

# ★ PAUL ★ STANLEY

## QUANDO AS CORTINAS SE FECHAM

MINHA VIDA ALÉM DO PALCO

DO ORIGINAL

**BACKSTAGE PASS**



**ALTA LIFE**  
EDITORA

Rio de Janeiro, 2021

# SUMÁRIO

Introdução 1

## PARTE UM

### **CARREIRA E SUCESSO**

- 1 Deixe o passado no passado 11
- 2 Cobre a si mesmo, mas seja sempre seu maior fã 21
- 3 O sucesso começa com a compreensão da diferença entre sonho e fantasia 31
- 4 Otimismo combativo 43
- 5 A regra é não ter regras 51
- 6 Domine seus atos, domine seus resultados 63

## PARTE DOIS

### **RELACIONAMENTOS E FAMÍLIA**

- 7 Viva para os outros e viva para sempre 79
- 8 A vida vale a pena quando você mostra aos outros que ela tem sentido 87

## SUMÁRIO

|           |   |     |
|-----------|---|-----|
| <b>9</b>  | Derrube as barreiras e vá mais longe    | 99  |
| <b>10</b> | Dedique-se mais, não castre seus sonhos | 111 |
| <b>11</b> | Abrace seus objetivos e vá à luta       | 119 |

### PARTE TRÊS

## **IDENTIDADE, SAÚDE E FELICIDADE**

|               |  |     |
|---------------|--|-----|
| <b>12</b>     | Repense a lista de promessas   | 133 |
| <b>13</b>     | Escolha suas batalhas para vencer mais vezes                                 | 141 |
| <b>14</b>     | Encontre o verdadeiro sentido das realizações<br>e se apaixone todos os dias | 153 |
| <b>15</b>     | Seja vaidoso, não narcisista   | 165 |
| <b>16</b>     | Tenha orgulho do que faz, tenha orgulho de si mesmo                          | 179 |
| <b>17</b>     | Siga em frente, a jornada é para sempre                                      | 195 |
| <b>Coda</b>   |  | 217 |
| <b>Adendo</b> |  | 223 |

**N**o meio do ano passado, voltei à West 211<sup>th</sup> Street, no extremo norte de Manhattan, ao apartamento de um quarto em que cresci. Não tinha sido um lar feliz, usando um eufemismo. Eu não ia àquele prédio há 60 anos. Tentei ir lá uma ou duas vezes e não me senti bem em nenhuma delas.

Dessa vez, eu tinha um motivo específico: minha esposa, Erin, meu filho mais velho, Evan, e os três mais novos — Colin, 12 anos; Sarah, 10; e Emily, 7 — estavam comigo, e eu queria que vissem o lugar em que comecei minha vida. Eu esperava que isso os ajudasse a entender a diferença entre a vida deles e a minha.

Anos atrás, eu visitara a área no Queens para onde minha família se mudou quando saímos de Manhattan. Foi no Queens que morei durante o colégio, foi onde comecei a tocar, conheci um baixista chamado Gene Simmons e, por fim, fundei o KISS. Mas, depois dessa visita, fiquei me sentindo para baixo por algumas semanas. Isso meio que confirmou o que sempre pensei: eu só fazia associações negativas aos lugares do meu passado.

Ainda assim, achei importante lhes dar outra chance. Eu esperava que aquela visita à 211<sup>th</sup> Street fosse uma bela oportunidade de materializar as histórias que contei aos meus filhos ao longo dos anos, para que minhas memórias de infância se tornassem mais tangíveis para eles.

Então voltamos. Ou, deveria dizer, eu voltei, já que eles nunca tinham estado lá.

Nasci com uma massa de cartilagem amassada no lugar da orelha direita, uma deformidade facial conhecida como microtia. Desde que me entendo por gente, eu chamava a atenção das pessoas — crianças e adultos. As pessoas parecem destacar as deformidades dos outros — em vez de ser tratado como ser humano, fui tratado como objeto. Um objeto de curiosidade em alguns casos, eu acho; mas, na maioria das vezes, eu era um objeto que despertava nojo.

Quando entrei para a escola primária PS 98, eu não tinha amigos próximos de nosso apartamento, mas sempre fui o centro das atenções. E esse tipo de atenção era tenebroso para uma criança de cinco anos. Eu queria desaparecer. Ou me esconder. Mas não havia para onde ir.

Já era bem complexo olharem para mim — isso já era ruim o suficiente. Mas, quando alguém gritava, isso atraía os olhares de outras pessoas para mim — todo mundo me olhava, me examinando. Eu me sentia exposto e invadido. Esses foram os piores momentos — como quando o garoto apontava e gritava: “Stanley, o monstro de uma orelha só!”

Tudo que eu conseguia pensar era: *Você está me machucando.*

## QUANDO AS CORTINAS SE FECHAM

Além disso, nunca tive um ombro no qual chorar. Meus pais insistiam em não falar sobre isso. Filhos precisam de pais. Filhos precisam de proteção. Quando meus pais não demonstravam empatia e não queriam ouvir meus problemas, eu me sentia isolado.

Durante a maior parte da minha vida, a West 211<sup>th</sup> Street representava apenas uma coisa: dor.

E agora, chegando ao apartamento, fiquei me perguntando se seria diferente.

Chegamos e atravessamos o arco de entrada para o prédio de cinco andares, e entramos em um espaço pavimentado cercado pelo prédio — chamá-lo de pátio o faria parecer bom demais. As memórias começaram a eclodir. Atravessando o quintal, de repente me lembrei de pular nas costas de um garoto e mordê-lo. Esse garoto me provocou e cuspiu no meu rosto. O pátio despertou essa memória porque eu estava ali quando contei para minha mãe que aquele garoto estava implicando comigo, e eu queria, precisava, da ajuda dela para lidar com a situação. Ao que ela me disse — uma criança do jardim de infância: lute suas próprias batalhas.

“Nem vem chorando para mim”, falou.

O que me levou a atacar o garoto.

Ao entrar no apartamento, minha primeira reação foi de perplexidade pelo tamanho do lugar. Obviamente, quando nos lembramos de algo em uma escala — com base em nosso tamanho e estatura de criança — e voltamos, é surpreendente. O prédio estava um pouco desgastado, mas

foi o tamanho que realmente me surpreendeu. Por mais que eu lembrasse que era mínimo, olhando agora, era ainda menor. E éramos quatro morando ali — meus pais, minha irmã e eu. Meus pais dormiam na sala, em um sofá-cama, e, se minha irmã ou eu acordássemos mais cedo do que eles e quiséssemos ir à cozinha, tínhamos que nos arrastar por debaixo da cama deles.

Meu coração estava acelerado. Eu estava um pouco tonto.

Lá fora, vimos a escola, ao lado, e o pátio onde fui chamado de “Stanley, o monstro de uma orelha só”.

Sempre digo aos meus filhos para se lembrarem de que o pai deles foi ultrajado e ridicularizado. Sempre disse a eles que isso me machucou e que devem se lembrar, quando lidarem com os outros, de como fui um alvo. Isso significa muito para eles, e vejo o impacto em seus olhos. Colin está ciente das vulnerabilidades dos outros, assim como Sarah. Até mesmo Emily está ciente dos sentimentos dos outros. Se isso aconteceu com o pai deles, pode acontecer com qualquer um.

E isso acontece, embora durante minha infância nunca tenha me ocorrido que eu não era o único a ser intimidado e sofrer. Não é comum para as crianças pensar em como se encaixam no mundo em geral. Nunca pensei em ninguém mais sendo insultado e intimidado, porque meu mundo era só eu. E, mesmo se houvesse alguém sendo submetido a um tratamento similar, isso não importava — eu ainda estava sofrendo. Eu não teria sido consolado por saber que outra pessoa também estava sendo espancada.

## QUANDO AS CORTINAS SE FECHAM

Meus filhos sabem das humilhações pelas quais passei, dos meus problemas na escola e de não ser capaz de ouvir — todo tipo de adversidade. É a melhor maneira de eles entenderem de verdade esse tipo de coisa, dando um rosto a ela: o *meu* rosto. Um rosto que, como membro da família, provavelmente significa mais para eles.

Mas agora, naquele apartamento e no pátio da escola, mais de 60 anos depois, tudo parecia ter acontecido em outra vida. As lembranças ainda estavam lá, mas minha conexão com o local não tinha mais implicações negativas. Eu podia dizer que, diferente de outras visitas que fiz a lugares do meu passado, este já não deixava marcas. Não causava dor nem amargura.

Isso tem tudo a ver com quem me tornei. E com isso não quero dizer uma estrela do rock viajada com uma casa pomposa e um carro pomposo. Cheguei a esse patamar bem cedo na minha vida e percebi que isso não ajudou a cicatrizar minhas feridas emocionais. Houve uma época em que eu pensava que uma Playmate<sup>1</sup> da Playboy e um monte de dinheiro no banco fossem a resposta. Mas não eram. Eu queria desesperadamente esfregar minha fama na cara de ex-colegas cruéis em reuniões, mas isso não me ajudava a me sentir melhor. Eu queria muito ser desejado pelo tipo de mulher que sempre me ignorou, mas descobri que ainda não conseguia estabelecer laços significativos. Eu queria muito me cercar de armadilhas do sucesso, mas achava que tudo isso eram apenas objetos, não importava o preço. Por um lado, eu conquistara muito mais do que sempre quis. Mas, por outro, ainda me sentia vazio, desconfortável comigo mesmo, feliz pela metade.

---

<sup>1</sup> Modelos de capa premiadas da revista. [N. da T.]



A magia do sucesso é que ele me deu o poder de realizar uma missão: ser meu melhor eu. Mas não me tornei quem eu pensei que seria.

E aquela visita ao apartamento em que cresci foi diferente de vislumbres anteriores do meu passado, porque, quando sua vida está em ordem, o caos que sofreu recua e se torna irrelevante. Já fui muito mais ligado àqueles tempos e às minhas lutas naquele lugar. No entanto, consegui voltar lá sem nenhuma dessas bagagens.

Senti algumas das mesmas emoções que senti ao conversar com meu pai nos últimos anos sobre as mudanças em nosso relacionamento. Aquele lugar — 211<sup>th</sup> Street — pode ter sido onde comecei, mas não foi onde acabei, em todos os sentidos.

De um jeito inesperado, o lugar agora parecia estranhamente bonito — por causa do meu senso de perspectiva, porque eu conseguia ver até onde tinha chegado. E, novamente, não me refiro a termos materiais. Agora aprecio meu passado pelo mesmo motivo que me permitiu finalmente escrever minha história em *Uma Vida sem Máscaras*; o mesmo que fez meus relacionamentos, com pessoas como meu pai, evoluírem desde que o livro foi lançado. Nós nos escondemos quando não chegamos a um acordo com nosso passado. Somos uma bagunça quando não nos acertamos com nossos sentimentos. Mas, uma vez que ficamos confortáveis, somos libertados pelo desapego.

Voltar à 211<sup>th</sup> Street foi uma excelente oportunidade, um momento de esclarecimento.

## QUANDO AS CORTINAS SE FECHAM

Percebi que, quando alcançamos a paz de espírito, conseguimos trazer memórias obscuras à tona, porque não são mais o fardo que já foram. Podemos ter sido vítimas compulsórias no passado, mas podemos escolher se permitiremos que esse passado nos torne vítimas no presente e no futuro.

Muitas vezes, ouço as pessoas dizerem que ser feliz é a melhor vingança. Mas tenho minhas dúvidas. Se estamos vivendo felizes, não precisamos de vingança. Se ainda sentimos essa necessidade, talvez não estejamos tão felizes assim. Ser feliz, nesta fase da minha vida, significa não precisar de vingança, nem mesmo *querê-la*. Mas, novamente, quem realmente sabe o que significa ser feliz, ainda que por alto? Durante a maior parte da minha vida, eu certamente não soube. Foi algo que tive que aprender — do jeito mais difícil, e levou muito tempo.

A questão é: a vida não vem com manual de instruções. Então, ao longo dos anos, criei o meu. Passei uma vida adicionando princípios formados a duras penas e, ao seguir esse manual, não conquistei apenas o sucesso no sentido tradicional, mas também a paz de espírito que me faz ver o mundo de outra forma. Até agora, esse manual existia apenas na minha cabeça, mas decidi materializá-lo para compartilhá-lo, revelá-lo como resultado do alívio que sinto em relação ao meu passado.

2

**COBRE A SI  
MESMO, MAS  
SEJA SEMPRE SEU  
MAIOR FÃ**

**N**a realidade em que cresci, em dado momento percebi que me espelhar nos modelos mais óbvios — meus pais — era um beco sem saída e só me levaria, inevitavelmente, ao fracasso. Então, tive que voltar à estaca zero e aprender. Tive que reaprender a andar, em termos filosóficos, porque não aprendi a fazê-lo de uma maneira saudável da primeira vez.

Essa foi minha luta.

Sem demagogia. Digo isso porque todos nós temos desafios.

No meu caso, além das questões típicas da infância, enfrentei a crueldade que vem com uma diferença física e a ignorância quanto a certas deficiências. Como era surdo de um ouvido, na escola, tinha dificuldade em ouvir; mas, em vez de receber ajuda especial, fui simplesmente rebaixado à categoria de mau aluno e mandado para aulas de reforço. E, em todo esse processo, minha família não me deu nenhum tipo de apoio. Bem, para ser honesto, foi pior que isso. Muitas vezes meus pais me faziam me sentir ainda mais inseguro — a tal ponto que eu tinha pesadelos constantes, acordava gritando devido a sonhos que agora reconheço como simbólicos: estar sozinho em um carro em alta velocidade sem volante, estar sozinho em um jangada sem avistar a terra.

Meu terapeuta diria que sofri abuso. Não intencionalmente, mas muito do que meus pais faziam não me ajudava em nada. Não fui amarrado a uma cadeira ou algo do tipo, mas também ouvi dizer que às vezes os tipos de abuso menos insidiosos e evidentes são os mais prejudiciais. Então, estou despedaçado. Tenho que dar esse alerta, mas, ao mesmo tempo, estou ciente de que qualquer um pode ser afetado negativamente por coisas menos explícitas. Muitos danos são causados de maneiras não tão óbvias.

Eu não sabia quando criança, mas meus pais não eram pessoas felizes. Para mim, eles eram apenas meus pais. Eu presumia que os adultos eram daquele jeito.

Minha postura — enraizada desde criança, em função da minha criação — sempre foi: não mostre dor. Nunca deixe ninguém saber que o machucou. E, claro, por causa do que sofri em decorrência da minha distinção facial, fui muito machucado. Percebi que, quando fingimos que não fomos feridos, sofremos. É melhor dizer: “Você me magoou.” Isso nos permite liberar a dor. Não é uma forma de fraqueza nem coloca a pessoa que nos feriu em posição de poder. É só uma afirmação de que nos machucaram. Significa apenas que alguém foi cruel ou imprudente e disse algo doloroso.

Segurar nossa dor, por outro lado, faz com que uma espécie de pressão se acumule, como em uma torneira. Em algum momento, o cano explodirá. O segredo é nos mantermos abertos e deixar esses sentimentos sair — manter tudo fluindo.

## QUANDO AS CORTINAS SE FECHAM

Neste momento da minha vida, não guardo mais as coisas para mim. Se alguém diz algo que me machuca, falo para a pessoa. Sem rodeios. A única entrelinha é a forma como ela e eu escolheremos entender a situação.

Se alguém que é infeliz, cheio de dúvidas sobre si mesmo ou de questões de baixa autoestima, torna-se bem-sucedido e, ainda assim, continua triste, nesse momento, tem uma escolha. Ou desiste e cede a mecanismos de enfrentamento insalubres e destrutivos, ou arregança as mangas e decide *não ser vítima da situação, mas superá-la*. Quando escolhemos ser vítimas, a vida continua para todos os outros. Talvez no começo eu tenha me visto como vítima, mas depois percebi que não ganhava nada com isso. E, mesmo que o mundo do rock and roll seja cheio de perigos e tentações, era óbvio para mim que torrar tudo em cocaína correndo pela cartilagem do meu septo não ajudaria em nada.

Naquela época, eu vivia com base em um monte de ideias preconcebidas, que funcionavam como uma estrutura da qual eu precisava. Mas, com o tempo, descobri que algumas dessas ideias eram problemáticas. Muitas delas não tinham fundamento. É normal nos cobrarmos, mas as regras que criamos para nós mesmos precisam se basear na experiência, e as minhas não eram realistas. Então passei muito tempo elaborando novas regras — que estão neste livro.

Primeiro, tive que desaprender o que me ensinaram quando era criança. Fui programado para tirar tudo do caminho, para não aceitar nada que levantasse dúvidas sobre o que eu fazia. Se eu não falasse sobre algo, esse algo não existia.

Quando somos crianças, nesses anos de formação, damos nossos primeiros passos, não só em termos físicos. Se não tivermos uma base sólida, como no meu caso, temos que reaprender a andar quando estamos mais velhos. Eu tive que construir uma nova fundação. Isso foi difícil. Foi como me desprogramar. Em essência, somos programados por respostas repetidas ou reações às situações. Somente quando começamos a perceber essas situações de outro jeito, ou adicionamos elementos à forma como reagimos a elas, conseguimos nos desprogramar — e desarmar a bomba emocional.

Durante muito tempo, assumi minhas experiências de vida da infância como a norma. As crianças replicam o que veem em casa e acham que aquilo é normal. E é assim que, inicialmente, definem o amor — pelo que recebem em casa e pelo modo como seus pais e irmãos se tratam. Quando tive uma perspectiva diferente, após passar por outras experiências, acordei para o fato de que minha infância não era a norma. Antes de uma epifania desse tipo, não reconhecemos a dor. No entanto, o acréscimo de experiências de vida e de uma nova perspectiva reduz a carga lancinante do passado. A lembrança de que nos machucamos não some, mas a dor, sim. E esta é uma distinção importante. Sei o quanto me senti dilacerado por anos, até mesmo décadas, da minha vida — sei que havia uma dor tangível. Mas a dor se foi depois que retifiquei e remediei minha vida.

Consigo reconhecer a dor, mas não a sinto mais.

## QUANDO AS CORTINAS SE FECHAM

A ideia de jogar fora o que me ensinaram, descartando os padrões pelos quais aprendi a ponderar e a não pensar — começar do zero —, era assustadora. Mas eu precisava fazer isso. Cheguei a essa necessidade de reformulação porque sentia que o que eu tinha visto e o que repetia era tóxico e não me fazia feliz, e a vida não terminaria bem para mim. Eu era triste e instável e, é claro, sentia certo desespero, mas isso é inerente à busca. Eu conviveria com a decadência ou transformaria minha vida? Removeria a podridão ou apenas a suportaria?

Primeiro, tive que aceitar que não havia problema em questionar minhas bases. Afinal, elas não me faziam feliz. Segundo, percebi que poderia construir outra fundação — embora também entendesse que isso não aconteceria da noite para o dia. É por isso que sempre desconfiei de livros de autoajuda e outras soluções rápidas. Um fim de semana de mudanças drásticas não transformará sua vida. Você não ficou do jeito que está em dois dias, então não há como desfazer tudo em um fim de semana. (Embora eu admita que parte do que tornou o processo suportável foi *não* pensar em quanto tempo levaria.)

A verdade é esta: questionar-nos não é fraqueza. É fortalecedor.

É libertador reconhecer o quão pouco sabemos. Pensar que sabemos mais do que realmente poderíamos aprisiona. Agir assim nos castra. Comecei a me sentir livre quando admiti que tinha muito a aprender e que sabia muito menos do que supunha. Estou muito mais feliz consciente de que muito do que eu pensava, na verdade, não fazia sentido. Foi tudo forjado por mim. Criei aquela realidade porque me dava sensação



de segurança. Mas, quando estamos realmente seguros, não precisamos acreditar que sabemos de tudo. Esta é a outra parte do processo. Quando nos sentimos seguros, não precisamos de um monte de prescrições e rótulos sobre quem somos, porque somos livres. Não precisamos dessa falsa sensação de apoio e segurança proporcionada por convicções ilusórias, e isso liberta.

Tive que me perguntar: “Mas como diabos você conseguiu resolver sua vida e fazer tudo funcionar?”

Precisei cuidar da minha mente antes que conseguisse avaliar como meu passado me afetou. Quando achamos que nosso comportamento e a forma como lidamos com o mundo são normais, não há nada a ser consertado. Mas quando nos olhamos de fora, podemos dizer: “Nossa, é com isso tudo que estou lidando e entendo por quê.”

É limitador e sufocante pensar que sabemos de tudo. E é libertador perceber que não é bem assim. Nem tudo precisa de um rótulo. Rotulamos como “bom” e “ruim”, “verdadeiro” e “falso” coisas que não precisam dessa espécie de nota ou categoria. Algumas coisas apenas *são*.

Temos que assumir o controle de nossa vida.

Não temos que aceitar quem somos hoje.

Podemos decidir ser diferentes amanhã.

Nem sempre é fácil, mas precisamos desse impulso adicional, desse fôlego extra, desse passo extra que outra pessoa não deu, para chegarmos aonde queremos ir.

## QUANDO AS CORTINAS SE FECHAM

Conquistar um objetivo nos faz vislumbrar novos objetivos. E, se pensarmos que nossa missão acabou quando atingimos um deles, pena. Um objetivo estabelece a rota para outros. O mais importante é seguir em frente. Não conhecemos o fim da estrada, e o percurso que traçamos pode nos levar a lugares que não imaginamos. Mas, se seguirmos, encontraremos nosso destino — e, se tivermos sorte, sempre encontraremos novos.

Obstáculos são a consequência de perder nossos objetivos de vista. Se tivermos que pular obstáculos, nós os pularemos. O segredo é se livrar e se blindar de toda essa bagagem, da dúvida e das vozes dos outros que ecoam em nossa mente. E, se formos implacáveis e incansáveis, finalmente nos amaremos e sentiremos orgulho de nós mesmos.

Só então nos tornaremos quem realmente somos.