

FÁBIO CARDOSO

O LEGIONÁRIO

Rio de Janeiro
2022

O LEGIONÁRIO

Copyright @alazorj

Livro de Fabio Cardoso

Prefácio 1: Gustavo Nogueira

Prefácio 2: Sonia Abreu

Capa: Fabio Cardoso

Impressão e acabamento: Gráfica Brunner

Revisão: Sonia Abreu

Diagramação: Ieda Thomé

Editoração: ALAZO RJ

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

C268 O LEGIONÁRIO / CARDOSO, Fábio -- 1.
ed. -- Rio de Janeiro : ALAZO, 2022.

ISBN 978-65-996318-4-9

1. Cardoso, Fábio. 2. COVID-19 - Pandemia
3. Experiências - Relações 4. Homens - Biografia
5. Relatos pessoais 6. Superação - Histórias
de vida I. Título.

21-134130

CDD 920.71

Índices para catálogo sistemático:

1. Homens : Biografia 920.71

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

2022

Proibida a reprodução total ou parcial.

Os infratores serão processados na forma da lei.

ALAZO RJ

Sede provisória: Av. Gaspar de Lemos, 12 fundos, Ilha de Guaratiba, Rio
de Janeiro, RJ, CEP 23.020-110

<http://alazorj.site.com.br/> antologia.alazo@gmail.com

Telefone: 51 21 3139-4487

FÁBIO CARDOSO

O LEGIONÁRIO

A JORNADA DE REFLEXÕES E
EMOÇÕES DE UM SOLDADO QUE
CONTINUOU A SORRIR PARA A VIDA,
MESMO QUANDO TUDO PARECIA
IMPOSSÍVEL

O LEGIONÁRIO

FÁBIO CARDOSO

Esta é uma história real vivida pelo autor da obra. Ela foi escrita com relatos dos momentos que ele passou durante o tratamento da COVID-19.

Através da arte de escrever, o autor conseguiu passar intencionalmente para o papel todas as emoções sentidas.

O livro relata a incansável luta de um paciente que esteve consciente durante muitos dias na UTI de um hospital. Ele e muitas outras pessoas que se internaram e sobreviveram possuem grandes lições e experiências que precisam ser eternizadas.

O LEGIONÁRIO

FÁBIO CARDOSO

DEDICATÓRIA

Dedico esta obra a todos os que, assim como eu, passaram por momentos difíceis, decisivos e com a sensação de que tudo parecia perdido em meio à pandemia de uma doença devastadora.

À memória da minha prima Regina Castello Branco, dos meus amigos Edmilson, Paulo Henrique, Rodrigo Sodré, Anderson Silva, Wallace Rocha e de milhares de outras pessoas que foram à guerra e não retornaram. Um exército de heróis que foi resgatado e acolhido por Deus.

A você que de vez em quando fica com lágrimas nos olhos e aperto no peito por ter perdido alguém especial...

A você que teve sensibilidade e percebeu que a experiência que estamos passando é também para o nosso crescimento e despertar de um novo posicionamento diante do próximo, independente da raça, gênero ou classe social, pois ninguém teve o privilégio da escolha ou do livramento.

A você que aproveitou essa grande oportunidade oferecida por Deus e aumentou a sua fé.

O LEGIONÁRIO

FÁBIO CARDOSO

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, por ter me cuidado em cada detalhe e feito em mim o seu milagre. A Ele por ter mudado a minha história e colocado pessoas especiais no meu caminho quando mais precisei. Foram esses anjos muito bem escolhidos que no cumprimento dos seus respectivos ofícios me ajudaram a estar aqui hoje contando esta história de superação.

Agradeço aos meus primos Launir Jr, Adriana, Manuella, Luciana e Marcus Vinícius pela ajuda inicial e determinante.

Aos meus pais Edson e Alzenir, às minhas sobrinhas Isabela e Ingrid e à minha cunhada Rosana pelo carinho e amor que nutrem por mim, dando-me segurança e confiança nas *lives* diárias que eu fazia no hospital, onde eu me fortalecia para lutar pela vida em cada segundo.

Ao meu irmão Alexandre por ter encontrado força, tempo e amor para ser meu escudo, chão e segurança durante as batalhas de que participei. Tive a certeza de que em nenhum momento eu estava sozinho.

À minha prima Márcia Maria Paes Cardoso pela dedicação, carinho e escora nos primeiros momentos de recuperação. A sua força, a sua alegria e seu grande coração fazem sempre a diferença.

À amiga, escritora e terapeuta holística Sonia Abreu, por ter preparado o meu caminho e cuidado de mim antes mesmo do início da batalha. Foi com ela que aprendi a dar os primeiros passos firmes que um soldado precisaria nos campos de batalha.

À Dra. Ana Cláudia Moraes Silva, que muito além do olhar

O LEGIONÁRIO

médico também enxergou a mensagem de Deus. Com ela aprendi que devo agradecer a Deus até pelo ar que respiro e que devo viver a vida com gratidão.

À Dra. Larissa Pessanha pelos cuidados na emergência e aos profissionais do CTI do hospital, especialmente, Dra. Mônica, os fisioterapeutas, às assistentes sociais, às enfermeiras, às faxineiras, aos maqueiros e aos pacientes companheiros de luta que durante todo o período de internação transformaram aquilo que parecia impossível em uma grande vitória.

À Gisele Souza, a melhor nutricionista e amiga que Deus colocou na minha vida por ter aceitado o desafio de ajudar na recuperação e reorganização do meu corpo. Não há vitória sem dor e sacrifícios.

Aos médicos Dr. José Antão, Dra. Fátima Regina e Dra. Marina e ao fisioterapeuta Johansson Alves pelo comprometimento com a minha recuperação. Cada um sempre com palavras de conforto, força e esperança. Estamos vencendo essa batalha juntos...

Ao psicólogo e amigo Felipe Xavier de Moraes por me ensinar a enxergar melhor meus sentimentos pós-internação e a tirar de dentro de mim minhas angústias e dúvidas. A ajuda essencial para vencer minhas maiores dificuldades e desafios em tempos de pandemia. O soldado voltou ferido da batalha precisando de ajuda, pois a guerra ainda continua.

Ao amigo Wagner Toledo, irmão que Deus colocou na minha vida, pelas orações, zelo, dedicação, amizade e carinho que teve comigo e com minha família nos momentos difíceis de combate.

Ao amigo Márcio Moura, Maria Alice e todos os irmãos da Comunidade de Aliança e Vida Cruz Gloriosa pela força das orações pela minha recuperação e pela preciosa acolhida à minha família. Tenho certeza de que Nossa Senhora do Acolhimento foi a grande intercessora deste pedido.

Ao amigo Alex Siqueira, pela fidelidade e por se fazer presente

FÁBIO CARDOSO

junto com o Corpo de Cristo, alimento tão necessário. Pela generosidade e a compaixão que habitam em pessoas especiais.

Aos meus tios, tias, primos, primas e amigos que formaram uma grande corrente e incansavelmente oravam pela minha recuperação. Sou grato a cada um.

Aos amigos irmãos Gustavo Nogueira, Rachid Camargo, Willians Quirino, Tiago Armani, Carlos Luciano Espindola, Ieda Thomé, Josenilda Santos, Marcelio Gomes, Célio Soares, Márcia Campos e Franco Louredo, por emprestarem o ombro e demonstrarem carinho, não importando o dia e a hora.

Aos queridos amigos Bruno Almeida, Ricardo Gembaroswik, Ana Cristina, Márcia, Paola Alambary, Anna Schnoor, Antônio Nocera e Heltomiro Rodrigues pelo carinho, atitudes e palavras de incentivo.

Aos primos Filipe Larrúbia e primas Cecília Oliveira e Noemi Larrúbia e a amiga Sandra Pires por pronunciarem as palavras certas e na hora certa. Tudo que eu precisava ouvir.

Aos amigos Ismael Damázio, Wallace, Jonathan e Cátia pelas preciosas horas de convivência no hospital.

A todos os amigos que citei e os que não mencionei aqui, mas que muito contribuíram para minha vitória, sou grato pelas orações e pelas centenas de mensagens de carinho que me enviaram. Foram elas o combustível na minha caminhada de recuperação e, que me proporcionaram o amadurecimento diante do momento que eu estava vivendo. Com vocês ficou mais confortável exercitar minha capacidade de reflexão, mesmo mergulhado na emoção.

Sabem por quê?

Viver é bom, mas sobreviver para contar a história é muito mais gratificante!

O LEGIONÁRIO

FÁBIO CARDOSO

PREFÁCIO I

Peço licença a todos os nossos ancestrais. Peço licença a Deus. Peço licença a todos os santos. Peço licença a todos os anjos. Peço licença a todas as religiões que existem e ainda há de vir a existir no Brasil, onde tudo se mistura e daí a beleza e a riqueza do nosso país. Peço licença para aqueles que têm fé. Peço licença para aqueles que também não têm fé. Peço licença aos muitos seres humanos, brasileiros em especial, que partiram desta vida em decorrência de complicações da COVID-19. Peço licença aos familiares daqueles que perderam seus entes queridos. Peço licença e peço: Respire. Respire mais uma vez. Continue respirando e sentindo o ar enchendo seus pulmões. Coloque a mão no seu coração. Sinta-se vivo, de olhos abertos, pulmões cheios, e agradecido pela vida. Tudo é passado, presente e futuro. Passado para jamais nos esquecermos das nossas experiências. Presente porque precisamos estar conscientes. Futuro para seguirmos em frente. Caminhos abertos! Laroyê!

Quando Fábio me convidou para escrever o Prefácio do livro eu fiquei angustiado. Minha angústia veio da responsabilidade de abrir os trabalhos de um sobrevivente de uma doença que foi tratada no Brasil como uma simples gripezinha. Mas depois de ler encarei o desafio, porque o livro é mais um documento histórico sobre a COVID-19. Arrisco a dizer que não é só um livro. É um ato político também. Porque viver no Brasil é sobreviver ao negacionismo, à imposição de uma só religião, ao sucateamento do SUS, da Educação, da Ciência, e da Cultura. Debocharam e debocham da vida humana. Mas tudo vai passar, assim como tudo passou para o Fábio. E passou!

O LEGIONÁRIO

E ele fez disso um livro! Ele fez Arte! E Arte é sim Ato Político, mas acima de tudo, um Ato de Amor!

“O Legionário” é um diário sobre a vida, e porque não dizer, um manual de como se comportar quando você se vê bem perto da morte. Se você prestar bem atenção à leitura vai ver, sem ver, que existe muito mais coisas ditas nas entrelinhas. Porque os caminhos da vida são como os tubos que Fábio teve no corpo nos seus dias de CTI: eles passam por lugares que não conseguimos enxergar, mas que estão lá para quem quiser ver. A vida é encruzilhada!

Eu poderia gastar a oportunidade deste espaço para falar sobre o Fábio, o autor, o Fabinho para mim. Mas eu deixo isso em branco na cabeça do leitor, assim como o homem de branco que aparece em algum momento do livro, porque eu prefiro que cada um, com sua fé, ou não, se sinta um privilegiado por estar vivo. E é sobre esse privilégio: as linhas, palavras escritas e não escritas, o conteúdo do “O Legionário”. “Viver é melhor que sonhar...”.

Opolopo Irê!

Gustavo Nogueira

Diretor e autor de televisão

FÁBIO CARDOSO

PREFÁCIO 2

Conhecer e participar das lutas do legionário Fábio Cardoso é uma viagem pelo mundo de batalhas e vitórias praticamente diárias deste valoroso soldado que tem a fé como fonte maior e essencial de sua existência.

Quem tem a felicidade de ter seu livro em mãos, fica privilegiado em ouvir relatos da trajetória de um paciente que pode sair vencedor com o cartaz “Eu Venci a COVID 19!”

Fábio descreve de forma leve a experiência da incerteza dos efeitos da doença, da confiança nos Profissionais de Saúde que colaboraram de forma competente e extremamente humana de sua passagem pelo hospital onde foi internado e que os Anjos estiveram presentes o tempo todo cuidando, inspirando e proporcionando a ele o tratamento mais adequado e carinhoso que poderia receber.

“O Legionário” é uma carta de Amor escrita com o coração onde a Gratidão de Fábio transparece em cada capítulo, em cada episódio narrado com leveza. Seu livro nos leva a refletir sobre a Empatia e a Compaixão, tão banalizadas nos dias de hoje.

O Amor de Deus fica abundante e jorra do coração de Fábio

O LEGIONÁRIO

ao relatar as perdas que ocorreram no CTI onde estava e ao sentir a dor do outro, faz lembrar “Amar ao próximo como Eu vos ameí”.

Transformar sentimento em letra é um dom e nosso querido amigo Fábio Cardoso magistralmente nos presenteia com mais esta obra.

Evoé!

Sonia Abreu

Poeta, Terapeuta Holística

Vice-Presidente da ALAZO

Fundadora do Circuito Literário

ALAP, ADABL, ADESG

Coordenadora do Espaço Cultural Cora Coralina

Criadora do Projeto Janela Literária

Criadora do Projeto Consórcio Literário Verso e Prosa

FÁBIO CARDOSO

DEPOIMENTO

Eu ainda lembro daquele abraço! Dado despretensiosamente, porque eu não nego abraços a ninguém. Mal sabíamos o que estava por vir.

Conheci o Fabio no trabalho, e já se mostrava um ser humano incrível. Disponível, solícito, sempre disposto a ajudar.

E foi por isto que quando ele disse “Estou saindo de férias e ninguém vai me abraçar” eu disse “Ah, eu te abraço Fabinho”. E ainda bem que fiz isto.

A notícia nos arrebatou de uma forma profunda e triste. A primeira vez que vi o Fábio novamente, me surpreendeu, por seu abatimento. Mas a alegria de vê-lo retornando, e principalmente evoluindo e melhorando dia a dia nos consolava.

Hoje, convivo com o mesmo Fabinho, solícito, prestativo, gentil. Mas algo mudou sensivelmente. Ele está ainda mais leve.

Percebo que esta experiência de quase morte, trouxe a ele diversas lições, mas principalmente a certeza sobre a brevidade e a impermanência da vida.

Coube-me o privilégio de ter próximo um amigo que, diante de situações desafiadoras onde a vida me testa, me olha nos olhos profundamente e diz com a tranquilidade de quem sabe o que diz “Calma Ana...tudo passa...”.

Desfrutem da leitura, será transformadora!

Ana Cristina Silva
Administradora, Treinadora, Coach e Palestrante

O LEGIONÁRIO

FÁBIO CARDOSO

APRESENTAÇÃO

Este livro narra as reflexões e emoções que senti e vivi nesta pandemia. Ressalto “vivi” porque VIVER é o verbo mais buscado por quem está consciente num ambiente de CTI. É um cenário de guerra em que muitos soldados são feridos, alguns resgatados e curados e outros que não retornam para contar sua história.

O LEGIONÁRIO é permeado pela história que todos nós passamos juntos em tempos de pandemia do Coronavírus e pela minha fixação no querer entender o que se passou sempre pelo lado positivo. Exponho aqui a minha caminhada evolutiva na busca de ser uma pessoa melhor. É ir um pouco mais além do sobreviver. É ser grato todos os dias a Deus!

A história é pessoal, porém parecida com a de muitas pessoas que passaram pelo que passei, sendo que muitas destas não tiveram o mesmo desfecho que a minha. Cada um com sua dor, mas ninguém indiferente à dor do outro.

Meu ciclo de reflexões percorre desde a minha busca pela ajuda médica, superando gradativamente cada obstáculo com a ajuda de anjos que Deus enviou. Depois passo a fase da internação e luta no CTI - local onde se revelaram as maiores batalhas e quando descobri que minha força e fé seriam os melhores remédios.

Por fim, reflito sobre a vitória conquistada e o legado herdado. Não busco condecoração, o que almejo é a reflexão de todos sobre a vida das pessoas que perderam seus amores para essa guerra. São avós, mães, pais, filhos, tios, primos, sobrinhos e amigos que carregam a saudade de alguém amado. Meu desejo é que minha experiência possa acalantar

O LEGIONÁRIO

o coração de todos.

No hospital eu tive a real certeza no meu coração de que os olhos atentos de Deus e os seus ouvidos sensíveis ouviriam meu clamor. Mas, por outro lado, também sabia que os Seus planos deveriam ser cumpridos. Assim, entendo que o meu livramento tem uma razão, uma missão e uma explicação que estão além do meu entendimento.

Eu não tenho explicações racionais sobre o que aconteceu comigo e nem conhecimento médico para narrar cientificamente o que vivi. O que posso e estou fazendo é usar o dom, tão importante, que Deus me deu que é escrever e comunicar com emoções. Considero ser esta a minha missão.

Em meio à pandemia acumulamos muitos momentos que parecem incompletos: encontros sem abraços, cumprimentos sem beijos, velórios sem despedidas e até celebrações sem fiéis. Essa parte faltante da qual me refiro, em muitos casos, senão na maioria, gerou um grande vazio em nossos corações. Ficamos abalados emocionalmente tentando entender o que se passa e por que se passa. Sabemos que abraços podem ajudar na cura, beijos são expressões de carinho e que velórios são doloridos, mas necessários ao processo de despedida.

Nós que sobrevivemos temos que ter a consciência de que estamos aqui para contar essa experiência e falar, não somente por nós mesmos, mas pelos que não tiveram a mesma chance. Participamos de uma guerra mundial em que a luta era contra um inimigo desconhecido. Cada um precisou pegar as suas armas mesmo sem saber atirar e sem um alvo visível.

A ordem nos campos de batalha era não baixar a guarda e nunca parar de lutar!

O LEGIONÁRIO é uma forma de transformar nossas lágrimas em sorrisos, nossas perdas em esperanças, nossas fraquezas em fé. Eis a maior reflexão sobre a qual eu me debrucei nesta