

EXINLU

Como cuidar de *bads*

Não era pra ser uma roleta. Era da boa, experientes e o clima estava agradável. Mas acontece...

E não existe nenhum curso preparatório, aprendemos com os erros e tentamos auxiliar quem está por perto.

A seguir você encontra um guia de ‘primeiros socorros’.

O que não fazer

Imagine se todos arranjassem uma solução e tentassem ajudar o sujeito, imagine qual seria a solução que os intrépidos acompanhantes, em suas mentes beligerantes e apressadas, iriam conseguir apanhar. Imagine como todos em volta articulariam uma tática conjunta e sensata. Caos!

Tente primeiro manter a cabeça fria, olhar o problema do alto, longe do tumulto e do calor. As pessoas reagem entrando em pânico juntas, querem apagar o incêndio com querosene e um pouco de malícia, querem espremer mais a situação pra caber dentro do que acham saudável e normal, empacotá-la em celofane de risos satisfeitos e comportados. Não conte com a pessoa explicando bem qual é o problema, provavelmente ela tem a menor menor noção (muito menos acredite que alguém conseguirá entender o que ela disse).

A realidade é muito pouco confiável nestes momentos, nunca se sabe se o 6 não era 9. Por isso qualquer possibilidade de piora deve ser evitada a todo custo. Aguentar firme e esperar pacientemente deveria ser a reação típica, qualquer mudança pode ser terrivelmente inapropriada, não se sabe qual será a reação.

Tipicamente é uma badtrip psicológica, raras as vezes que a pessoa se machuca ou precisa de cuidados médicos, mas tenha sempre em mente os riscos reais, tanto de overdose, quanto do ambiente. Afaste a pessoa de possíveis situações de risco. Nada de correr pelado na rua, nem brincar com facas, nada de fogueiras na sala, tão pouco aulas de tobogã. Esse será o maior trabalho e o mais pertinente. Assegure as melhores condições possíveis e espere passar. Que vai passar é uma certeza, é uma das poucas certezas que temos.

Tormenta — Olhos Galático

Certamente está sendo uma experiência profunda, encantamento assombrado, gostoso e insólito se mesclam indistintos. Algumas pitadas de dor, não dá pra fritar ovos sem romper a placenta. Sentimentos extremamente aflorados. Alguns até curtem essa possibilidade de rever conceitos viscerais, mesmo correndo o risco de desmoronamento, submergem brocas petrolíferas e reestruturam toda a economia. Outros se perdem nos controles novos, metem os pés pelas mãos com o que tem na cachola e chegam às configurações exóticas. Você pode estar vendo a “solução”, mas não tem como ‘empurrá’-la no caminho, no máximo dá pra desviar algumas pedras e facilitar a caminhada.

Badtrip não se ‘curar’, não é uma insanidade recalcada que precisa ser resolvida, não é uma enxaqueca esperando dipirona. A pessoa se mergulhou de universos em que não detinha subsídio afetivo ou lógico pra mantê-los reconhecível e manuseável na forma ortodoxa, na forma em que sabia manusear. Os inúmeros reflexos virtuais – o peso e a inércia refletindo nosso volume, o espelho refletindo nossa aparência, a memória refletindo nossa história – compondo uma unidade reconhecível como ‘EU’, estes reflexos também são percebidos de forma alterada, rebocada, cravejado de rodopios invasivos. Então a imagem de si mesmo, o que a pessoa reconhece como ela mesma, é distorcida. Este descompasso nos faz sentir como que pilotando um cockpit desconhecido e sem manual. Ela não se sente mais familiar nem com a própria mente.

O equívoco, o atrito, não é o problema, depois vira epifania; o desemparelhamento momentâneo é que pode causar avarias e degradingolar em desespero. Este desarranjo nos faz sentir como que de volta num corpo bebê recém parido, desconcertado com as luzes intensas e a respiração seca. Alguns engatinham, outros choram.

É necessário um certo desapego, perceber que tudo isso não passa de uma voltinha. Evitar a repetição desesperada das mesmas atitudes falidas e insensatas, a paranoia delirante de querer que o mundo sempre esteja do jeito que estávamos acostumados, que ele reaja sempre da mesma maneira que achamos *normal e justo*. A pessoa em bad não está sabendo lidar com a situação, caiu em armadilhas que ela mesma montou em sua mente e não consegue sair. Ele está enfrentando de frente o problema de viver numa realidade onde os recursos que carrega podem simplesmente não funcionar e precisam ser reinventados.

Contornando e Pendurando

Por algum motivo está seguro que é melhor intervir em algo, que tem disposição e capacidade pra isso. Talvez tenha visto algum perigo que os outros não perceberam, talvez seja fácil prestar algum auxílio sem grandes chances de perturbar. Porém, lembre-se: O melhor pra geral é o melhor, na média, pra cada um.

Parte do processo de convencer a pessoa de que está tudo bem é tratá-la como se estivesse tudo bem. Tente sempre localizar a pessoa, dizendo o que ela usou, lembrando onde ela está. Sem afobá-la, apenas situando-a.

É incomum lidarmos com situações excepcionais, não temos essa malemolência, principalmente naquelas em que até as estratégias básicas de enfrentamento precisam ser depuradas. Alterando a percepção você não só altera o recorte do mundo externo que é feito.

Cuide dos pés, dê apoio e prática.