciplina, foi difícil manter sua nova filosofia e realizar o trabalho para tentar uma mudança na conduta e na maneira de pensar. Apesar de si mesmo, Naji Cherfan começou a evoluir lentamente.

Em Atenas, Naji trabalhou particularmente com um fisioterapeuta chamado Vassilis Borotis, que se tornou seu terapeuta preferido, já que era extrovertido e tornou os exercícios divertidos. As sessões diárias consistiam em cinco a oito horas de caminhada, natação, ir a academia e fisioterapia

tradicional em que Vassilis alongava e manipulava os braços e as pernas de Naji. A relação cresceu como resultado de respeito e compreensão mútuos. Trabalhando juntos, conseguiram melhorar o estado físico de Naji, que aumentou sua resistência e conseguiu caminhar cinco quilômetros por dia em 1998. Esta atividade necessitava de perseverança e mostrou ser o melhor exercício para seu estado, já que ajudava a continuar com o desenvolvimento e equilíbrio de seu corpo.

Este progresso incentivou Naji e o motivou a trabalhar mais. Apesar de achar as horas da tediosa terapia intermináveis, chatas e exaustivas, ele sabia que o resultado seria positivo e o aproximavam mais de sua meta de recuperar o que havia perdido. A persistência se tornou um hábito, pois tinha tentado várias vezes fazer coisas que nunca tinham necessitado de raciocínio ou esforço.

No início de 1998, Naji Cherfan ia às aulas duas manhãs por semana e tinha um cronograma contínuo de reabilitação que incluía fisioterapia, terapia ocupacional e fonaudiologia. Praticava caminhada e fazia exercícios de respiração, Naji apresentou grande progresso ao conseguir entrar e sair dos cômodos, das casas e dos carros. À medida que sua voz recuperava parte de sua velha cor e expressão, sua mente estava cheia de novos pensamentos sobre a vida e seu propósito. Naji comemorou seu aniversário de 19 anos em novembro de 1998 com uma grande festa, com seus amigos e familiares. Considerava-se 80% recuperado nesta etapa do tratamento. Os 20% restantes de sua recuperação seria os mais difíceis de conseguir. Quando atravessava momentos de obscuridade, rodeado dos demônios do medo e do ego, se perguntava se teria coragem de chegar ao final do caminho. Durante o período difícil, aceitava a vontade de Deus em relação a sua vida e todas as lições que viriam. Depois de mais algumas semanas de tratamento, assessoramento e de uma vida social mais ativa com amigos, Naji se preparava para alcançar o sonho que tinha há meses. Começava a compreender o valor e a possibilidade da vida à medida que se preparava para viajar para o Canadá.

Em 3 de março de 1999, Naji foi viver com seu irmão, Maher, e sua mulher, Maria, que esperavam seu primeiro filho. Estava entusiasmado em viver em Montreal, perto de seu irmão e de bons amigos. Antecipando a chegada de um bebê na família, ele vibrou com a idéia de ser tio. Seus dois irmãos tinham se casado há pouco tempo, e ele viu a felicidade e o contentamento deles. Em seus momentos de maior reflexão, Naji pensava em se

casar e constituir uma família. No entanto, nesta etapa de sua vida, ele sabia que tinha pela frente vários anos de árduo trabalho antes de assumir as responsabilidades de uma vida familiar. Feliz por estar no Canadá, rapidamente se adaptou na casa de seu irmão. Ainda com o sonho de ser ator, continuou recebendo a melhor fisioterapia e terapia ocupacional possíveis. Antes de sair de Atenas, teve algumas sessões com um excelente terapeuta. O trabalho realizado com este homem lhe deu um voto renovado de paciência e perseverança. Naji chegou ao Canadá com uma atitude positiva e um sentido de antecipação frente às possibilidades da vida.

Naji e seu pai buscaram um lugar onde ele pudesse estudar artes cênicas, já que acreditava que um ambiente que tivesse como foco a pessoa seria mais conveniente para sua educação e desenvolvimento. Depois de freqüentar aulas de atuação por duas sessões, Naji chegou à conclusão de que atuar é parte da vida e que estudá-la arruinaria tudo. Depois de encontrar outra universidade, inscreveu-se em marketing internacional.

Quando Naji saiu do coma, sentia que havia estado suspenso em um estado de purgatório. Quando procurou o termo purgatório no dicionário, viu que o significado era um lugar ou estado de sofrimento. Já não sofria da mesma maneira, mas não era completamente feliz. Apesar de ter recuperado 80% de seu estado normal, ainda tinha muitas limitações físicas. Isto o tornava limitado emocionalmente e ele lutava para novamente encontrar a felicidade. Talvez o amor e as orações que recebia de seus amigos e familiares fizessem um outro milagre. O que mais o atormentava era o tema do propósito de viver, que o levou a se perguntar por que estava vivo e a que estava predestinado.

A seguir um e-mail que ele escreveu para sua família em Atenas:

“Quando estou longe das pessoas sinto mais saudades e percebo quanto eu as amo. Se você fica se perguntando “porquê e porquê”, você, e somente você encontrará a resposta. A pergunta que você sempre faz é: quem sou? Você encontra a resposta por eliminação “não sou um corpo, então o que sou? Não sou uma alma, então o que sou? Eu tenho que parar de não dar valor as coisas, especialmente da minha família. Se uso minha doença para conseguir algo, principalmente das pessoas que me amam, em um certo momento as pessoas se cansarão e simplesmente irão me ignorar. Devo me considerar uma pessoa

normal e não uma pessoa incapacitada. Também acredito que a ilusão é a ignorância da realidade. É a confusão da mente que traz a ilusão para a realidade. Minha ilusão da perfeição me incentivou a trabalhar mais. A ilusão é o que as pessoas pensam que é a vida. A palavra chave para a vida é consciência ou conscientização. Conscientização de quem somos... quem realmente somos. Eu disse que você tinha que prestar atenção em seus pensamentos e observá-los, e se você não for capaz de observá-los diretamente observe o que você fala ou faz. Quando você diz que se sente bem e realmente se sente bem, significa que seus pensamentos estão sob controle. Sei que preciso relaxar e não ser controlado por meus pensamentos. Isto se chama ter domínio sobre si mesmo. Eu tenho várias frustrações e ninguém sabe pelo que estou passando. As pessoas e os médicos não me deram esperança no passado, mas me concedi um período mais curto de tempo para minha completa recuperação. Sei que não estou aceitando o fato de que não sou mais o velho Naji”.

No início de sua estada no Canadá, Naji lidou com “as mesmas coisas de sempre”, todo tipo de terapia e uma vida de paciência virtual. Estava cansado de ir a diferentes centros de reabilitação. Apesar de poder lidar com a terapia diária, a idéia da neuropsicologia o deixava irritado. Ele acreditava que não precisava de nenhum tipo de ajuda mental. Quando finalmente concordou em ver um neuropsicólogo em Montreal, se deu conta dos benefícios de poder falar com alguém sobre suas preocupações e medos. Naji percebeu que seu velho padrão de não apreciar as coisas era negativo e destrutivo para seu desenvolvimento. Dolorosamente consciente do que deveria fazer para mudar, simplesmente não conseguia encontrar a disciplina para fazê-lo. O desejo de independência foi um incentivo para continuar a terapia e ele desejou um dia morar sozinho. Ao constatar que o tempo passa rápido, estava preocupado em estar inteiro fisicamente para se tornar emocionalmente feliz.

Foi nesta época que Naji também decidiu se concentrar na saúde. Deixou de fumar e começou a se alimentar melhor. Também havia manifestado este tipo de determinação anteriormente, quando fazia dieta e exercício físico no ensino médio. Agora, sua meta era parecida. O resultado dependia da capacidade que tinha descoberto há pouco de se concentrar e utilizar a autodisciplina. Sendo crítico e, algumas vezes sentencioso, agora se

dava conta de que julgar os demais resulta no julgamento de si mesmo. Fazia tudo sozinho e sentia que conseguia as coisas porque tinha um senso mais forte de auto-estima. Sua idéia de realização se baseava em suas qualidades internas, mais do que nos bens externos. Ao relaxar sua mente para poder se concentrar, criou uma realidade virtual. Esta realidade combinava sua limitação com a fantasia de sua recuperação.

Com grande antecipação, Naji fez planos para viajar à Atenas durante julho de 1999. Sua chegada esteve repleta de velhos amigos, velhas atividades e velhas recordações. Estas recordações o confundiram e o deixaram triste. Havia sonhado em voltar a ser completamente normal, mas quanto mais acreditava, a realidade se tornava fria e difícil. Estava muito melhor, e tal melhora era visível, mas não era o velho Naji nem mesmo o Naji que esperava ser. Pelo menos, ainda não. Durante as semanas que esteve na Grécia, escreveu um diário. Um dia, escreveu: “Quero ser melhor do que o Naji que fui um dia. Se não fisicamente, definitivamente mais sábio. Aprendi muito com o acidente. Uma técnica para voltar a ser quase a mesma pessoa de antes é focar e me concentrar com o objetivo de me fortalecer”.

Naji estava entusiasmado sobre retomar sua vida em Atenas, mas seu entusiasmo se transformou em uma confusão emocional. Tinha vários conflitos entre seu passado e a realidade presente. As pessoas, os lugares e as situações de sua vida anterior exerciam pressão sobre ele e os sentimentos eram devastadores. Vacilava entre o que lembrava que podia fazer e o que realmente podia fazer. A viagem não lhe trouxe o prazer, o alívio e a satisfação que necessitava.

Durante esta viagem, escreveu em seu diário: “Em agosto de 1999, estou aproximadamente 85% mais saudável. Esqueça. Percorrerei todo o caminho. Quando você fizer alguma coisa, faça bem feito. Apenas faça, apenas faça. Pensei em dar mais um ano a mim mesmo e ver os resultados. Comecei a apreciar a vida, a valorizar as coisas e, por último, comecei a valorizar as pessoas. Um dia acordei e me dei conta de que fui colocado neste planeta e que fazia parte deste mundo por alguma razão. No passado, sempre dizia que a vida tinha chegado ao seu final e que tudo havia terminado. Agora digo que a vida apenas começou”. Ele acreditou nestas palavras e se tornou uma nova pessoa. Um dia acordou e se deu conta de que o dinheiro não é tão importante quanto à saúde ou o valor da vida. Esta descoberta contrastava com o adolescente de antes que vivia no sistema de “desejar e

adquirir". Esta filosofia lhe deu estabilidade mental e uma nova maneira de ver as pessoas e as coisas ao seu redor. Melhorou sua capacidade de organização e anotava na agenda seu programa diário.

Enquanto se recuperava, Naji Cherfan se considerou um milagre. Depois de se submeter a tratamentos intensivos na Grécia, Alemanha e Canadá, começou a alcançar as metas que tinha colocado para si mesmo há muito tempo. Percebendo o que havia conseguido graças ao tratamento e ao seu esforço pessoal, este jovem corajoso seguiu em frente e conviveu com suas limitações. "Simplesmente considere-se uma pessoa normal e diga: "esqueça". Foi somente um acidente que durou dois segundos. Você não precisa mais se submeter a um tratamento intensivo ou receber ajuda importante.

O melhor tratamento é freqüentar a universidade e viver uma vida normal, como os outros. Esqueça o passado. Tenho a oportunidade de fazer isto assim como a maioria dos meus amigos. Posso andar, pensar e, mais do que tudo, estou consciente. Honestamente, não me importa. Poderia ter sido pior. "A vida é meu tratamento".

Três anos antes, Naji não se imaginava pronunciando essas palavras. A vida pode ser injusta, mas sempre lhe dá a oportunidade de crescer e aprender. Escreveu em seu diário as seguintes palavras: "Imagine-se em dois anos a partir de agora e considere-se uma pessoa normal, a menos que um privilégio por uma limitação muito importante se faça necessário". Durante alguns de seus momentos de escuridão, saia para caminhar pelas montanhas para respirar ar puro. Então, dizia a si mesmo: "nunca, nunca, nunca deixe que as pessoas sintam pena de você, a menos que goste deste sentimento. Tenha sempre seu orgulho e dignidade". Nestes momentos achava as outras pessoas menos afortunadas do que ele e percebeu que tinha a capacidade de ser mais feliz. Começou a dar valor ao que tinha e ao momento que atravessava em sua vida.

Estes eram os novos pensamentos de Naji, já que costumava passar pela vida com indiferença. Ele expressou estas idéias tanto oralmente como por escrito. Tendo mudado física e espiritualmente, vislumbrou que um dia despertaria em perfeito estado. À medida que os dias iam se passando ia conseguindo novos movimentos, viu como progredia. Percebeu que a recuperação dependia do tempo, da paciência e de grande esforço.

Rezando por um novo milagre, insistiu que podia fazer qualquer coisa. Seu maior medo era não se recuperar. Assim, jogava com seu subconsciente para se convencer de que um dia seria perfeito aos olhos dos outros. Percebeu que se enganar desta maneira realmente funcionava. Ao acreditar com o coração, Naji compreendeu a tênue linha que existe entre a realidade e a fantasia, e a relação entre a concentração e o resultado. Finalmente, tinha tropeçado no poder da concentração em seu benefício para as habilidades físicas e emocionais. Ele se deu conta disto durante uma sessão de fisioterapia em Montreal, quando seu terapeuta, Frank, disse que ele deveria se integrar com a sociedade. Ele aconselhou Naji a viver na realidade, ao em vez de se esconder e ficar esperando por um outro milagre. Neste momento, Naji enfrentou sua situação atual com a verdade e não vivendo uma ilusão. Ao se olhar no espelho, via um homem jovem, a poucas semanas de completar 20 anos. Ao em vez de andar com dificuldade, agora se movia de forma mais refinada, mais equilibrada. Sua visão, memória e concentração melhoraram notavelmente. Estava indo bem na universidade e estava motivado com suas aulas e com a terapia. A comunicação com seus amigos por telefone ou internet lhe proporcionava conforto e força.

Apesar de ter dificuldade para se concentrar quando cansado, as capacidades mentais de Naji permaneceram fortes depois do acidente. Ele não tinha noção de como a mente pode ser poderosa até ele se tornar mais sério. Disse a si mesmo: “você deve desafiar a si mesmo e considerar tudo possível”. Esta idéia motivou Naji a controlar com normalidade um corpo que se recusava a escutar e não lembrava do que tinha feito antes da lesão cerebral. Sua mente lembrava da liberdade física e pedia aos braços e as pernas esta liberdade. Seus braços e suas pernas seguiam suas ordens, mas com limitações. O pensamento determinava que o físico e a estrutura emocional se desenvolvessem e fossem desafiadas. Pouco a pouco, Naji aprendeu que a mente é uma faca de dois gumes. Um lado é o inimigo, ao passo que o outro lado é o salvador. Naji enviou o seguinte fax a um amigo em Atenas:

“Um dia na universidade, não conseguia me concentrar no problema explicado em aula. Assim, comecei a me perguntar: “por que tenho tanta dificuldade para me concentrar?” Me veio uma idéia. É a pressão na mente. CARAMBA!!! Se a mente pode sentir pressão e sabemos que tudo vem de nossa mente, isto significa que a pressão em meu corpo vem da minha mente. LEGAL! Eu entendi? Se relaxo minha mente, meu corpo se relaxa. É simples. É tão simples que parece muito fácil. OK, como fun-

ciona? Como posso relaxar minha mente? Me concentrar em muitas coisas gera pressão. Solução: me concentrar em uma única coisa por vez".fuera muy fácil. Bien, ¿cómo funciona? ¿Cómo puedo relajar mi mente? El concentrarme en demasiadas cosas genera tensión. Solución. Concéntrate en una única cosa a la vez".

Como resultado de "muitas sessões de terapia e sermões de pessoas que o amam e o apóiam", Naji deixou para trás sua atitude crítica. A maturidade o convenceu de que não "podia ir embora e não podia sair". Naji faz sua própria terapia através da meditação e do uso da autodisciplina. Pouco a pouco, foi compreendendo e apreciando o significado do respeito por si mesmo e pelos demais.

Estar com Naji Cherfan é uma experiência estimulante. Sua comunicação é direta e, apesar de sua conduta às vezes ser egoísta, tem um encanto único. Naji continua desenvolvendo sua mente e possui grandes pensamentos. Descobriu várias bênçãos que tornam sua vida satisfatória e cheia de oportunidades. Um dia, desceu as escadas que levam ao apartamento da família em Montreal. À medida que entrava mais profundamente na escuridão, percebeu a insignificância de seus pensamentos até então. Alguma coisa "estalou" entre sua mente e seu coração até o ponto de não mais poder negar o propósito da vida. Ele tinha que pensar grande, ir além do que seu ego queria e do que seus padrões indicavam que devia fazer. Repetia em voz alta: "Sou somente eu, eu mesmo e eu". Desta vez acreditava em suas palavras. Ele compreendeu que possuía as qualidades para o sucesso e todas as bênçãos que sua família, seus amigos e o amor podiam lhe dar. Feliz porque era verão, estava agradecido aos terapeutas e aos médicos por ajudá-lo a encontrar este novo espaço brilhante onde as coisas faziam sentido. Ele riu para si mesmo e disse: "somente me veja voar".

Durante os anos de tratamento, Naji manteve um diário e queria escrever um livro contando sua experiência. Em 1998, começou a editar seus diários, dando-lhes prioridade em relação às outras atividades. Este processo o aproximou de sua meta de escrever um livro que descrevesse os eventos que o levaram ao acidente, ao período de coma, ao tratamento e a recuperação. "Conheço tantas pessoas que passaram por casos semelhantes, até mesmo piores, mas nenhuma delas efetivamente falou sobre suas experiências. Eu o fiz simplesmente para colocá-lo à luz e para que todos saibam pelo o que eu passei. Mais do que tudo, minha intenção é ajudar a todos que

estão na mesma situação que eu estava”. Finalmente, terminou o livro e o dedicou aos terapeutas que o ajudaram a andar e ao que o ajudou a respirar e falar do centro do seu corpo. No final, compreendeu as palavras de seu pai: “A paciência é uma virtude, há tempo para tudo, e não tenha medo”.

Um estado de realidade é aquele baseado em fatos e na verdade. Quando uma pessoa vive na realidade, as condições ao seu redor são práticas, honestas e genuínas. Tais condições nem sempre são confortáveis ou prazerosas, mas o desconforto exige atenção e força a consciência. Quando uma situação se torna muito dolorosa, a pessoa é forçada a deixar cair a máscara da ilusão que tão misericordiosamente nos separa do que desejamos esquecer. Naji Cherfan escreveu estas palavras a sua família em Atenas: “minha vida se tornou uma realidade virtual. Mas, querem saber? A realidade é dura”. Estas palavras foram devidas ao mau humor resultante da fadiga. Suas mudanças de humor eram a lembrança constante de como a vida tinha mudado devido ao acidente. Sempre que se sentia triste ou deprimido pensava: “na verdade, todos têm sentimentos como este”. Reconhecia a existência dos outros e compreendia que, de várias formas, ele era igual a todos os outros. Começou a sentir que “cada um de nós tem sua própria proximidade com Deus”. Um jovem pensador renascia da determinação necessária para lidar com as condições de sua própria vida. Lutava para conter a frustração, mas tinha o costume de começar a brigar para eliminar a pressão que sofria em seu corpo e em sua mente. Escreveu: “precisava somente descarregar a pressão em alguém”. Controlava seus estados de ânimo através da natação, da respiração e da meditação.

À medida que Naji Cherfan amadurecia, dividia suas lições de vida e trabalhava com elas a fim de crescer. Percebeu que uma parte dele tinha uma visão renovada da vida. Mesmo quando estava de mau humor e cansado, era igualmente feliz. Naji disse a si mesmo que o tempo é o espaço dividido em pequenos pedaços, e escreveu em seu diário: “tempo é o momento da mente, do passado até o futuro e do futuro até o passado, passando pelo presente. Quem se importa de escrever (ou não escrever) um livro sobre a vida quando você está tão ocupado escrevendo sua própria vida. Por que nos preocupamos tanto com a vida quando ela está acontecendo? A vida é como um jogo. Quanto mais coisas boas você faz para os outros, mais receberá e mais ganhará. Concentre-se e não se distraia. Se não sou feliz, digo: “serei feliz”. Quem é feliz hoje? A felicidade é sentir-se bem. Sentir-se bem, bem, bem. Então, bem, estou superbem, bem, bem. Agora tenho os pensamentos corretos. Quero ser melhor do que o Naji que fui

antes. Hoje é um novo dia. Temos algo a fazer. Serei amigável e agradável com as pessoas. Todos irão me amar porque os amo. É assim que a vida se tornou para mim. Todos estão felizes. Sorrirei para eles. Se você não está feliz e tem algum problema comigo, então não faça disso uma grande coisa”.

Naji tinha alcançado um estado em que quanto menos tinha que trabalhar em sua recuperação, mais se tornava em um desafio. À medida que seu estado físico melhorava, também trabalhava sobre seu temperamento e mostrava mudanças positivas em sua atitude e conduta. As palavras de seu pai: “a paciência é uma virtude; há tempo para tudo, e não tenha medo”, tinham se tornado parte da existência diária de Naji. George Cherfan oferece uma fonte de fortaleza e incentivo a seu filho, e Naji tinha começado a valorizar mais do que nunca o exemplo de sabedoria e coragem de seu pai.

De maneira lenta, mas constante, Naji Cherfan se aproximou de sua recuperação e a promessa de uma vida com propósito e sentido. Descobriu a vontade de viver em plenitude, enquanto encontrava o desafio da limitação. Sua experiência o havia motivado em seu desejo de ser um exemplo para os incapacitados. Ao dividir sua história com os jovens incapacitados, Naji Cherfan se considerava ele mesmo “um milagre”, e acreditava que seguramente tinha outros milagres esperando para acontecer. A coragem e a perseverança são os requisitos para a recuperação, juntamente com o tempo e a oração. Uma vida com a virtude da paciência lentamente havia se tornado em uma realidade virtual.

Em 8 de junho de 1999, Naji Cherfan escreveu o seguinte e enviou por fax a um amigo na Grécia: “Enquanto estive no Canadá, percebi que não tinha tantos problemas com meu corpo. Então, qual o problema se minha mão esquerda e minha perna direita não funcionam 100%? Afinal de contas ninguém é perfeito. Tenho muita sorte. Há pessoas que não têm pernas ou braços. Devo aceitar as coisas e melhorar o quanto for possível, ser feliz comigo mesmo, como sou e fazer todo o possível para melhorar. Não haverá limites para minha mente alcançar”. Dez anos depois da lesão cerebral que roubou sua visão, sua fala e sua capacidade de se mover, este jovem está conseguindo alcançar seus sonhos. Aprendeu que a paciência é uma virtude e a coloca em prática. O caminho que começou com o acidente, depois o coma, a terapia até chegar a uma vida normal continua para Naji Cherfan.

“Eles podem porque pensam que podem” Virgílio

Capítulo III (1999 – 2006)

Notas Virtuais

1. Negação. Vivia na negação e ainda continuo vivendo, em parte, na negação. Finalmente percebi que preciso aceitar alguns fatos da vida. Ninguém é perfeito. Este é um fato que não aceitava. Talvez esteja percebendo quanto era profundo e doloroso me recuperar do acidente. Eu seria capaz de ser a pessoa que sou se não tivesse sofrido o acidente? Tempo. Chegou a hora de deixar de lado a negação e começar a me adaptar a minha vida.

2. Aprendi a construir princípios adequados e me guiar por eles, e se você acredita em alguma coisa, você deve saber porque acredita.

3. Força de vontade e fé me guiaram durante a recuperação.

4. Preciso me resguardar de alguns pensamentos. Quando era criança, usava uma analogia para obter uma atitude positiva multiplicando duas coisas negativas. Agora compreendo que se respondo de maneira positiva a algo negativo criei uma energia positiva.

5. Somente os que passaram por uma experiência traumática semelhante a minha podem compreender o que estou passando.

6. Um problema que enfrento depois de nove anos de tratamento e trabalho duro é deixar que os pensamentos obsessivos controlem minha vida. Apesar de ter conseguido muito, preciso compreender que há muito mais para conseguir. Cada experiência me dá uma chave para abrir uma porta diferente em todas as áreas da minha vida. Devo usar estas chaves cuidadosamente, sem abusar. Todos têm o potencial para ir em frente, com amor. Incentivaram-me a ter auto-estima alta, e compreendi que a maturidade chega por meio da experiência.

7. Criamos tantos problemas para nos mesmos e para as coisas que temos. Nem sempre é um dia ensolarado. Às vezes precisamos imitar a natureza. Ninguém é perfeito.

8. Sempre seremos mal entendidos. Tenho uma atitude positiva e vejo o lado bom da vida por meio do amor, do trabalho e da brincadeira.

9. Nesta vida, nascemos sem nada e, quando morrermos, partiremos sem nada. Administramos nosso próprio espaço e como decidimos viver esta vida.

10. As pessoas entram em sua vida por alguma razão. Se as pessoas estão destinadas a estarem juntas, o amor verdadeiro as une e Deus as abençoa.

11. Não tenha medo. Feche a porta à corrente do medo e deixe-o para trás.

12. Quando oramos sinceramente, somente a fé verdadeira pode selar a mente, o coração e a alma. Aprendi a “orar pelo que quero e a trabalhar pelo que preciso”.

13. Sinto-me muito melhor quando ajudo alguém e depois vejo um sorriso em seu rosto.

14. Não permito que a opinião dos outros perturbem meus sentimentos. Talvez as pessoas acreditem que te conheçam. No final, somente você se conhece e sabe do que precisa. Não se trata tanto de abrir a mente, mas sim de abrir o coração.

15. Tudo o que vivi aconteceu para me mostrar e me ensinar a ter paciência. Paciência é o amor verdadeiro e a beleza absoluta.

16. Todos nós temos o sexto sentido. Percebi que, às vezes, posso ver e sentir muitas mensagens ocultas.

17. Ser independente, tomar conta de mim mesmo e acreditar que sou capaz de fazer tudo o que desejar me ajuda a crescer.

18. Somente Deus pode dar e tirar a vida. Ele nos deu a vida e a capacidade de sermos criativos. Deus nunca nos abandona. São os seres humanos que se distanciam de Deus.

19. Quando o homem deseja alguma coisa, ele pensa nisso. O pensamento se torna líquido. O líquido vai para as células. Se você pensa em mover o dedo de sua mão esquerda, o líquido vai às células responsáveis por essa área. Se as células dessa área estiverem lesionadas ou traumatizadas, levam a mensagem do líquido, mas a interpretam de forma errônea, então, quando enviam a mensagem ao dedo, a ordem é incorreta. Não é erro do dedo ou

do pensamento. O problema está nas células responsáveis por enviar o pensamento ao dedo: existe uma cadeia funcional entre o pensamento, a célula e o dedo. Se existe um problema com alguma ligação da cadeia, tudo será afetado.

20. A experiência me ensinou que se imagino o movimento de qualquer parte do meu corpo, eventualmente o realizarei. A perseverança, concentração e disciplina foram os requisitos para esse esforço. O sofrimento individual de uma lesão cerebral deve encontrar a maneira de se concentrar na parte do corpo afetada pela lesão.

21. O corpo é uma concha, somente uma casa. O corpo não define quem você é. Se alguém fala que você é limitado, esta é a percepção dessa pessoa sobre seu corpo. Entretanto, não é você. Alguém pode te convencer de que seu corpo é quem você é. Nesse caso, as limitações de seu corpo se tornam quem você é.

22. As duas piores palavras já criadas são “não posso”. Deus não escuta suas palavras, escuta seu coração. Com perseverança sua mente pode alcançar o que seu coração desejar. Virgílio disse: “Eles podem porque pensam que podem”.

Algumas das coisas mais difíceis:

1. Se for muito difícil para eu andar pela rua e tentar abrir uma porta, alguém a abrirá para mim. Isso é muito amável, mas às vezes digo a mim mesmo, em voz alta: o quê? Falo seis idiomas e você acha que não posso abrir a porta. Finalmente compreendi que as pessoas enxergam somente o que querem ver.

2. Muitas vezes eu mesmo me deixei levar pela avaliação dos outros. Tentando satisfazer as expectativas dos outros, sempre comecei do zero. Ter deixado muitas pessoas me avaliarem e ter ido a todos esses diferentes centros foi a experiência mais difícil pela qual já passei. Sempre buscando o caminho mais curto para a recuperação, enganei a mim mesmo. Sentia que alguém, em algum lugar, me daria a chave da gratificação instantânea. A paciência foi minha melhor aposta. Parece muito fácil de dizer. Está certo. É fácil, mas aprendi que tudo deve ser feito primeiro de maneira lenta e cuidadosa.

3. Também percebi a razão da minha existência. Não viemos ao mundo e simplesmente partimos. Não! O acidente me ensinou que sobrevivi para contar aos outros minha experiência. Cada um de nós sofre de maneira diferente, a fim de aprender sobre a vida e as pessoas. Isto significa o crescimento e a evolução da alma. Minha experiência me fez pensar a respeito das necessidades dos outros.

4. Uma gota de água contínua pode fazer um buraco em uma rocha. Isto me inspirou a seguir tentando e nunca dar-me por vencido.

5. Apegar-se muito a alguma coisa faz necessário o desapego.

6. Nossa concepção do que é normal é relevante para o indivíduo. O normal é, no entanto, o que o indivíduo define como tal.

EPÍLOGO

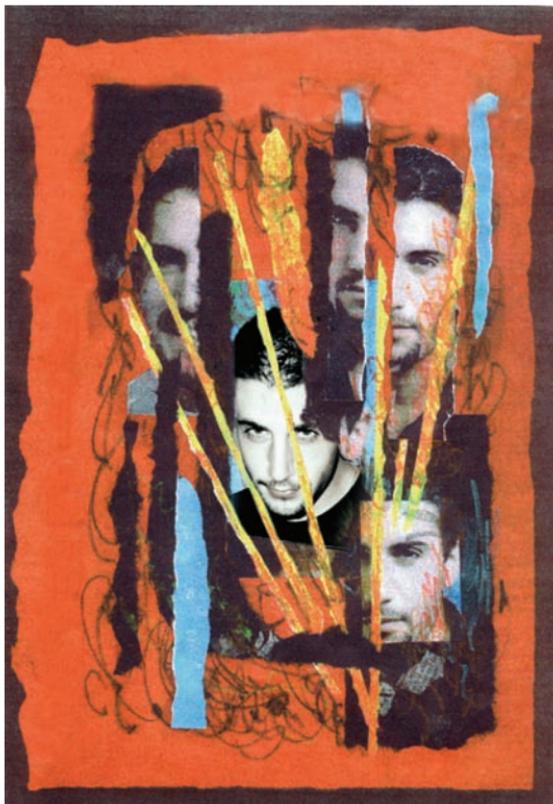
De 1999 a 2001, Naji e seu pai viajaram a centros de tratamentos no Arizona, Texas e Flórida. Em cada cidade, conheceram médicos e pessoas boas que ajudaram na recuperação e no progresso de Naji. Por último, Naji se mudou para Flórida, onde fez muitos amigos. Estudou multimídia no Art Institute of Fort Lauderdale e depois voltou para a Grécia, onde se inscreveu no Business College of Athens (BCA) e se graduou com o título de associado em E-Business. Durante os últimos três anos, trabalhou na empresa de sua família em administração e relações públicas. Durante os anos de sua recuperação, continuou escrevendo e editando seus escritos. Sua jornada é de determinação, coragem e mudança. Seus pensamentos mais recentes figuram nas últimas deste livro. Estas são as palavras de um homem que teve uma experiência traumática e a transformou em um modo de vida. Naji Cherfan tinha 17 anos quando teve a “experiência que durou dois segundos” que o obrigou a analisar tudo o que sabia e tinha aprendido. No dia 20 de novembro de 2005, completou 27 anos. Esta década de sua vida está revelada em “Notas virtuais”. Naji Cherfan faleceu em 31 de julho de 2008 devido a um ataque epiléptico seguido de infarto enquanto dormia.

Ao leitor:

Obrigado pelo seu interesse na minha história, já que me fez reviver o acontecimento.

“A vitória pertence ao mais perseverante”

Napoleão



Paciência Virtual

Com dezessete anos, Naji Cherfan sofreu uma lesão cerebral que o deixou em coma. Quando ele acordou, não conseguia se mover, falar ou enxergar. Ele acredita que este fato lhe deu a oportunidade de ser bebê duas vezes. No entanto, na segunda vez estava consciente e teve que amadurecer de uma maneira mais difícil. Desde o momento em que Naji pode falar novamente, ele teve uma grande necessidade de contar sua história, a fim de compreender o que aconteceu e o porquê. O fato de colocar seus pensamentos e emoções em palavras ajudou-o a tornar-se uma pessoa melhor.

www.virtualpatience.com

www.najicherfanfoundation.org